

Mentalno zdravlje u strukovnom obrazovanju i osposobljavanju

AGENDA JAVNOG ZAGOVARANJA

Broj projekta: 2022-1-AT01-KA220-VET-000088070

Sadržaj

1	Sažetak	1
2	Uvod	2
2.1	Što je mentalno zdravlje?	3
2.1.1	Čimbenici rizika povezani s problemima mentalnog zdravlja	4
2.2	Obrazovanje o mentalnom zdravlju i strukovnom obrazovanju i osposobljavanju	5
2.2.1	Što je sa samim učiteljima i instruktorima?	6
3	Paneuropsko istraživanje o mentalnom zdravlju u strukovnom obrazovanju	8
3.1	Upitnik	8
3.2	Rezultati ispitivanja	9
4	Zaključci i preporuke	11
5	Bibliografija	14

1 Sažetak

Sve je više dokaza da problemi mentalnog zdravlja postaju nova pandemija, a mladi su ranjiva skupina. Stoga je još važnije pomoći nastavnicima i predavačima da razviju znanje i vještine za rješavanje tog problema. Očita kriza mentalnog zdravlja ima dvostruki učinak na učitelje i instruktore koji se moraju baviti problemima mentalnog zdravlja svojih učenika i vlastitim osobnim pitanjima, a sve to bez obuke ili podrške. AHEADinVET je Erasmus + projekt usmjeren na unaprjeđenje europskog diskursa o mentalnom zdravlju u obrazovanju, posebno u strukovnom obrazovanju i izgradnju kompetencija učitelja i instruktora u rješavanju problema mentalnog zdravlja. U sklopu projekta provedeno je paneuropska istraživanja s online anketom (n = 400) i intervju s nastavnicima i instruktorima iz Austrije, Belgije, Hrvatske, Grčke i Italije na temu mentalnog zdravlja u organizacijama za strukovno obrazovanje i osposobljavanje.

Rezultati istraživanja nesumnjivo govore u prilog postojećoj krizi mentalnog zdravlja u sustavu strukovnog obrazovanja te potrebi za obukom nastavnika i trenera na temu mentalnog zdravlja.

Dionici u obrazovnim sustavima na nacionalnoj i europskoj razini trebali bi uzeti u obzir hitnu potrebu za politikom obrazovanja koja će uključivati kontinuiranu i dugoročnu integraciju mentalnog zdravlja u osposobljavanje nastavnika, korake za poboljšanje skrbi i samozbrinjavanja nastavnika te uspostavu i održavanje dostupne usluge mentalnog zdravlja za učenike i nastavnike.

2 Uvod

AHEADinVET je Erasmus + projekt usmjeren na unaprjeđenje europskog diskursa o mentalnom zdravlju u obrazovanju, posebno u strukovnom obrazovanju i izgradnju kompetencija nastavnika i instruktora u rješavanju problema mentalnog zdravlja.

Motivacija projekta AHEADinVET je podržati sudionike strukovnog obrazovanja u nošenju s rastućim problemom mentalnog zdravlja. Ciljana skupina su učitelji/nastavnici strukovnog obrazovanja i osposobljavanja i treneri/instruktori koji imaju značajnu ulogu u obrazovnom procesu, ne samo kao oni koji podučavaju i prenose znanje, već i oni koji brinu o dobrobiti svojih učenika i pripravnika. Podrška učiteljima i nastavnicima u poboljšanju mentalnog zdravlja učenika ima dvostruku korist za učitelje i nastavnike na osobnoj i profesionalnoj razini te za same polaznike obrazovnog sustava.

Sve je više dokaza da problemi s mentalnim zdravljem postaju nova pandemija, a mladi su prepoznati kao jedna od ranjivih skupina. Stoga je još važnije pomoći nastavnicima i predavačima da razviju znanje i vještine za rješavanje tog problema. AHEADinVET usmjeren je na osiguravanju dostatnih vještina i kompetencija za nastavnike i instruktore u strukovnom obrazovanju i osposobljavanju kako bi se osjećali dobro opremljenima za rješavanje pitanja mentalnog zdravlja svojih učenika kroz kreiranje edukativnih i trening sadržaja ali i podizanjem svijesti o toj temi.

Ovim dokumentom konzorcij projekta AHEADinVET želi predstaviti svoje stajalište o problemima mentalnog zdravlja učenika u strukovnom obrazovanju i osposobljavanju te preporuke o pružanju podrške nastavnicima i instruktorima u rješavanju problema mentalnog zdravlja učenika.

U radu će se prvo razmotriti neka specifična područja mentalnog zdravlja važna za adolescente i mlade odrasle osobe, a zatim će se razmotriti rezultati paneuropskog istraživanja o mentalnom zdravlju u organizacijama za strukovno obrazovanje i osposobljavanje. Naposljetku, iznijet ćemo zaključke i preporuke za dionike u obrazovnim sustavima.

2.1 Što je mentalno zdravlje?

Svijet se suočava s krizom mentalnog zdravlja, čak i prije nedavne pandemije. Pitanja mentalnog zdravlja nisu samo osobna borba, nešto što drugi imaju i trebaju rješavati. Poteškoće mentalnog zdravlja uzrokuju značajan negativan utjecaj na funkcioniranje pojedinca ali i utjecaj na obitelj, zajednicu i društvo općenito na različitim razinama. Stoga je Svjetska zdravstvena organizacija (SZO) akciju o mentalnom zdravlju proglasio prioritetom a bilo je mnogo pokušaja i inicijativa od strane drugih organizacija. Međutim, rezultati tih napora još uvijek nedostaju, a nismo vidjeli primjerenu provedbu programa i politika. Međutim, sve se više prepoznaje porast izazova u pogledu mentalnog zdravlja među adolescentima i odraslima.

Za razliku od većine problema s fizičkim zdravljem koji dolaze s godinama, problemi s mentalnim zdravljem obično se razvijaju ranije u životu (Kessler et al., 2007.). Djeca i adolescenti čine 44% svjetskog stanovništva, a oko 10-20% njih ima problema s mentalnim zdravljem (Kieling et al., 2011.). U nedavnoj pandemiji broj je samo porastao, a utvrđeno je da su mladi izloženi riziku od razvoja problema mentalnog zdravlja uslijed COVID-19 i anti-pandemijskih mjera (Ajduković et al., 2021.). Čak i bez pandemije, pitanja mentalnog zdravlja glavni su uzrok zdravstvenog opterećenja djece, adolescenata i mladih odraslih osoba (GBD, 2017.). Rana prevencija i liječenje problema mentalnog zdravlja od najveće su važnosti jer se otprilike polovica problema mentalnog zdravlja koji pogađaju ljude u odrasloj dobi počinje javljati tijekom ili prije adolescencije. Iako primarna zadaća liječenja poteškoća mentalnog zdravlja leži na (mentalnim) zdravstvenim djelatnicima, prevencija je svačiji posao. Djeca, adolescenti i mladi odrasli velik dio života provode u školama i obrazovnim sustavima koji mogu biti zaštitni ili rizični faktor za daljnji razvoj učenika i njihovo mentalno zdravlje.

SZO mentalno zdravlje definira kao „stanje mentalne dobrobiti koje omogućuje ljudima da se nose sa stresom života, shvate svoje sposobnosti, uče dobro i dobro rade te doprinose svojoj zajednici. To je sastavni dio zdravlja i dobrobiti koji podupire naše individualne i kolektivne sposobnosti donošenja odluka, izgradnje odnosa i oblikovanja svijeta u kojem živimo. Mentalno zdravlje je osnovno ljudsko pravo. I to je ključno za osobni, društveni i društveno-gospodarski razvoj „.

Problemi mentalnog zdravlja razlikuju se po intenzitetu i obliku jer je mentalno zdravlje na kontinuitetu od dobrog mentalnog zdravlja do psihosocijalnog invaliditeta. Bez prevencije mentalnog zdravlja i mehanizama rane intervencije ili odgovarajućih usluga podrške, problemi s mentalnim zdravljem vjerojatno će se povećati.

2.1.1 Čimbenici rizika povezani s problemima mentalnog zdravlja

Kao što je ranije navedeno, procjenjuje se da je prevalencija problema mentalnog zdravlja u djece i adolescenata između 10% i 20%. Porast problema mentalnog zdravlja u djece i adolescenata nazvan je takozvanim „milenijskim pobolom” (od 2000. do danas) jer su problemi mentalnog zdravlja napredovali i danas imaju značajan utjecaj unutar zdravlja djece i adolescenata (Wille et al., 2008.). Poteškoće mentalnog zdravlja se zatim odražavaju u sposobnostima učenika da funkcioniraju u školi, te u njihovim odnosima s obitelji i prijateljima.

Razlozi nastanka problema mentalnog zdravlja brojni su i često međusobno povezani. U današnjem društvu dominantan je biomedicinski model (mentalnog) zdravlja, koji je doveo do pretjerane usredotočenosti na biološke i nasljedne čimbenike, koji je povezan s negativnim posljedicama kao što su prekomjerna uporaba lijekova u liječenju, stigmatizacija i prinuda. Tijekom vremena došlo je do povećanog razumijevanja koje povezuje psihosocijalne čimbenike sa lošijim ishodima mentalnog zdravlja. U sklopu razumijevanja psihosocijalnih čimbenika prepoznati su i protektivni čimbenici koji doprinose mentalnom zdravlju i omogućuju osobi da se nosi s izazovima. Pojedinaac koji ima dovoljno protektivnih čimbenika, kao što su dobri interpersonalni odnosi i zdrave strategije suočavanja, bit će bolje opremljen za savladavanje životnih prepreka. Nasuprot tome, čimbenici rizika uključuju stvari koje negativno utječu na mentalno zdravlje osobe i povezane su s većom vjerojatnošću negativnih ishoda. Na oba čimbenika utječu sva područja života, kao što su socijalni, okolišni, kulturni i situacijski čimbenici. Neki poznati psihosocijalni čimbenici rizika povezani su s ranim životnim traumatičnim ili stresnim događajima kao što su tjelesni problemi djeteta ili roditelja, roditeljski sukobi, razgradnja obitelji, roditeljski psihosocijalni problemi uključujući ovisnosti, nepovoljni socioekonomski položaj i iskustva nasilja ili spolnog zlostavljanja. Čimbenici rizika ne pojavljuju se izolirano, već su skloni grupirati se i uzajamno djelovati. Ranjivost na čimbenike rizika varira ovisno o dobi i spolu, ali općenito nepovoljni (s) događaja, posebno s kumulativnim učinkom tijekom vremena,

moгу imati značajan utjecaj na razvoj uma mlade osobe. „Milenijski pobol” koncept je koji tek treba u potpunosti istražiti, no promjene u današnjem načinu života, poput prisutnosti digitalnih ekrana, društvenih medija i pritiska ili dobrog funkcioniranja, mogu izazvati poremećaje.

Važno je imati na umu da na mentalno zdravlje i dobrobit utječu i proksimalni faktori (obiteljski utjecaj), ali i distalni faktori kao što su karakteristike zajednica i društva koje oblikuju prilike i iskustva (Wille et al., 2008.).

2.2 Obrazovanje o mentalnom zdravlju i strukovnom obrazovanju i osposobljavanju

Obrazovanje je postalo sve važnije u današnjem poslovnom životu i važan je čimbenik kada poslodavci zapošljavaju zaposlenike. To stvara pritisak i na učenike i na nastavnike. Ulazak u strukovno obrazovanje značajan je korak u odrastanju, iskustva u tom razdoblju mogu odrediti ostatak nečijeg života. Iako je strukovno osposobljavanje dostupno i odraslima, većina učenika u strukovnom obrazovanju su adolescenti i mladi odrasli. Do trenutka ulaska u strukovno obrazovanje, mnogi su rizični čimbenici već prisutni. Međutim, zbog promjena nastalih u razdoblju adolescencije, problemi mentalnog zdravlja mogu postati izraženiji.

Rješavanje potreba za mentalnim zdravljem u školi od ključne je važnosti jer statistički podaci pokazuju da 1 od 5 učenika ima značajne emocionalne, bihevioralne ili mentalne zdravstvene probleme koji utječu na njihovo blagostanje kod kuće, u školi i u zajednici. Neovisno o tome jesu li problemi mentalnog zdravlja već postojeći ili se pojavljuju u kontekstu škole kroz vršnjački pritisak, zlostavljanje, testnu anksioznost i slično, mentalno zdravlje učenika trebalo bi biti prioritet. Izostanci s nastave i napuštanje obrazovnog sustava mogu biti uzrokovani problemima mentalnog zdravlja te istovremeno predstavljati relevantne probleme za društvo i buduću radnu snagu. Organizacije za strukovno obrazovanje i osposobljavanje izložene su većem riziku od ranog napuštanja školovanja, podskupine studenata koju je EU prepoznao kao ranjivu i čiji je cilj na razini EU-a utvrditi da bi udio osoba koje rano napuštaju školovanje i osposobljavanje do 2030. trebao biti manji od 9%.

U većini europskih zemalja djeca nakon obveznog školovanja biraju između općeg akademskog ili strukovnog obrazovanja koje se smatra manje unosnim i/ili prestižnim

(Juttler et al, 2021.). Iako postoji velika potreba za strukovnim stručnjacima, strukovno obrazovanje i organizacija strukovnog obrazovanja i osposobljavanja često su marginalizirani i nedovoljno financirani, što zauzvrat stvara dodatne prepreke u brizi za mentalno zdravlje polaznika. Mnoge škole, uključujući organizacije za strukovno obrazovanje i osposobljavanje, nemaju resurse za osposobljavanje svojih nastavnika u području mentalnog zdravlja ili za zapošljavanje stručnjaka za mentalno zdravlje, dok je pomoć iz zdravstvenih sustava često teško dobiti.

Kako je navedeno u Savjetu generalnog kirurga SAD-a (2021) kao odgovor na negativne posljedice pandemije bolesti COVID-19, za potporu „mentalnom zdravlju djece i mladih potreban je trud cijelog društva kako bi se odgovorilo na dugogodišnje izazove, ojačala otpornost mladih, poduprle njihove obitelji i zajednice te ublažili učinci pandemije na mentalno zdravlje". Međutim, izjava stoji i nakon prestanka nedavne pandemije. Mladima se mora osigurati pristup cjelovitoj potpori (uključujući potporu za mentalno zdravlje) unutar njihove zajednice i na mjestima koja često posjećuju. Škole i organizacije za strukovno obrazovanje i osposobljavanje ovdje imaju važnu ulogu u ciljanom osiguravanju mentalnog zdravlja mladih ali i u svim fazama života. To se mora postići boljom koordinacijom različitih usluga integriranim pristupom (usluge mentalnog zdravlja, socijalne usluge, zdravstvene usluge, obrazovni sustavi, radna mjesta, itd.) i pružanjem usluga u zajednici. Potrebno je ulagati u pismenost o mentalnom zdravlju i uključiti mentalno zdravlje u školske kurikulume i kurikulume nastavnika i instruktora te povećati potporu za mentalno zdravlje u školama i strukovnom obrazovanju i osposobljavanju.

2.2.1 Što je sa samim učiteljima i instruktorima?

Nedavna studija o europskim nastavnicima u nižim razredima srednjeg obrazovanja pokazuje znatnu razinu stresa i opterećenja povezanog s radom (Europski Commission/EACEA/Eurydice, 2021.). Prema podacima međunarodnog istraživanja TALIS-a iz 2018., gotovo 50% europskih nastavnika u nižim razredima srednjih škola osjeća stres na poslu. Četrdeset i šest posto nastavnika (odgovori „puno” i „poprilično malo”) izjavilo je da njihov posao negativno utječe na njihovo mentalno i tjelesno zdravlje, pri čemu taj udio u Belgiji (Francuskoj zajednici) i Portugalu ide i do 50%. Mentalno zdravlje zabrinjava jednog od tri nastavnika u Belgiji (flamanska zajednica), Bugarskoj, Danskoj, Francuskoj, Latviji i Ujedinjenoj Kraljevini (Engleska). Nadalje,

podaci pokazuju da tri od četiri najčešća izvora stresa nisu izravno povezana s osnovnim zadaćama poučavanja, već s administrativnim radom, odgovornošću za postignuća studenata i zahtjevima nadležnih tijela. (Europski Commission/EACEA/Eurydice, 2021.).

U izvješću Eurydice (2021.) dodatno se ističe nekoliko sustavnih i kontekstualnih čimbenika povezanih s višim razinama stresa nastavnika koji su povučeni iz podataka TALIS-a iz 2018. Puno radno vrijeme, više iskustva i rad s ugovorima na neodređeno vrijeme, te rad u učionicama koje smatraju disruptivnima, kada se osjećaju manje samopouzdanima u upravljanju ponašanjem studenata ili motiviranju studenata povezano je sa samoprocijenjenom visokom razinom stresa. Zaštitni čimbenici za percipirani radni stres bili su suradničko školsko okruženje i osjećaj autonomije na njihovom poslu (Europski Commission/EACEA/Eurydice, 2021.).

Očita kriza mentalnog zdravlja udvostručila je učinak na učitelje i trenere jer se oni bave problemima mentalnog zdravlja svojih učenika i vlastitim osobnim pitanjima, a sve to bez obuke ili podrške. Pitanje je trebaju učitelji i nastavnici skrbi o mentalnom zdravlja učenika? Odgovor je i da i ne. Da, nastavnici i instruktori po prirodi svoje profesije na prvim su linijama procjene problema mentalnog zdravlja, stvaranja sigurnog okruženja, osiguravanja zaštitnih čimbenika i ponude psihosocijalnih intervencija niske razine; ne, ne bi trebali to činiti bez dostatne sustavne potpore i odgovarajućeg osposobljavanja.

Postoji mnogo dokaza da su programi mentalnog zdravlja u školama učinkoviti, ali da se suočavaju s preprekama u provedbi i preprekama na nekoliko razina (Baghian et al., 2023.; Eiraldi et al., 2015.; Girio-HERRERA et al., 2019.). Kako bi se postigao dugoročni učinak, oni se moraju provoditi u širem opsegu unutar sustavne promjene od strane obrazovnih dionika. Potrebno je uvesti strukturne promjene kako bi se poboljšali zaštitni faktori i ublažili faktori rizika povezani sa širim socioekonomskim i okolišnim odrednicama mentalnog zdravlja. Kako bi se kreirala okolina koja podržava razvoj boljeg mentalnog zdravlja, potrebna su ulaganja u provedbu strukturnih i sustavnih promjena. Dobrobit učenika ne može se oslanjati samo na entuzijizam pojedinaca unutar škole.

Kako bi ispitao aktualna pitanja i poteškoće s kojima se suočavaju nasatvnici strukovnog obrazovanja, konzorcij projekta „AHEADinVET” proveo je paneuropsku anketu na temu mentalnog zdravlja. Rezultati istraživanja i preporuke bit će predstavljeni u sljedećem poglavlju.

3 Paneuropsko istraživanje o mentalnom zdravlju u strukovnom obrazovanju

Projektni konzorcij proveo je presječno istraživanje o mentalnom zdravlju u strukovnom obrazovanju i osposobljavanju putem online ankete. Istraživanje je izrađeno i distribuirano putem mreža AHEADinVET-a, društvenih medija i kontakt lista u pet europskih zemalja (Austrija, Hrvatska, Italija, Belgija i Grčka). Istraživanje je provedeno u dva vala; prvi val (ožujak 2022., n = 230) bio je dio pred studije za procjenu potreba projekta, dok je drugi val (siječanj do ožujka 2023.) bio nastavak predstudije. U studiji je sudjelovalo ukupno 405 nastavnika i trenera u strukovnom obrazovanju i osposobljavanju. Osim toga, svaka partnerska zemlja provela je polustrukturirane intervjue s dva nastavnika strukovnog obrazovanja i osposobljavanja.

Gotovo 60 posto naših sudionika imalo je 35 ili više godina. Trećina sudionika bila je u dobnoj skupini od 18 do 24 godine. Dobna raspodjela pokazuje da smo imali dobru kombinaciju iskusnih i mladih nastavnika strukovnog obrazovanja i osposobljavanja.

3.1 Upitnik

U online anketi sudionici su pozvani da ocijene svoja iskustva na 22 pitanja organiziranih oko četiri teme:

1. Dojmovi nastavnika i trenera o problemima mentalnog zdravlja sudionika u obrazovanju.
2. Procjena potreba i osobnih iskustava nastavnika i instruktora u rješavanju problema mentalnog zdravlja te postojećih vještina i znanja.
3. Važnost tema mentalnog zdravlja u strukovnom obrazovanju i osposobljavanju
4. Mišljenja o mentalnom zdravlju u društvu

Nakon internetske ankete provedeni su detaljni razgovori s nastavnicima i predavačima u strukovnom obrazovanju i osposobljavanju koji su se temeljili na sljedećim ključnim pitanjima:

1. Rezultati naše online ankete pokazuju da polovica nastavnika doživljava značajan porast problema mentalnog zdravlja među pripravnicima. Kakvo je vaše iskustvo na toj temi? (Ako se ne slažete s mišljenjem, zašto mislite da toliki broj nastavnika i trenera vjeruje da ima više problema s MZ-om?)
2. Prema vašim saznanjima, koji su mogući razlozi povećanja problema mentalnog zdravlja u obrazovanju?
3. Želite li reći da su učitelji i instruktori u strukovnom obrazovanju dovoljno opremljeni za rješavanje problema mentalnog zdravlja svojih učenika/pripravnika? Naši rezultati pokazuju da se polovica njih ne osjeća dovoljno opremljeno svojom prethodnom obukom.
4. Po vašem mišljenju, što se mora promijeniti prilikom razmatranja problema mentalnog zdravlja u strukovnom i obrazovanju odraslih?
5. Kada biste napisali izjavu o politici na temu mentalnog zdravlja u strukovnom obrazovanju, koje bi bile vaše glavne preporuke ili poruka?

3.2 Rezultati ispitivanja

Rezultati istraživanja i intervjua dobiveni su od prilično velikog broja nastavnika i instruktora u strukovnom obrazovanju i osposobljavanju iz pet europskih zemalja koji su bili reprezentativni u pogledu godina iskustva u usporedbi s podacima iz izvješća Eurostata za 2015. Sudionici se nisu razlikovali u raspodjeli spola, dobi, radnom iskustvu ili drugim odgovorima na temelju njihove zemlje podrijetla. Stoga pretpostavljamo da smo dobili relevantne informacije o trenutnom stanju problema mentalnog zdravlja u europskim učionicama te o potrebama nastavnika i trenera u rješavanju takvih problema.

Oko dvije trećine nastavnika i instruktora vjeruje da se povećao broj sudionika s problemima mentalnog zdravlja (68,4%) i ozbiljnost problema (61,7%) što je negativno utjecalo na prijenos znanja i vještina te posljedično plasiranje na tržište rada (71,5%).

Gotovo 80% nastavnika i trenera vjeruje da će u budućnosti postati vrlo ili prilično važno udaljiti se od problema mentalnog zdravlja učenika, a njih 40% često ili vrlo često osjeća bespomoćnost u suočavanju s problemima mentalnog zdravlja učenika. Jedan od dva nastavnika ne smatra da je adekvatno obučen za rješavanje problema mentalnog zdravlja svojih učenika.

Većina sudionika (90%) smatra da postoji nedostatak svijesti o problemima mentalnog zdravlja u strukovnom i obrazovanju odraslih. Gotovo su jednoglasno (90%) zainteresirani za teme mentalnog zdravlja jer vjeruju da će to uskoro postati vrlo važno te bi stoga osposobljavanje nastavnika na tu temu trebalo biti dio njihove obuke.

Sudionici se u velikom broju slažu da obrazovne organizacije imaju obvezu baviti se pitanjima mentalnog zdravlja svojih učenika i trebaju obuhvatiti teme mentalnog zdravlja u kurikulumu. Većina se snažno slaže da bi institucije za strukovno obrazovanje i osposobljavanje trebale osigurati nastavnicima i instruktorima osnovne znanje i vještine, ali i uključiti u svoje organizacije stručnjake za mentalno zdravlje.

Polovica nastavnika i trenera koji su sudjelovali u studiji smatraju kako traženje pomoći za poteškoće mentalnog zdravlja još uvijek nije prihvaćeno. Gotovo svi vjeruju (86%) kako je pristupiti stručnoj pomoći otežan.

Uvidi u intervju govore nam da učitelji percipiraju da postoji veća otvorenost prema problemima mentalnog zdravlja (što je ujedno i mogući razlog percipiranom povećanju poteškoća mentalnog zdravlja), ali postoji i visok pritisak za trenutna rješenja. Problemi mentalnog zdravlja vezani su uz vremenska razdoblja, a trenutna vremena su vrlo nepovoljna za probleme mentalnog zdravlja. Društveni mediji, njihova mogućnost razmjene osobnih iskustava s velikim brojem ljudi u trenutku, otvorili su prostor za veću pozitivnost i prihvaćanje, ali istovremeno stvorili pritisak da se budu stalno dostupan i čini nas ranjivima zbog mogućih negativnih povratnih informacija. Ritam iskustva je postao kraći i vrši daljnji pritisak. Nekoliko nastavnika naglasilo je da je uvijek bilo problema s mentalnim zdravljem, ali su se problemi i društvo primjetno promijenili. Iako

problemi mentalnog zdravlja nisu novost, osjećaj opće demotivacije i niskog duha popraćen teškoćama u koncentraciji i kratkim rasponom pažnje nije nikad prije bio ovoliko prisutan.

Učitelji su prepoznali nekoliko društvenih faktora koji utječu na porast problema mentalnog zdravlja među učenicima, kao što su promjene u strukturi obitelji (roditelji koji rade puno radno vrijeme bez vremena da budu s djecom), širi kontekst okoline kao što su digitalizacija, globalizacija, pandemija ali i čimbenici vezani uz obrazovni sustav kao što je preopterećenje akademskim/kurikulumom (previše materijala za učenje, sustav usmjeren na ishode učenja, nema se vremena ili je malo vremena za uspostavljanje odnosa između nastavnika i učenika).

Učitelji iz pet europskih zemalja slažu se da učitelji općenito ne stječu dovoljno znanja i vještina u rješavanju problema mentalnog zdravlja učenika u vlastitoj obuci. Svako daljnje učenje obično nije podržano strane obrazovnog sustav, a stjecanje znanja i vještina prepušta se pojedinačnim naporima i resursima.

Sudionici su izjavili da je formalna politika obrazovnih ustanova potrebna kako bi se osigurali financijski i vremenski resursi za obučavanje o mentalnom zdravlju. Ako izostane formalna podrška, učitelji nikada neće moći znanja i vještine o mentalnom zdravlju na široj razini.

Više pojedinosti o metodologiji i rezultatima ispitivanja možete pronaći na <https://www.aheadinvet.com/hr>

4 Zaključci i preporuke

Kriza mentalnog zdravlja u strukovnog obrazovanju

Rezultati istraživanja i intervjuja nesumnjivo govore u prilog postojećoj krizi mentalnog zdravlja u strukovnom obrazovnom sustavu. Razlozi za to su višestruki, od krize na razini obitelji, preko (i)migracija, ratova, globalne pandemije pa sve do digitalizacije i utjecaja društvenih medija. Pitanja mentalnog zdravlja nisu novost, ali globalne promjene, uključujući potrebu za stručnom radnom snagom, alarmantno povećavaju pritisak na sve uključene u sustav strukovnog obrazovanja i osposobljavanja. Očita kriza mentalnog zdravlja udvostručila je učinak na učitelje i instruktore jer se oni moraju baviti problemima mentalnog zdravlja svojih učenika i vlastitim osobnim pitanjima, a

sve to bez obuke ili podrške. Jedan od dva nastavnika strukovnog obrazovanja i osposobljavanja u Europi ne smatra da su prošli odgovarajuću obuku koja bi im pomogla u svakodnevnom nošenju s poteškoćama mentalnog zdravlja svojih učenika.

Potrebno je poduprijeti obrazovne ustanove u rješavanju problema mentalnog zdravlja kroz:

- programe sustavnog osposobljavanja
- inkluzivne školske politike, koje moraju smanjiti, sve dok se ne u potpunosti ne uklone stigma i diskriminacija
- aktivnosti podizanja svijesti o različitim vrstama problema mentalnog zdravlja

Potrebna je rana intervencija

Intervencija za mentalno zdravlje mora započeti rano u obrazovanju, stoga institucije moraju osigurati da učitelji i nastavnici imaju odgovarajuća znanja i vještine za borbu protiv poteškoća mentalnog zdravlja što je prije moguće. Trenutno nastavnici i instruktori u strukovnom obrazovanju osjećaju da nisu dovoljno dobro obučeni u rješavanju problema mentalnog zdravlja u učionicama.

Boljim obrazovanjem i razumijevanjem mentalnog zdravlja nastavnika i trenera povećavaju se njihove sposobnosti na individualnoj razini, ali i stvara bolje školsko okruženje kao prilično važan čimbenik povezan s mentalnim zdravljem svih uključenih u obrazovni proces.

Ravnoteža radnog opterećenja

Danas je potrebno i ne preopteretiti nastavnike, koji uz svoj rad, upravo zato što nisu adekvatno podržani, doživljavaju sve veću složenost svog rada, kojom teško upravljaju. Neumorno naprezanje može prisiliti nastavnike/instruktoe da napuste svoju profesiju ili odvratiti buduće profesionalce od razmatranja ovog zanimanja.

Dionici u obrazovnim sustavima na nacionalnoj i europskoj razini trebali bi uzeti u obzir hitnu potrebu za politikom obrazovanja koja će uključivati:

- smanjenje kurikuluma u smislu prijenosa kvantitativnog znanja i informacija kako bi se omogućila kvalitetnija interakcija koja će poticati odnose između nastavnika i učenika,
- integrirati mentalno zdravlje u obuku učitelja,
- poduzeti korake za poboljšanje skrbi za učenike i skrbi o sebi među nastavnicima,
- uspostaviti i održavati dostupnu uslugu pružanja pomoći za učenike i nastavnike od strane stručnjaka za mentalno zdravlje.

Obrazovanje je postalo sve važnije u današnjem poslovnom životu. Dobro obučeni profesionalni radnici nužnost su i velika vrijednost za društvo. Učitelji i nastavnici najvažniji su resurs u obrazovnom procesu mladih i budućih radnika. Oni imaju važnu ulogu u stvaranju prilika za učenje, motiviranju učenika i poticanju potencijala učenika. Osim toga, brinu se za dobrobit djece i mladih.

Donositelji obrazovnih politika trebali bi podupirati nastavnike i trenere u rješavanju problema mentalnog zdravlja njihovih učenika jer obrazovni sustavi mogu biti zaštitni ili rizični čimbenik za daljnji razvoj problema mentalnog zdravlja. Tvorci politika trebali bi razviti održive promjene u suradnji s nastavnicima i instruktorima, studentima i stručnjacima za mentalno zdravlje. Problemi mentalnog zdravlja nisu samo osobna borba, već odgovornost šire zajednice, uključujući obrazovne sustave.

5 Bibliografija

Ajduković, D., Rezo Bagarić, I., Bakić, H., Stevanović, A., Frančisković, T., & Ajduković, M. (2021). Mental health status and risk factors during Covid-19 pandemic in the Croatia's adult population. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1), 1984050.

<https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1984050>

Association for Children's Mental health. School problems. Available from:

<https://www.acmh-mi.org/get-help/navigating/problems-at-school/>

Baghian, N., Shati, M., Akbari Sari, A., Eftekhari, A., Rasolnezhad, A., Nanaei, F., & Ahmadi, B. (2023). Barriers to Mental and Social Health Programs in Schools: A Qualitative Study. *Iranian Journal of Psychiatry*, 18(2), 97–107.

<https://doi.org/10.18502/ijps.v18i2.12360>

Eiraldi, R., Wolk, C. B., Locke, J., & Beidas, R. (2015). Clearing Hurdles: The Challenges of Implementation of Mental Health Evidence-Based Practices in Under-resourced Schools. *Advances in School Mental health Promotion*, 8(3), 124–145. <https://doi.org/10.1080/1754730X.2015.1037848>

European Commission/EACEA/Eurydice, 2021. *Teachers in Europe: Careers, Development and Well-being. Eurydice report*. Luxembourg: Publications Office of the European Union.

GBD 2016 Causes of Death Collaborators (2017). Global, regional, and national age-sex specific mortality for 264 causes of death, 1980-2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *Lancet* (London, England), 390(10100), 1151–1210. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(17\)32152-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(17)32152-9)

Evans, T.M., Bira, J., Beltran Gatelum, J., Weiss, L.T., & Vanderford, N.L. (2018). Evidence for a mental health crisis in graduate education. *Nature Biotechnology*, 36(3); 282-284.

Girio-Herrera, E., Ehrlich, C. J., Danzi, B. A., & La Greca, A. M. (2019). Lessons Learned About Barriers to Implementing School-Based Interventions for Adolescents: Ideas for Enhancing Future Research and Clinical Projects. *Cognitive and Behavioral Practice*, 26(3), 466–477. <https://doi.org/10.1016/j.cbpra.2018.11.004>

- Jurewicz, I. (2015). Mental health in young adults and adolescents - supporting general physicians to provide holistic care. *Clinical medicine* (London, England), 15(2), 151–154. <https://doi.org/10.7861/clinmedicine.15-2-151>.
- Jüttler, A., Schumann, S., Neuenschwander, M.P. et al. (2021). General or Vocational Education? The Role of Vocational Interests in Educational Decisions at the End of Compulsory School in Switzerland. *Vocations and Learning* 14, 115–145. <https://doi.org/10.1007/s12186-020-09256-y>
- Kessler, R. C., Amminger, G. P., Aguilar-Gaxiola, S., Alonso, J., Lee, S., & Ustün, T. B. (2007). Age of onset of mental disorders: a review of recent literature. *Current opinion in psychiatry*, 20(4), 359–364. <https://doi.org/10.1097/YCO.0b013e32816ebc8c>
- Kieling, C., Baker-Henningham, H., Belfer, M., Conti, G., Ertem, I., Omigbodun, O., et al. (2011). Child and adolescent mental health worldwide: evidence for action. *Lancet*, 378;1515–25. doi: 10.1016/S0140-6736(11) 60827-1.
- Malta Medical Students Association (2017). Policy paper on mental health. https://issuu.com/mmsa/docs/mental_health_final
- National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine; Division of Behavioral and Social Sciences and Education; Board on Children, Youth, and Families; Committee on Fostering Healthy Mental, Emotional, and Behavioral Development Among Children and Youth. Fostering Healthy Mental, Emotional, and Behavioral Development in Children and Youth: A National Agenda. Washington (DC): National Academies Press (US); 2019 Sep 11. 6, Policy Strategies. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK551833/>
- Office of the Surgeon General (OSG). Protecting Youth Mental Health: The U.S. Surgeon General’s Advisory [Internet]. Washington (DC): US Department of Health and Human Services; 2021. WE CAN TAKE ACTION. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK575986/>
- Svjetska zdravstvena organizacija (SZO). Mental Health (fact sheets). 2022. Available from: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response/?gclid=Cj0KCQjwpc-oBhCGARIsAH6ote_QCPrt9wa87RyTmL1tFaYXj7LZ5nQCWKuGKJaQ6-8-TD1mYy-SgHAaAiz1EALw_wcB



AHEAD inVET

mentAI HEalth AmbassaDors
in VET institutions




Co-funded by
the European Union

 www.aheadinvet.com



 [/aheadinvet/](https://www.instagram.com/aheadinvet/)



 [/profile.php?id=100089631393898](https://www.facebook.com/profile.php?id=100089631393898)



 [/company/ahead-invet/](https://www.linkedin.com/company/ahead-invet/)



 [/AheadInvet](https://twitter.com/AheadInvet)



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or OeAD-GmbH. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

Project number: 2022-1-AT01-KA220-VET-000088070