

Mirjana Ule<sup>1</sup>

## Družbeni konteksti duševnega zdravja otrok in mladostnikov

### *Social contexts of child and adolescent mental health*

#### Povzetek

Kot kažejo primerjalni rezultati mednarodnih raziskav (PISA, HBSCI), se otroci in mladostniki v Sloveniji počutijo nadpovprečno zaskrbljeno, žalostno. Povečujejo se duševne stiske in čustvene motnje otrok in mladostnikov. V prispevku skušamo odgovoriti na vprašanja, v čem so razlogi za tako stanje. Razloge iščemo v spremembah življenjskega poteka, odraščanja in temeljnih institucij socializacije. Individualizacija in destandardizacija življenjskih potekov sta povzročili razpad vrstniške solidarnosti in socializacije v lastni režiji. Zato mladi svoje življenje vse manj doživljajo kot del kolektivne ali generacijske usode. Posledice uspehov ali neuspehov se vse bolj pripisuje lastni sposobnosti ali nesposobnosti. To zahteva od mladih ljudi več biografske samorefleksije. Poleg materialnih dejavnikov, ki vplivajo na pogoje odraščanja, kot so socialni in ekonomski položaj izvirne družine, narašča pomen psihosocialnih dejavnikov, kot so čustvena stabilnost, socialne in komunikacijske spretnosti ter samopodoba odraščajočega. Vsa ta nasprotja in težave, s katerimi se morajo soočiti otroci in mladostniki, povečujejo njihovo socialno in psihološko ranljivost ter slabšajo duševno zdravje. Je pa to pomembno opozorilo za institucije in družbo, saj je duševno zdravje otrok in mladostnikov pomemben napovedni dejavnik duševnega zdravja v odrasli dobi.

**Ključne besede:** individualizacija življenjskega poteka, vrstniška socializacija, osamljenost, socialna ranljivost otrok in mladostnikov

#### Abstract

As comparative results of international surveys (PISA, HBSCI) show, children and adolescents in Slovenia feel anxious and sad above average. Mental distress and emotional disorders among children and adolescents are on the rise. In this paper we discuss the possible reasons related to changes in the life course,

<sup>1</sup> zasl. prof. dr. Mirjana Ule, univ. dipl. psihologinja, znanstvena svetnica, mirjana.ule@guest.arnes.si

in growing up and in the basic institutions of socialisation. The individualisation and destandardisation of life courses has led to a breakdown in peer solidarity. As a result, young people experience their lives less and less as part of a collective or generational destiny. The consequences of success or failure are increasingly attributed to one's own ability or competence. This requires young people to engage in more biographical self-reflection. In addition to material factors influencing the conditions of growing up, such as the social and economic situation of the family of origin, there is an increasing importance on psychosocial factors such as emotional stability, social and communication skills and the self-image of the person growing up. All these contradictions and difficulties that children and adolescents have to face increase their social and psychological vulnerability and impair their mental health. This should be seen as an important warning for institutions and society, as the mental health of children and adolescents is an important predictor of mental health in adulthood.

**Key words:** individualisation of life course, peer socialisation, loneliness, social vulnerability of children and adolescents

## Extended abstract

### 1. Introduction

The results of international surveys in which Slovenia participates show that our children's satisfaction with life is far below average compared to their peers in other countries, and that children and adolescents' health and well-being are deteriorating.

In this paper, we will try to answer the question as to what are the reasons for this situation. We will analyse empirical data from surveys of young people on life satisfaction in Slovenia. We will compare this data from a time and international perspective. Theoretically, we will look for the reasons for the deterioration of children's and adolescents' mental health in broader social contexts and changes in the underlying institutions of growing up.

Our starting thesis is that changes in life course and adolescence require young people to be increasingly resilient to the contradictory pressures arising from the demands of increasing autonomy and creativity on the one hand, and the increasing expectations and demands placed on the individual by contemporary society on the other.

### 2. Theoretical context: individualisation of life course and transitions

The individualisation of growing up and life courses is one of the central concepts developed by social scientists to explain the structural changes that have taken place in (young) people's lives in recent decades. Individualisation attempts to capture new ways of socializing individuals. It is not a normative concept leading people towards more autonomous ways of living, but a description of the factors that shape both the social structural and the subjective level of change in contemporary societies (Buchmann, 1989; Heitmeyer et al., 2012).

Until a few decades ago, transitions between early childhood, school, youth, adulthood and old age were generally clearer than now. Standards for each period were more generally applied, which brought a certain stability to life courses and transitions and made it easier to plan for the future (Sackmann, 2007).

It is in the recent decades that key changes in life trajectories and transitions have taken place. Processes of individualisation have fundamentally altered life courses. Life courses have become destandardised and deregulated. Individualisation is simply the shifting of choices, decisions, responsibilities and regulations to individuals. Individualised individuals remain dependent on educational and social institutions, on the labour and consumer markets, on legal regulations and regulations on urban planning solutions, on fashion, on medical, psychological and pedagogical advice (Baumann, 2006; Weiss et al., 2022). Hence the increase in the need for various forms of professional help - medical, psychotherapeutic, counselling.

#### 2.1. The impact of life course changes on growing up

Growing up is significantly affected by life course changes. As schooling extends, so does the period of dependence or semi-dependence of young people on their families of origin. The modern youth leisure industry, through the production of fashion styles, trends, digital media and entertainment, further reduces the space of autonomy and maintains control over young people's leisure time.

The price of the growing contradictions of growing up among children and adolescents is the increase in all kinds of health and psychosocial problems among children and adolescents, as shown by Slovenian and international research (Keyes, 2006).

This situation has also resulted in a rise in demoralisation. It is a set of attitudes and postures characterised by low self-esteem, feelings of helplessness, vague fears about the future and a generally depressed underlying mood. Associated with the rise in demoralisation is a rise in a wide range of mental

disorders. Indeed, there is data to show that various forms of mental disorders are slowly and steadily increasing among young people (Kelly, 2023). It should also be borne in mind that the absence of mental health problems and disorders does not necessarily mean that other young people who have not been diagnosed with mental health problems are well, or that they are achieving high levels of good mental health (Keyes, 2006).

An inadequate capacity to process stressful situations is also reflected in the emergence of addictions and the readiness to turn violent. Violence becomes a coping strategy usually when there are no other coping models available (Hurellmann & Quenzel, 2013).

### **3. Empirical findings on psychosocial problems of growing up**

#### **3.1. Increased social vulnerability of children and adolescents**

Researchers have found that a typical response of young people to increased risks and uncertainties in their lives is the development of defensive psychosocial states, manifested in feelings of helplessness, self-alienation, social isolation, feelings of meaninglessness and emptiness, feelings of injustice and authoritarianism (Kroska et al., 2020; Ravens-Sieberer et al., 2022).

In the *Social Vulnerability of Young People* study from 2000, we already found a rather high level of demoralised attitudes towards the world and life among adolescents in Slovenia, for example, signs of (self-)destructiveness, feelings of insecurity, guilt, lack of meaning in life (Ule et al., 2000). Most worryingly, a third of the young people surveyed had a negative self-image, low self-esteem and a depressive and even self-destructive attitude to life.

#### **3.2. Young people's self-assessment of life satisfaction**

The results of international comparative surveys also show that these negative tendencies have become more pronounced in Slovenia in recent years, especially during the Covid epidemic. For example, the results of the PISA 2022 -*Programme for International Student Assessment* survey showed that life satisfaction among young people surveyed in Slovenia worsened between 2018 and 2022 (Šterman-Ivančič & Mlekuž, 2023).

The fact that Slovenian children and adolescents are more likely to experience mental distress compared to their peers abroad is also shown in a report by the National Institute of Public Health (NIJZ) entitled *Mental Health of Children and Adolescents in Slovenia* (Roškar et al., 2019). Insomnia, nervousness, irritability and depression are the most frequently reported symptoms.

#### **3.3. Mental health assessment and risk behaviour in young people**

Health and life satisfaction scores also decline significantly with age and lower socio-economic status. This is according to the latest data from the international HBSC - *Health Behaviour in School-Aged Children* survey. One third of Slovenian adolescents in the HBSC survey reported poor quality of life and an increased likelihood of depression (Jeriček-Klanšček et al., 2023).

#### **3.4. The impact of socialisation institutions on children and adolescents' mental well-being**

One of the important reasons for the increase in demoralisation among children and adolescents is the changed relationships between socialisation agencies, especially the lack of peer support and solidarity. As a result, children and adolescents are increasingly dependent on the other two socialising institutions: the family and the school, and the relationship between them. This relationship is becoming more conflictual and competitive and less cooperative and supportive in modern times.

A significant negative consequence is the potentiation of the formal, observable, demonstrable aspects of identity capital in adolescents, at the expense of neglecting the soft components of identity capital, such as the ability to cooperate, to empathise with others, to think critically for oneself and to have a strong moral compass (Côté, 2007).

#### **3.5. Inequalities and young people's mental health**

There is a hidden normative side to the above trends in patterns of family socialisation and upbringing, which tacitly sanction those parents and children who are unable or unwilling to create a supportive family climate. The impact of inequalities on the quality of life and, consequently, on the mental health of young people is therefore worrying. For example, the results of a logistic regression on Slovenian HBSC data show that, in addition to gender and some other variables, family material status and parents' feelings of support are statistically significant predictors of life satisfaction.

In several studies, researchers have consistently found that lower socio-economic status and poorer family well-being in adolescents are not only associated with lower life satisfaction, but also with greater loneliness and social exclusion, which exacerbate mental health problems (Ravens-Sieberer et al., 2008). In particular, a sense of injustice is an important factor that translates the experience of life's uncertainties into psychosocial pain.

## Conclusions

Growing up today has a friendly, curious, hedonistic face, but also a despairing, apathetic, aggressive and violent one. We are dealing with a complex situation in the lives of young people, where personal, interpersonal and social issues are constantly intertwined. Young people are somehow forced to confront these issues on their own and increasingly in competition with each other, rather than with each other.

While in the field of education, performance and self-control are essential, youth culture and consumption demand hedonism and emotion. Young people thus need to develop different parallel biographies (Hurrelmann & Quenzel, 2019). In addition to material factors influencing the conditions of growing up, such as the social and economic situation of the family of origin, psychosocial factors such as emotional stability, social and communication skills, and the self-image of the adolescent are of growing importance.

Social conditions are therefore an important factor in coping with and resolving difficult life situations. They can either increase a (young) person's defences against future pressures in the everyday world or increase their vulnerability and reduce their defences. The essence of social and psychological vulnerability is the escalation of problems and the accumulation of unresolved problems that build on each other, e.g. poor school performance, low self-esteem, social exclusion, material, social, emotional, health problems (Ule, 2008).

Researchers estimate that most adolescents do not manifest mental disorders (Keyes, 2006; Mulraney et al., 2021). This does not mean that they feel well or that they are satisfied with their lives. The problem is that we have developed diagnostics and therapies to diagnose manifest mental disorders in children and adolescents, but we do not know how to adequately diagnose signs of poorer mental well-being that do not manifest as manifest disorders. There should be other sources of help for these conditions, but these are lacking in the modern world. These include, for example, generational belonging, community help and solidarity, mutual cooperation and empathy. I believe that these values should be high on the social value scale if we are to prevent a massive sociopathy in society.

Good mental health, its protection and promotion, and the prevention of mental health problems are important at all ages, but especially during childhood and adolescence (Ravens-Sieberer et al., 2008). Indeed, mental health in childhood and adolescence is considered by researchers to be an important predictor of mental health in adulthood. Therefore, the findings on the deterioration of mental health in children and adolescents should be an alarm call for institutions, especially educational institutions, and society as a whole.

## Uvod

Tema duševnega zdravja otrok in mladostnikov je bila 8. aprila 2024 obravnavana v Državnem zboru RS. Resda samo v okviru 34. nacionalnega otroškega parlamenta, kjer je 115 mladih parlamentarcev iz vse Slovenije razpravljalo o tej vse bolj pereči temi odraščanja mladih. Pomenljivo pa je, da je bila le-ta javno prepoznana kot pomembna tema in da so nanjo opozorili prav mladi.

Namreč tako rezultati mednarodnih raziskav, v katerih Slovenija sodeluje, kot tudi primerjalni longitudinalni podatki raziskav mladih v Sloveniji kažejo na to, da se otroci in mladostniki v Sloveniji počutijo nadpovprečno zaskrbljeno, žalostno, malodušno. Povečujejo se duševne stiske in čustvene motnje otrok in mladostnikov. Povečuje se poraba zdravil za zdravljenje duševnih stisk in vedenjskih motenj pri mladostnikih, celo antidepresivov in psihostimulansov. Nasploh se je izkazalo, da so naši otroci po zadovoljstvu z življenjem v primerjavi z vrstniki iz drugih držav daleč pod povprečjem in da se počutje otrok in mladostnikov poslabšuje.

V prispevku bomo skušali odgovoriti na vprašanje, kje se nahajajo razlogi za tako stanje. Analizirali bomo empirične podatke raziskav mladih o zadovoljstvu z življenjem v Sloveniji. Te podatke si bomo ogledali s časovnega in mednarodnega vidika. Teoretsko bomo razloge za slabšanje duševnega zdravja otrok in mladostnikov iskali v širših družbenih kontekstih in spremembah temeljnih institucij odraščanja.

Naša izhodiščna teza je, da spremembe življenjskih potekov in odraščanja terjajo od mladih čedalje večjo odpornost na protislovne pritiske, ki izhajajo iz zahtev po vse večji samostojnosti in ustvarjalnosti v oblikovanju svoje identitete na eni strani in na drugi vse večjih pričakovanj in zahtev, ki jih na posameznika ali posameznico naslavlja sodobna družba. Ravnotežje med tem, kar se od mladega človeka zahteva ali pričakuje, in tem, kar ta lahko nudi ali stori, je v sodobnem svetu le pogojno in izpostavljeno številnim tveganjem.

## Teoretski kontekst: Individualizacija življenjskega poteka in prehodov

Individualizacija odraščanja in življenjskih potekov je eden od osrednjih pojmov, ki so jih razvili družboslovci, da bi obrazložili strukturne spremembe, ki so se v zadnjih desetletjih zgodile v življenju (mladih) ljudi. Z individualizacijo se poskuša zajeti nove načine in institucije socializacije posameznikov in posameznikov. Ne gre za normativni pojem, ki bi vodil ljudi k bolj avtonomnim načinom življenja, temveč za opis dejavnikov, ki v sodobnih družbah oblikujejo

tako družbeno strukturno kot subjektivno raven sprememb (Buchmann, 1989; Heitmeyer idr., 2012). To ni niti enostransko pozitiven pojem, ki bi odpiral možnosti emancipacije, niti enostransko negativen, ki bi obsegal zgolj procese osamitve, privatizacije, narcisistične patologije. Obsega prav ambivalentnost družbenih in psiholoških procesov in struktur, ki so posledica spremenjenih družbeno ekonomskih razmerij in odnosov.

Življenjski potek pomeni nekakšno potovanje skozi življenjski cikel od rojstva do smrti. Pojem poti se tu nanaša na življenjsko linijo ali biografijo. Ko raziskujemo življenjski potek, analiziramo družbene vzorce tega potovanja in individualna pričakovanja, odločitve, smeri gibanja. Zato je pojem življenjskega poteka tako psihološki - nanaša se na spremembe v posameznikovi biografski izkušnji in identiteti ter socialni vključenosti, kot sociološki - nanaša se na družbene, institucionalne strukturne spremembe v socialnem in zgodovinskem času, ki vplivajo na odraščanje (Elder in Giele, 2009).

Posamični življenjski potek je namreč pot skozi socialne strukture, pri čemer se biografija posameznice ali posameznika obenem tipizira in diferencira. Zato je treba spremljati, kako na odraščanje delujejo kulturni modeli, družbeni red in institucije na eni strani ter osebna pričakovanja, življenjske in vrednostne orientacije, značilnosti in načrtovanje biografij na drugi. Kot ugotavlja znani nemški raziskovalec življenjskega poteka Walter Heinz, analiza življenjskih potekov ne more biti niti izključno individualna niti izključno družbena, temveč mora kot svoje hevrstično načelo upoštevati vse ravni družbene organiziranosti (Heinz, 1997). Tudi svetovalni in terapevtski posegi v individualne poteke morajo upoštevati obe ravni, če želijo delovati uspešno.

V življenjskem poteku večine ljudi so se še do pred nekaj desetletji sinhrono izmenjevali zgodnje otroštvo, šolsko obdobje, mladost, odraslost in starost. V vsakem od teh obdobj so veljala ustaljena pravila in standardi, ki so bili obvezni in obvezujoči za vso generacijo. Vsakdo je sledil svoji generaciji in prehodom, značilnim zanjo. To je vnašalo določeno stabilnost v življenjske poteke in prehode ter omogočalo načrtovanje prihodnosti. Družbena funkcija življenjskih dob v tem klasičnem obdobju je bila, da so omogočale kontinuiteto in stabilnost družbe, da so uvrščale nove generacije v družbene vloge in položaje ter s tem zagotavljale izvajanje ključnih družbenih funkcij (Sackmann, 2007). Ljudje so se lahko zanesli na nesporno gotovost tradicije in so občasne izgube smisla zmogli hitro premagati s tem, da so odgovore na svoje osebne stiske in negotovosti poiskali v običajih, rutinah, generacijski izkušnji, navadah, religiji, normah. Sodobni človek nima na voljo tega varovalnega »ovoja smisla«, zato ga globlje prizadenejo morebitne izgube življenjske usmeritve in smisla.

Prav v minulih desetletjih so se namreč zgodile ključne spremembe v

življenjskih potekih in prehodih. Procesi individualizacije so bistveno spremenili življenjske poteke. Življenjski poteki so se destandardizirali in deregulirali. Ne izbiramo ali odločamo se več na podlagi tradicij, norm, socialne pripadnosti in tudi ne iz socializacijskih izkušenj ali generacijske primerjave. Ljudje sami izbiramo, upravljamo in vodimo svoje življenje skozi institucije. Postajamo igralci, graditelji, upravljalci lastne biografije in identitete, svojih družbenih povezav in mrež. Vendar to ne pomeni, da se ljudje zato osamosvajamo od zunanega nadzora in družbenih omejitev (Beck in Beck Gernsheim, 2002; Degen idr., 2022). Individualizacija tudi ne pomeni nujno naraščanja svobode izbire in odločitev, temveč predvsem spremembo načina družbenega nadzora. Individualizacija pomeni samo prelaganje izbir, odločitev, odgovornosti in urejevanj na posameznike in posameznice. Individualizirani posamezniki ostajamo odvisni od izobraževalnih in socialnih ustanov, od trga dela in potrošnje, pravnih uredb in zakonskih ureditev, urbanističnih rešitev, mode, od zdravstvenih, psiholoških, pedagoških nasvetov.

Posledično se zmanjšuje primerljivost življenjskih potekov. Svoje življenje vse manj doživljamo kot del kolektivne ali generacijske usode (Mills, 2007). Povečuje se destandardizacija doživljanja in spopadanja s prelomnimi življenjskimi dogodki. Posledice uspehov ali neuspehov se vse bolj pripisuje človekovi lastni sposobnosti ali nesposobnosti. To zahteva od nas več biografske samorefleksije. Tako se pritisk k individualizaciji življenjskega poteka sprevača v svoje nasprotje, v vse večjo odvisnost ljudi od globalnih družbenih institucij, ki jim ponujajo »podporo«, še bolj pa jih zavajajo v tržno pogojene in vodene vzorce življenja. Vse to spodjeda možnost predvidevanja in napovedi prihodnosti, oblikovanja dolgoročnih, stabilnih pričakovanj (Baumann, 2006; Weiss idr., 2022). Od tod povečanje potrebe po različnih strokovnih oblikah pomoči: zdravstvenih, psihoterapevtskih, svetovalnih.

### 2.1. **Vpliv sprememb življenjskih potekov na odraščanje**

Spremembe življenjskih potekov seveda pomembno zaznamujejo prav odraščanje. Kljub spremembam v strukturi in poteku otroštva in mladosti v minulih desetletjih, je to obdobje predvsem obdobje šolanja, osrednji problemi in pritiski mladosti pa izhajajo prav iz te dejavnosti. Zato ni čudno, da je poglobljena značilnost sprememb odraščanja v zadnjih desetletjih rastoč pritisk na mlade, da si pridobijo čim višjo izobrazbo, visoko kulturno raven in nanju vezana priznanja, spričevala, nazive, ki omogočajo družbeno promocijo, kariero, privilegije.

Sočasno s podaljševanjem šolanja se razteza obdobje odvisnosti ali polodvisnosti mladih od izvornih družin. Eden najpomembnejših dejavnikov socialne diferenciacije mladih danes so razlike v družinski podpori; postavlja se

vprašanje, ali otrok oziroma mladostnik sploh ima kakšno družinsko podporo in v kolikšni meri kakovostna je. Pri tem so najpomembnejše čustvene komponente družinske podpore in družinske socialne mreže. Družbena neenakost se prav zaradi pomembnosti družinskih podpor iz medrazredne premika k znotrajrazredni diferenciaciji, ki je odvisna od kvalitete družinskega življenja in podpor, ki jih nudi odraščajočim otrokom. To seveda ne pomeni, da postajajo razredne razlike manj pomembne, saj družine na zgornjem delu družbene lestvice zaradi boljših gmotnih možnosti otrokom in mladim lažje ponudijo podporo kot družine na spodnjem delu družbene lestvice.

Kaj pa prostočasni sistem, socializacija v vrstniških skupinah? Prosti čas z vrstniki ne pomeni samo večje svobode izbire dejavnosti in odnosov, ampak pomeni tudi čas zmanjšane nadzora odraslih (Ule, 2008). Vrstniško druženje pa je v sodobnem času v odraščanju najbolj ogroženo. Že sodobna industrija prostega časa za mlade s produkcijo modnih stilov, trendov, digitalno-medijske in zabavne industrije, hote ali nehote zmanjšuje prostor avtonomije in vzdržuje nadzor nad prostim časom mladih. Tem oblikam nadzora nad prostim časom mladih pa se pridružujejo še vsi tisti, ki bedijo nad vzgojo in odraščanjem mladih in skušajo s svojimi pedagoškimi intervencijami, načrtovanji, omejitvami in spodbudami načrtovati in nadzirati ne le delovni, temveč tudi prosti čas mladih.

Cena za rastoča protislovja odraščanja med otroci in mladostniki je znaten porast vsakovrstnih zdravstvenih in psihosocialnih težav, kot ga kažejo novejša slovenske in mednarodne raziskave. Nekakšen sumarni znak tega stanja je porast življenjskega demoraliziranja. Gre za sklop stališč in drž, ki jih označuje majhen občutek samospoštovanja, nemoči, nedoločnih strahov o prihodnosti in na splošno potisnjene temeljnega razpoloženja. S porastjo demoraliziranja je povezana tudi porast najrazličnejših duševnih motenj. Podatki namreč kažejo, da razne oblike duševnih motenj med mladimi zlagoma in konstantno naraščajo (Kelly, 2023). Pri tem moramo upoštevati še, da tudi odsotnost duševnih težav in motenj še ne pomeni, da se ostali mladostniki, ki nimajo diagnosticiranih duševnih težav, dobro počutijo, oziroma da dosegajo visoko stopnjo dobrega duševnega zdravja (Keyes, 2006).

Neustrezne možnosti za predelavo stresnih situacij se kažejo tudi v pojavih odvisnosti in pripravljenosti na nasilne obračune. Nasilje postane strategija reševanja težav praviloma takrat, kadar ni na voljo drugih vzorcev za njihovo obvladovanje. K njemu se zlasti radi zatekajo mladi iz socialno zapostavljenih slojev. Pri ogroženih delih mlade populacije ugotavljajo tudi povečano stopnjo avtoritarizma v družinskih odnosih. Patriarhalizem in avtoritarizem pa sta vse bolj disfunkcionalna pri odraščanju v hitro spremenljivi sodobni družbi (Hurellmann in Quenzel, 2013).

Novejša študija o dejavnikih duševnega okrevanja mladih, narejena na podlagi pogovorov s starši otrok, ki so bili podvrženi raznim terapijam zaradi duševnih težav, je npr. opozorila na ključni pomen medosebne povezanosti med mladimi in njihovimi vrstniki, pa tudi mladimi in starši ter mladimi in učitelji (Kelly, 2023). Dobra povezanost je najboljši dejavnik odpornosti mladih pred duševnimi težavami in motnjami. Odpornost omogoča mladim prepoznavati sprožilce, simptome, znake poslabšanja njihovega duševnega stanja, soočanje s težavami in iskanja ustrezne opore pomoči. Odpornost, ki izhaja iz dobre povezanosti, je tako ključna sposobnost mladih za nadzor nad svojim duševnim zdravjem. Odpornost in nadzor pa se razvijata vzporedno s psihosocialnim dozorevanjem mladih. Kot ugotavlja študija, se povezanost razvija skozi medsebojno razumevanje, podporo in medsebojno diagnosticiranje težav (prav tam). Povezanost vzbuja mladim potrebno upanje in zaupanje, občutek sprejetosti, pozitivnosti in normalnosti. Vse to je potrebno za to, da mladi razvijajo potrebno odpornost in pridobivajo zaupanje v sposobnost nadzora nad svojim duševnim zdravjem.

V Sloveniji je o pozitivnem duševnem zdravju otrok in mladostnikov na voljo razmeroma malo podatkov. Podobno kot drugod v tujini se pri spremljanju duševnega zdravja še vedno večinoma usmerjamo na spremljanje izrecnih težav v duševnem zdravju in vedenjskih motenj. Merjenje zadovoljstva z življenjem je pravzaprav edini kazalnik pozitivnega duševnega zdravja, ki se pojavlja v več raziskavah, izvedenih v Sloveniji v preteklih desetih letih (Šterman in Mlekuž, 2023; Jeriček-Klanšček idr., 2023). Znano pa je, da ima pomanjkanje pozitivnega duševnega zdravja lahko na mladostnika ali mladostnico prav tako škodljiv vpliv kot prisotnost duševnih motenj.

### 3. **Empirične ugotovitve o psihosocialnih problemih odraščanja**

#### 3.1. **Povečana socialna ranljivost otrok in mladostnikov**

V raziskavah mladih smo že od devetdesetih let prejšnjega stoletja empirično preverjali tudi psihosocialne probleme odraščanja. Že v devetdesetih letih prejšnjega stoletja smo empirično zaznali spreminjanje problemov mladih. Tako so v osemdesetih letih prejšnjega stoletja v raziskavah, ki smo jih izvajali med mladimi, še prevladovali tipično mladostniški problemi, na primer »odrasli nas ne razumejo« ali »nimamo svojih prostorov zabave« (Ule, 1988). V devetdesetih letih pa se med mladimi že začnejo pojavljati eksistencialni in eksistenčni problemi, kot na primer »strah pred neuspehom v šoli« ali »strah pred brezposelnostjo« (Ule in Renner, 1998). Ob koncu devetdesetih let pa smo že ugotovili dokaj visoko stopnjo demoraliziranega odnosa do sveta in življenja

med mladostniki v Sloveniji. V raziskavi *Socialna ranljivost mladih* iz leta 2000<sup>2</sup> smo na primer med učenci in učenkami devetih razredov osnovnih šol v Sloveniji ugotovili znake (samo)destruktivnosti, občutkov negotovosti, krivde, pomanjkanja smisla življenja (Ule idr., 2000). To kažejo tudi rezultati v spodnji tabeli:

Tabela 1

Spodaj je naštetih nekaj načinov odzivanja ljudi. Če neka trditev zate velja, obkroži DA, v nasprotnem primeru obkroži NE (prikazujemo pritrdilne odnose v % glede na celotno populacijo anketiranih).

	Odgovori DA v %
Če bi ljudem pokazal/a, kaj čutim, bi rekli, da težim	34,9
Včasih imam občutek, da bom vsak hip eksplodiral/a	63,4
Pri učenju se težko zberem	44,1
Pogosto se mi zdi, da ni vredno živeti	31,0
Rad/a koga namerno izzivam	37,4
Zdi se mi, da me ljudje ne cenijo	32,0
Pogosto sem potr/a	28,9
Pogosto čutim, da je moj način življenja napačen	23,7
Včasih se počutim kriv/o zaradi nepomembnih stvari	58,7

Vir: Ule idr., 2000

V odgovorih izstopa dokaj velika pripravljenost na destruktivno vedenje ter visoka prisotnost občutkov krivde in negotovosti pri mladostnikih (Ule idr., 2000). Predvsem pa je bilo skrb vzbujajoče, da so bili za kar tretjino mladih, vključenih v raziskavo, značilni negativna samopodoba, nizko samospoštovanje in depresiven ali celo samodestruktiven odnos do življenja.

Nadaljnje statistično preučevanje rezultatov je pokazalo pomembne spolne razlike v načinih odzivanja in osebnostnih dimenzijah, ki smo jih merili s to lestvico. Dekleta so kazala značilno več nesamozavesti, negotovosti in depresivnega razpoloženja. Nasprotno pa je bilo več fantov kot deklet, zajetih v raziskavo, pripravljenih na destruktivno odzivanje in agresivno obrambo svojega položaja (Ule idr., 2000). Razlike so presenetljive, ker spolnih razlik pri drugih variablah nismo zaznali in ker zarisujejo neke značilne in tradicionalne razlike med spoloma, za katere smo domnevali, da že izginjajo iz mladosti.

### 3.2. Samoocena zadovoljstva z življenjem pri mladih

Raziskovalci ugotavljajo, da je značilen odgovor mladih na povečanje tveganj in negotovosti v življenju prav razvoj obrambnih psihosocialnih stanj, ki se kažejo v občutkih nemoči, samoodtujitvi, socialni izolaciji, občutku nesmisla in praznine, občutku nepravilnosti in avtoritarizmu (Kroska idr., 2020; Ravens-Sieberer idr., 2022).

Rezultati mednarodnih primerjalnih raziskav v zadnjih dveh desetletjih kažejo, da so se te negativne težnje v zadnjih letih v Sloveniji, zlasti v času epidemije Covida, še okrepile. Tako je že raziskava PISA<sup>3</sup> (*Programme for International Student Assessment*) 2018, kjer je sicer poudarek na bralni, matematični in naravoslovni pismenosti učencev in učenk, med drugim pokazala, da je vrednost indeksa izražanja pozitivnih čustev (sreča, radost in veselje) med otroki in mladostniki v Sloveniji v primerjavi z drugimi državami OECD daleč pod povprečjem. Da se pogosto ali vedno počutijo žalostne, je poročalo kar 35 % slovenskih mladostnikov (Šterman-Ivančič, 2019). Prav tako jih je dobra polovica poročala, da se pogosto ali vedno počutijo zaskrbljene.

Zadnja raziskava PISA iz leta 2022 pa kaže, da se je stanje v zadnjih petih letih še poslabšalo. Ne samo, da so rezultati raziskave PISA 2022 prvič pokazali podpovprečno stopnjo pri vseh treh vrstah pismenosti v Sloveniji v primerjavi s povprečjem OECD. Predvsem so rezultati pokazali, da se je zadovoljstvo z življenjem mladih, vključenih v raziskavo v Sloveniji med letoma 2018 in 2022, še poslabšalo (Šterman-Ivančič in Mlekuž, 2023). V raziskavi PISA 2018 je v Sloveniji o tem, da so zadovoljni s svojim življenjem, poročalo 64 % učencev in učenk (v državah članicah OECD v povprečju 67 %). V raziskavi PISA 2022 pa je o tem poročalo 59 % učencev in učenk, kar je za 5 % manj (prav tam). Torej se že skoraj polovica otrok in mladostnikov v Sloveniji v svojem življenju ne počuti dobro.

Da slovenski otroci in mladostniki v primerjavi z vrstniki v tujini pogosteje doživljajo duševno obremenjenost kaže tudi poročilo Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ) z naslovom *Duševno zdravje otrok in mladostnikov v Sloveniji* (Roškar idr., 2019). Najpogosteje poročajo o nespečnosti, nervoznosti, razdražljivosti in potrtosti. V opazovanem obdobju 2008-2015 se je po podatkih NIJZ število obravnav v ambulantah na primarni ravni zdravstvenega varstva, pri katerih so bili otroci in mladostniki v tekočem letu prvič obravnavani zaradi duševne ali vedenjske motnje, povečalo za 25,7 % (prav tam: 16). Tudi število obravnav otrok in mladostnikov v ambulantah na sekundarni ravni zdravstvenega varstva, pri

2 Raziskavo smo izvedle sodelavke Centra za socialno psihologijo z anketnim vprašalnikom na vzorcu 1687 učencev in učenk 8. razredov osnovnih šol v Sloveniji (Ule idr., 2000).

3 Raziskava PISA ((Programme for International Student Assessment) je bila v mednarodnem prostoru prvič izvedena leta 2000 in od takrat na tri leta ugotavlja ravni bralne, matematične in naravoslovne pismenosti učencev in učenk v starosti 15 let. V Sloveniji raziskavo izvaja Pedagoški inštitut.

katerih je bila postavljena končna diagnoza duševne ali vedenjske motnje, se je v tem obdobju povečalo za 71,0 % (prav tam, str. 18). Tudi število bolnišničnih obravnav duševnih ali vedenjskih motenj otrok in mladostnikov je v opazovanem obdobju naraslo.

### 3.3. Ocena duševnega zdravja in tvegana vedenja pri mladih

Na slabšanje duševnega zdravja mladih v Sloveniji opozarjajo tudi najnovejši podatki mednarodne raziskave HBSC (*Health Behaviour in School-Aged Children*), ki poteka že od leta 1983 in jo v Sloveniji izvaja NIJZ. To je bila ena prvih mednarodnih raziskav, osredotočenih na mladostnike, njihovo (duševno) zdravje, zadovoljstvo z življenjem, tvegana vedenja (Jeriček-Klanšček idr., 2023).

Samoocena zdravja in zadovoljstva z življenjem iz zadnje raziskave HBSC iz leta 2022 na 11, 13, 15 in 17 letnikih za Slovenijo na primer kaže, da svoje zdravje kot odlično ocenjuje le 37,8 % mladostnikov. Tudi zadovoljstvo s svojim življenjem ocenjuje kot zelo dobro le 28,5 % mladostnikov. Ocena zdravja in zadovoljstva z življenjem se pomembno slabša s starostjo in nižjim socialno-ekonomskim statusom. Podatki kažejo, da se je v obdobju 2002–2022 pri vseh starostnih skupinah in pri obeh spolih povečalo doživljanje občutja potlačenosti, razdražljivosti ter nespečnosti. Povečuje se tudi anksioznost med mladimi. Prav tako se je od 2018 do 2022 v starostnih skupinah 13, 15 in 17 let pomembno povečala raven stresa ((Jeriček-Klanšček idr., 2023: 36). Zaskrbljujoč je vpliv socialno-ekonomske neenakosti. O višjem zadovoljstvu z življenjem namreč poročajo predvsem mladostniki, ki zaznavajo, da gre njihovi družini finančno dobro, in ki imajo dobro podporo staršev, vrstnikov in učiteljev (prav tam, str. 34).

Tretjina slovenskih mladostnikov je v raziskavi HBSC izkazala slabo kakovost življenja in povišano verjetnost depresije. Odstotek mladostnikov, ki izkazujejo slabšo kakovost življenja in povišano nagnjenost k depresiji, je najnižji med 11-letniki in najvišji med 15- in 17-letniki. Leta 2022 je bil odstotek mladostnikov s povišano verjetnostjo depresije pomembno višji (30,7 %) kot leta 2018 (13,4 %) (Jeriček-Klanšček idr., 2023: 38). O občutkih žalosti ali obupanosti je poročalo 32,9 % mladostnikov. V najvišji meri so prisotna pri 17-letnikih. Dekleta so o teh občutjih poročala pomembno pogosteje (43,2 %) kot fantje (23,0 %). Kar 16,6 % mladostnikov je v zadnjem letu resno razmišljalo o tem, da bi poskušali narediti samomor. Samomorilne misli so bile pogostejše pri dekletih (21,9 %) kot pri fantih (11,6 %). Ta trend se opazno zvišuje že od leta 2010.

Pravzaprav so o samomorilnih mislih poročali že mladi v že omenjeni raziskavi O socialni ranljivosti mladih v Sloveniji leta 2000 (Ule idr., 2000). Značilna je izjava mladostnice v kvalitativnem delu raziskave:

“Pred dvema letoma sem velikokrat pomislila na samomor. Enkrat sem pojedla preveliko količino tablet, vendar so me pravočasno našli. Po tem sem imela številne pogovore o tem. Takrat, ko sem to naredila, mi ni bilo do življenja. Vse mi je šlo narobe. Nekajkrat (trikrat) sem se tudi napila tako, da so me peljali v bolnišnico na “črpanje”. Imela sem toliko problemov. Mislila sem, da jih ne bom mogla nikoli rešiti, zato se mi je zdelo najbolje, da “naredim konec”. (Eva, 17 let)

### 3.4. Vpliv institucij socializacije na duševno počutje otrok in mladostnikov

Eden izmed pomembnih razlogov za porast življenjskega demoraliziranja med otroki in mladostniki so spremenjena razmerja med socializacijskimi institucijami. Tu mislimo predvsem na umanjkanje vrstniške podpore in solidarnosti. Zato so otroci in mladostniki vse bolj odvisni od ostalih dveh socializacijskih institucij: družine in šole ter razmerja med njima. In ravno v tem razmerju lahko iščemo razloge za večjo ranljivost mladostnikov v Sloveniji. Namreč tudi to razmerje postaja v sodobnem času bolj konfliktno in tekmovalno ter manj sodelujoče in podporno.

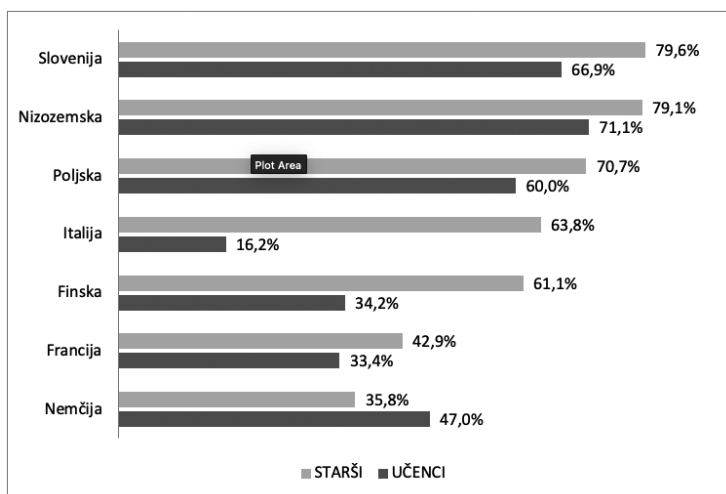
Kot kažejo raziskovalni podatki, so izobrazbene želje in aspiracije tako otrok kot staršev v Sloveniji ene najvišjih v Evropi. V evropski raziskavi Goete<sup>4</sup> (*Governance of educational trajectories in Europe*), v kateri smo sodelovali kot partnerji, smo ugotovili presenetljivo dejstvo, da imajo največje izobraževalne aspiracije prav starši v Sloveniji, kot je razvidno iz Grafa 1.

Ugotovili smo tudi, da so starši v Sloveniji tudi v primerjavi z evropskim kontekstom zelo vpleteni v izobraževalne poteke otrok ter v šolsko delo otrok. Imajo visoke izobraževalne aspiracije, ki so jih očitno ponotranjili tudi otroci. Tako starši kot otroci navajajo različne razloge za velik pomen izobraževanja. V ospredju pa je ideja o ohranjanju socialnega statusa v družbi, varnosti in življenjskega uspeha, ki naj bi ga omogočala predvsem izobrazba.

4 Governance of Educational Trajectories in Europe oz. Vodenje izobraževalnih potekov v Evropi (<http://www.goete.eu/index.php>) je potekalo v okviru 7. evropskega okvirnega raziskovalnega programa v letih 2010–2014. Avtorica teksta je bila nacionalna koordinatorica projekta za Slovenijo.

Graf 2

Odstotek učencev, ki pričakujejo, da bodo dosegli vsaj terciarno stopnjo izobrazbe in staršev, ki želijo, da njihov otrok doseže najmanj terciarno stopnjo izobrazbe.



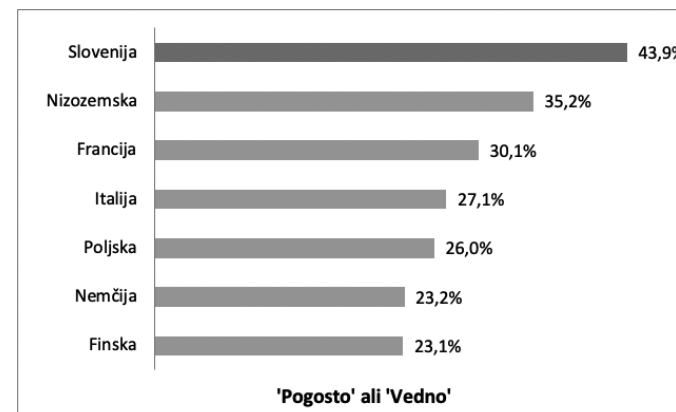
Vir: Ule idr. 2016

Staršem v Sloveniji se torej zdi, da lahko v sodobni tekmovalni družbi največ naredijo za otroke, če jim omogočijo čim več izobrazbe, naslovov, diplom, če jih zgodaj vključujejo v različne oblike urjenja in izobraževanja. Sočasno s podaljševanjem šolanja se razteza obdobje odvisnosti ali polodvisnosti mladih od izvornih družin. Podaljšana odvisnost od staršev, ki nikakor ni le materialne narave, je proces, ki je opazen povsod po Evropi, v Sloveniji pa je še posebej izrazit. Se pa spreminjajo vzgojni stili in razmerja med starši in otroki. Posebej srednjeslojski starši vse bolj postajajo zaupniki in svetovalci otrok v psiholoških ali ekonomskih težavah, pa tudi neverjetni zagovorniki otrok v javni sferi in institucijah. Tu imamo v mislih organizirano lobiranje, ko starši kot skupina pritiska od zunaj poskušajo delovati na kulturne in šolske institucije, da bi tako izboljšali življenjske možnosti svojih otrok (Ule in Živoder, 2023). To je posebna značilnost družinskega okolja v Sloveniji.

Zanimiv je tudi podatek o vpletenosti staršev v šolsko delo. Rezultati kažejo, da je odstotek tistih staršev, ki so odgovorili, da podpirajo otroke tako, da se pogosto ali vedno udeležujejo aktivnosti otrok v šoli, največji prav v Sloveniji. S tem pa otrokom onemogočajo, da bi se neposredno soočili z življenjskimi težavami in razvili strategije za njihovo reševanje. Seveda takšna naravnost staršev blokira tudi izobraževalne in karijerne odločitve otrok. Starši se odločajo namesto otrok oz. projicirajo svoje želje na otroke, pogosto v veri, da delajo vse le »v dobro otrok«. Tako so nam tudi učitelji v okviru raziskave Goete poročali, da so njihovi nasveti pogosto preslišani.

Graf 3

Kako pogosto so te starši v zadnjem letu podpirali na način, da so se udeležili tvojih aktivnosti v šoli? (prikazani so odstotki tistih staršev, ki se udeležujejo vedno in pogosto)



Vir: Ule idr. 2016

Posledično narašča tudi število konfliktov med starši in učitelji. Tako se učitelji v Sloveniji najbolj pritožujejo zaradi pritiskov s strani staršev, kar po njihovem mnenju znižuje učiteljsko strokovno avtoriteto in avtonomijo oz. kot je izjavila učiteljica v raziskavi: /.../»ker starši si želijo eno, sposobnosti pa so drugo. Potem se iščejo napake, kaj mi slabo delamo... Mislim, da nam je zelo težko, ker se vtikajo v učni proces tudi tam, kjer bi mi res morali imeti avtonomijo« (učiteljica, 9. razreda osnovne šole, LJ)

Komplementarna težnja k navedenim pritiskom so prav tako pogosta pričakovanja učiteljev, da bodo dosegli nekakšno vzgojno koalicijo s starši z na primer takojšnjim obveščanjem staršev o delu otrok v šoli. Vse te težnje in pritiski skupaj krepijo potrebo tako staršev kot izobraževalnega osebja po čim bolj učinkovitem nadzoru nad dosežki in početji šolarjev. Elektronska ređovalnica z možnostjo neposrednega dostopa staršev do nje se zdi prav idealno sredstvo za realizacijo tovrstnega nadzora. Vendar se zagovorniki tovrstnega nadzora verjetno ne zavedajo možnih negativnih posledic. Teh je več: nevarnost pasiviziranja mladih, ker se počutijo čedalje bolj objekti nadzora s strani šole in staršev, ter navajanje mladih na to, da se za ceno najmanjšega napora izogibajo konfliktom s šolo in starši, ne znajo zavzeti svojih stališč in jih tudi braniti.

Pomembna negativna posledica pa je potenciranje formalnih, opazljivih, dokazljivih vidikov identitetnih kapitalov pri doraščajoči mladini na račun zemanjanja mehkih sestavin identitetnega kapitala, kot so npr. sposobnost sodelovanja, empatije z drugimi, samostojno kritično razmišljanje in trden moralni kompas (Côté, 2007). Ravno te tako imenovane mehke sestavine pa so nujno potrebne za avtonomno in realistično samopodobo odraščajočih mladostnikov.

Zdi se, da se v Sloveniji uveljavlja tisti modus odraščanja, ki ga je kritično osvetlil James Côté v svojih študijah o razvoju identitetnih kapitalov, namreč modus, kjer tako šole kot starši delujejo na mladostnike pretežno kot »varuhi dostopa« mladih k različnim oblikam izobraževalnih dosežkov in stopenj odraslosti, ne pa kot izvori pozitivne motivacije otrok in mladih za doseganje čustvene stabilnosti in občutljivosti, odprtosti do drugih, sposobnosti za vživljanje v druge, kritično razmišljanje in zrelo moralno presojo (Côté, 2007). Ravno te psihološke in značajske lastnosti pa so mladim nujno potrebne za to, da dosežejo psihološko vitalnost in sposobnost za uspešno razumevanje in obvladovanje socialnih, poklicnih ter osebnih ovir in priložnosti, s katerimi se soočajo ali se bodo soočali v svojem življenju.

### 3.5. Vpliv neenakosti na duševno zdravje mladih

Navedeni trendi v vzorcih družinske socializacije in vzgoje imajo svojo prikrito normativno plat, ki tiho sankcionira tiste starše in otroke, ki ne znajo ali ne zmorejo ustvariti podpirne družinske klime. Negativno jih sankcionira tako, da staršem nalaga »krivdo« za realne ali domnevne socializacijske manke njihovih otrok. Otrokom pa pripisuje »krivdo« za njihove izobraževalne manke in neuspehe. Pri tem pa ostajajo spregledani vzroki teh problemov, namreč realne družbenoekonomske neenakosti, ki potiskajo določene skupine ljudi v prikrajšane življenjske pogoje in stiske. Tako se otroci delijo na privilegirane in podprivilegirane otroke zaradi različnega družbenoekonomskega položaja družin ter posledično glede na to, kakšen kulturni kapital imajo starši za ustrezno podporo otrokom doma in za ustrezno komuniciranje in zastopanje otrok v šoli.

Zato je zaskrbljujoč vpliv neenakosti na kvaliteto življenja in posledično na duševno zdravje mladih. Rezultati logistične regresije na slovenskih podatkih HBCS npr. kažejo, da so statistično pomembni napovedniki zadovoljstva z življenjem materialni položaj družine in občutenje podpore pri starših in učiteljih. O višjem zadovoljstvu z življenjem tako poročajo mladostniki, ki zaznavajo, da gre njihovi družini finančno dobro, in ki imajo dobro podporo staršev in učiteljev (Jeriček-Klanšček., 2023, str. 38).

V številnih raziskavah raziskovalci konsistentno prihajajo do ugotovitev, da se nižji socialno-ekonomski položaj in slabše blagostanje družine pri mladostnikih ne povezuje zgolj s stanjem manjšega zadovoljstva z življenjem, temveč tudi z večjo osamljenostjo in socialno izključenostjo, kar še povečuje duševne težave (Ravens-Sieberer idr., 2008). Vendar pri osamljenosti mladostnikov danes ne gre le za subjektivne psihološke doživljanje in njihove vsebine, temveč za bolj kompleksna eksistencialna stanja, ki so dandanes značilna za celotno generacijo odraščajočih.

Pri občutkih osamljenosti namreč ne gre samo za pomanjkanje socialnih stikov mladih z vrstniki ali drugimi ljudmi, temveč za občutek, da večina teh stikov za mladostnike nima globljega pomena. Skratka, gre za manko »pomembnih drugih«, ki bi mladostnikom lahko nastavili ogledalo, v katerem bi lahko ugleдали samega sebe (Mead, 1934/1997). In prav ta manko je danes morda največji problem mladih. V njem pa se izražajo globlji problemi ne le mladih, temveč vse družbe. Mnogi mladi niti sebi niti drugim ne priznajo svoje osamljenosti, ker bi to pomenilo prenašati določeno stigmo. Biti osamljen pomeni npr. priznanje neke socialne odpovedi, kar se v današnji produktivistični in tekmovalni družbi šteje kot znak osebnostne šibkosti in nemoči.

Nekateri avtorji razlikujejo med socialno in emocionalno osamljenostjo (Schoon, 2006). Prva pomeni pomanjkanje socialnih stikov posameznika z drugimi osebami in pomanjkanje socialno integrativnih odnosov osebe. Druga pa pomeni odsotnost tesnih emocionalnih navezav posameznika z drugimi ljudmi. Emocionalno osamljenost označuje občutek zavrženosti, praznosti, strahu in tesnobe. Socialno osamljenost pa karakterizirajo predvsem občutki dolgočasje, brezcilnosti življenja in marginalnosti posameznika ali posameznice v povezavi s pomanjkanjem priznanja s strani drugih ljudi.

Čeprav številni mladostniki doživljajo obe vrsti osamljenosti, je socialna osamljenost danes pogostejša kot čustvena. Socialna osamljenost je za mladostnika tudi bolj ogrožajoča, ker je oblikovanje identitete tesno povezano z izkušnjami skupinskih pripadnosti in potrjevanjem med vrstniki. Zato se mladi, ki doživljajo dlje časa trajajočo socialno osamljenost od vrstnikov, pogosto odzivajo (samo)destruktivno. Napadalno vedenje, šibka priljubljenost med vrstniki in socialno zavračanje so med ogroženimi mladimi medsebojno močno povezane značilnosti. Seveda ni nujno, da so agresivni mladi manj priljubljeni med vrstniki ali bolj osamljeni, saj včasih agresivnost pritegne večjo pozornost vrstnikov. Tako je agresivnost lahko odziv na osamljenost ali nepriljubljenost med vrstniki ali celo sredstvo za pridobivanje pozornosti in ugodnega socialnega odziva vrstnikov.

Osamljenost je pogosto tesno povezana z dolgočasjem, zlasti v okviru socialne osamljenosti. Občutek dolgočasje vodi do izgube občutka prostora in časa. Posameznik, ki se trajno dolgočasi, se ne more ali ne zna dejavno umestiti v socialni prostor in čas. Pri dolgočasu prav tako ne gre zgolj za subjektivna občutja osamljenosti posameznikov, temveč za izkušnjo „praznega“ časa. Ne gre primarno za to, da se mi „nič ne zgodi“, kot za to, da kar se že zgodi, zame nima pravega smisla, da gre zgolj za zapravljanje časa (Csikszentmihalyi, 1997).

Povečevanje občutkov nemoči, samoodtujitve in nasploh življenjske negotovosti je značilen odgovor otrok in mladostnikov na povečanje tveganj in negotovosti v življenju. Temu sledi povečevanje občutkov socialne osamljenosti,

nesmisla in praznosti ter nepravilnosti življenja (Hurellmann in Bauer, 2018; Copeland idr., 2021). Zlasti občutek nepravilnosti je pomemben dejavnik, ki izkušnje življenjske negotovosti prevaja v psihosocialne bolečine. Mladi namreč z vsakdanjim doživljanjem življenjske negotovosti izgubljajo zaupanje v racionalnost sveta, na katerega naj bi se ustrezno pripravili. Zato se med mnogimi mladimi povečuje nezaupanje do sveta in življenja. Takšne razmere pri mladostnikih širijo občutja eksistencialne negotovosti in ambivalence ter zmanjšujejo njihovo življenjsko in socialno suverenost.

#### 4. Zaključki

Odraščanje ima danes torej prijazen, radoveden, hedonističen, pa tudi obupan, apatičen, agresiven in nasilen obraz. Imamo opravka s kompleksno življenjsko situacijo mladih, kjer se nenehno prepleta osebna, medosebna in družbena problematika. Mladi pa so nekako prisiljeni, da se vsak zase, vse bolj v medsebojnih tekmovanjih in ne drug z drugim, soočajo s to problematiko. Različni pomenski in izkustveni svetovi mladih - družina, šola, digitalna omrežja, vrstniki, vrednote in simboli - se organizirajo v bolj ali manj smiselne celote tako kot lepljenka. Temu „modelu lepljenke“ sledi tudi razumevanje življenjskih razmer in samorazumevanje posameznikov.

Mladost razpada na različne segmente z različnimi življenjskimi nalogami. Medtem ko sta na področju izobraževanja nujna storilnost in samonadzor, pa mladinska kultura in potrošnja zahtevata hedonizem in emocije. Mladi morajo tako razvijati različne vzporedne biografije (Hurrellmann in Quenzel, 2019). Poleg materialnih dejavnikov, ki vplivajo na pogoje odraščanja, kot so socialni in ekonomski položaj izvirne družine, narašča pomen psihosocialnih dejavnikov, kot so čustvena stabilnost, socialne in komunikacijske spretnosti ter samopodoba odraščajočega.

Vsa ta nasprotja in težave, s katerimi se morajo soočiti otroci in mladostniki, povečujejo njihovo socialno in psihološko ranljivost. Bistvo socialne in psihološke ranljivosti je stopnjevanje težav in kopičenje nerešenih problemov, ki izhajajo eden iz drugega, npr. slab šolski uspeh, nizka samopodoba, socialna izključenost, materialne, socialne, čustvene, zdravstvene težave (Ule, 2008). Strukturne lastnosti socialne ranljivosti (npr. slab izhodiščni položaj) se praviloma prepletajo s kulturnimi in socialnimi vidiki.

Socializacijski vzorci v sodobni družbi so žal takšni, da sprejemajo kot zelo »zaželene« prav socialno nedorasle in zgolj navidezno avtonomne mlade. Vzorec socialno nedorasle in neavtonomne mladosti se pod vplivom sodobne potrošniške kulture, ki goji kult nereflektiranega zasebniškega individualizma,

prenaša v odraslost, kjer se kaže kot mešanica narcizma in konformizma z obstoječo družbo. Vse bolj neposredni in obsežni nadzor šole in staršev nad otroki in mladimi, ki ga med drugim omogoča prav sodobna informacijska kultura, je v funkcionalni zvezi s povečevanjem moči in vpliva raznih »varuhov dostopa« z vedno večjim pomenom različnih formalnih dokazil (ocen, opravljenih izpitov, diplom, priznanj ipd.), ki so potrebna za pridobitev dostopa mladih v simbolno in socialno pomenljive institucije, skupine in območja dejavnosti in prav tako z vedno manjšim prizadevanjem za pridobivanje onih manj opaznih, pa zato toliko pomembnejših mehkih sestavin identitetnega kapitala

Ta situacija se danes kaže kot svojska zgodovinska past, ki konec koncev vrača mlade na točko, od koder se je začela njihova družbeno zgodovinska emancipacija, namreč v zasebnost in družine staršev. Zasebni svet mladih in pomoč staršev sicer ponujajo mladim zatočišče in točko umika pred pritiski iz čedalje manj preglednega in čedalje bolj surovega sveta odraslih, vendar je to tudi območje iluzorne varnosti, ki se lahko hitro razbije, zlasti v primerih družinskih življenjskih neuspehov ali zdrsov.

V drugi polovici prejšnjega stoletja so relativno avtonomne oblike vrstniških skupin in mladinskih subkultur napovedovale porast osebne in socialne avtonomije mladih. Danes pa med mladimi ni nobenih primerljivih dogajanj. Nobena psihološka, terapevtska, psihosocialna pomoč mladim ne more nadomestiti tega manjka. To pa pomeni povečano socialno odvisnost mladih od staršev in institucij odrasle družbe ter povečano občutljivost mladih na ekonomske in druge socialne pritiske. Zdi se, kot da so nekdanje ovire, ki so preprečevale svobodnejši nastop mladih v javnosti, omogočale tudi neke vrste zaščitni pas pred vdorom grobih pritiskov s strani družbe odraslih. Če te ovire padejo, mladi pa ne premorejo dovolj osebne in družbene moči ter sposobnosti za odkrito soočenje z družbo, so potem dejansko bolj izpostavljeni različnim družbenim pritiskom, bolj občutljivi na te pritiske in predvsem bolj ranljivi.

Ugotavljamo torej, da so izhodišče problemske situacije mladih družbeni pogoji, v katerih mladi ljudje živijo. Ti ne vplivajo neposredno nanje, temveč delujejo s posredovanjem različnih institucij (predvsem družine in šole) na neposredne življenjske razmere. So torej konteksti življenjskega sveta. Ti konteksti življenjskega sveta pa vplivajo na vzorce tolmačenj in delovanja v vsakdanjem življenju. Družbeni pogoji so torej pomemben dejavnik v spopadanju s težavnimi življenjskimi situacijami in pri reševanju le-teh. Lahko povečujejo obrambne sposobnosti (mladega) človeka pred bodočimi obremenitvami v vsakdanjem svetu ali pa povečujejo njegovo ranljivost in zmanjšujejo njegove obrambne sposobnosti. Ranljivost posameznika ali posameznice zato ni le individualno psihološka kategorija, temveč se nanaša na njihove življenjske kontekste.

Kot opozarjajo raziskovalci, je dobro duševno zdravje povezano s pomembnimi vidiki kognitivnega in socialnega delovanja, kot so kreativno mišljenje, radovednost, fleksibilno mišljenje, odprtost za učenje z večjo močjo samoobvladovanja, razvijanjem dobrih medosebnih odnosov (Barry in Friedli, 2010; Huppert, 2009). Mladostniki z dobrim duševnim zdravjem imajo manj depresivnih simptomov in vedenjskih motenj, boljšo samopodobo, tesnejše odnose z drugimi in so boljše integrirani v šolsko okolje.

Dobro duševno zdravje, njegovo varovanje in krepitev ter preprečevanje nastanka duševnih težav so pomembni v vseh starostnih obdobjih, še posebej pa v obdobju otroštva in mladosti (Ravens- Sieberer idr., 2008). Duševno zdravje v otroštvu in mladosti je namreč po mnenju raziskovalcev pomemben napovedni dejavnik duševnega zdravja v odrasli dobi. Zato bi morale biti ugotovitve o slabšanju duševnega zdravja otrok in mladostnikov alarm tako za izobraževalne institucije kot tudi celotno družbo.

Po ocenah raziskovalcev sicer večina mladostnikov ne kaže manifestnih duševnih motenj (Keyes, 2006; Mulraney idr., 2021), kar pa ne pomeni, da se počutijo dobro in da so zadovoljni z življenjem. Problem je v tem, da imamo za diagnosticiranje manifestnih duševnih motenj otrok in mladostnikov razvito diagnostiko in terapijo, ne znamo pa ustrezno diagnosticirati znake slabšega duševnega počutja, ki se ne kažejo kot manifestne motnje. Za ta stanja bi morali obstajati drugi viri pomoči, ki pa v sodobnem svetu umanjajo. Anica Mikuš Kos jih imenuje »naravne vire pomoči« (Mikuš Kos, 2023). Sem npr. sodijo generacijska pripadnost, skupnostna pomoč in solidarnost, medsebojno sodelovanje in empatija. Menim, da bi morale biti te vrednote uvrščene visoko na lestvici družbenih vrednot, če želimo preprečiti množično sociopatijo družbe.

## Literatura

- Barry, M. in Friedli, L. (2010). The influence of social, demographic and physical factors on positive mental health in children, adults and older people. V C. L. Cooper, J. Field, U. Goswami, R. Jenkins in B. J. Sahakian (ur.), *Mental capital and wellbeing* (str. 475-484). Wiley Blackwell.
- Bauman, Z. (2006). *Liquid Fear*. Polity.
- Beck, U. in Beck-Gernsheim, E. (2002). *Individualization: Institutionalized Individualism and Its Social and Political Consequences*. Sage.
- Buchmann, M. (1989). *The script of life in modern society: Entry into adulthood in a changing world*. University of Chicago Press.
- Copeland, W. E., Alaie, I., Jonsson, U. in Shanahan, L. (2021). Associations of Childhood and Adolescent Depression with Adult Psychiatric and Functional Outcomes. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*, 60(5), 604-611. doi: 10.1016/j.jaac.2020.07.895
- Côté, J. (2007). Youth and the provision of resources. V H. Helve in J. Bynner (ur.), *Youth and Social Capital* (str. 59-70). The Tufnell Press.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow: The psychology of engagement with everyday life*. Basic Books.
- Degen, J. L., Kleeberg-Niepage, A. in Bal, P. M. (2022). Lost in Context? Critical Perspectives on Individualization. *Human Arenas* 1-6. doi: 10.1007/s42087-022-00295-6
- Elder, G. in Giele, J. (2009). *The Craft of Life Course Research*. The Guilford Press.
- Heinz, W. R. (1997). *Theoretical Advances in Life Course Research*. Deutscher Studien Verlag.
- Heitmeyer, W., Mansel, J. in Olk, T. (2012). *Individualisierung von Jugend. Zwischen kreativer Innovation, Gerechtigkeitsuche und gesellschaftlichen Reaktionen*. Juventa Vrl.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137-164.
- Hurrelmann, K. in Bauer, U. (2018). *Socialisation During the Life Course*. Routledge.
- Hurrelmann, K. in Quenzel, G. (2013). Lost in transition. Status insecurity and inconsistency as hallmarks of modern adolescence. *International Journal of Adolescence and Youth*, 20(3), 261-270.
- Hurrelmann, K. in Quenzel, G. (2019). *Developmental Tasks in Adolescence*. Routledge.
- Jeriček-Klanšček, H., Furman, L., Roškar, M., Drev, A., Pucelj, V., Koprivnikar, H., Zupanič, T. in Korošec, A. (2023). *Z zdravjem povezana vedenja v šolskem obdobju med mladostniki v Sloveniji. Izsledki mednarodne raziskave HBSC 2022*. NIJZ.
- Jeriček Klanšček, H., Roškar, S., Vinko, M. in Hočevar-Grom A. (2018). *Duševno zdravje otrok in mladostnikov v Sloveniji*. NIJZ.
- Kelly, M. (2023). A theory of youth mental health recovery. The Association for Child and Adolescent Mental Health. <https://www.acamh.org/research-digest/a-theory-of-youth-mental-health-recovery/>
- Keyes, C. L. M. (2006). Mental health in adolescence: is America's youth flourishing?. *American journal of orthopsychiatry*, 76(3), 395-402.
- Kroska, E., Roche A., Adamowicz, J. in Stegall, M. (2020). Psychological flexibility in the context of COVID-19 adversity: associations with distress. *Journal of Contextual Behavioral Science*, 18, 28-33.
- Mead, G. H. (1997). *Um, sebstvo, družba*. Krtina.
- Mikuš-Kos, A. (2023). Duševno zdravje otrok in naravni viri pomoči. V M. Nastran Ule in E. Strmljan Kreslin (ur.), *Na ulice! Odraščanje v današnjem času* (str. 140-159). Založba FDV.
- Mills, M. (2007). Individualization and the Life Course: Toward a Theoretical Model and Empirical Evidence. V C. Howard (ur.), *Contested Individualization* (str. 61-79). Palgrave Macmillan.
- Mulraney, M., Coghill, D., Bishop, C., Mehmed, Y., Sciberras, E., Sawyer, M., Efron, D. in Hiscock, H. A. (2021) Systematic review of the persistence of childhood mental health problems into adulthood. *Neurosci. Biobehav. Rev.*, 129, 182-205. doi:10.1016/j.neubiorev.2021.07.030
- Ravens-Sieberer, U., Gosch, A., Rajmil, L., Erhart, M., Bruil, J., Power, M., Duer, W., Auquier, P., Cloetta, B., Czemy, L., Mazur, J., Czimbalmos, A., Tountas, Y., Hagquist, C., Kilroe, J. in KIDSCREEN Group (2008). The KIDSCREEN-52 quality of life measure for children and adolescents: psychometric results from a cross-cultural survey in 13 European countries. *Value in health: the journal of the International Society for Pharmacoeconomics and Outcomes Research*, 11(4), 645-658. doi: 10.1111/j.1524-4733.2007.00291.x
- Ravens-Sieberer, U., Kaman, A., Erhart, M., Devine, J., Schlack, R. in Otto, C. (2022). Impact of the COVID-19 pandemic on quality of life and mental health in children and adolescents in Germany. *Eur Child Adolesc Psychiatry*, 31(6), 879-889. doi: 10.1007/s00787-021-01726-5
- Roškar, S., Jeriček Klanšček, H., Vinko, M. in Hočevar Grom, A. (2019). *Duševno zdravje otrok in mladostnikov v Sloveniji - povzetek publikacije*. NIJZ. [https://nizj.si/wp-content/uploads/2022/07/povzetki\\_dzom\\_elektronska\\_izdaja\\_novo.pdf](https://nizj.si/wp-content/uploads/2022/07/povzetki_dzom_elektronska_izdaja_novo.pdf)
- Sackmann, R. (2007). *Lebenslaufanalyse und Biografieforchung*. Verlag für Sozialwissenschaften.
- Schoon, I. (2006). *Risk and Resilience. Adaptation in Changing Times*. Cambridge University Press.
- Šterman-Ivančič, K. ((2019). *PISA 2018. Program mednarodne primerjave dosežkov učencev in učenk. Nacionalno poročilo s primeri nalog iz branja*. Pedagoški inštitut. <https://www.pei.si/raziskovalna-dejavnost/mednarodne-raziskave/pisa/pisa-2018/>
- Šterman-Ivančič K. in Mlekuž A. (2023) *Program mednarodne primerjave dosežkov učencev in učenk - PISA 2022 Nacionalno poročilo s primeri nalog iz matematike*. Pedagoški inštitut. [https://www.pei.si/wp-content/uploads/2024/04/Porocilo22\\_final\\_26032024.pdf](https://www.pei.si/wp-content/uploads/2024/04/Porocilo22_final_26032024.pdf) (18.3.2024)
- Ule, M. (1988). *Mladina in ideologija*. Delavska enotnost.
- Ule, M. (2008). *Za vedno mladi? Socialna psihologija odraščanja*. Založba FDV.
- Ule, M. in Renner, T. (1998). *Youth in Slovenia. New Perspectives from the Nineties*. Ministry of Education, Youth department.
- Ule, M., Renner, T., Mancin-Čeplak, M. in Tivadar, B. (2000). *Socialna ranljivost mladih*. Aristej.
- Ule, M. in Živoder, A. (2023). Good parenting: parental support in education as a factor in inequality. *Studia paedagogica*, 28(2), 11-28.
- Ule, M., Živoder, A., Lunabba, H. in Du Bois-Reymond, M. (2016). Teachers and parents as actors in the students' educational transitions. V A. Walther, M. Parreira do Amaral, M. Cuconato in R. Dale (ur.), *Governance of educational trajectories in Europe: pathways, policy and practice* (str. 247-264). Bloomsbury Academic.
- Weiss, J., Lawton, L. in Fischer, C. (2022). Life course transitions and changes in network ties among younger and older adults. *Adv Life Course Res*, 52, 100478. doi: 10.1016/j.alcr.2022.100478