

Mladinski sektor v Sloveniji in njegov potencial za razvoj na področju promocije zdravega življenjskega sloga in krepitev zdravja mladih

(nelektorirana verzija)

Pripravili: Daša Kokole, Brez izgovora Slovenija in Nina Milenković Kikelj,
ZSKSS

Ljubljana, 2015

Mladinski sektor je dinamičen, je del družbe, zato se v njem odražajo tudi njeni izzivi. Prav tako je z mladinskim delom, ki se od svojega pojava v vsakem času in prostoru odvija na

svojestven način. Obenem se tudi razvija, zato ga težko stlačimo v definicijo, ki bi v popolnosti in na dolgi rok opisala vse njegove razsežnosti. Tudi mladinsko delo v Sloveniji ima svojo identiteto, ki jo v tem trenutku povzema in opredeljuje t.i. »mladinski zakon« - Zakon o javnem interesu v mladinskem sektorju (ZJIMS) iz leta 2010.

Mladi

Mladinski sektor predstavlja le del nevladnega sektorja in kot »mladinski« ima svoje specifičnosti. Jedro, okoli katerega se vse skupaj odvija, so **mladi**, ki jih zakon (glej zgoraj) opredeli kot »*mladostnike in mlade odrasle osebe obeh spolov, stare od 15. do dopolnjenega 29. leta.*« Gre za dogovor, saj se omenjeni starostni interval skozi čas spreminja (zgornja meja se tako v Sloveniji kot širše v Evropi s časom dviguje).

Mladinsko delo

Mladinski sektor po ZJIMS predstavlja prostor, kjer se ne odvija samo mladinsko delo, ampak tudi proces oblikovanja in uresničevanja mladinskih politik. Poleg zasebne in javne sfere postaja mladinski sektor nepogrešljivi partner pri celostnem razvoju mladih. V luči te misli je bila postavljena tudi zakonska opredelitev mladinskega dela. **Mladinsko delo** je »*organizirana in ciljno usmerjena oblika delovanja mladih in za mlade, v okviru katere mladi na podlagi lastnih prizadevanj prispevajo k lastnemu vključevanju v družbo, krepijo svoje kompetence ter prispevajo k razvoju skupnosti. Izvajanje različnih oblik mladinskega dela temelji na prostovoljskem sodelovanju mladih ne glede na njihove interesne, kulturne, nazorske ali politične usmeritve.*«

Mladinski svet Slovenije (MSS) definiciji iz ZJIMS dodaja, da »*vsaka oblika mladinskega dela predstavlja niz načrtovanih in nenačrtovanih učnih izkušenj, ki lahko pripomorejo k osebnotnemu razvoju posameznika, krepijo možnosti za njegovo ekonomsko in kulturno integracijo v družbo ter spodbujajo družbeno in politično udejstvovanje mladih v družbi.*« (Pucelj Lukan 2011)

Svet Evrope pa pravi, da je »*mladinsko delo zavestno (načrtno) izobraževalno delo z mladimi, ki ima značilnosti prostovoljnih aktivnosti s ciljem aktivnega državljanstva mladih in ki promovira vključevanje mladih v družbo.*« (prav tam)

Ker pa ni vsako delo mladih in delo z mladimi resnično mladinsko delo, so mnogi avtorji poskušali opredeliti osnovne gradnike le-tega. Dejstvo je, da obstajajo različne oblike ali manifestacije mladinskega dela in ne zgolj mladinsko delo s poenotenimi značilnostmi. Vendar je kljub temu možno izluščiti **4 skupne značilnosti definicij** mladinskega dela:

- **učna izkušnja** za vsakega mladega posameznika, vključenega v mladinsko delo (polje mladinskega dela je izrazito usmerjeno v neformalno izobraževanje mladih);
- **načrtovan proces** (učne izkušnje lahko mladinske organizacije dosežejo le, če svoje aktivnosti in delovanje skrbno načrtujejo);
- **aktivna participacija** (mladinsko delo stremi k razvoju mladih v aktivne državljanke, ki se zlahka vklapljajo v družbo in prispevajo k njenemu razvoju; participacija mladih se razume kot aktivno družbeno udejstvovanje mladih v vsakdanjem življenju s ciljem, da kot državljanke prevzamejo aktivno vlogo);

- **osebni in socialni razvoj mlade osebe** (mladi se v mladinskih organizacijah razvijajo v izoblikovane posameznike, ki so sposobni delovati samostojno in v skupini. (prav tam)

Podobno je v kontekstu s trenutno zakonodajo, z željo po preprosti, jasni in vsem deležnikom razumljivi shemi nastala shema **6 ključnih elementov** mladinskega dela.

6 ELEMENTOV MLADINSKEGA DELA

PROSTOVOLJNA UDELEŽBA MLADIH

Mladi samostojno pristopajo k dejavnosti. Njihova udeležba ni pogojena z ničemer drugim, kot da so mladi in da je udeležba stvar njihove lastne volje.

Prostovoljna udeležba je pomemben element pri vzgoji in učenju za prevzemanje odgovornosti in demokratičnost. Mladi pa postanejo tudi pobudniki in akterji sprememb, katerih učinkov se sprva pogosto niti sami ne zavedajo.

DRUŽENJE V SKUPINI

Skupina je temeljna oblika dela. Jedro tega elementa so odnosi in njihovi vplivi na različne deležnike. Mladi potrebujejo skupnost, še posebej občutek sprejetosti in možnost skupinskega delovanja.

Skupina mlademu omogoča grajenje skupne identitete – državljske kompetence in učenje medosebnih interakcij – socialne in komunikacijske kompetence. Upoštevati je potrebno vsakega sodelujočega, a le skupina lahko išče skupne rešitve.

MLADI SO AKTERJI

Mladinsko delo je lahko dejavnost za mlade, ni pa vsaka dejavnost za mlade mladinsko delo. Osrednji akterji dejavnosti so mladi, niso le opazovalci ali izvajalci.

O pozitivnih učinkih participacije na mlade govorimo le pod pogojem, da imajo mladi v procesu participacije dejavno in osrednjo vlogo.

NAČRTOVANJE UČINKOV

Mladinsko delo je načrtno. Načrtuje se dejavnosti in učinke. Poleg načrtovanih pa ima mladinsko delo tudi nenačrtovane učinke. Načrtuje se na vseh ravneh.

Brez načrtovanja ni ciljne usmerjenosti neke dejavnosti znotraj mladinskega dela. Brez načrtovanja s cilji ne moremo preveriti njihovega uresničevanja, dejavnost pa postane namenjena sama sebi.

Z načrtnim delom zagotavljamo in dvigujemo kakovost mladinskega dela

**CELOSTNI OSEBNOSTNI
RAZVOJ MLADIH**

Skozi mladinsko delo se mladi celostno osebnostno razvijajo in pridobivajo kompetence na različnih področjih. Hkrati se vključujejo v družbo.

ter vnaprej razmišljamo o posledicah na vsakega akterja.

Najbolj splošne opredelitve vključujejo štiri področja razvoja osebnosti: telesni, spoznavni, čustveni-osebnostni in socialni razvoj, poleg ali kar v okviru teh se pogosto srečamo tudi z duhovnim in moralnim razvojem. Ključno je, da osebnostni razvoj načrtujemo in spremljamo ter dajemo spodbude za razvoj vseh področij.

**DODANA VREDNOST ZA
DRUŽBO**

Učinki mladinskega dela niso usmerjeni le v mlade, ampak v širšo družbo.

Mladinsko delo ne more biti osamelec v družbi, če že po definiciji prispeva k vključevanju mladih v družbo in njihovem delovanju v njej. Pomembno je, da učinki mladinskega dela vplivajo na družbo tako posredno – krepimo mlade, s tem pa posredno tudi družbo, kot neposredno – mladi neposredno delujejo v korist drugih.

Tabela: 6 ključnih elementov mladinskega dela (prirejeno po Cepin 2012)

Mladinska politika

Mladinsko delo je neizogibno povezano z razvojem **mladinskih politik**. Te predstavljajo usklajen nabor ukrepov, ki omogočajo osamosvajanje in vključevanje mladih v družbo ter razvoj mladinskega dela. Ali drugače: mladinska politika je nabor ukrepov na različnih področjih javne politike, katerih namen je integracija vedno novih generacij v posamezne dele življenja družbe, predvsem pa spodbujanje čim hitrejšega osamosvajanja mladih. (Škulj 2012)

Ključna področja mladinskih politik so:

- »avtonomija mladih
- *neformalno učenje in usposabljanje ter večanje kompetenc mladih*
- *dostop mladih do trga delovne sile in razvoj podjetnosti mladih*

- skrb za mlade z manj priložnostmi v družbi
- prostovoljstvo, solidarnost in medgeneracijsko sodelovanje mladih
- mobilnost mladih in mednarodno povezovanje
- **zdrav način življenja in preprečevanje različnih oblik odvisnosti mladih**
- dostop mladih do kulturnih dobrin in spodbujanje ustvarjalnosti ter inovativnosti mladih in sodelovanje mladih pri upravljanju javnih zadev v družbi.« (ZJIMS)

Organizacije v mladinskem sektorju

V mladinskem sektorju se je v Sloveniji oblikovalo več različnih pojavnih oblik organiziranosti mladih. Med njimi so najpomembnejše naslednje:

Mladinska organizacija deluje po principu mladi z mladimi in za mlade, to pomeni, da v njej delujejo in jo vodijo mladi. MSS v programskem dokumentu o organiziranju mladih opredeljuje naslednje osnovne poteze mladinskih organizacij:

- starost članstva se giblje večinoma v starostnem intervalu, ki ga razumemo kot mladost (običajno se ustrezna starostna struktura zagotovi z določili v statutu ali drugih aktih organizacije);
- prostovoljno članstvo (vsak posameznik se včlani v organizacijo po lastni volji in ima tudi možnost izčlanitve);
- demokratična struktura (delovanje organizacije poteka po demokratičnih mehanizmih, ki zagotavljajo vključevanje celotnega članstva; strukture in postopke ponavadi opredeljujejo akti o delovanju organizacije);
- delovanje v korist mladine (vsebinska področja, ki jih mladinska organizacija pokriva, soupadajo s področji, ki zanimajo mladino; tu lahko gre za splošno prepoznavne interese mladih, kot so izobraževanje, zaposlovanje ipd. ali pa za specifične, zaradi katerih je organizacija sploh nastala.

Pri mladinskih organizacijah poznamo individualno in kolektivno članstvo, npr. v društvih imamo individualno članstvo, društva pa se lahko združujejo v zveze društev – v tem primeru govorimo o kolektivnem članstvu. Za organizacije, ki imajo kolektivno članstvo, predvsem za mladinske svete, pogosto pravimo, da to niso »organizacije« v pravem pomenu besede, pač pa »strukture«, ker v njih sodelujoči posamezniki predstavljajo organizacijo in ne »samega sebe«.

MSS mladinsko organizacijo definira kot »avtonomno demokratično prostovoljno združenje mladih, ki s svojim delovanjem omogoča mladim ustvarjanje načrtnih in nenačrtnih učnih izkušenj ter omogoča mladim oblikovanje in izražanje njihovih stališč ter izvajanje aktivnosti v skladu z njihovo interesno, kulturno, nazorsko ali politično usmeritvijo.« (Baumkirher, Bakovnik, Beočanin 2010)

Upravljanje mladinske organizacije temelji na aktivnem udejstvovanju vseh njenih članov pri tem upravljanju, pri čemer je potrebno zagotoviti enake možnosti sodelovanja pri upravljanju vsem članom organizacije. Pravnoorganizacijsko je oblikovana kot društvo, zveza društev ali avtonomna mladinska organizacija v večji članski organizaciji ter ima najmanj 90 odstotkov članstva v starosti do 29 let in najmanj 70 odstotkov članov vodstva v starosti od 15 do 29 let.

Glede na nivo delovanja delimo mladinske organizacije na nacionalne (tiste, ki imajo svoje enote v večini statističnih regij v Sloveniji) in lokalne (tiste, ki večinsko delujejo na nivoju lokalne skupnosti).

Mladinski svet je krovno združenje mladinskih organizacij, ki zastopa interese mladih in mladinskih organizacij. Delujejo na državni ravni (**Mladinski svet Slovenije**) in na nivoju lokalne skupnosti (**mladinski svet lokalne skupnosti**) in so prav tako subjekti javnega interesa v mladinskem sektorju. V prvega se združujejo nacionalne mladinske organizacije, v mladinske svete lokalnih skupnosti pa se združujejo mladinske organizacije na lokalni ravni. Status, pogoje združevanja in delovanje mladinskih svetov ureja Zakon mladinskih svetih.

Mladinske organizacije se torej od ostalih članskih organizacij razlikujejo po starostnih omejitvah in/ali programski osredotočenosti na mladino, lahko pa tudi po (ne)prostovoljnosti članstva.

Na področju mladinskega dela poznamo še **organizacije za mlade**; najpogosteje so to mladinski centri in interesne organizacije. Od mladinskih organizacij se razlikujejo po prvih treh potezah mladinskih organizacij, skupno pa jim je delovanje v korist mladih. Organizacija za mlade je pravna oseba, ki izvaja programe za mlade, vendar ni mladinska organizacija, in je organizirana kot zavod, ustanova ali zadruga. (MSS 2010)

S tem, ko smo opredelili različne pojavne oblike organizacij v mladinskem sektorju, je potrebno razlikovati tudi med zanje značilnimi dejavnostmi. **Mladinski program** je skupek dejavnosti, ki ga izvaja mladinska organizacija, in poteka med vrstniki nepretrgoma skozi večji del leta ter vključuje večje število izvajalcev in dejavnih udeležencev; med tem ko je **program za mlade** program ukrepov v mladinskem sektorju, ki ga izvajajo organizacije za mlade, z namenom zagotavljanja boljših pogojev za življenje, delovanje in organiziranost mladih, ter poteka nepretrgano skozi večji del leta in vključuje večje število aktivnih udeležencev. V zadnjem času pa kot dejavnost organizacij v mladinskem sektorju, predvsem mladinskih svetov, postaja vse pomembnejši in prepoznan **strukturirani dialog**, ki služi kot metoda in instrument, s katerim se vzdržuje odprt, pregleden, dolgoročen in sistematičen dialog med mladimi in političnimi odločevalci na lokalni, državni in mednarodni ravni. Na podlagi tega dialoga lahko legitimni predstavniki mladih zagovarjajo potrebe mladih in predlagajo ukrepe v okviru sistemskih politik. (ZJIMS)

Mladinski voditelj in mladinski delavec

Osnovni vlogi, ki se pojavljata v organizacijah mladinskega sektorja, sta mladinski voditelj in mladinski delavec.

Mladinski voditelj je mlada oseba, ki vodi skupino mladih. S svojim delom omogoča mladim, da se ukvarjajo z dejavnostmi, ki jih zanimajo ali jim koristijo, in se hkrati osebnostno razvijajo in vključujejo v družbo. Pri tem mladinski voditelj zastopa vrednote in metode dela organizacije, v kateri deluje.

Mladinski voditelji predstavljajo motor oziroma gibalno mladinske organizacije. Iz načina dela lahko izpeljemo glavne drže mladinskega voditelja: prostovoljstvo, usmerjenost v ljudi, pobudništvo, izražanje lastnih vrednot in vrednot organizacije.

Mladinski delavec je oseba, ki dela z mladimi. S svojim delom podobno kot mladinski voditelj omogoča mladim, da se ukvarjajo z dejavnostmi, ki jih zanimajo ali jim koristijo, in se hkrati osebno razvijajo in vključujejo v družbo.

Katere pa so razlike med mladinskim voditeljem in mladinskim delavcem? Dejstvo je, da med obema vlogama prihaja do mehkih prehajanj. Možno je namreč, da je oseba samo mladinski voditelj, samo mladinski delavec, oboje hkrati, ali pa je iz vloge mladinskega voditelja po določenem času prešel v vlogo mladinskega delavca.

Potencial za razvoj mladinskega sektorja za delo na področju promocije zdravega življenjskega sloga in krepitve zdravja mladih.

V okviru projekta Za zdravje mladih smo izvedli sklop raziskav o odnosu do zdravega življenjskega sloga v mladinskem sektorju. Želeli smo namreč izvedeti, kakšno je mnenje različnih deležnikov o tem, kakšno vlogo lahko različne mladinske organizacije in organizacije za mlade igrajo na področju promocije in krepitve zdravega življenjskega sloga in kaj se na tem področju že dogaja. Podatke smo dobili iz več različnih virov: opravili smo spletno anketo med člani vodstva mladinskih organizacij, nato smo z njimi opravili še strukturirane intervjuje ter spletno anketo med samimi člani mladinskih organizacij. V nadaljevanju predstavljamo glavne izsledke raziskav; podrobnejša poročila pa so na voljo na spletni strani zdravjemladih.si.

Mladinske organizacije in njihov odnos do zdravega življenjskega sloga

Intervjuji s predstavniki mladinskih organizacij

Z intervjuji smo želeli pridobiti poglobljen vpogled v mnenje mladinskih organizacij o pomenu promocije zdravega življenjskega sloga v mladinskem sektorju. Vprašanja, ki so nas najbolj zanimala, so:

- Kaj si predstavniki organizacij predstavljajo pod pojmom »zdrav življenjski slog«, kdo je odgovoren za zdrav življenjski slog mladih in v kakšni meri so zanj odgovorne mladinske organizacije?
- Ali imajo lahko mladinske organizacije kakršenkoli vpliv na zdrav življenjski slog svojih članov in ali organizacije same zase menijo, da imajo kakršenkoli vpliv?
- Kakšno podporo bi organizacije potrebovale pri promoviranju zdravega življenjskega sloga med mladimi?

V raziskavi je sodelovalo 22 predstavnikov organizacij, ki delujejo v mladinskem sektorju v Sloveniji oziroma delujejo v javnem interesu v mladinskem sektorju. Največ je bilo nacionalnih mladinskih organizacij (NMO), nekaj je bilo mladinskih centrov, ostalo pa so bile druge nevladne organizacije (za lažje razumevanje v besedilu uporabljamo za vse organizacije v mladinskem sektorju izraz mladinske organizacije) Večina organizacij je bila članskih, nekaj pa je bilo tudi nečlanskih – večinoma so to bile zveze organizacij.

Predstavniki mladinskih organizacij so bili večinoma na vodstvenih položajih – vodje ali člani izvršilnega odbora, preostalo so bili strokovni ali drugi sodelavci.

Za namene raziskave je bil pripravljeno vodilo za strukturirani intervju. Vprašanja so zajemala tematike, povezane tako z osebnim mnenjem intervjuvancev glede zdravega življenjskega sloga in odgovornosti zanj, kot tudi s pogledom mladinskih organizacij na pomen zdravja in zdravega življenjskega sloga ter možne dejavnosti na tem področju. Pripravljena vprašanja so bila uporabljena kot okvir in vodilo za diskusijo – intervjuji so bili odprti ter prilagojeni temu, kar imajo intervjuvanci za povedati; dovoljena je bila spontanost in poglobljeno raziskovanje posameznih področij. V vodilu za diskusijo so bile zapisane ključne točke, ki morajo biti omenjene, priporočane smeri vprašanj in področja, ki naj bi bila pokrita.

Pri vprašanju, **kaj si predstavljajo pod pojmom »zdrav življenjski slog«**, je bilo več različnih poudarkov, ki so se pogosto pojavljali.

Večkrat je bilo poudarjeno **ravnotežje** ter **zmernost** v tem, kar počneš. To hkrati pomeni tudi, da poleg izogibanja nezdravemu načinu življenja posameznik ne gre v drugo skrajnost pretirano »zdravega« načina življenja. Kot področji sta bili najpogosteje omenjeni **gibanje** in **prehrana**. Izpostavljeno je bilo še **duševno zdravje**, na katerega naj bi se velikokrat pozabilo. Pojavljale so se še omembe pomena odnosov ter socialne mreže in pa stika z naravo. Poudarjeno pa je bilo tudi, da je pomemben celosten pogled na zdravje.

Poleg tega so bili intervjuvanci mnenja, da je pomembna komponenta zdravega življenjskega sloga to, da je posameznik zanj **sam odgovoren** in lahko na svoja vedenja vpliva sam. Po drugi strani pa je bil izpostavljen tudi **pomen varnega okolja**.

Vsi intervjuvanci so rekli, da se jim **promocija zdravja zdi pomembna**, večina tudi, da se jim zdi zelo pomembna (še posebej med mladimi). Iz nekaterih odgovorov je bilo razvidno, da si kot promocijo predstavljajo predvsem ozaveščanje, saj so poudarjali, da samo ozaveščanje in podajanje informacij ni dovolj in da je pomembna tudi zagotovitev primerne strukture in okolja in celo povezava z izobraževalnim sistemom. Ponovno je bilo omenjeno, da je pomembno, da se pri promoviranju zdravega načina življenja ne gre v drug ekstrem preveč zdravega načina življenja in da je pomemben celosten pogled na zdravje.

Kot **odgovorne** za zdrav življenjski slog mladih so intervjuvanci večinoma zajeli širok spekter deležnikov. Večina jih je poudarjala, da je na koncu zase odgovoren **posameznik sam**, kot druge deležnike pa so omenjali še **starše, šolo, državo, ter krog ljudi, v katerem se giblješ**, kamor lahko spadajo tudi **mladinske organizacije**. Mladinske organizacije so bile videne kot pomemben člen, ampak v omejenem obsegu – vpliv imajo lahko predvsem na svoje člane, moč vpliva pa je odvisna tudi od pripadnosti organizaciji.

Pri vprašanju, **kakšen vpliv imajo organizacije na zdrav življenjski slog svojih članov**, so se organizacije strinjale, da imajo mladinske organizacije lahko pomemben vpliv, nekatere pa so dejale tudi, da to ni neposredno njihova odgovornost. Večkrat je bilo izpostavljeno, da je moč vpliva v veliki meri odvisna od tega, kakšen odnos imajo organizacije s svojimi člani. Organizacije, ki svoje člane 'vzgojajo' in organizacije, ki imajo visoko pripadnost svojih članov (navadno se ti dve značilnosti prekrivata), imajo lahko velik vpliv nanje. V tem smislu so bili kar nekajkrat izpostavljeni taborniki in skavti.

Pogosto je bila tudi izpostavljen **pomen zgleda** (npr. s strani mladinskih voditeljev in starejših članov organizacije, pa tudi vrstnikov) ter pomen tega, kako izpostavljeno je področje zdravja v organizaciji in ali je del **vrednostnega sistema** – s tem, ko področje izpostaviš, mu namreč daš pomen in vrednost.

Predstavniki organizacij so večinoma menili, da imajo lahko organizacije **vpliv** na vsa področja zdravega življenjskega sloga, s katerimi se ukvarja projekt, v okviru katerega je bila izvedena ta raziskava, kot smer vpliva pa so videli obe smeri, tako pozitivno kot negativno, ki se včasih tudi prepletata. Nekajkrat je bila izpostavljena tudi tematika eksperimentiranja – predvsem v povezavi z alkoholom – in pa mnenja, da je to varneje narediti v okviru mladinske organizacije, kot pa izven nje.

Več predstavnikov se je nagibalo k **pozitivnem vplivu**, ki se je navezoval predvsem na področja **duševnega zdravja** s tega vidika, da organizacije delujejo **preventivno**, skrbijo za **široko socialno mrežo, druženje, osebno rast** ... Omenjena je bila tudi možnost preventive pred **odvisnostmi** in možnost aktivnega preživljanja prostega časa – tudi v smislu **gibanja**.

Kot potencialen **negativen** vpliv je bila pogosto omenjena tematika **alkohola** ter pretiranega pitja alkohola na dejavnostih ter možen negativen vpliv **vrstniškega pritiska**. Kot drug potencialen negativen vpliv pa je bila izpostavljena **izgorelost** (pri prostovoljcih ali zaposlenih) ter preveč stresa zaradi dela in (predvsem pri zaposlenih) nestabilnega dela zaradi nestabilnosti financiranja, ki se pojavlja v vsem mladinskem sektorju.

Pogosto je pa bilo tekom intervjujev izpostavljeno, da menijo, da nobena organizacija ne želi namerno delati slabo – vsaka se trudi po svojih močeh in da na splošno organizacije naredijo več pozitivnega kot negativnega.

Večji del organizacij je menil, da bi se dalo glede vpeljave zdravega življenjskega sloga v mladinske organizacije **še veliko narediti** in da bi bila lahko vloga mladinskih organizacij pri vzpostavljanju bolj zdravega življenjskega sloga mladih bolj izpostavljena in vidna. Hkrati pa so bili zanimivi poudarki, na kakšen način bi se to lahko počelo in kaj bi bile prednosti tega:

- Nekaj mnenj je bilo, da lahko zdrav življenjski slog v mladinskih organizacijah promoviraš preko ozaveščanja, dogodkov, dejavnosti itd:
- Še večkrat pa je bilo izpostavljeno, da ni nujno, da se s člani organizacij dela neposredno na področju zdravja. Lahko je dovolj že to, da se vodstvo zaveda problematike in to primerno vključi v svoje delovanje in mlade posredno pripelje do cilja.
- Izpostavljen je bil tudi pomen mladinskih organizacij kot priložnosti za ustvarjanje zdravega okolja za preživljanje prostega časa mladih:
- V veliko organizacijah že obstajajo nenapisana pravila oz. omejitve, ki se tičejo zdravega življenjskega sloga. Ta neformalna pravila, ki že obstajajo, bi se lahko do določene mere formaliziralo ter se jih zapisalo.

Nekaj predstavnikov organizacij je bilo mnenja, da je na tem področju v Sloveniji je še veliko prostora za izboljšave in bi se dalo še veliko narediti oz. izboljšati stvari. Kot razlog za vključitev tematika zdravja v delovanje organizacije pa je bila izpostavljena tudi kot možna točka za promocijo. Še vedno pa je bilo kar nekaj mnenj, da je na vsaki organizaciji, da presodi, v kakšni meri se želi vključevati na to področje, saj nimajo vse organizacije interesa

za to. Poudarjena je bila tudi vloga ostalih deležnikov – npr. države oziroma teles, ki usmerjajo delo mladinskih organizacij s programskimi smernicami.

Iz odgovorov je bilo razvidno, da je v vseh organizacijah vsaj navzven zdravje zaznano kot pomembno ali zelo pomembno - nobena izmed organizacij ni rekla, da se s tematiko sploh ne bi ukvarjala niti posredno.

Organizacije lahko na podlagi odgovorov njihovih predstavnikov razdelimo v tri skupine, glede na to, v kakšni meri se ukvarjajo z zdravim življenjskim slogom pri mladih.

- a) Organizacije, ki se aktivno ukvarjajo s področjem zdravja in na tem izvajajo projekte tako za svoje člane kot za mlade izven organizacije in je to eno izmed glavnih področij delovanja; takih organizacij je najmanj
- b) Organizacije, ki večinoma nimajo konkretnih projektov na področju zdravja za svoje člane ali izven, vendar je zdravje eno izmed njihovih temeljnih načel oz. vrednot in to vključujejo v svoje delovanje programa ter področje zdravja posredno vključujejo v vse aktivnosti. Tu gre večinoma za članske organizacije, ki dajejo velik poudarek na vzgoji svojih članov.
- c) Organizacije, katerim delo na zdravju ni prioriteta, se pa v njihovih programih najde tudi kakšna dejavnost/dogodek/iniciativa povezana s tem oz. se s tematiko občasno ukvarjajo na podlagi potreb njihovih članov oz. povpraševanja. V to skupino večinoma spadajo politični podmladki, mladinski centri, ter druge organizacije brez fizičnih članov.

Večina članskih organizacij (ne pa vse) je menila, da imajo določen vpliv na svoje člane kar se tiče zdravega življenjskega sloga. Kot način vpliva so večinoma omenjali naslednja področja: vpliv preko vzgoje in promocije zdravega načina življenja in posredno tudi ozaveščanja o zdravem načinu življenja – najpogosteje omenjani področji sta bili gibanje in duševno zdravje. Duševno zdravje je bilo izpostavljeno tudi iz tega vidika, da dajejo kot organizacija možnost za izpolnitev in osebnostno rast.

Ena sama organizacija je kot način vpliva v njihovi organizaciji omenila zgled, kljub temu da je bil pogosto omenjan pri drugih vprašanjih (npr. na kakšen način organizacije LAHKO vplivajo na svoje člane). To morda kaže na to, da se organizacije sicer zavedajo pomena zgleda (starejših, mladinskih voditeljev) za bolj zdrav življenjski slog, vendar je v praksi to težje izvajati in zaradi tega tega niso omenjali.

Po drugi strani je bilo omenjano, da k bolj zdravemu življenjskemu slogu prispevajo z oblikovanjem okolja – npr. s postavljanjem določenih omejitev oz. organizacijo aktivnosti, ki vsebuje določene elemente zdravega življenjskega sloga.

Iz odgovorov je bilo razvidno tudi, da »upajo«, da imajo pozitiven vpliv – kar kaže na to, da se organizacije sicer trudijo (vsaj posredno), vendar pa ne dobijo nujno vedno povratne informacije, ali so bile uspešne oz. to ni njihova prioriteta.

Glede omejitev se je izkazalo, da večina nima formaliziranih pravil, nekatere organizacije pa imajo nenapisana pravila oz. omejitve, ki se naj bi se jih njihovi člani oz. obiskovalci aktivnosti držali. Največkrat se to navezuje na rabo alkohola in tobaka na aktivnostih.

Približno četrtnina intervjuvanih organizacij ima zdrav način življenja tako ali drugače formalno zapisan v statutih / načelih ali poslanstvu in imajo skrb za zdrav življenjski slog formaliziran na takšen način.

Formaliziran pravilnik, ki se tiče zdravega življenjskega sloga, ima samo ena organizacija.

Približno četrtnina organizacij je dejala, da je področje zdravja pri njih zelo pomembno. Veliko jih je dejalo, da je področje enakovredno ostalim področjem oz. se ga ne izpostavlja kot posebno pomembno področje, ampak se prepleta z ostalimi aktivnostmi in je pomembna vrednota. To kaže na to, da se veliko organizacij sicer ne ukvarja neposredno s področjem zdravja in o vključitvi tega v svoje delo niti ne razmišljajo. Ko pa morajo o tem razmisliti, ugotovijo, da se zdravje na nek način vseeno prepleta z njihovim delom. Organizacij, ki o zdravju sploh ne bi razmišljale in v katerih zdravje ni pomembno, je po odgovorih intervjuvancev le peščica.

Kar nekaj organizacij je izrazilo željo, da bi temu področju začelo posvečati več pozornosti oziroma ozavestiti, na kakšen način je to področje že vpeto v organizacijo. Kot stvari, ki bi jih organizacije potrebovale, če bi se želele delovati na področju zdravega življenjskega sloga, so navedle:

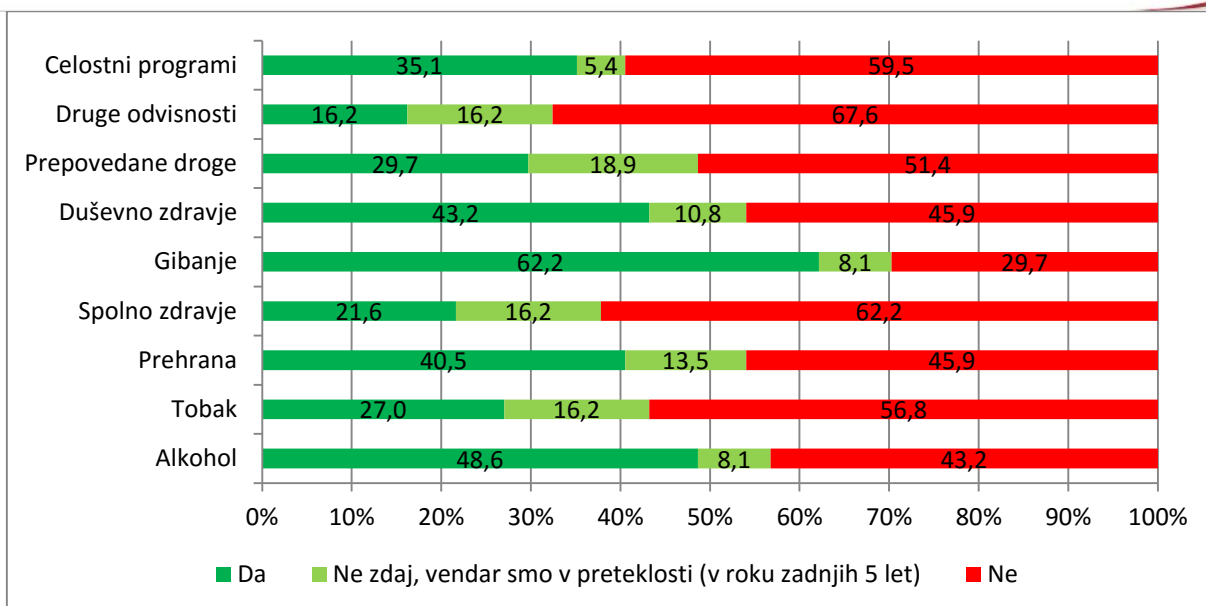
- a) Dostop do mladine ter kasneje prostovoljce, ki bi se bili pripravljene ukvarjati s tem področjem
- b) Finančno podporo – tako za zaposlene kot za razvoj projektov
- c) Strokovno podporo, ki je lahko v obliki usposabljanj, svetovanja, priročnikov in nasvetov, kako se lotiti stvari, oz. dostopa do institucij, ki so strokovnjaki na svojem področju.

Spletna anketa med predstavniki mladinskih organizacij

S pomočjo spletne ankete med organizacijami, ki delujejo v mladinskem sektorju, smo želeli pridobiti tudi širšo sliko, v kolikšni meri se ukvarjajo s področjem zdravja. V ta namen smo med mladinske organizacije razposlali anketo, kjer smo jih povprašali, ali delujejo na področju zdravja in na katerih področjih delujejo. Skupaj smo pridobili uporabne podatke od 40 organizacij.

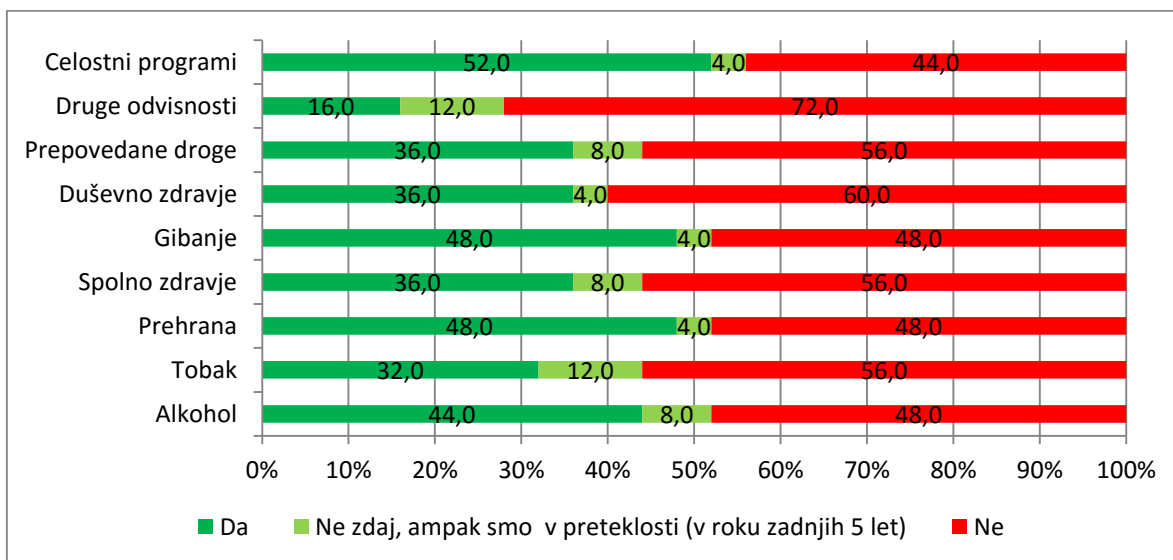
Najprej smo jih vprašali, ali na kakršenkoli način delajo oz. so v zadnjih 5 letih delali na krepitvi zdravja oz. promociji zdravega življenjskega sloga neposredno med svojimi člani. Na to vprašanje je odgovorilo 39 organizacij. Le 5,1% organizacij je odgovorilo, da se s tem sploh ni ukvarjalo. 30,8% organizacij se je s tem precej ukvarjalo, za 15,4% pa je to eden izmed glavnih namenov organizacije.

Organizacije, ki so dejale, da se vsaj v majhni meri ukvarjajo s krepitvijo zdravje med svojimi člani, smo nadalje povprašali, na katerih področjih delujejo. Izkazalo se je, da je v največ organizacijah prisotno delo na področju gibanja, veliko organizacij se ukvarja tudi s področjema alkohola in duševnega zdravja.



Slika 1: Delo mladinskih organizacij na različnih področjih promocije zdravja med člani

Dodatno smo predstavnike organizacij vprašali še, ali je njihova organizacija delala karkoli na področju zdravja tudi za nečlane. Na to vprašanje se je odzvalo 37 organizacij. Od njih je 62,2% odgovorilo, da imajo take programe, 32,4%, da jih nimajo, 5,4% pa jih je imelo v preteklosti. Če pogledamo še področja, na katerih so se ti programi izvajali, lahko vidimo, da je največji delež programov bil celostnih, veliko pa se dogaja oz. se je dogajalo tudi na področjih alkohola, prehrane in gibanja.

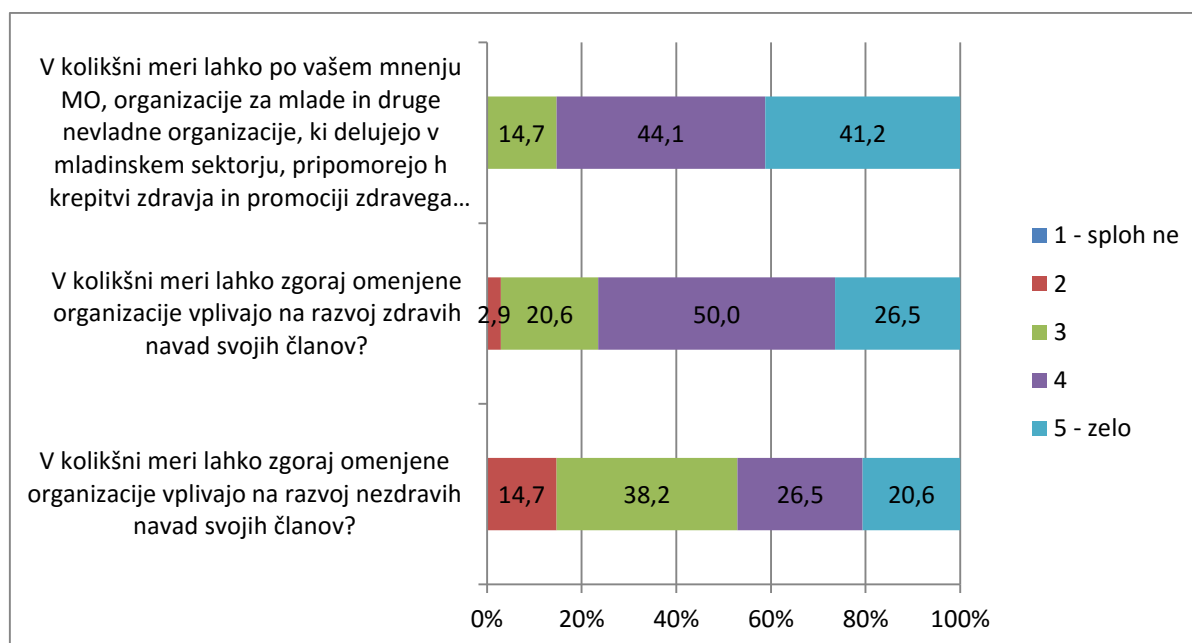


Slika 2: Delo mladinskih organizacij na različnih področjih promocije zdravja med nečlani

Predstavnike organizacij smo prosili še, naj označijo svoje stališče do trditev, v kolikšni meri lahko mladinske organizacije in organizacije za mlade igrajo vlogo pri zdravju mladih. Na

spodnja vprašanja je odgovorilo 34 predstavnikov organizacij, tako da so deleži računani s tem številom.

Najprej smo jih vprašali, v kolikšni meri lahko organizacije v mladinskem sektorju pripomorejo h krepitvi zdravja in promociji zdravega življenjskega sloga med svojimi člani. Na lestvici od 1 do 5, kjer je 1 pomenilo »sploh ne«, 5 pa »zelo«, je 85,3% predstavnikov odgovorilo s 4 ali 5. Prav tako je 76,5% odgovorilo z 4 ali 5 na vprašanje, v kolikšni meri lahko organizacije vplivajo na razvoj zdravih navad svojih članov. 47,1% pa jih je odgovorilo, da lahko organizacije vplivajo tudi na razvoj nezdravih navad svojih članov.



Slika 3: Mnenje mladinskih organizacij o njihovem vplivu na zdravje mladih

Prav tako je 67,6% organizacij pritrdilo, da bi bili zainteresirani za nadaljnje delovanje v smeri krepitve zdravja in promocije zdravega življenjskega sloga med svojimi člani in/ali širše. Preostale vprašane organizacije so rekly mogoče, nobena pa tega ni zavrnila.

Člani mladinskih organizacij

Spletna anketa med člani mladinskih organizacij

Ker smo želeli pridobiti tudi širšo sliko o tem, kakšen odnos do zdravega življenjskega sloga imajo mladi in člani mladinskih organizacij ter kako zdravo živijo, smo v ta namen izvedli spletno anketo.

Vprašalnik je poleg posebej za to priložnost pripravljenih vprašanj zajemal vprašanja iz naslednjih instrumentov:

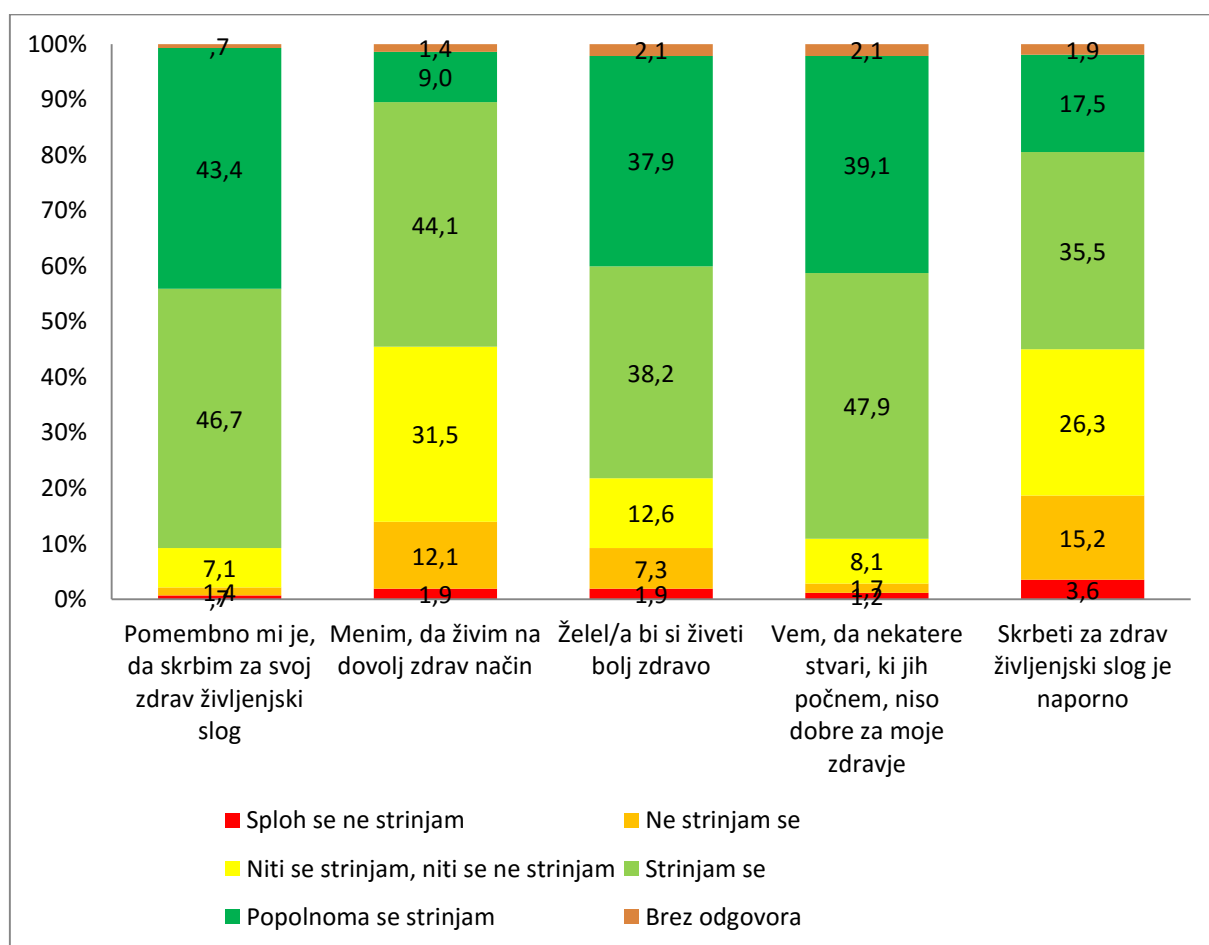
- HealthBehaviour in SchoolChildren (HBSC)
- EuropeanHealthInterviewSurvey (EHIS)
- EuropeanSchool Project on AlcoholandDrugs (ESPAD)
- Alcoholusedisorderidentification test (AUDIT)
- Mladina 2010

Zbrali smo 1696 odgovorov mladih do 29. leta starosti, od tega jih je 422 prihajalo iz mladinskih organizacij. Rezultati za celoten vzorec so dostopni v poročilu na spletni strani zdravjemladih.si, tukaj se osredotočamo samo na rezultate članov mladinskih organizacij. Vzorec je zajemal 72,5% žensk in 27% moških. 2,8% jih je spadalo v starostno skupino 9-14, 36,3% v starostno skupino 15-18%, 38,6% v starostno skupino 19-24, 22,3% pa v starostno skupino 25-29.

74,9% udeležencev je reklo, da je za njih zdravje precej ali zelo pomembna vrednota. 78,1% jih je zadovoljnih ali zelo zadovoljnih s svojim zdravjem, 81,8% pa zadovoljnih s svojim življenjem (ocene med 7 in 10). Delež zadovoljstva z zdravjem je podoben rezultatom iz raziskave Mladina 2010, kjer je zadovoljnih ali zelo zadovoljnih z zdravjem bilo 80,5% vprašanih, hkrati je pa **delež zadovoljstva z življenjem za približno 10% višji** – v Mladini 2010 je 71% vseh mladih v raziskavi ocenilo, da so zadovoljni z lastnim življenjem.

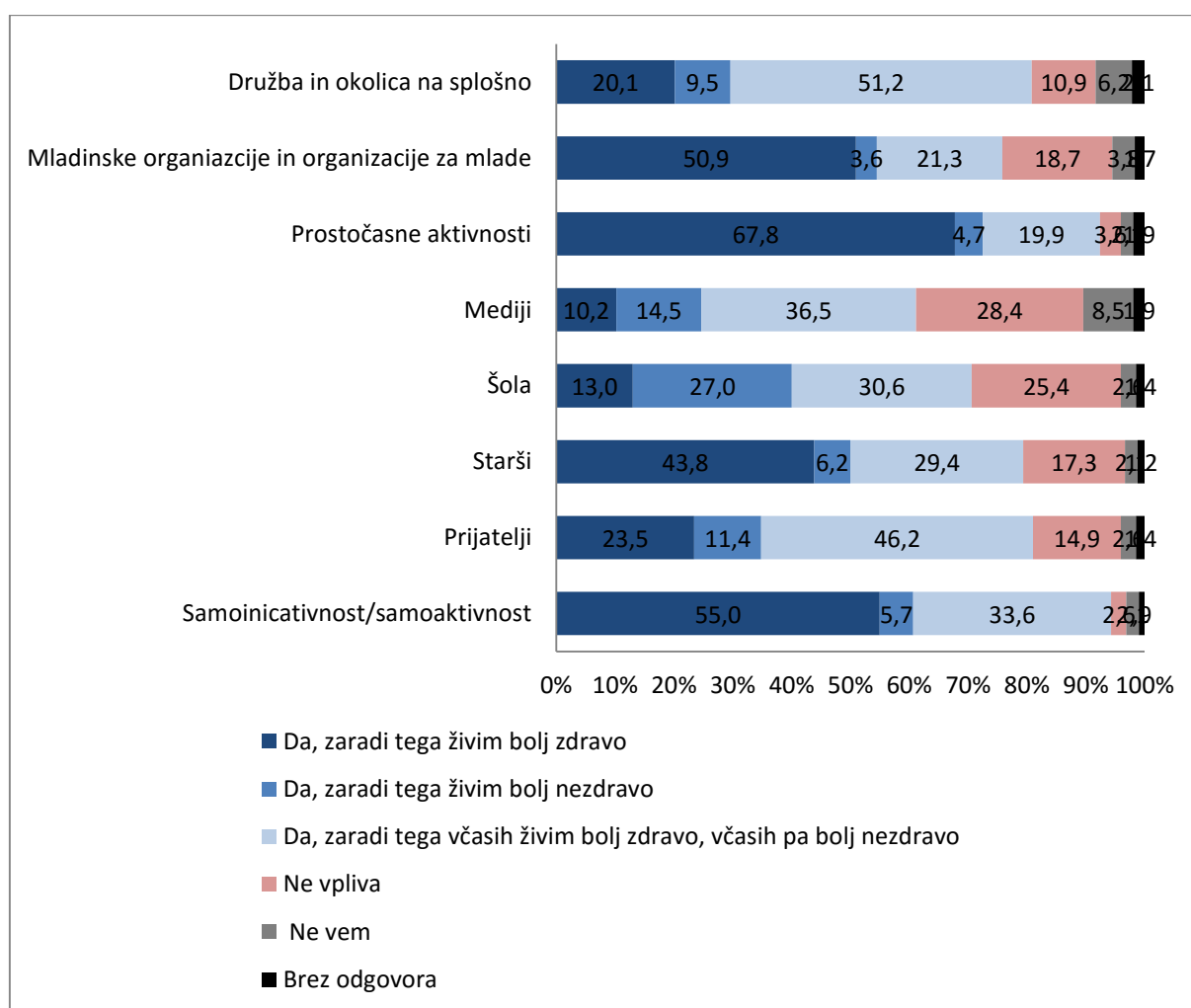
Nato smo udeležence povprašali po strinjanju z določenimi trditvami.

Iz spodnjega grafa lahko razberemo, da se 90% udeležencev strinja s trditvijo, da jim je pomembno, da skrbijo za svoj zdrav življenjski slog, 76,1% pa, da bi si želeli živeti bolj zdravo. Hkrati le 51,3% udeležencev meni, da živi na dovolj zdrav način, 87% udeležencev pa se zaveda, da določene stvari, ki jih počnejo, niso dobre za njihovo zdravje. 53,1% se strinja s trditvijo, da je naporno skrbeti za zdrav življenjski slog.



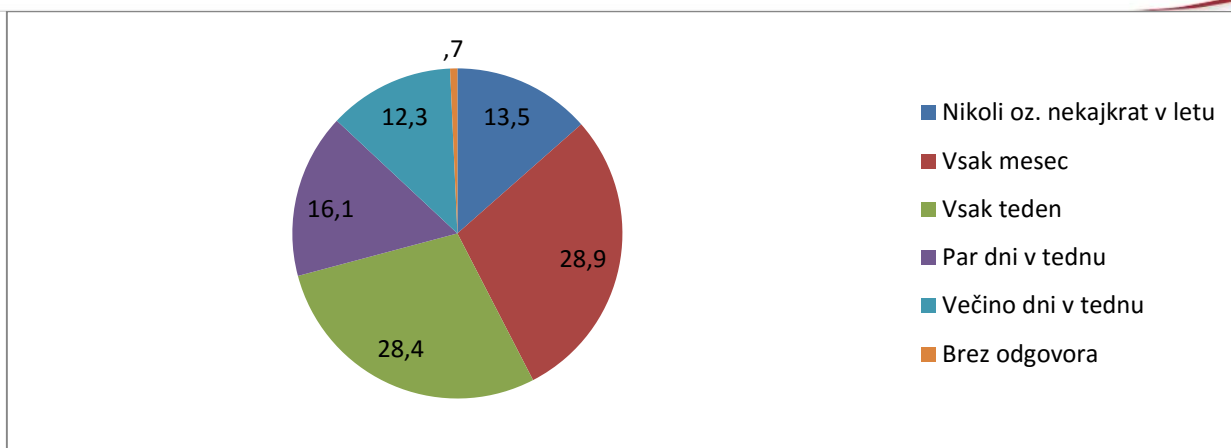
Slika 4: Odnos članov mladinskih organizacij do zdravega življenjskega sloga

Nadalje nas je zanimalo, kakšno je mnenje članov mladinskih organizacij glede tega, kateri dejavniki vplivajo na njihovo vedenje na področju zdravja. Najbolj izstopa rezultat glede vpliva mladinskih organizacij, **saj 50,9% vprašanih iz mladinskih organizacij meni, da se zaradi tega vedejo bolj zdravo**, hkrati pa 21,3% meni, da zaradi tega včasih živijo bolj zdravo, včasih pa nezdravo. 3,6% jih meni, da se zaradi tega vedejo bolj nezdravo, 18,7% pa, da članstvo na njih nima vpliva.



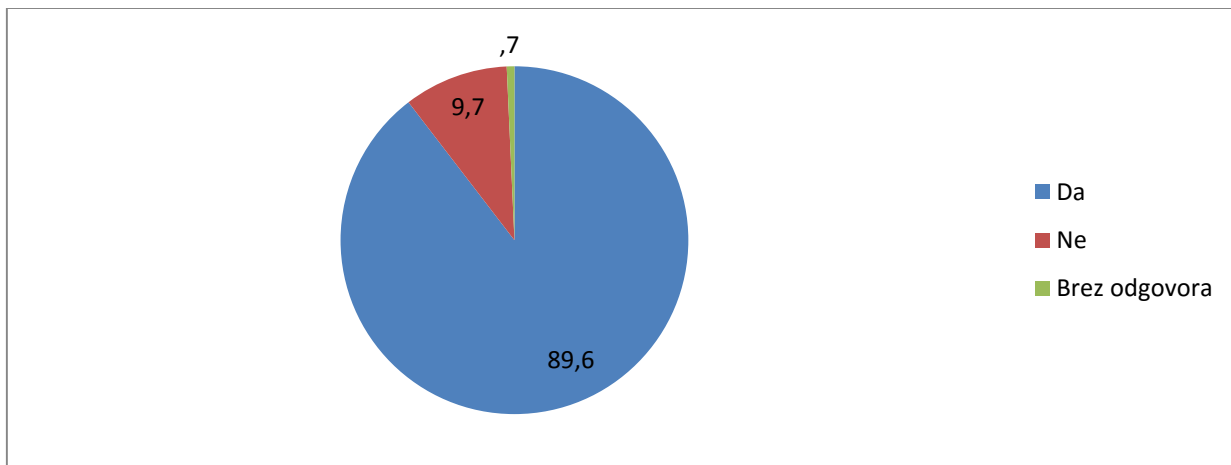
Slika 5: Vpliv različnih dejavnikov na zdravje glede na mnenje članov MO

Člane smo povprašali tudi po določenih vedenjskih spremenljivkah. **56,8% vprašanih je odgovorilo, da stres doživlja tedensko ali pogosteje**, kar je višji delež v primerjavi z rezultati iz Mladine 2010 – tam je tako odgovorilo 40,9% vprašanih.



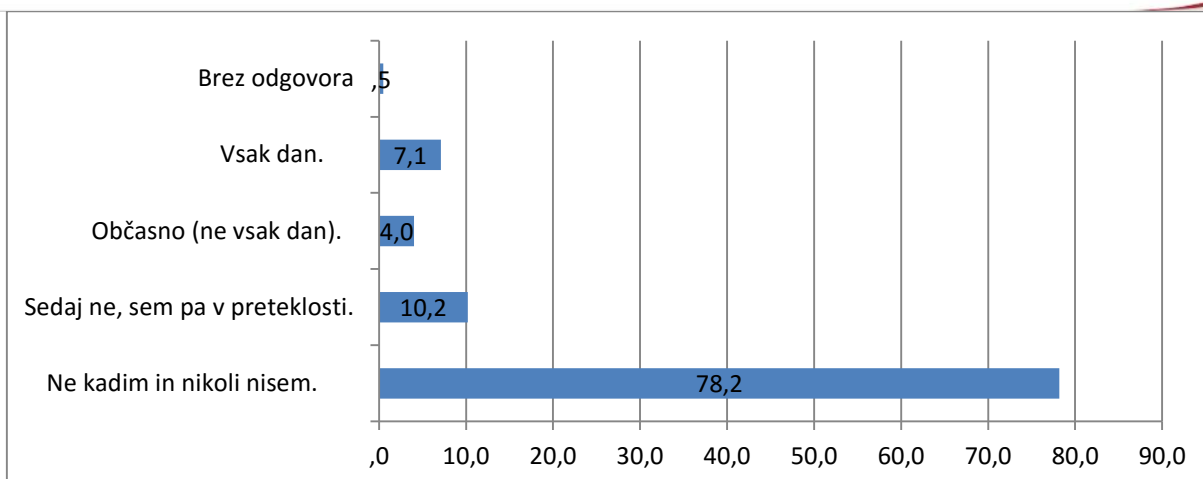
Slika 6: Pogostost doživljanja stresa med člani mladinskih organizacij

Ko gre za pitje alkohola, je 89,6% udeležencev reklo, da je alkohol pilo v zadnjih 12 mesecih. Za primerjavo, v raziskavi Mladina 2010 je takih, ki so rekli, da alkohola ne pijejo nikoli, 10,10% kar je podobna številka.



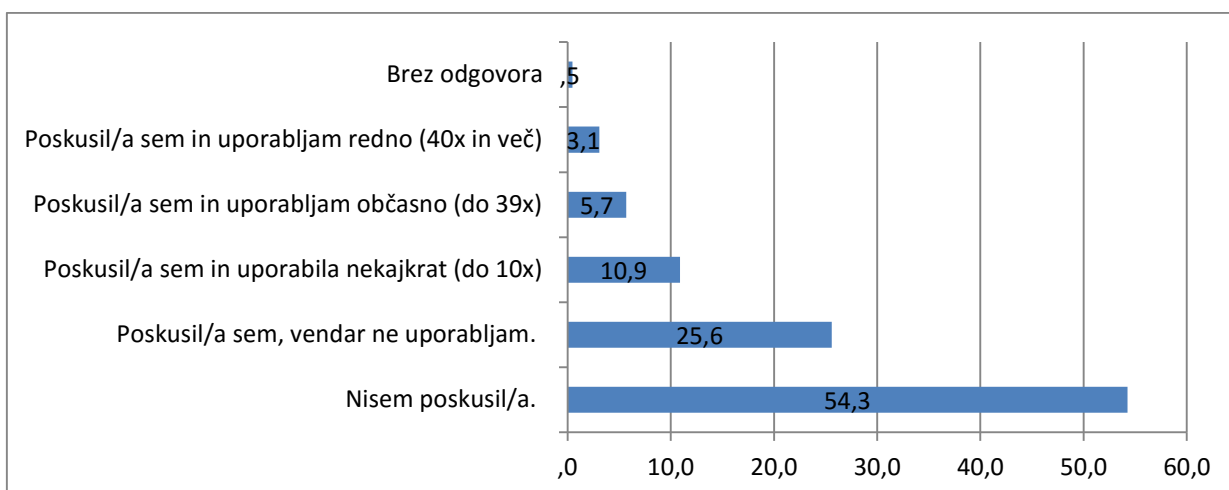
Slika 7: Pitje alkohola med člani mladinskih organizacij

Kar 78,2% članov mladinskih organizacij je reklo, da ni nikoli kadilo in še sedaj ne kadi, poleg tega je še 10,2%, ki je kadilo v preteklosti, sedaj pa ne kadi. Ta številka je višja od deleža nekadilcev v Mladini 2010, kjer je 63,9% udeležencev reklo, da nikoli ne kadi.



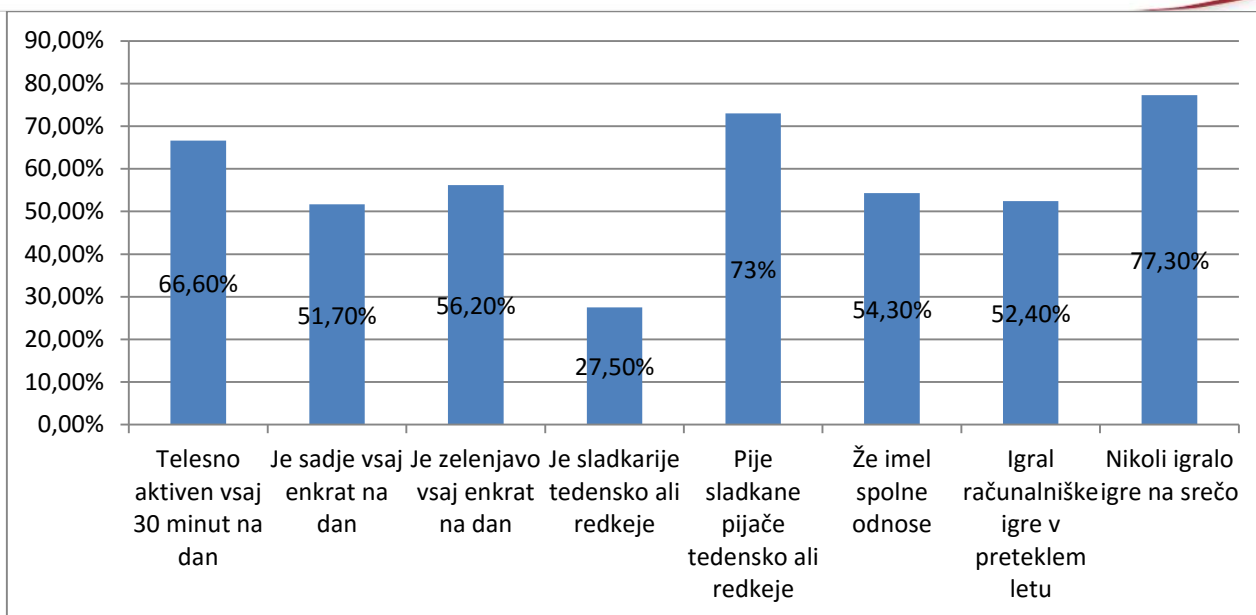
Slika 8: Kajenje med člani mladinskih organizacij

54,3% članov mladinskih organizacij ni poskusilo kaditi trave in 25,2 % jih je travo že poskusila, a je ne uporablja. V raziskavi Mladina 2010 je 53,2% reklo, da trave še ni poskusilo, 34% pa jo je poskusilo, a je ne kadi.



Slika 9: Uporaba marihuane med člani mladinskih organizacij

V spodnjem grafu so predstavljena še določena druga vedenja, povezana z zdravjem. Iz njega lahko razberemo, da je 66,6% članov telesno aktivnih vsaj 30 minut na dan, 51,7% je sadje vsaj enkrat na dan, 56,2% pa je zelenjavo vsaj enkrat na dan. 27,5% je sladkarije vsak teden ali redkeje, 73% pa jih pije sladkane pijače tedensko ali redkeje. 54,3% že imelo spolne odnose. 52,4% jih je igralo računalniške igre v preteklem letu, 77,3% pa jih ni nikoli igralo iger na srečo.



Slika 10: Druga vedenja, povezana z zdravjem, med člani mladinskih organizacij

Zaključek

Če povzamemo podatke, ki smo jih pridobili iz raziskave, lahko podamo naslednje zaključke:

Predstavniki mladinskih organizacij se zavedajo pomena krepitve zdravja in zdravega življenjskega sloga in v splošnem menijo, da je to pomembno področje, kateremu bi bilo potrebno posvečati pozornost tudi v mladinskem sektorju. Iz odgovorov nekaterih intervjuvancev je bilo sicer razvidno, da se o zdravju na nivoju organizacije prej ni veliko razmišljalo, vendar pa se je ob osvetlitvi tematike izkazalo, da je zdravje vseeno pomembna vrednota in da imajo v organizacijah do neke mere posredno in nenačrtno promocijo elementov zdravega življenjskega sloga in da je prvi korak lahko že ozaveščanje tega, kar se že dogaja. Definitivno pa je pozitivno dejstvo, da je večina intervjuvanih organizacij rekla, da zdravje predstavlja pomemben del njihovih aktivnosti – ali preko neposrednega izvajanja projektov, povezanih z zdravim življenjskim slogom, ali pa preko promocije zdravja kot ene izmed temeljnih vrednot. Tudi iz spletne ankete se je izkazalo, da se na področju zdravja tako ali drugače že precej dogaja in da je večina organizacij, ki se je odzvala na anketo, že aktivna na vsaj enem izmed področij zdravega življenjskega sloga med člani ali nečlani.

Kot enega izmed glavnih zaključkov, uporabnih za delo v prihodnje, lahko povzamemo, da ko gre za delo na področju zdravja in zdravega življenjskega sloga, cilj ni nujno, da bi morale vse organizacije aktivno vključiti zdravje oz. katero izmed tematik zdravega življenjskega sloga kot enega izmed svojih prioritarnih področij in v veliki meri začeti razvijati projekte za svoje člane in navzven. Korak naprej je že, da se vodstvo organizacije seznanijo s tematiko in možnimi izboljšavami na tem področju ter razmisli, na kakšen način bi se lahko to vključilo v organizacijo, tudi če samo posredno – npr. preko oblikovanja okolja, ki bi omogočalo bolj zdrav življenjski slog. To obsega širok spekter možnih ukrepov; npr.

- omejitev alkohola in tobaka na dogodkih oz. med člani (kar so nekatere organizacije že poročale, da delajo)
- dostopnost bolj zdrave hrane na dogodkih organizacije (kar nekaj organizacij je omenjalo, da se trudi na svojih dogodkih imeti čim bolj zdravo in lokalno hrano)
- možnosti za gibanje (veliko organizacij organizira športne dogodke in druge aktivnosti, ki vsebujejo gibanje, pri katerih primeren namen sicer ni delo na zdravju, vendar je posredno tudi to doseženo)

Pri tem poudarek ni nujno na tem, da morajo organizacije ozavestiti vse svoje člane o teoriji za promocijo zdravega življenjskega sloga, temveč predvsem v tem, da jim dajo možnost izkusiti okolje, v katerem imajo prednost oziroma možnost zdrave izbire. Po mnenju intervjuvancev imajo še posebej organizacije, ki imajo visoko pripadnost svojih članov, možnost nanje imeti velik vpliv, tudi kar se tiče izboljšave navad na področju zdravega življenjskega sloga.

Kot pomembna točka je bil izpostavljen tudi zgled in iz tega vidika je pomembno, da imajo mladinski delavci in mladinski voditelji v posameznih organizacijah možnost, da se seznanijo s tem, kaj spada pod zdrav življenjski slog ter na kakšen način lahko sporočilo o njegovem pomenu posredujejo svojim mladim članom organizacije.

Organizacije imajo po mnenju njihovih predstavnikov lahko pozitiven vpliv na širok spekter vedenj, povezanih z zdravjem. Precej izpostavljeno je bilo gibanje, v kolikor to organizacija vključi v svoje dejavnosti (in veliko organizacij to počne tudi brez misli na neposredno

povezavo z zdravjem). Največ izpostavljenih pozitivnih lastnosti pa lahko združimo na področju duševnega zdravja in s tem v določeni meri povezano tudi preventivo pred zasvojenostmi - zaradi poudarka, ki ga organizacije dajo na razširjanje in utrjevanje socialne mreže, pridobivanje določenih socialnih in drugih veščin, možnosti osebne rasti in napredovanja na različnih področjih ipd.

Kot najbolj pogost možen negativen vpliv je kar nekaj organizacij izpostavilo problematiko prisotnosti alkohola in prekomernega pitja v določenih okoljih (večinoma tam, kjer so polnoletne osebe, še posebej študentje) ter dejstvo, da lahko zgled sovrstnikov in voditeljev vleče tudi v zdravju manj koristno smer. Na podlagi tega lahko vidimo, da je morda smiselno, da se pri preprečevanju negativnih vplivov začne delati ravno na področju alkohola.

Če povzamemo, je pomembno, da se vodstva organizacij zavedajo vpliva, ki ga kot mladinska organizacija lahko imajo na svoje člane ter specifično pomena zdravega življenjskega sloga in vzpostavitve navad zanj že v sami organizaciji. Od njihove odločitve ter od tipa organizacije pa je odvisno, ali bodo zdravje promovirali neposredno preko ozaveščevalnih akcij in drugih projektov na različnih področjih, ali se bodo usmerili v oblikovanje okolja, prijaznega zdravju mladim. Različne organizacije so različno zainteresirane ter različno opremljene za delo na tem področju – mladinski centri lahko nudijo drugačne storitve od članskih mladinskih organizacij, ki primarno vzgajajo svoje člane. Vse zainteresirane organizacije pa bi za bolj poglobljeno delo na področju zdravja potrebovale več strokovne in finančne podpore ter primarno tudi dostop do mladine in ljudi, ki bi bili zainteresirani za delo na tem.

Če povežemo odgovore iz intervjujev še z odgovori iz spletnih anket, lahko vidimo, da vlada mnenje tako organizacij samih kot tudi njihovih članov, da imajo lahko mladinske organizacije pozitiven vpliv na razvoj zdravih navad svojih članov. Glede na to, da je zdravje pomembna vrednota članov mladinskih organizacij in si jih tri četrtine želi želeti bolj zdravo, po drugi strani pa so tudi organizacije v večini zainteresirane za nadaljnje delovanje na področju zdravja, lahko zaključimo, da obstaja velik potencial za razvoj mladinskega sektorja v navezavi z zdravjem.

Viri in literatura

Milenković Kikelj, N. (2014) Kaj delam? V: *Priročnik za trenerje v mladinskem delu*, Cepin, M. (ur.) Ljubljana: Mladinski svet Slovenije.

Cepin, M. in drugi (2003). *Priročnik za trenerje mladinskih voditeljev*. Ljubljana: Urad RS za mladino in Mladinski svet Slovenije.

Bakovnik, N., Beočanin, T. (2010). *Programski dokument Mladinskega sveta Slovenije »Izobraževanje mladih«*. Ljubljana: Mladinski svet Slovenije.

Baumkircher, T., Bakovnik, N., Beočanin, T. (2010). *Programski dokument Mladinskega sveta Slovenije »Mladinsko organiziranje«*. Ljubljana: Mladinski svet Slovenije.

Mladinski svet Slovenije (2010.) *Uvod v programske dokumente Mladinskega sveta Slovenije »Avtonomija mladih«* Dostopno na http://issuu.com/mladinski_svet_slovenije/docs/avtonomija_mladih_2012_web?e=2908747/3665346 (9. oktober 2013)

Kuhar, M. (2009). *Prehodi mladih v odraslost. Modeli izobraževanja za mladinsko delo*. Dostopno prek: http://www.mladinski-delavec.si/index.php?option=com_sobi2%20&sobi2Task=sobi2Details&catid=9&sobi2Id=8&Itemid=11 (9. oktober 2013)

Lavrič, M. in drugi (2011). *Mladina 2010: družbeni profil mladih v Sloveniji*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport, Urad RS za mladino; Maribor: Aristej.

Zakon o javnem interesu v mladinskem sektorju (ZJIMS). 2010. Dostopno prek: <http://www.uradni-list.si/1/content?id=97951> (9. oktober 2013).

Zakon o spremembah in dopolnitvah Zakona o mladinskih svetih (ZMS-A). 2010. Dostopno prek: <http://www.uradni-list.si/1/objava.jsp?urlid=201042&stevilka=2103> (9. oktober 2013).

Cepin, M. in drugi (2012). *Usposabljanje mladinskih voditeljev in mladinskih delavcev*. Ljubljana: Založba Salve.

Škulj, J. (2012). *Quo vadis, mladinsko delo? Prispevek za okroglo mizo Quo vadis, mladinsko delo na Ključni konferenci mladih, 18. maj 2012*. Dostopno prek: www.mladinski-delavec.si (9. oktober 2013).

Pucelj Lukan, P. (2011) *Mladinsko delo v teoriji in praksi*. Ljubljana: Mladinski svet Slovenije.