



## Zdravlje školske djece i studenata

## Slobodno vrijeme, rizične navike i depresivnost adolescenata u Zadarskoj županiji

Nadia Cavenago Morović, Polona Bencun Gumzej, Julija Mišlov, Margareta Mesić

Služba za školsku medicinu i Služba za prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti i mentalno zdravlje  
Zavod za javno zdravstvo Zadarske županije

**Ključne riječi:** adolescenti, rizične navike, depresivnost, slobodno vrijeme

## UVOD

Adolescencija je vrijeme visokog rizika za pojavu poremećaja ponašanja i nekih oblika ovisničkog ponašanja (1,3). Mada postoje dokazi porasta emocionalnih poteškoća u adolescenata razlozi promjena ponašanja nisu dovoljno razumljivi (4).

## CILJ

Ispitali smo kako mladi koriste slobodno vrijeme, učestalost pušenja i pijenja alkoholnih pića, pojavu depresivnosti i korelaciju sa školskim uspjehom.

## ISPITANICI I METODE RADA

Ispitivanje smo provodili metodom anonimnog anketiranja 2005. godine. U ispitivanju pojave depresivnosti koristili smo skalu za depresivnost za djecu i adolescente – SDD (5).

Ispitanici su bili učenici osmih razreda osnovnih škola te svih razreda srednjih škola grada Zadra i Zadarske županije (slika 1).

Ispitano je 848 učenika, 442 ženskih (52.12%) i 408 muških (47.87%) u dobi od 13 do 19 godine. 523 anketiranih učenika (61.1%) bilo je iz gradskih škola, a 326 anketiranih iz županijskih (38.9%).

Prosječni školski uspjeh svih učenika bio je 3.99 (sd=0.83).

## Slika 1.



## REZULTATI

Ispitivanje korištenja slobodnog vremena mladih pokazalo je da se 59% anketiranih bavi sportom barem jedan puta tjedno, a 11% nikada. 42% ispitanika ide na neku vanškolsku aktivnost, a 33% ne ide. Postoji statistički značajna razlika u bavljenju sportom između dječaka i djevojčica. Dječaci se bavi sportom više puta tjedno, a djevojčice više puta mjesečno. Ta razlika se također odražava i na vremenu provedenom u vanškolskim aktivnostima u čemu značajno češće sudjeluju dječaci.

Vrijeme provedeno u gledanju televizije ne pokazuje spolne razlike. Adolescenti u prosjeku provode pred televizijom 2 do 4 sata dnevno. 35% ispitanika provodi pred televizijom 4 sata dnevno, a 19% ispitanika više od toga.

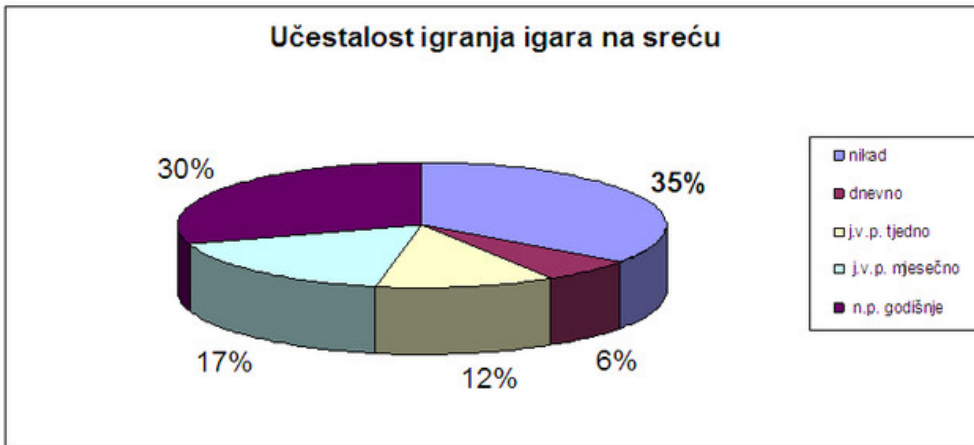
65% ispitanika provodi 2 sata dnevno ispred kompjutera, a samo 5% više od 4 sata dnevno. Na pitanje o odlasku u kafiće 57% učenika ide u kafić svakodnevno do više puta tjedno, s napomenom da 22% ispitanika ide u kafić svakodnevno. Važno je istaknuti da ova vrsta provođenja slobodnog vremena sa sobom donosi i rizična ponašanja. Naime, većina onih koji dnevno ili više puta tjedno puše cigarete i piju alkohol većinu svog slobodnog vremena provodi u kafićima.

Samo 13% ispitanika ide barem jednom tjedno u disko, a 31% ih uopće ne ide. U odlasku u disko prednjače mladići.

Kino jednom ili više puta mjesečno posjećuje 61% ispitanika, ali ih 70% uopće ne ide u kazalište. Gradsku knjižnicu češće pohađaju djevojke od mladića (jednom do više puta mjesečno, za razliku od mladića koji to čine nekoliko puta godišnje). 18% ispitanika nikad ne čita knjige.

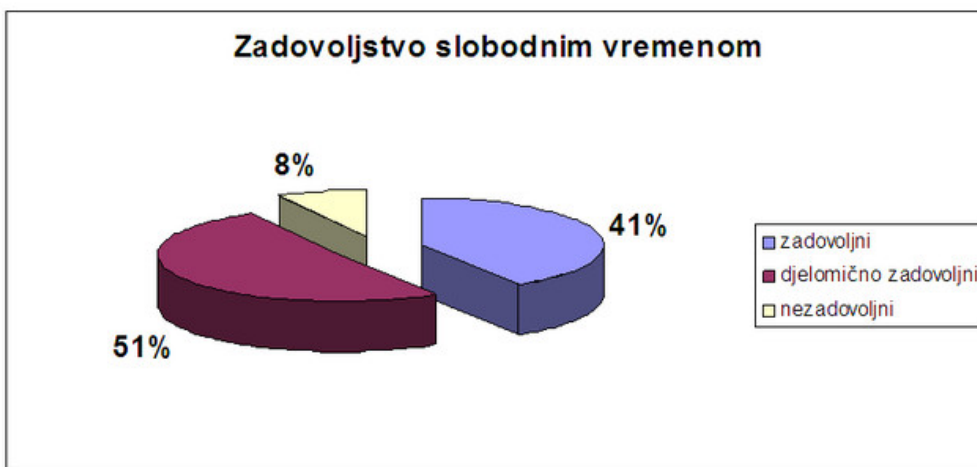
Igre na sreću su jako proširena aktivnost među Zadarskim adolescentima. Mladići klađenje i ostale igre na sreću prakticiraju više puta mjesečno za razliku od djevojaka koje to ne rade gotovo nikada. Zastrašuje podatak da 30.2% adolescenata prakticira klađenje na dnevnoj bazi (slika 2).

## Slika 2.



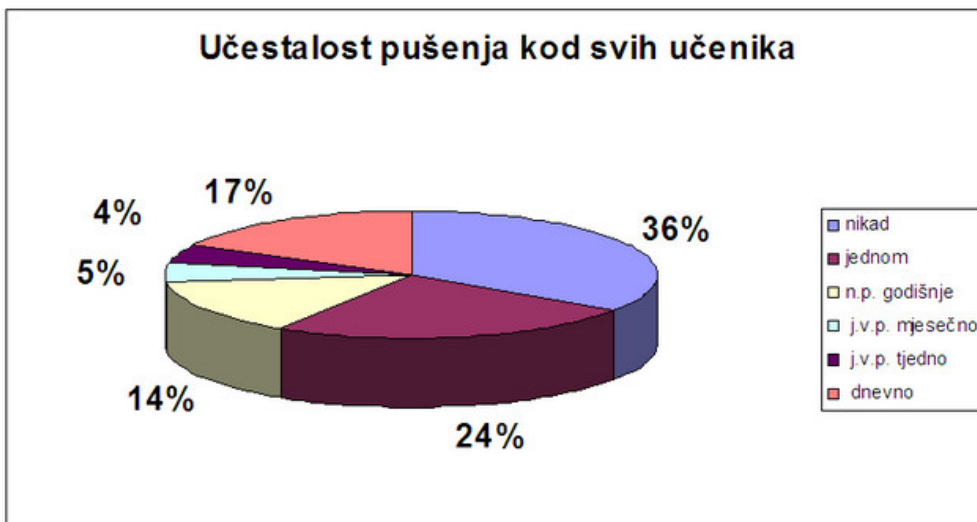
Slobodnim vremenom je zadovoljno 41% ispitanika, djelomično je zadovoljno njih 51%, a nezadovoljnih je samo 8% (slika 3). Prema procjeni učenika u Zadru nedostaju okupljališta za mlade te sportski tereni i dvorane. Mladi su kao svoj najveći problem istakli nerazumijevanje odraslih, dosadu i usamljenost.

**Slika 3.**



Na pitanje o učestalost pušenja 36% mladih je odgovorilo da nikad nije pušilo, ali 24% ispitanika puši jednom ili više puta tjedno, a dnevno čak njih 17% (slika 4).

**Slika 4.**

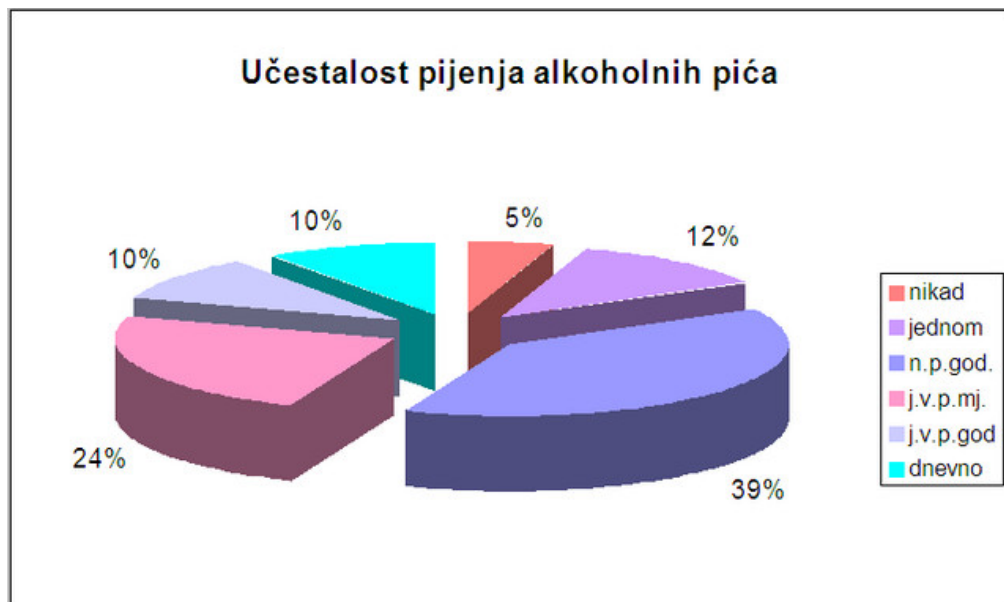


Nema statistički značajne razlike u pušenju između dječaka i djevojaka niti je ima između učenika u gradskim i županijskim školama, ali zato postoji značajna korelacija u pušenju cigareta i školskog uspjeha učenika.

Učenici s nedovoljnim uspjehom u školi u prosjeku puše jednom ili više puta tjedno, s dovoljnim jednom ili više puta mjesečno, s dobrim uspjehom nekoliko puta godišnje, vrlo dobrim između jednom i nekoliko puta godišnje i odličnim jednom godišnje. Primijećen je značajan porast pušenja s dobi (u osmom razredu je pušilo 9.74% učenika u odnosu na 30% učenika u završnim razredima srednjih škola).

Sve veći problem među adolescentima je pijenje alkoholnih pića. Samo 4.88% ispitanika nije nikad pilo alkohol, a 20% ispitanika pije svakodnevno do jednom ili više puta tjedno. Nema značajne razlike s obzirom na spol, ni u odnosu na školski uspjeh. Podjednako piju mladi gradskih i županijskih škola (slika 5).

**Slika 5.**



Depresija je nesumnjivo jedna od češćih bolesti današnjice u odrasloj populaciji. Od nje boluje 10 do 20% osoba, a dominiraju žene.

Depresija dječje i adolescentne dobi prepoznata je tek zadnjih desetljeća prošlog stoljeća, djelom zato što se depresija u toj dobi često manifestira drugačijim simptomima od one u odrasloj dobi. Osnovni uvjet za postavljanje dijagnoze je dugotrajnost simptoma, tako da se na osnovu jednog upitnika ne može postaviti individualna dijagnoza, ali se može dobiti uvid u stanje depresivnosti među adolescentima kao populaciji (5).

Naši rezultati (4.63% djece sa klinički značajnim simptomima) su u skladu sa svjetskim istraživanjima na tu temu. Ženski spol pokazuje veću sklonost depresivnom stanju od muškog. Postoji značajna razlika u korelaciji simptoma depresivnosti školskog uspjeha. Najmanje simptoma pokazuju učenici koji postižu bolji uspjeh u školi (5.27% djece sa vrlo dobrim i odličnim uspjehom u školi u odnosu na 12.6% onih sa lošijim uspjehom u školi).

Postoji značajna veza između redovnog uzimanja cigarete, alkohola i depresije. Što češće i redovnije mladi konzumiraju cigarete i alkohol, to imaju klinički značajniji rezultat na skali depresivnosti.

#### ZAKLJUČAK

Adolescenti u Zadru nemaju dovoljno prihvatljivih i prepoznatljivih sadržaja za adekvatno provođenje slobodnog vremena. Neadekvatno provođenje slobodnog vremena povećava pojavu rizičnih ponašanja i navika. Organiziranjem multidisciplinarnih centara za mlade moglo bi se doprinijeti boljem korištenju slobodnog vremena i prevenciji svih oblika rizičnog ponašanja.

#### Literatura:

1. Angold A, Costello EJ, Worthman CM. Puberty and depression: the roles of age, pubertal status and pubertal timing. *Psychol Med* 1998; 28(1):51-61.
2. Costello EJ, Angold A. *Dev Psychopathol* 2000; 12(4):599-618.
3. Twenge JM, Gentile B, DeWall CN, Ma D, Lancefield K, Schurtz DR. Birth cohort increases in psychopathology among young Americans, 1938-2007: A cross-temporal meta-analysis of the MMPI. *Clin Psychol Rev* 2010; 30(2):145-54.
4. Arnett JJ. Adolescent storm and stress, reconsidered. *Am Psychol* 1999; 54(5):317-26.
5. Vulić-Prtorić A. Depresivnost u djece i adolescenata. Izd. Naklada Slap, Jastrebarsko, 2004.

#### Kontakt adresa:

Nadia Cavenago – Morović, dr. med. spec. školske medicine  
 Služba školske medicine  
 Zavod za javno zdravstvo Zadar  
 Kolovare 2, 23000 Zadar  
 Tel/ fax: 023 305-436  
 Mob: 099/220-7555  
 e-mail: [nadia.morovic@hi.t-com.hr](mailto:nadia.morovic@hi.t-com.hr)