

**NXËNËSIT E SHKOLLAVE TË MESME DHE
QASJA NË SHËRBIMET E SHËNDETIT
MENDOR
-
ANALIZË E SITUATËS AKTUALE**



**Bashkëfinancuar nga
Bashkimi Evropian**

*Ky publikim është prodhuar me ndihmën financiare të Bashkimit Evropian.
Pikëpamjet dhe komentet e shprehura këtu janë të autorëve dhe nuk pasqyrojnë
domosdoshmërisht pikëpamjet e Bashkimit Evropian.*

Impresum:

Botues:

Shoqata e Qytetarëve Të rinjtë munden



Rreth botuesit:

Anita Nikolovska

Drejtor Ekzekutiv i Shoqatës së Qytetarëve Të rinjtë munden

Autorët:

Mito Tasevski

Marko Pankovski

Qendra për Zhvillim Multidisiplinar - Proces

П Р О Ц Е С

Recenzent:

prof. dr Miroslav Pendarovski

Lektor:

Katerina Stevovska

Dizajn:

Jana Davçevska

Përmbajtja:

1.Hyje.....	5
2.Metodologjia.....	7
3.Kuadri juridiko-institucional.....	9
3.1 Organizimi institucional.....	11
4. Situata në terren.....	11
4.1 Ndërgjegjësimi për shërbimet në lidhje me shëndetin mendor.....	11
4.2 Shkollave u mungojnë programe për shëndetin mendor.....	12
4.3 Qasja e kufizuar dhe roli i psikologëve të shkollës.....	15
4.4 Ku drejtohen nxënësit e shkollave të mesme për ndihmë?.....	18
4.4.1 Disponueshmëria e shërbimeve.....	18
4.4.2 Ndikim i mjedisit.....	19
5.Rekomandime.....	23
5.1 Rekomandime nga nxënësit e shkollave të mesme.....	22
6. Burimet e përdorura.....	28

1. Hyrje

Shëndeti mendor është pjesë kryesore e mirëqenies së përgjithshme të fëmijëve dhe adoleshentëve. Nxënësit e shkollave të mesme, si një kategori specifike socio-demografike që po kalon një fazë transformuese të karakterit psikologjik, social dhe ekonomik, janë veçanërisht të cenueshëm ndaj çrregullimeve akute dhe kronike të shëndetit të tyre mendor. Megjithatë, qasja e nxënësve të shkollave të mesme në shërbimet që do t'u mundësojnë përmirësimin e shëndetit mendor, është e kufizuar.

Kufizimi i qasjes i referohet disa faktorëve, por niveli i ndërgjegjësimit për temën dhe mënyrat e qasjes, mjedisi socio-ekonomik, qasja dhe kapaciteti i shkollave të mesme, organizimi i sistemit shëndetësor, si dhe disponueshmëria e praktikave private për këshillim psikologjik dhe psikoterapi. Një pasqyrë e thellë e proceseve kryesore që përcaktojnë qasjen e nxënësve të shkollave të mesme në shërbimet që lidhen me shëndetin e tyre mendor është një parakusht i rëndësishëm për priorizimin dhe përmirësimin e politikave në këtë fushë.

Qëllimi i hulumtimit është, nëpërmjet analizës së kuadrit ligjor dhe politikave aktuale, anketave online, pyetësorëve të specializuar me psikologë, psikoterapistë dhe fokus grupe, të identifikojë kushtet në të cilat të rinjtë gjenden në qasjen drejt shërbimeve të shëndetit mendor.

Në analizë, koncepti i qasjes në shërbimet që kanë të bëjnë me shëndetin mendor është operacionalizuar duke marrë parasysh elementët e strukturës ligjore dhe institucionale; informimit në lidhje me shëndetin mendor; mjedisin social që ndikon në qëndrimet e nxënësve të shkollave të mesme ndaj shërbimeve të shëndetit mendor; rolin e shkollave në drejtim të aktiviteteve programore dhe mbështetjes psikologjike dhe vendosjes së shërbimit pedagogjik-psikologjik në shkolla. Për të mbledhur të dhëna të përshtatshme parësore dhe dytësore, është përdorur një metodë e kombinuar e mbledhjes dhe analizës së të dhënave përmes desk analizës, online pyetësor anketues për nxënësit e shkollave të mesme, pyetësor i specializuar për profesionistët e shëndetit mendor, intervista gjysmë të strukturuar me ekspertë të fushës dhe fokus grupe me të rinjtë.

Në përfundimet kryesore thuhet se në vend është krijuar një sistem solid juridik-institucional me një kuadër strategjik të vendosur të disa segmenteve të shëndetit mendor të udhëhequr nga Ministria e Shëndetësisë. Për sa i përket qasjes në shërbimet e shëndetit mendor nga nxënësit e shkollave të mesme, sfida më e madhe mbetet përfshirja praktike e proceseve të vendosura, si dhe njohja e tyre nga përdoruesit përfundimtarë. Megjithëse është bërë përparim, nxënësit e shkollave të mesme ende funksionojnë kryesisht në një mjedis që i dekurajon ata të flasin hapur për shëndetin mendor. Kjo ndikon mbi mundësinë ata tu qasen shërbimeve në kohë dhe në mënyrë cilësore, që shprehet në mënyrë disproporcionale në grupe të caktuara të rrezikuara dhe nxënës të shkollave të mesme që vijnë nga mjedise më të vogla.

Në fund të hulumtimit jepen një sërë rekomandimesh që dalin nga sfidat e detektuara nga analiza. Gjithashtu, për të rritur inkluzionin e analizës dhe për të ndërtuar një qasje që do të njihet nga përdoruesit përfundimtarë, është dhënë analizë e rekomandimeve kryesore që dalin nga bisedat me nxënësit e shkollave të mesme, të grupuara në dy fusha, përkatësisht rekomandime që synojnë



përmirësimin e informacionit të nxënësve të shkollave të mesme në lidhje me shëndetin mendor, si dhe rekomandime që synojnë kapërcimin e efektit kufizues që mund të ketë mbi ta mjedisi i tyre i afërt.

Është e rëndësishme të theksohet se analiza, as në ambicie dhe as në shtrirje, nuk synon të mbulojë plotësisht fenomenin e qasjes në shërbimet e shëndetit mendor, duke pasur parasysh shtrirjen e gjerë të kësaj problematike. Duke pasur këtë parasysh, analiza nis nga një sërë studimesh të mëparshme të politikave akademike nga organizata, veçanërisht organizata lokale dhe ndërkombëtare aktive në vend në fushën e shëndetit mendor. Autorët dhe botuesi shpresojnë se analiza, e cila përfshin një fokus të rëndësishëm në përfshirjen e të dhënave dhe qëndrimeve primare të nxënësve të shkollave të mesme si palë të interesuara, do të kontribuojë në rritjen e bazës së njohurive, diskutimin konstruktiv për sfidat e detektuara dhe më e rëndësishmja - përmirësimin e situatës në fushën përkatëse.

Shoqata e qytetarëve Të rinjtë munden, dëshirojnë të falënderojnë të gjithë të përfshirët në hulumtim, faleminderim të veçantë i shprehim Qendrës për Zhvillim Multi-disiplinar - Proces, e cila me njohuritë dhe përvojën e saj individuale kontribuoi më së shumti në krijimin e analizës. Gjithashtu, falënderojmë profesorin dr. Miroslav Pendarovski nga Fakulteti i Psikologjisë MIT për komentet dhe sugjerimet e qëllim mira që kanë përmirësuar dukshëm tekstin dhe shtrirjen e analizës. Hulumtimi është realizuar në kuadër të projektit “All for You(th)” i zbatuar nga Të rinjtë munden, financuar nga Komisioni Evropian. Në kuadër të projektit, hulumtimi do të përdoret për të krijuar një program për të punuar me nxënësit në shëndetin e tyre mendor në shkollat e mesme.

2. Metodologjia

Për të identifikuar plotësisht proceset dhe sfidat kryesore që ndikojnë në aftësinë e të rinjve për qasje në shërbimet që kanë të bëjnë me shëndetin mendor, ekipi hulumtues zhvilloi një kornizë për funksionalizimin e konceptit për Qasje në Shërbimet e Shëndetit Mendor.

Për qëllimin e kësaj analize, koncepti i Qasjes në shërbimet e shëndetit mendor është funksionalizuar përmes gjashtë elementëve kryesorë të mëposhtëm:

1. Formimi ligjor dhe institucional;

2. Informimi për shëndetin mendor;

3. Mjedisi social që ndikon mbi qëndrimet e nxënësve të shkollave të mesme ndaj shërbimeve të shëndetit mendor;

4. Sistemi shëndetësor dhe pozicioni i tij në raport me shëndetin mendor të nxënësve të shkollave të mesme

5. Roli i shkollave në aspektin e aktiviteteve programore dhe mbështetjes psikologjike;

6. Shërbimi pedagogjik-psikologjik në shkolla.

Për të mbledhur të dhëna të përshtatshme parësore dhe dytësore, ekipi i projektit përdori një metodë të kombinuar (sasiore dhe cilësore) për të mbledhur dhe analizuar të dhënat:

• **Desk analiza** për kërkime të ndërlidhura brenda dhe jashtë vendit dhe analiza e kuadrit institucional, strategjik dhe ligjor relevante për temën.

• **Online pyetësori anketues për nxënësit e shkollave të mesme.** Pyetësori mbulon dy njësi tematike, gjegjësisht pyetje socio-demografike dhe pyetje tematike për të siguruar informacion mbi (1) Mënyrat e informimit lidhur me shëndetin mendor; (2) Mjedisi social që ndikon në qëndrimet e tyre ndaj shërbimeve të shëndetit mendor; (3) Mendimi i tyre për shërbimin pedagogjik-psikologjik në shkollat. Pyetësori është realizuar online në periudhën shkurt-mars 2022. Pyetësori mori gjithsej 137 përgjigje (72% femra, 26% meshkuj, 2% jobinar) nga qytete në të gjitha rajonet statistikore të vendit. Më shumë përgjigje kanë ardhur nga Shkupi (66%), Manastiri 9%, Kriva Pallanka 7% dhe Ohri 6%. Për sa i përket moshës, 40% e të anketuarve ishin të moshës 14 deri në 16 vjeç, ndërsa 60% ishin të moshës 17 deri në 19 vjeç. Edhe pse pyetësori i anketës tregon qëndrimet e të anketuarve, në analizë kampioni nuk trajtohet si përfaqësues i të gjithë popullatës.

•**Pyetësor i specializuar për profesionistët nga fusha e shëndetit mendor.** Pyetësori përmban pyetje në lidhje me barrierat teknike që pengojnë profesionistët të fillojnë ose të vazhdojnë një proces me klientët (në këshillim psikologjik dhe psikoterapi) që janë në shkollë të mesme; përvojat e tyre gjatë punës me të rinj për t'i mbajtur të rinjtë të interesuar për këshillim; perspektiva e tyre për sa i përket asaj që mungon nga aspekti i rregullativës dhe zgjidhjeve sistemore; përvojat e bashkëpunimit me shërbimin psiko-pedagogjik nga shkolla e klientit të tyre.

•**Intervistat gjysmë të strukturuar me ekspertë** me palët e interesuara, psikologë shkollorë dhe ekspertë të fushës.

•**Fokus grupet.** Ekipi hulumtues kreu tetë grupe, nga një në secilin prej rajoneve statistikore të vendit. Qëllimi i fokus grupeve është të eksplorojnë mendimin e pjesëmarrësve në lidhje me mënyrat, metodat dhe protokollet ekzistuese që u qasen të rinjve që kanë nevojë për ndihmë profesionale për shëndetin e tyre mendor. Gjithashtu qëllimi ishte të eksplorohej mendimi i tyre në lidhje me atë se si do të donin të jenë, dhe jo të hulumtohej gjendja e tyre psikologjike. Në fokus grupet morën pjesë 51 pjesëmarrës, nga të cilët 35 (69%) femra dhe 16 meshkuj (31%) pjesëmarrës. Një fokus grup u zhvillua në gjuhën shqipe. Udhëzuesi i fokus grupit është zhvilluar në një strukturë analoge me temat e pyetësorit të anketës, me qëllim që të mblidhen informacione të thelluara mbi pyetjet. Të gjithë pjesëmarrësit e fokus grupeve u informuan për qëllimin e hulumtimit dhe rolin e tyre në proces. Të gjitha të dhënat nga fokus grupet janë anonime dhe në asnjë moment nuk mund të lidhen me një pjesëmarrës të caktuar. Përveç moshës së tyre, përzgjedhja e pjesëmarrësve nuk bazohet në asnjë kriter tjetër. Gjatë përzgjedhjes së pjesëmarrësve, nuk ka rëndësi nëse ata kanë pasur apo jo përvojë personale me sfidat e shëndetit mendor. Të dhënat e eksportuara janë tabeluar në tabelën nr. 1.

Qyteti (data)	Numri i pjesëmarrësve	Femër	Mashkull
Shkup (19.02.2022)	7	5	2
Veles (26.02.2022)	7	6	1
Manastir (03.03.2022)	7	3	4
Shtip (05.03.2022)	4	4	0
Ohër (05.03.2022)	6	5	1
Strumicë (09.03.2022)	9	7	2
Tetovë (12.03.2022)	7	3	1
Kriva Pallankë (12.03.2022)	9	2	5
Totali	51	36(69%)	16(31%)

Analiza e plotë u konsultua me ekspert të jashtëm për të siguruar një vlerësim objektiv të përfshirjes, konsistencës dhe objektivitetit metodologjik dhe logjik.

3. *Kuadri juridiko-institucional*

Sipas strategjisë nacionale për promovimin e shëndetit mendor në Republikën e Maqedonisë (2018 - 2025), të miratuar nga Ministria e Shëndetësisë, sistemi shëndetësor për promovimin dhe parandalimin e shëndetit mendor nuk është i organizuar siç duhet në kuadër të mbrojtjes shëndetësore parësore. Shërbimet e shëndetit mendor nuk janë të lidhura në mënyrë adekuate me institucionet tjera shtetërore, siç janë MPPS dhe Ministria e Vetëqeverisjes Lokale. Në Klinikën Universitare të Psikiatrisë në Shkup ekziston vetëm një departament për psikiatrinë e fëmijëve dhe adoleshentëve. Nga sa thuhet në strategji, ka mangësi në drejtim të promovimit dhe parandalimit në fushën e shëndetit mendor. Gjithashtu, është vërejtur një kapacitet i vogël, si dhe cilësia e shërbimeve të dedikuara për fëmijët dhe të rinjtë, ndërsa është e rëndësishme të theksohet se shërbime të tilla janë të fokusuara kryesisht në trajtimin mjekësor-psikiatrik. E përbashkët në raportet e Këshillit të Evropës, Qeverisë së SHBA-së dhe Bashkimit Evropian është kritika për përqindjen e fondeve të akorduara nga Fondi për sigurim shëndetësor për shëndetin mendor, përqindje e cila është dukshëm më e ulët në krahasim me degët e tjera të mjekësisë.

“Gjysma e fëmijëve me probleme të shëndetit mendor e braktisin shkollën para moshës 14 vjeç, që është shkalla më e lartë e braktisjes.” Ky fakt shqetësues, i shënuar në strategjinë kombëtare, nxjerr në pah rëndësinë e ndërhyrjes së hershme si dhe nevojën për të përmirësuar qasjen në shërbimet e shëndetit mendor të të rinjve. Megjithatë, edhe në vendet e zhvilluara, vetëm 20% e të rinjve marrin shërbimet e nevojshme, vonohen ndjeshëm në mjekim, gjë që reflektohet me pasoja jetësore mbi mirëqenien mendore të të rinjve.

Strategjia nacionale, edhe pse ka për qëllim promovimin e shëndetit mendor të gjithë popullatës në Republikën e Maqedonisë, jep optimizëm sepse më së shumti ka për qëllim përmirësimin e shëndetit mendor të fëmijëve dhe adoleshentëve, si grup i veçantë i popullsisë. Kjo që u tha më lartë, vërehet në objektivat bazë të strategjisë, ku disa prej tyre janë miratimi i një plani shtesë veprimi, hapja e qendrave rajonale për shëndetin mendor të fëmijëve dhe të rinjve me një qasje multidisiplinare, si dhe ofrimi i trajtimit me mjete farmakoterapeutike, që janë të një gjenerate të re. Gjithashtu hapja e Qendrave Ditore dhe Spitaleve Ditore për parandalimin e shëndetit mendor, edukimi i vazhdueshëm i stafit në fushën e shëndetit mendor të fëmijëve dhe adoleshentëve, si dhe rritja e bashkëpunimit ndërmjet institucioneve përkatëse dhe profesionistëve të fushës. Kryerja e skringut të çrregullimeve mendore dhe vlerësimi i gjendjes mendore në institucionet parashkollore, shkolla dhe fakultete si dhe zbatimi i programeve për promovimin dhe avancimin e shëndetit mendor tek fëmijët dhe adoleshentët. Zbatimi i synimeve të mësipërme të strategjisë kombëtare do të jetë padyshim një progres i rëndësishëm drejt përmirësimit të qasjes së adoleshentëve në shërbimet e shëndetit mendor.

Strategjia kombëtare përgjithësisht është e integruar me planin e veprimit të shëndetit mendor (2013 - 2020) të Zyrës Rajonale Evropiane të Organizatës Botërore të Shëndetësisë, e cila përbëhet nga aktivitete të propozuara për shtetet anëtare. Disa nga rekomandimet, të rëndësishme për këtë analizë, i referohen zhvillimit të programeve të synuara për edukimin dhe promovimin e shëndetit mendor në shkolla, si identifikimi i problemeve emocionale dhe bullizmi tek nxënësit.

Rekomandimet i referohen gjithashtu një qasjeje multidisiplinore dhe qendrave, shërbimet e të cilave janë të përshtatshme për moshën dhe të specializuara.

Ligji për shëndetin mendor fokusohet në trajtimin dhe të drejtat e njerëzve me sëmundje mendore. Të vetmet segmente të rëndësishme të tij, sa i përket qasjes së të rinjve në shërbimet e shëndetit mendor, lidhen me të drejtat e të rinjve me sëmundje mendore. Përkatësisht, të miturit nuk guxojnë të vendosen me të rritur në institucionet shëndetësore.

Sipas nenit 9: Çdo person me sëmundje mendore ka të drejtën e kujdesit, trajtimit dhe rehabilitimit që është në përputhje me nevojat dhe aftësitë e tij individuale dhe që përmirëson gjendjen e shëndetit të tij mendor, në mënyrë që t'i mundësohet përfshirja në komuniteti".

Ligji për shëndetin mendor nga viti 2006 e deri më sot është ndryshuar dhe plotësuar vetëm në vitin 2015. Ndryshimet trajtojnë vetëm dënimet dhe gjobat, fakt që justifikon kritikën e sektorit civil ndaj ligjit për shëndetin mendor dhe vjetërsimit të tij.

Kodi i Etikës së Psikologëve të Republikës së Maqedonisë nuk lejon diskriminim në aspektin e moshës së klientëve, i cili u jep të rinjve të drejtën për qasje të barabartë në shërbimet psikologjike. Psikologët janë të detyruar të informojnë të rinjtë për kufizimet e konfidencialitetit.

Kompetencat e shërbimit pedagogjik në shkolla janë të përcaktuara qartë në Ligjin për shërbimin pedagogjik, ndërsa disa prej tyre janë vendimtare për qasje cilësore në shërbime në fushën e shëndetit mendor. Një prej tyre është edhe zhvillimi i një rrjeti të decentralizuar të psikologëve për fëmijë, për të ofruar qasje dhe ndihmë për nxënësit. Kompetenca të rregulluara me ligj janë edhe zhvillimi i programeve për promovimin e shëndetit mendor, ofrimi i ndihmës profesionale për nxënësit që kanë nevojë për psikolog për fëmijë, si dhe organizimi i seminareve dhe trajnimeve për zhvillimin e duhur të nxënësve.

Kështu, mund të konstatohet se në Maqedoninë e Veriut, shërbimi pedagogjik-psikologjik është institucion shtetëror që aktualisht ka kompetencat më të mëdha në drejtim të përmirësimit të qasjes në shërbimet e shëndetit mendor.

3.1 Organizimi institucional

Kompetencat, autorizimet dhe kompetencat ligjore që lidhen me shëndetin mendor të nxënësve të shkollave të mesme, i përkasin kryesisht Ministrisë së Shëndetësisë, Ministrisë së Punës dhe Politikës Sociale, si dhe Ministrisë së Arsimit dhe Shkencës.

Institucionet dhe entet në kuadër të Ministrisë së Shëndetësisë që kanë kompetenca dhe përgjegjësi të rëndësishme janë:

- *Komisioni Kombëtar për Shëndetin Mendor;*
- *Klinika Universitare e Psikiatrisë (Departamenti i Psikiatrisë së Fëmijëve dhe Adolescentëve);*
- *Instituti për shëndet mendor të fëmijëve dhe të rinjve në Shkup;*
- *Shërbimi për shëndetin mendor të fëmijëve dhe të rinjve Manastir;*

Institucionet dhe organet në kuadër të Ministrisë së Arsimit dhe Shkencës që kanë kompetenca dhe përgjegjësi të rëndësishme janë:

- *Shërbimi Pedagogjik;*
- *Spektori për planifikim strategjik dhe analizë për krijimin e politikave;*
- *Byroja për Zhvillimin e Arsimit.*

4. Situata në terren

4.1 Ndërgjegjësimi për shërbimet në lidhje me shëndetin mendor

Nga aspekti i informimit të të rinjve për shërbimet që kanë të bëjnë me shëndetin mendor të të rinjve, mund të konstatohet se të rinjtë kanë njohuri fillestare të përgjithshme se çfarë do të thotë termi shëndet mendor. Më shpesh, ajo shoqërohet me terma të tillë si "shëndet mendor", "zakone të shëndetshme", "mendime pozitive", "mirëqenie". Disa nga pjesëmarrësit menduan se shëndeti mendor është një grup faktorësh që kontribuojnë në emocionet e një personi, ndërsa shumë theksuan se është pjesa më e rëndësishme dhe prioritare e shëndetit dhe jetës së një personi, ajo që na formon ne si individë dhe nga çka varet shëndeti ynë i përgjithshëm.

Megjithatë, disa pjesëmarrës sugjeruan se shëndeti mendor është "temë tabu për të cilën nuk është në rregull të flitet".

Shumica e të anketuarve (60%) janë përgjigjur se janë të informuar për temat që kanë të bëjnë me shëndetin mendor nga mediat sociale dhe internet kërkuesit, që është dukshëm më shumë në krahasim me të anketuarit që janë përgjigjur se janë të informuar nga prindërit (12%), bashkëmoshatarët (10%), shkolla (9%) dhe organizatat e shoqërisë civile dhe aktivitetet vullnetare (6%).

Prej nga të informoheni për tema në lidhje me shëndetin mendor?

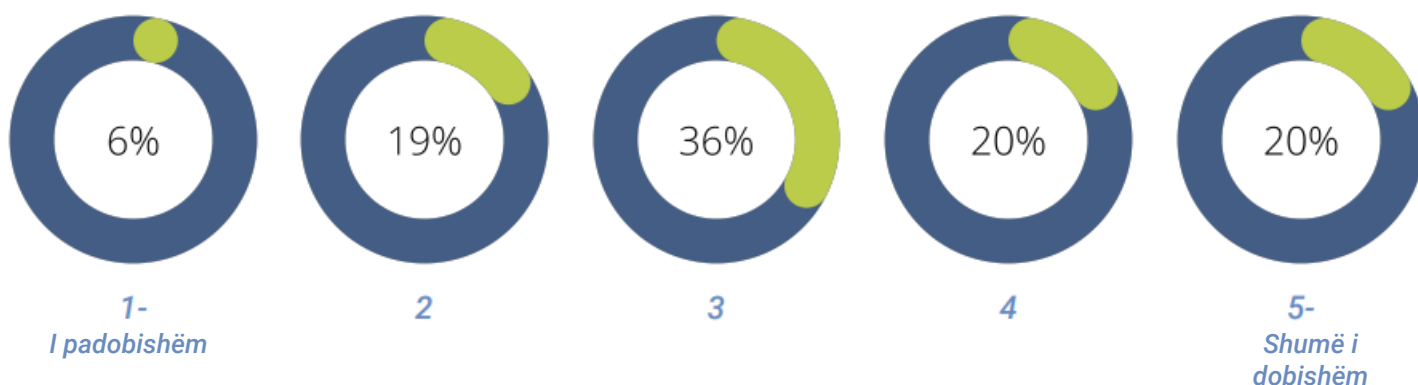


4.2 Shkollave u mungojnë programe për shëndetin mendor

Hulumtimet e programeve mësimore, si dhe qëndrimet e nxënësve të shkollave të mesme dhe ekspertëve, kanë treguar se shëndeti mendor është një temë e pak e përfaqësuar në shkollat e mesme. Organizatat ndërkombëtare dhe organizatat e shoqërisë civile mbeten promotorët kryesorë të aktiviteteve edukative lidhur me shëndetin mendor. Veç kësaj, nisma të tilla inkurajohen nga nxënësit, mësimdhënësit apo psikologët, por këto përpjekje janë më shumë individuale sesa sistemore.

Në rastet kur aktivitete të tilla janë zhvilluar, ato shpesh janë të dizajnuara në atë mënyrë që të mos lejojnë të rinjtë të përfshihen në diskutim dhe të mos lejojnë transferimin interaktiv të mendimeve dhe përvojave. Përkundrazi, ato realizohen si leksione klasike një-kahëshe me shumë informacion. Kjo zvogëlon interesin e nxënësve për të ndjekur këto aktivitete dhe për të njohur rëndësinë e tyre praktike. Kjo qasje është në kundërshtim me udhëzimet strategjike të përshtatshme për moshën për programet shkollore të propozuara nga Zyra Rajonale Evropiane e Organizatës Botërore të Shëndetësisë, si dhe me Strategjinë Kombëtare të Promovimit të Shëndetit Mendor, të Ministrisë së Shëndetësisë. Në rastet kur janë mbajtur leksione të tilla, 24% e të anketuarve në anketë i kanë vlerësuar pozitivisht, 36% neutrale dhe 40% e të anketuarve kanë dhënë vlerësime negative.

Nëse keni marrë pjesë në një program / leksion, a ishte i dobishëm për ju?



Nga të anketuarit, 56% besojnë se ligjërata të tilla janë inkurajuar nga shërbimet shkollore, 33% nga organizatat e shoqërisë civile dhe 11% nga organizatat ndërkombëtare. Perceptimi mbizotërues tek nxënësit e shkollave të mesme është se institucionet arsimore nuk inkurajojnë programe të tilla, por ato janë rezultat i përpjekjeve të jashtme. Gjithashtu, përmes bisedave me nxënës të shkollave të mesme mund të konstatohet se ekziston besimi se mes mësimdhënësve nuk ka interes për temat që kanë të bëjnë me shëndetin mendor dhe se u mungon hapësira të shprehin problemet e tyre dhe të japin sugjerime. Disa gjithashtu mendojnë se shumë profesorë janë të mbyllur dhe problemet e shëndetit mendor perceptohen si atipike dhe jonormale. Një nga nxënësit e shkollave të mesme që mori pjesë në fokus grupe theksoi:

"Duhet të zhvillohen ligjëratat mes bashkëmoshatarëve dhe të mos ketë tallje. Nuk duhet të ketë mbështetje prej tyre, por duhet të ketë mirëkuptim dhe të mos përqeshet. Të mos jetë temë tabu, se nuk është asgjë e frikshme apo qesharake. Mund t'i ndodhë kujtdo, secili ka kaluar probleme të ndryshme që i prekin të gjithë ndryshe.

Eksperti duhet t'i inkurajojë ata të mendojnë në këtë drejtim." (Mashkull, 17. Veles)

Një sfidë shtesë është fokusi i kufizuar në shëndetin mendor edhe në kuadër të mësimin lëndor në shkollat e mesme. Temat e shëndetit mendor janë lënë jashtë programit mësimor në shumicën e shkollave të mesme. Përfundimisht bën gjimnazi i përgjithshëm, ku psikologjia mësohet nga viti i tretë. Megjithatë, fokusi në shëndetin mendor është i kufizuar, me lëshime të veçanta nga aspektet praktike të qasjes së nxënësve të shkollave të mesme në shëndetin mendor dhe efektet dhe zgjidhjet praktike. Gjithashtu, viti i tretë mund të jetë tepër vonë, duke pasur parasysh uljen e kufirit të sfidave me shëndetin mendor të adoleshentëve. Sipas disa psikologëve, nxënësit e shkollave të mesme tregojnë interes të madh për të punuar në grup, janë shumë të interesuar për psikologjinë dhe janë shumë të informuar dhe të orientuar në temën jashtë procesit arsimor. Një profesor i psikologjisë, i cili u konsultua për hulumtimin, tha:

"Psikologjia duhet të jetë lëndë e detyrueshme, disa prej atyre fëmijëve nuk kanë qenë kurrë në kontakt me psikologjinë dhe asnjëherë nuk i kanë bërë disa pyetje vetes, ndërkohë që gjithë kanë nevojë për një njohuri të paktën sipërfaqësore të psikologjisë"
(Profesor i psikologjisë, shkollë e mesme)

Një nga këndvështrimet ku trajtohen disa elementë të shëndetit mendor dhe qasjes në ndihmë është dhuna nga bashkëmoshatarët. Dhuna e bashkëmoshatarëve ka një ndikim të fortë negativ në shëndetin mendor të nxënësve të shkollave të mesme. Aktualisht ka disa iniciativa të inkurajuara nga Qeveria, organizatat ndërkombëtare (UNICEF) dhe sektori i shoqërisë civile (për shembull HERA, Forumi Arsimor Rinor) me fokus në këtë temë. Duke pasur parasysh tendencat globale dhe lokale që lidhen me dhunën e bashkëmoshatarëve (fizike dhe online) dhe ndikimin negativ mbi shëndetin mendor, është e rëndësishme që ministrinë dhe shkollat të përdorin mbështetjen për të prezantuar një qasje ndërdisiplinore për të zbuluar në mënyrë përkatese të gjitha fenomenet dhe proceset e ndërlidhura. Mungesa e konsistencës dhe qasjes multidisiplinore në adresimin e këtyre çështjeve e bën të vështirë përpjekjen për të krijuar zgjidhje të qëndrueshme në arsimin e mesëm. Mangësitë shfaqen në shtresa të ndryshme të palëve kompetente të interesit. Përgjigjet e ndryshme nga ekspertët bazohen në supozimin se ka disa mangësi kur bëhet fjalë për qasjen e nxënësve të shkollave të mesme në shërbimet e shëndetit mendor. Në qytetet më të vogla, pothuajse nuk ka mundësi për të vizituar një psikolog. Në shkollat mungojnë programet parandaluese. Mungon bashkëpunimi me profesionistët në fushën e shëndetit mendor të të rinjve, në të cilin është e nevojshme përfshirja e shërbimit pedagogjik-psikologjik si dhe mësimdhënësve. Një profesor i psikologjisë, i cili u konsultua për hulumtimin, tha:

"Mungojnë punëtoritë për problematikat aktuale që ndodhin tek nxënësit e shkollave të mesme, si shantazhet me foto intime të nxënësve. Për sfidën që lindi me "Dhomën Publike", nuk u zhvillua asnjë edukim sistematik në nivel shtetëror. Realizimi i programeve edukative dhe punëtorive për sfidat aktuale ka të bëjë me vetë-iniciativën dhe motivimin e punonjësve në institucionet arsimore".
(Profesor i psikologjisë)

4.3 Qasja e kufizuar dhe roli i psikologëve të shkollës

Një pjesë e rëndësishme e qasjes në shërbimet e shëndetit mendor është aspekti teknik. Përkatësisht, nëse një gjimnazist ka kohë, financa, transport dhe kushte të ngjashme që do t'i lejojnë të vizitojë vazhdimisht psikolog, psikoterapist apo psikiatër në varësi të nevojave. Nga përgjigjet e ekspertëve vihet re se ata nuk kanë hasur në ndonjë pengesë nga aspekti teknik në karrierën e tyre të punës me të rinjtë. Megjithatë, në përgjigjet e tyre ndaj shembujve që ju kanë lanë përshtypje, ku klienti kishte vetë-iniciativë për të punuar, por megjithatë procesi ishte ndërprerë, financat shpesh përmenden si pengesë që një i ri të vizitojë një profesionist që është në praktikë private. Prandaj, lind pyetja e cila është e rëndësishme të hulumtohet në të ardhmen. Nëse financat për një të ri për të vizituar një profesionist, edhe pse teknike, në këtë rast janë më se thelbësore për qasjen e të rinjve në shërbimet e shëndetit mendor.

E lartpërmendura vihet re veçanërisht në lidhje me qasjen të psikoterapisti, shërbimi profesional në fushën e shëndetit mendor që nuk mbulohet nga Fondi për Sigurim Shëndetësor. Ndryshe nga shërbimet profesionale të psikiatërve dhe psikologëve në institucionet shtetërore shëndetësore që mbulohen nga fondi, të cilat nga ana tjetër kanë problem kronik me ambientet për shkak të të cilave klientët që kanë kushtet zgjedhin profesionistë që punojnë ekskluzivisht në praktikë private. Këshilltar psikologjik, i cili u konsultua për nevojat e hulumtimit, konfirmon këtë deklaratë:

"Kur është nga një qytet tjetër dhe nuk mund të vizitojë më shpesh psikologun në Shkup ndërsa shpesh varet nga mundësia e prindërve që të koordinohen në punë për ta sjellë në orarin e caktuar"
(Psikolog, këshilltar psikologjik)

Psikologu i shkollës është një nga aktorët kryesorë kur bëhet fjalë për qasjen e nxënësve të shkollave të mesme në shërbimet e shëndetit mendor. Disponueshmëria për ndërveprim që psikologu i shkollës ka me nxënësit në baza ditore, si dhe qasja e drejtpërdrejtë, e bën këtë pozicion një mjet kryesor në ndërtimin e çdo politike që synon shëndetin mendor të nxënësve të shkollave të mesme. Megjithatë, është i domosdoshëm bashkëpunimi i ngushtë ndërmjet shërbimit psiko-pedagogjik dhe profesorëve të lëndës.

Rëndësia e përfshirjes së profesorëve të lëndëve, veçanërisht atyre që japin psikologjinë, në procesin e kultivimit të shëndetit mendor tek nxënësit e shkollave të mesme, është evident nga fakti se nxënësit e shkollave të mesme janë në kontakt të vazhdueshëm me pedagogët të cilët janë të parët që mund të vërejnë nevojën për mbështetje profesionale për ndonjë nxënë. Sfidë shtesë është cilësia e rrjetit të decentralizuar të profesionistëve, i cili do të ishte opsion ku psikologu i shkollës do të udhëzonte nxënësin që ka kërkuar ndihmë. Nuk njihet mjaftueshëm roli i psikologut të shkollës tek nxënësit e shkollave të mesme. Kjo kontribuon në interesin e kufizuar për të folur me një psikolog shkollor. Kjo situatë u ndërlikua më tej nga pandemia e virusit Covid-19, duke pasur parasysh kufizimet fizike dhe privatësinë e reduktuar të marrëdhënies nxënës-psikolog. Shumë nxënës të shkollave të mesme nuk kanë pasur pothuajse kurrë një takim individual me psikologun e shkollës gjatë gjithë arsimit të tyre të mesëm. Gjetje të ngjashme vijnë edhe nga sondazhe të tjera, ku 78% e të anketuarve thanë se nxënësit e shkollave të mesme nuk janë dërguar asnjëherë te psikologu apo pedagogu sepse kanë shfaqur shenja dhune ose kanë qenë viktima të mundshme dhune.

Një nga kushtet kryesore që kufizon angazhimin e psikologëve të shkollës është reduktimi i detyrave administrative që zënë një pjesë të konsiderueshme të angazhimit të tyre në punë. Faktor shtesë kufizues që psikologët të jenë në gjendje të punojnë më shumë me nxënësit është se shumë psikologë përdoren më shumë si mekanizëm korrigjues për nxënësit e dobët ose me probleme, sesa si një mekanizëm mbështetës për shëndetin mendor të nxënësve. Kapaciteti i kufizuar i psikologëve të shkollave, detyrat administrative dhe fakti që një psikolog është i angazhuar për të gjithë shkollën, janë faktorët që mund të shpjegojnë më së miri aktivitetet e kufizuara dhe njohjen e ulët që kanë nxënësit e shkollave të mesme për rolin e psikologut të shkollës. Situata mund të përshkruhet më së miri përmes deklaratës së njërit prej pjesëmarrësve në hulumtim që përkon me pikëpamjet e shumicës së moshatarëve të tij të konsultuar:

“Psikologët përdoren vetëm për nxënësit me nota të dobëta, të cilët supozohet se kanë probleme. Nxënësit e mirë nuk thirren, supozohet se nuk kanë probleme të shëndetit mendor” (nxënës i shkollës së mesme, Ohër)

Gjatë një bashkëbisedimi me një psikolog të shkollës së mesme, në një mënyrë u vërtetuan deklaratat që haseshin shpesh në fokus grupe me nxënës të shkollave të mesme. Nxënësit e shkollave të mesme kanë ende rezistencë për të vizituar shërbimin, reagojnë vetëm në rast të sjelljes së keqe dhe shërbimi psikologjik në mënyrë dominuese punon punë administrative.

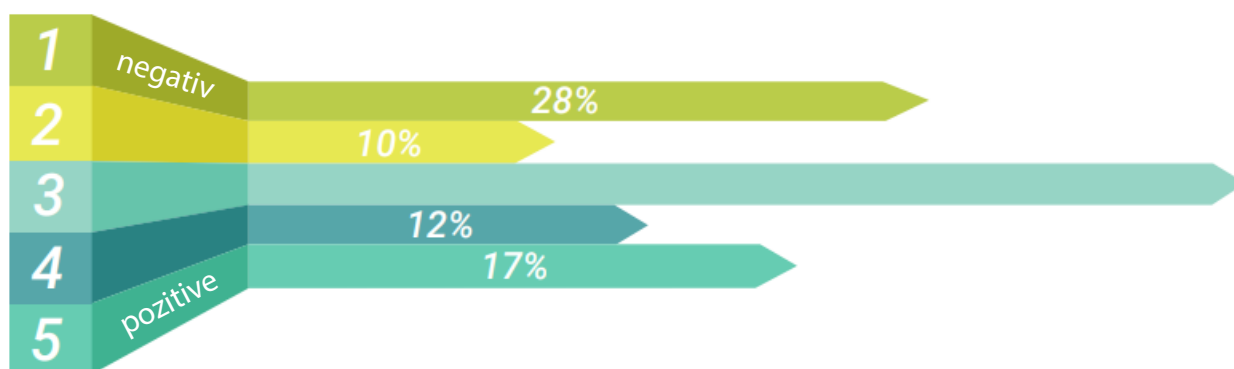
Një faktor shtesë që ndikon në motivimin për të folur me psikologun e shkollës është anonimiteti i ndërveprimit të plotë. Shumica e nxënësve theksuan se mjedisi i shkollës është kufizues për vizitë të psikologu me një sërë paragjykimesh dhe supozimesh mes nxënësve të tjerë për motivin dhe qëllimin e asaj vizite. Disa nga nxënësit e shkollave të mesme vunë në dukje edhe raste kur bisedat që kanë pasur me psikologët kanë arritur tek profesorë dhe nxënësit të tjerë. Edhe pse këto janë raste të izoluara, është ende shumë e rëndësishme t'u garantohet nxënësve anonimiteti, si një mënyrë për t'i inkurajuar ata të kontaktojnë psikologët e shkollës.

Për sa i përket qasjes, një nga mënyrat janë seancat e rregullta me psikologë. Kjo do të sigurojë që shokët e klasës nuk do të dyshojnë pse një shok i caktuar i klasës thirret për bisedë me psikologun, ndërsa gjithashtu përmes një sërë pyetjesh psikologu do të mund të diagnostikojë disa gjendje të disa nxënës, të cilët përndryshe nuk do t'i drejtoheshin psikologut për ndihmë.

Disa nga këto gjetje konfirmohen nga të dhënat e nxjerra nga pyetësi i anketës. Për shembull, në pyetjen "Nëse keni nevojë për ndihmë profesionale, ku do të shkoni së pari?", vetëm 7% nga të anketuarit kanë theksuar psikologun e shkollës. Pyetjes "a jeni drejtuar ndonjëherë për ndihmë një psikologu shkolle?", 88% u përgjigj negativisht. Edhe pse kjo mund të nënkuptojë se nuk kanë pasur nevojë, një rezultat i tillë është tregues i fushëveprimit të kufizuar të psikologut të shkollës dhe mungesës së një plani sistematik dhe gjithëpërfshirës për qasjen e një numri të madh nxënësish të shkollave të mesme. Nga ana tjetër, madje 47% e të anketuarve u përgjigjën se shkolla e tyre është institucioni më i rëndësishëm për t'u ofruar të rinjve qasje në shëndetin mendor.

Gjithashtu, për sa i përket përvojës me psikologun e shkollës, 39% e nxënësve të shkollave të mesme kanë vlerësuar përvojën e tyre me psikologun e shkollës me notë të ulët, 34% neutrale, ndërsa 28% e ka vlerësuar me nota të larta.

Cila është përvoja juaj me psikologun e shkollës?



Është e rëndësishme të theksohet se përgjigjet për këtë pyetje nuk rezultojnë nga ndërveprimi me një psikolog që përfshin një lloj këshillimi, por më tepër nga një përvojë e përgjithshme (e drejt-përdrejtë dhe indirekte) gjatë shkollimit.

4.4 Ku drejtohen nxënësit e shkollave të mesme për ndihmë?

Një nga komponentët kryesorë kur bëhet fjalë për qasjen e nxënësve të shkollave të mesme në shërbimet e shëndetit mendor është aftësia për të kërkuar ndihmë. E njëjta gjë mund të analizohet përmes dy parametrave.

Së pari, disponueshmëria e shërbimeve nga aspekti i qasjes fizike, mundësive financiare dhe informimit.

Së dyti, se si mjedisi në të cilin operojnë nxënësit e shkollave të mesme (familja, shkolla, mjedisi social) ndikon në aftësinë e të rinjve për të kërkuar dhe për të pranuar ndihmë. Natyrisht, këto dy parametra shpesh ndërthuren, veçanërisht duke pasur parasysh se disponueshmëria e shërbimeve është e lidhur ngushtë me mundësinë që nxënësit e shkollave të mesme të inkurajohen për të kërkuar ndihmë dhe për të gjetur mirëkuptim dhe mbështetje.

4.4.1 Disponueshmëria e shërbimeve

Kur bëhet fjalë për disponueshmërinë e shërbimeve, ajo bazohet në tre elementë kryesorë. Para së gjithash është qasja fizike, përkatësisht sa shërbime janë në dispozicion në mjedisin ku jetojnë nxënësit e shkollave të mesme. Së dyti, informimi në lidhje me disponueshmërinë e shërbimeve të tilla dhe dobinë prej tyre. Së fundi, mundësitë financiare për të përdorur këto shërbime.

Për sa i përket qasjes fizike, qasja drejt këshillimit psikologjik është një sfidë e madhe. Kjo është veçanërisht e pranishme në qytetet më të vogla ku nuk ka psikologë apo psikoterapistë. Për më tepër, nëse ka një psikolog, të rinjtë në komunitetet më të vogla ndonjëherë përmbahen nga vizita për shkak të mundësisë së madhe, të kuptojë komuniteti. Në disa qytete më të vogla është theksua se nëse do të ishte nevoja do të vizitonim një psikolog në Shkup ose në një qytet tjetër më të madh të vendit.

Aspekti i dytë është informimi. Zakonisht asociacioni i parë në lidhje me ndihmën për shëndet mendor është një psikiatër ose psikolog shkollor. Sipas sondazhit, një pjesë e madhe e të rinjve (67%) bëjnë dallimin midis një psikiatri, psikoterapisti dhe psikologu, megjithëse ka një ndryshim në njohuritë se cilat janë dallimet specifike dhe lidhja e një problemi të caktuar (gjendja, intensiteti) me profesionin specifik. Njohuritë janë më të larta tek femrat e anketuara, gjegjësisht 70% e tyre kanë deklaruar se e dinë dallimin, krahasuar me 58% e të anketuarve meshkuj.

Financat janë shpesh një nga faktorët më kufizues kur bëhet fjalë për qasjen në shërbimet e shëndetit mendor. Në pyetjen "A mendoni se mund të përballoni një këshillim psikologjik?", 44% janë përgjigjur pozitivisht, 20% se nuk e përballojnë dot, ndërsa 36% se nuk e dinë. Nxënësit e shkollave të mesme kanë gjithashtu njohuri të kufizuara për çmimin e shërbimeve të ndryshme që lidhen me shëndetin mendor.

4.4.2 Ndikim i mjedisit

Mjedisi i afërt mund të ketë ndikimin më të madh në aftësinë e nxënësve të shkollave të mesme për t'iu qasur shërbimeve të shëndetit mendor. Nxënësit e shkollave të mesme, por edhe të rinjtë në përgjithësi, shpesh përballen me stigmatizim ndërsa problemet dhe sfidat e tyre personale nuk merren gjithmonë parasysh. Kjo i dekurajon ata të paralajmërojnë nëse ballafaqohem me ndonjë problem. Ky "rreth vicioz" është veçanërisht i shprehur kur bëhet fjalë për shëndetin mendor. Nisur nga ndjeshmëria e temës, është shumë e rëndësishme që nxënësit e shkollave të mesme të informohen, të njohin problemet e tyre, të kërkojnë ndihmë dhe të inkurajohen të bëjnë të njëjtën gjë. Për të përcaktuar faktorët më të rëndësishëm, analiza shqyrton ndikimin dhe perceptimin e nxënësve të shkollave të mesme në familje, shkollë dhe mjedisin social.

Një nga përfundimet kryesore të analizës është se të rinj të ndryshëm zgjedhin mënyra të ndryshme për të kërkuar ndihmë për një problem të caktuar. Në pyetjen e anketës "Nëse dyshoni se shëndeti juaj mendor mund të jetë çrregulluar, kujt në mjedisin tuaj do t'i drejtoheshit fillimisht për ndihmë?", 35% e të anketuarve janë përgjigjur se do t'i drejtohen nënës së tyre, 17% shokut/qes, 7% motrës/vëllait, ndërsa madje 18% janë përgjigjur se nuk do t'i drejtohen askujt. Sipas gjinisë, një numër i barabartë prej 36% (N = 35) të të anketuarve femra dhe 36% (N = 13) të të anketuarve meshkuj do t'i drejtoheshin nënës. 19% (N = 7) e meshkujve dhe 16% (N = 16) e femrave të anketuara do t'i drejtoheshin një shoku/qes. Në mesin e të anketuarve që janë përgjigjur se nuk duhet t'i drejtohen askujt, tek të anketuarat femra përqindja është 16%, meshkujt 19% dhe tek jobinarët 100% e përgjigjeve. Kjo do të thotë, të tre të anketuarit jo-binarë u përgjigjën se nuk do t'i drejtoheshin

Edhe pse e vështirë për t'u konfirmuar, të dhëna të tilla mund të tregojnë stigmë dhe mosbesim në lidhje me atë nëse do tu siguronin mbështetje. Kjo është veçanërisht shqetësuese duke pasur parasysh ekspozimin e shtuar të këtyre individëve ndaj dhunës së bashkëmoshatarëve, e cila si fenomen ndikon fuqishëm në shëndetin mendor, problem ky që është evidentuar edhe në kërkime të tjera.

Nëse dyshoni se shëndeti juaj mendor mund të jetë çrregulluar. Kujt në mjedisin tuaj do t'i drejtoheshit së pari për ndihmë?

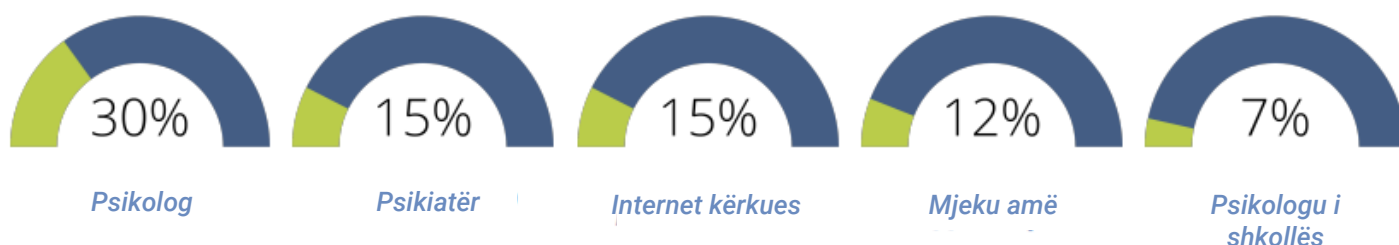
	Jobinar	Femër	Mashkull
Tjetër		2%	
Do të kërkoja ndihmë profesionale		12%	6%
Të dy prindërit			8%
Shokut/shoqes		16%	19%
Nënës		35%	36%
Askujt	100%	16%	17%
Kërkues / mediat sociale		7%	6%
I afërm		1%	
Motër / vëlla		8%	6%
Babait		2%	3%

Në rastet kur nuk mund t'i drejtohen prindit, ata i komunikojnë problemet fillimisht me bashkëmoshtarët ose vëllezërit e motrat, me të cilët mendojnë se mund t'i ndajnë nëse kanë ndonjë problem. Nga bisedat me të rinjtë në shumë qytete, mund të shihet një tendencë për të parë ndihmën profesionale si mjetin e fundit. Disa nga pjesëmarrësit e fokus grupit gjithashtu deklaruan se nuk do të donin të kontaktonin askënd personalisht dhe thjesht do të përpiqeshin ta zgjidhnin problemin dhe do të kërkonin ndihmë nga një profesionist dhe prind nëse situata përkeqësohet. Megjithatë, nxënësit e shkollave të mesme e njohin kryesisht ekspertizën e psikologëve dhe besojnë se ata do të ndihmonin. Kjo është e rëndësishme të kihet parasysh pasi mund të jetë një tregues i fortë se nxënësit e shkollave të mesme nuk po kërkojnë ndihmë për shkak të faktorëve socialë dhe jo se nuk u besojnë profesionistëve.

Shqetësues është fakti që disa nga nxënësit e shkollave të mesme theksuan se nuk do t'u besojnë miqve të tyre, pasi kanë frikë se mos e keqpërdorin informacionin dhe më vonë t'i përqeshin. "Ata shpesh mbyllen në vetvete dhe i bëjnë më keq vetes nga frika se mos përqeshen".

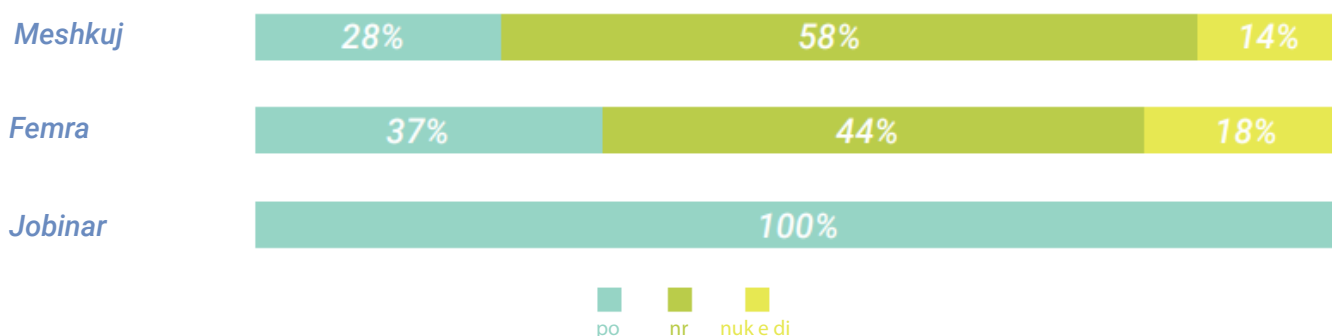
Në pyetjen "Nëse keni nevojë për ndihmë profesionale, ku do të shkonit së pari?" 30% e të anketuarve janë përgjigjur te psikolog, 15% te psikiatër, 15% internet kërkues, 12% te mjeku familjar dhe 7% te psikologu i shkollës. Nga të anketuarat femra, 33% janë përgjigjur se do të shkonin te psikologu, ndërsa te meshkujt është 22%. Për internet kërkues janë përgjigjur 13% e të anketuarve femra dhe 20% e të anketuarve meshkuj. Një raport i ngjashëm ekziston për opsionet, mjek familjar dhe psikologu i shkollës.

Nëse do të kishit nevojë për ndihmë profesionale, kujt do t'i drejtoheshit së pari?



Një problem shtesë në këtë kontekst është stigmatizimi që ndiejnë shpesh nxënësit e shkollave të mesme si nga bashkëmoshatarët, ashtu edhe nga prindërit e tyre. Kjo është e shprehur edhe kur bëhet fjalë për prindërit. Kështu, pyetja "A do të kërkonit ndihmë profesionale pa dijeninë e prindërve tuaj?", edhe pse shumica (47%) nuk do të ndërmerrenin një hap të tillë pa dijeninë e prindërve, madje 36% u përgjigjën se do të kërkonin ndihmë pa dijeninë e prindërve të tyre, ndërsa 17% u përgjigjën se nuk e dinë se si do të vepronin. Nga të anketuarat femra, 37% janë përgjigjur se nuk do të konsultohen me prindin, ndërkaq 27% e të anketuarve meshkuj. Ngjashëm me sa më sipër, të gjithë të anketuarit jobinar u përgjigjën se do të kërkonin ndihmë pa u konsultuar me prind.

A do të kërkonit ndihmë profesionale pa dijeninë e prindit tuaj?



Deklarata për konsultimin e punonjësit rinor pasqyron në mënyrë adekuate situatën:

"Si një i ri që punoj me të rinjtë më afrohen shumë të rinj dhe më thonë se kanë nevojë për ndihmë sepse ndihen të sigurt. Në rrethin tonë ka të rinj, të cilët fshehurazi, pa dijeninë e prindërve, vizitojnë psikologët me paratë e tyre" (punëtor rinor, Shkup)

Gjetjet e anketës dhe bisedat rreth mjedisit dhe se si ai ndikon në qasjen në shërbimet e shëndetit mendor nxjerrin në pah disa përfundime kryesore:

1.Mjedisi ndikon ndjeshëm në vendimin e nxënësve të shkollave të mesme për të kërkuar ndihmë për sa i përket shëndetit mendor. Ndonëse për shumëkush familja është shkalla e parë ku do të kërkonin ndihmë, është shqetësues fakti që shumë nxënës të shkollave të mesme ende nuk ndjehen të lirë t'u tregojnë prindërve ndërsa një pjesë e konsiderueshme e tyre përmbahen dhe aspak nuk ndajnë me të tjerët problemin e tyre. Problemi është i pranishëm në të gjitha grupet demografike të nxënësve të shkollave të mesme. Megjithatë, mund të vërehet se për çështje të caktuara ka dallime gjinore në atë se sa të gatshëm janë ata të ndajnë një problem dhe të kërkojnë një zgjidhje. Edhe pse kampioni nuk ofron një mundësi për t'u përgjithësuar për të gjithë popullatën, ka ende një tendencë që gratë dhe personat me përcaktim jobinar të jenë më të përmbajtura për të ndarë një problem në familjen e tyre, por edhe në shërbimet shkollore.

2.Një tjetër përfundim që mund të nxirret është se te nxënësit e shkollave të mesme ende ekziston turpi dhe ndjenja e stigmës për të folur publikisht për çështjet e shëndetit mendor. Ata nuk mendojnë se mjedisi i tyre (familja, shkolla, mjedisi social) i inkurajon të ndajnë se kanë një problem dhe të kërkojnë ndihmë. Edhe pse ekziston pajtim se gjërat janë duke u përmirësuar dhe se stigmatizimi është reduktuar ndjeshëm, ka akoma më shumë kufizime që ndikojnë negativisht tek nxënësit e shkollave të mesme që kërkojnë ndihmë.

3.Roli i psikologut të shkollës është i kufizuar, një pjesë e nxënësve të shkollave të mesme kanë mosbesim në atë institucion, si dhe një perceptim të ndryshëm për sa i përket kapacitetit. Institucioni psikologu shkollor konsiderohet të jetë kryesisht administrativ dhe pedagogjik, duke rezultuar në një numër të vogël vizitash dhe biseda me psikologun.

4.Disponueshmëria e psikologëve dhe psikoterapistëve privatë është e kufizuar në mjedise më të mëdha. Në zona më të vogla ku ka mundësi për mbështetje profesionale, disa nxënës të shkollave të mesme nuk ndihen mirë t'i vizitojnë dhe janë të shqetësuar për anonimitetin.

5.Në mesin e nxënësve të shkollave të mesme ka informacion të kufizuar në lidhje me disponueshmërinë e mbështetjes profesionale, si rezultat i informimit josistematik.

6.Aftësia e nxënësve të shkollave të mesme për të lejuar financiarisht këshillimin është e kufizuar, pa qasje sistematike në mbështetje. Ndonëse shumica e nxënësve të shkollave të mesme kanë treguar se do të kenë mundësi ta përballojnë, ka ende një numër të madh të atyre që nuk kanë mundësi dhe po ashtu ka nxënës të shkollave të mesme që nuk dinë. Mundësitë për mbështetje janë të kufizuara në iniciativa qytetare dhe iniciativa ad hoc. Disa nxënës të shkollave të mesme shpenzojnë para për këshillim nga buxheti i tyre. Faktori financiar e ndërlikon ndjeshëm qasjen në një proces të vazhdueshëm.

5. Rekomandime

Nga gjetjet e mësipërme, të cilat rezultojnë nga një kombinim i desk hulumtimit mbi politikat aktuale, strukturën ligjore-institucionale si dhe një fokus i rëndësishëm në mbledhjen e të dhënave parësore, mund të jepen rekomandimet e mëposhtme:

■ Forcimi i kapaciteteve të shërbimit psikologjik-pedagogjik për realizimin e aktiviteteve edukative në nivel kombëtar në lidhje me problemet dhe sfidat aktuale me të cilat përballen të rinjtë. Kjo nënkupton përfshirjen aktive të Ministrisë së Arsimit dhe Shkencës në krijimin dhe zbatimin e punëtorive të sistematizuara arsimore, në varësi të nevojave, në kundërshtim me praktikat aktuale të bazuara në vetë-iniciativë të izoluar të shërbimeve shkollore.

Metodat shtesë të cilat duhet të merren parasysh janë:

1) Rritja e burimeve financiare;

2) Kufizimi i detyrave administrative që rëndojnë punonjësit;

3) Zhvillimi i modeleve për përfshirjen e praktikantëve të këshilltarëve psikologjikë dhe psikoterapistëve nën mbikëqyrje, të cilët mund të asistojnë shërbimin psiko-pedagogjik;

■ Forcimi i përpjekjeve për zbatimin e Strategjisë Kombëtare për Promovimin e Shëndetit Mendor 2018-2025. Kjo nënkupton rritjen e mjeteve për zbatimin e masave të parashikuara, zbatimi i të cilave u kufizua në masë të madhe nga pandemia Covid-19. Gjithashtu, është e rëndësishme që Ministria e Shëndetësisë si dhe Komisioni Kombëtar për Shëndetin Mendor të punojnë në rritjen e ndërgjegjësimit të llojeve të ndryshme të palëve të interesuara në lidhje me aktivitetet që dalin nga strategjia si dhe përfitimin e pritur. Është e rëndësishme që të njëjtat palë të interesuara të përfshihen në mënyrë aktive si në procesin e zbatimit ashtu edhe në procesin e monitorimit, si dhe në vlerësimin dhe mësimin e vazhdueshëm. I njëjti proces mund të bëhet përmes seminareve të përbashkëta publike me institucionet shtetërore, shkollat, organizatat e shoqërisë civile dhe nxënësit e shkollave të mesme si e vetmja mënyrë e qëndrueshme për zbatimin e gjithanshëm të strategjisë dhe arritjen e rezultateve të qëndrueshme;

■ Sigurimi i hapësirës adekuate në shkolla, një hapësirë që nuk do të rrezikojë diskrecionin e nxënësve që duhet të flasin me psikologun e shkollës;

■ Revizion i shkallës së realizimit dhe mbindërtim të rrjetit të decentralizuar të profesionistëve dhe psikologëve të fëmijëve nga shërbimi psiko-pedagogjik;

■ Krijimi i praktikës së takimeve të rregullta ndërmjet psikologëve të shkollave dhe nxënësve (nëpërmjet randomizimit) për të rritur hapësirën gjatë adresimit të sfidave që kanë të bëjnë me hezitimin e nxënësve të shkollave të mesme për t'iu drejtuar psikologut, por edhe për të siguruar qasje të barabartë dhe anonimitet;

■ Përshtatja e qasjeve për mbrojtjen e grupeve të rrezikuara që janë të prekura në mënyrë disproporcionale dhe të cenueshme ndaj dukurive (dhuna nga bashkëmoshatarët) që ndikojnë negativisht në shëndetin e tyre mendor;

■ Përmirësimi i programeve mësimore në shkollat e mesme në lidhje me shëndetin mendor, në tre mënyra:

1) Rishikimi i programit mësimor, me qëllim uljen e pragut kur bëhet fjalë për mësimin rreth temave të shëndetit mendor. Praktika e deritanishme e mësimdhënies së shëndetit mendor (psikologjisë) nga viti i tretë si lëndë zgjedhore në shkollat e mesme, përkatësisht e detyrueshme në shkollat e mjekësisë, pengon një numër të madh të nxënësve të shkollave të mesme të shfrytëzojnë përfitimet e programit.

2) Modernizimi i programit mësimor në aspektin e shëndetit mendor me qëllim rritjen e përfaqësimit të temave që lidhen drejtpërdrejt me problemet dhe nevojat reale të nxënësve të shkollave të mesme. Në suazat e lëndës së psikologjisë është e nevojshme të vihet më shumë theksi në aspektet praktike që lidhen me qasjen në shërbimet që kanë të bëjnë me shëndetin mendor. Procesi i modernizimit duhet të përfshijë një proces të gjerë konsultimi të zhvilluar nga Byroja për Zhvillimin e Arsimit ku do të përfshihen ekspertë të fushës, zbatuesit, por edhe përdoruesit përfundimtarë;

3) Modernizimi i metodave të mësimdhënies në mënyrë që programet e shëndetit mendor të ndërlidhen me rekomandimet për ndërveprim, por edhe reflektimi i kërkesave të nxënësve të shkollave të mesme për përfshirjen e elementeve të arsimit joformal:

■ Mbështetje institucionale, promovim dhe partneritet me iniciativa nga shoqëria civile/organizatat rinore dhe shoqatat e shkollave të mesme që synojnë ndërgjegjësimin e të rinjve për sfidat në aspektin e shëndetit mendor;

■ Mbështetje dhe rrënjosje të rekomandimeve që dalin nga organizatat ndërkombëtare veçanërisht në drejtim të ofrimit të një mjedisi që do të inkurajojë të rinjtë të flasin hapur për nevojat dhe problemet e tyre;

■ Institucionet të ofrojnë online promovim më të madh për rëndësinë e shëndetit mendor dhe se si të rinjtë mund të kenë qasje në shërbime përkatëse, duke qenë se interneti është një platformë kryesore nga e cila mund të informohen.

5.1 Rekomandime nga nxënësit e shkollave të mesme

Nisur nga ndërveprimi i tyre i drejtpërdrejtë me problemin dhe përvojat e tyre, më poshtë janë rekomandimet kryesore që nxënësit e shkollave të mesme kanë propozuar gjatë fokus grupeve në tetë qytete të vendit. Rekomandimet e nxënësve të shkollave të mesme janë vendimtare për t'u marrë parasysh në mënyrë që iniciativat që do të lindin në të ardhmen të identifikohen dhe të jenë relevante. Disa nga rekomandimet janë gjetje të përmbledhura ndërsa disa janë deklarata të drejtpërdrejta nga nxënësit e shkollave të mesme të konsultuar.

Për një monitorim më të mirë, rekomandimet janë grupuar në dy fusha kryesore të përfshira nga analiza përkatësisht **(1) Informimi dhe qasja arsimore** dhe **(2) Rekomandime për adresimin e ndikimit në mjedis**.

Informimi dhe qasja arsimore

- Trajnimet për shëndetin mendor duhet të jetë jo vetëm me psikolog dhe pedagog, por edhe me profesionistë. Ato trajnime apo ligjërata duhet të mbahen vazhdimisht.
- “Dëshirojmë që profesorët dhe prindërit të jenë më të ndërgjegjshëm, të dëgjojnë nxënësit. Nëse dikush ka një problem, perceptohet si një dukuri atipike dhe jonormale. Cikli i qasjes toksike ndaj problemit duhet të ndërpritet. Ka vetëm disa përjashtime nga prindërit dhe profesorët që dinë të dëgjojnë dhe të ndihmojnë për problemet.”
- “Lënda e detyrueshme për shëndetin mendor është opsion, por jo klasik si të tjerët, por të ketë programe (punëtori) në çdo shkollë. Pjesëmarrja në një sërë punëtori me temë shëndeti mendor duhet të jetë e detyrueshme për të gjithë. Të fokusohen në thelbin e shëndetit mendor, të përfshijë atë që ju duhet të rinjve.”
- “Të forcohet shtylla e shëndetit mendor në shkollat e mesme – psikologët dhe pedagogët të largohen nga përgjegjësitë administrative që i kanë si ngarkesë dhe të fokusohen tërësisht te nxënësit, përkatësisht kjo është detyra e tyre që të rinjtë të dinë se kanë me kë të flasin”
- “Nevojitet trajnim plotësues për psikologët dhe pedagogët për arsimin joformal që pikërisht përmes fokus grupeve të këtilla dhe mjeteve të tjera të dëgjojnë të rinjtë. Deri tani psikologët dhe pedagogët janë si masë korrigjuese, përkatësisht ndëshkuese për nxënësit e dobët apo problematikë.”
- “Trajnimet duhet të jenë përmes shkollave të mesme, por në stilin e arsimit joformal dhe Ministria e Arsimit duhet të prezantojë një program aktiviteteve që përmirësojnë shëndetin mendor. Për shembull shëtitje, aktivitete sportive etj.”

- Shërbimi special, gjegjësisht një person që do të promovojë shëndetin mendor. Mund të jetë një person që do të promovojë besimin tek të rinjtë.
- “Të zgjidhet një temë relevante që do të tërheqë të rinjtë dhe të flitet në gjuhën e të rinjve. Të rinjtë duhet të jenë protagonistë, historitë e tyre duhet të promovohen përmes televizionit dhe rrjeteve sociale, të cilat do të udhëheqin dhe motivojnë të rinjtë e tjerë për të kërkuar ndihmë.”
- “Edukimi i bashkëmoshatarëve mund të jetë një nga opsionet – të rinjtë, punëtorët rinorë etj., dhe jo profesorët, gjegjësisht dikush që e kupton problemin dhe që di të përcjellë informacionin tek të rinjtë”.
- Shëndeti mendor si lëndë e detyrueshme, por jo klasike si të tjerat, por në çdo shkollë të ketë programe (punëtori), ndërsa të gjithë të ndjekin një sërë seminaresh për shëndetin mendor. Të fokusohen në thelbin e shëndetit mendor dhe të përfshijë atë që ju duhet të rinjve.
- Trajnim shtesë për personat që do të zbatojnë një Program për Shëndetin Mendor.
- Ligjëratat duhet të fillojnë nga klasa e nëntë dhe të vazhdojnë në shkollën e mesme.
- Modulet duhet të jenë ndërvepruese dhe të udhëhequra nga profesionistë dhe ekspertë të fushës, por edhe të zgjasin për një periudhë më të gjatë (të mos jenë njëditore) që nxënësit të fitojnë besimin e atyre profesionistëve.
- Shkolla duhet të jetë më proaktive në krijimin e programeve apo aktiviteteve javore, jo vetëm në temën e shëndetit mendor, por edhe më gjerë.
- Të ketë më shumë se një psikolog dhe më shumë se një profesionist në një shkollë. Shembull studentë të psikologjisë - praktikantë të përbëjnë një ekip njerëzish që do të mblidhen dhe do të ndihmojnë të rinjtë rreth shëndetit mendor.



Rekomandime për adresimin e ndikimit të mjedisit

- Çdo i ri duhet të ketë psikologun e tij familjar, ashtu si mjekun familjar.
- Të krijohen grupe për mbështetje („support groups“) në të cilat nxënësit do të mund të ndihmojnë njëri-tjetrin, grupet do të formohen nga nxënës të cilët do t'i besojnë njëri-tjetrit dhe do të jenë në gjendje të ndajnë problemet që kanë.
- Organizimi i trajnimeve për prindërit dhe profesorët e përfshirë në zhvillimin e të rinjve.
- Të gjithë nxënësit duhet të kenë të njëjtën bazë për temën, për të përjashtuar më tej mundësinë e etiketimit të nxënësve që do të shkonin në një modul që do të ishte fakultativ.
- Shembuj, të rinj që kujdesen për shëndetin e tyre mendor, me qëllim inkurajimin e të tjerëve sepse stigma dhe stereotipet janë shumë të mëdha.
- Një fushatë digjitale përmes televizionit që do të edukojë të rinjtë por dhe të moshuarit, në një mënyrë delikate që nuk do të keqkuptohet. Nevojitet një medium i përbashkët që do t'i lidhë dhe do t'u tregojë se është e rëndësishme të bisedohet."
- Nxënësit të mund të shkojnë fshehurazi në "orë te psikologu" për të shmangur etiketimin e nxënësve që vizitojnë një psikolog.
- Për të mundësuar edukimin e bashkëmoshatarëve, ku nxënësit do të ishin më të relaksuar për të ndarë problemet me bashkëmoshatarët e tyre.
- Të gjithë nxënësit, pa përjashtim, të vijnë në kontakt të drejtpërdrejtë me një profesionist. Kjo duhet të ndodhë të paktën disa herë në vit.



6. Burimet e përdorura

-The European Mental Health Action Plan (2013-2020) https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0020/280604/WHO-Europe-Mental-Health-Acion-Plan-2013-2020.pdf

-Kodi i Etikës për Psikologët e Republikës së Maqedonisë (2006)

<https://komorapsiholoji.mk/wp-content/uploads/sites/8/2021/04/%D0%95%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BA%D0%B8-%D0%BA%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%81-%D0%BD%D0%B0-%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B7%D0%B8%D1%82%D0%B5-%D0%BD%D0%B0-%D0%A0%D0%9C.pdf>

-Ligji për ndryshimin dhe plotësimin e Ligjit për shëndetin mendor (Gazeta Zyrtare e RM nr.150 viti 2015)

-Ligji për shëndetin mendor (Gazeta Zyrtare e RM nr.71 nga 2006)

-Ligji për shërbimin pedagogjik ("Gazeta Zyrtare e Republikës së Maqedonisë" nr. 18/2011, 41/2014, 55/2016 dhe 64/2018)

-Dhuna ndaj të rinjve LGBTI është e padukshme për shërbimet profesionale në shkollat në Shkup. HERA, 2021. Në dispozicion në: https://hera.org.mk/wp-content/uploads/2021/04/-Dokument-za-javni-politiki-za-megjuvrnichko-nasilstvo_HERA-2021-mk.pdf

-STRATEGJIA KOMBËTARE PËR PËRMIRËSIMIN E SHËNDETIT MENDOR NË REPUBLIKËN E MAQEDONISË SHTATOR 2018 - 2025 ME PLAN VEPRIMI (20 shtator 2018-2025) I qasshëm në: <http://zdravstvo.gov.mk/wp-content/uploads/2020/05/strategija-za-MZ-2018-2025-170718-pf-1.pdf>

-Propozim - ligji për shëndetin mendor - Dokumenti i politikave publike (2021)

<http://misla.org.mk/wp-content/uploads/2021/07/%D0%9F%D1%80%D0%B5%D0%B4%D0%BB%D0%BE%D0%B7%D0%B8-%D0%B7%D0%B0-%D0%97%D0%B0%D0%BA%D0%BE%D0%BD-%D0%B7%D0%B0-%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%D0%B0%D0%BB%D0%BD%D0%BE-%D0%B7%D0%B4%D1%80%D0%B0%D0%B2%D1%98%D0%B5.pdf>

-“Interesimi për të biseduar me psikologun e shkollës është shumë i vogël, edhe pse këto ditë roli i tij është veçanërisht i rëndësishëm”, thotë psikologja Gulicovska, Radio MOF, tetor 2020. Në dispozicion në: <https://www.radiomof.mk/interesot-za-razgovor-so-uchilish-en-psiholog-e-mnogu-mal-iako-denovive-negovata-uloga-e-osobeno-vazhna-veli-psihologot-gulicovska/>