

Kakovost v zdravstvu/Quality in health service

MLADI, SPOLNOST IN SPLET

YOUTH, SEXUALITY AND THE INTERNET

Dušica Glušič,¹ Ksenija Lekić²

¹ GPD d.o.o., Sončni grič 7, 3320 Velenje

² Zavod za zdravstveno varstvo Celje, Ipavčeva 18, 3000 Celje

Izvleček

Izhodišča *Zavod za zdravstveno varstvo Celje je uspel razviti največji slovenski spletni svetovalni portal za najstnike www.tosemjaz.net, kjer 33 strokovnjakov prostovoljno svetuje mladim pri vprašanjih, povezanih s problemi odrasčanja in zdravja. V obdobju osmih let smo strokovnjaki različnih specialnosti odgovorili na več kot 17.000 vprašanj. Vsak dan obišče spletišče v povprečju 500 mladostnikov, na mesec beležijo okoli 12.000 obiskov. Na ta način e-svetovalec z enim svetovalnim odgovorom koristi številnim mladostnikom, kar mladim nudi hitro pomoč v stiski brez napotnic in čakalnih vrst, hkrati pa zaradi prostovoljnosti razbremeni tudi zdravstveno blagajno.*

Zaključki *Članek predstavlja mednarodno priznano in pri mladih v starosti 13 do 18 let zelo priljubljeno spletno svetovalnico Zavoda za zdravstveno varstvo Celje www.tosemjaz.net. Najbolj je obiskana avtorska vsebina »Ljubezen in spolnost-ljubezen je v meni«, kjer je samo ginekolog odgovoril na več kot 5000 vprašanj o zamolčanih problemih, o katerih mladostnik težko govori v zdravniški ordinaciji ali v razgovoru v živo.*

Ključne besede *spletno svetovanje; e-svetovalec; www.tosemjaz.net; mladostnik; spolnost*

Abstract

Background *The Institute of Public Health Celje has managed to develop the biggest Slovenian counselling website for teenagers found on www.tosemjaz.net, where 33 experts voluntarily give advice to young people regarding the questions connected with the problems of growing up and health. In the course of eight years the experts of different specialities have answered more than 17.000 questions. On average, more than 500 young people visit the website every day; per month about 12.000 visits are registered. In this manner one advisory answer by an e-Counsellor which benefits numerous adolescents, presents a quick way of help for young people in need without medical referrals or waiting in queues, and at the same time, based on its voluntariness, it releases the burden on the health fund.*

Conclusions *The article is about international known website of The Institute of Public Health Celje www.tosemjaz.net which is very popular with teenagers at the age of 13 to 18. The most visited copyrighted content is »Love sex-Love is in me« where only the gynaecologist answered more than 5000 questions about taboo problems which are very difficult spoken by the adolescent at the medical clinic or face to face with the doctor.*

Key words *on-line counselling; e-counsellor; www.tosemjaz.net; adolescent; sexuality*

Uvod

Razmišljanja o uporabi računalnika segajo v leto 1966, ko je Joseph Weizenbaum izdelal računalniški program ELIZA, ki je bil pravzaprav računalniška simulacija psihološko-svetovalnega razgovora. Ta prva ELIZA je bila uporabna le v raziskovalne namene, kasneje je doživela nešteto posodobitev, tako da je tudi danes z ELIZO mogoče »kramljati« ob uvodnem napisu: »Hello, kako ti lahko pomagam?«¹

Danes je uporaba spleta kot svetovalnega orodja močno prisotna in dopolnjuje obstoječe klasične svetovalne storitve. V Sloveniji deluje od leta 2000 obsežen svetovalno-informacijski zdravstveni portal za odrasle www.med.over.net. Zavodu za zdravstveno varstvo Celje pa je ob podpori Ministrstva za zdravje postopoma uspelo razviti največji slovenski spletni svetovalni portal samo za najstnike www.tosemjaz.net. Spletno svetovalnico so odprli 7. aprila 2001. Ključna vsebina programa krepitve zdravja *To sem jaz* je usmerjena v bogatitev socialnih veščin in razvoj mladostnikove samopodobe kot vodilne opore med odraščanjem.² Raziskovalci poudarjajo, da narašča predvsem negotovost v vodenju poteka življenja. Mešanica skrbi za prihodnost, ki jo že od rojstva v otroka projicirajo starši z lastnimi problemi v zaostrenih družbenih razmerah, se uvršča v razvojno obdobje adolescence.³ Spletna svetovalnica je eden od odgovorov na komunikacijske potrebe mladostnikov. Ponujena jim je kot dopolnilna, dejavna pomoč med odraščanjem, dodaten vir k že obstoječim oblikam pomoči.⁴ V tej e-svetovalnici Zavoda za zdravstveno varstvo Celje je mladim upravnikom v starosti od 13 do 18 let na voljo 33 strokovnjakov različnih specialnosti: 12 zdravnikov specialistov, 12 psihologov, 9 socialnih pedagogov, socialnih delavcev in učiteljev. Svetovalci prihajajo iz 12 ustanov. Vsi svetovalci so prostovoljci, delajo brezplačno in brezpogojno. Spletni projekt *To sem jaz* je do danes prejemnik petih domačih in mednarodnih nagrad:

- Izidor 2005 - nagrada za spletno odličnost;
- Nagrada za najboljši poster na 11. evropskem simpoziju o preprečevanju samomora (Portorož, september 2006);
- Nagrada Evropskega Združenja za javno zdravje (EUPHA) za najboljši poster na 15. evropski konferenci javnega zdravja (Helsinki, oktober 2007);
- Netko 2007 - nagrada za najboljšo spletno stran v kategoriji državne in javne uprave ter skupnosti (Ljubljana, december 2007);
- Izidor 2008 - nagrada za spletno odličnost, po izboru strokovne žirije (Net konferenca, Ljubljana, januar 2008).

Prednost spletišča www.tosemjaz.net

Največja vrednost spletišča je možnost anonimnega posvetovanja mladostnikov s strokovnjaki različnih specialnosti z neposrednim in hitrim dostopom brez napotnic in čakalnih dob. Odgovor e-svetovalca je na spletu objavljen v povprečju v treh dneh. Anonimnost je osvobajajoča lastnost spletne komunikacije, ki spodbuja odkritost pri izražanju problemov najstnikov v

obdobju odraščanja: zaljubljenost, zmenki, zanimanje za prvi spolni odnos, kontracepcijo, ljubezenske težave, prehodna nesoglasja v družini, spolne zlorabe, najstniške nosečnosti, tudi samomorilne misli, poskuse samomorov in samopoškodb, motnje hranjenja. V teh primerih e-svetovalac ponudi razumevanje, spodbudo in predstavi možen potek reševanja problemov. E-svetovalac z enim svetovalnim odgovorom koristi številnim mladostnikom, ki imajo tako vpogled tudi v izkušnje drugih in načine reševanja problemov. Mladinska svetovalnica je resen spletni prostor, v katerem svetovalci odgovorijo na vsako vprašanje. Marsikateri dialog, prisoten v spletnem prostoru, bi bil nemogoč v ordinaciji šolskega zdravnika, ginekologa ali med psihološko obravnavo. Na ta način e-svetovalci razbremenijo zdravniške ordinacije in s svojo prostovoljnostjo tudi zdravniški blagajni prihranijo več sto tisoč evrov.

Omejitve spletnega svetovanja

Verjetno je največji problem spletnega svetovanja odsotnost osebnega stika, zoženost komunikacije in osiromašene možnosti za sklepanje terapijskega odnosa. On-line odnos je negotov in se lahko v vsakem trenutku prekine brez vseh odgovornosti. Včasih so pričakovanja iskalca pomoči prevelika, kajti hitre rešitve z nekaj kliki so nerealne.

Najstnik v spletni svetovalnici

V obdobju od 7. 4. 2001 do 31. 12. 2008 je bila v spletni svetovalnici www.tosemjaz.net med najbolj obiskanimi avtorskimi vsebinami *Ljubezen in spolnost – ljubezen je v meni*. Najstniki so potrebovali kar 5.000 odgovorov ginekologa na zamolčane probleme, o katerih je težko govoriti v živo.

- Težko je verjeti, da je v našem okolju med mladostniki toliko spolnih zlorab. Nekatere žrtve se spolne zlorabe zavedajo, druge ne, večina žrtev storilce spolnih zlorab ščiti, ker so to praviloma svojci in najbližji, skoraj nihče pa se ne zaveda posledic spolne zlorabe in nihče tudi ne ve, kam po pomoč.
- Problem nezaželene najstniške nosečnosti ni samo strah pred posledicami, ampak veliko najstnic najbolj skrbijo postopki in posledice splava in pa zahtevana privolitev staršev na mladostniško prekinitev nezaželene nosečnosti. Če se najstnika odločita za materinstvo, pričakujeta materialno pomoč in svetovanje pri možnosti nadaljnega šolanja, prav ganljivi pa so tudi dvomi najstnika kot odgovornega očeta.
- Najbolj najstnike zaposluje prvi spolni odnos: kdaj je najbolj primeren čas za spolnost, kdo je prava oseba za spolne užitke, faze spolnega odnosa, doživljanje spolnosti, samozadovoljevanje, problemi z orgazmom.
- O kontracepciji in metodah kontracepcije so mladostniki na našem spletu zadovoljivo poučeni. Želijo pa imeti najboljšo kontracepcijo, poznati vpliv različnih substanc (predvsem mamil) na učinkovitost kontracepcijskega sredstva in poznati želijo vse prednosti in slabosti zanje primerne kontracepcijskega sredstva.

- Vprašanje prvega obiska pri ginekologu je ravno tako med najpogostejšimi. Vse najstnice želijo imeti najboljšega ginekologa, čeprav ne vedo natančno, kje in kako takšnega strokovnjaka poiskati. Zelo natančno želijo biti poučene o poteku ginekološkega pregleda, kdaj naj bi prvič obiskale ginekologa in kako rešiti ginekološke težave zaradi nerednih krvavitev, bolečih menstruacij in bolečih spolnih odnosov, spolno prenosljivih bolezni, vključno s preventivnimi ginekološkimi cepljenji.

Zaključki

Preventivni program *To sem jaz* se opira na prednosti interdisciplinarnega povezovanja, uspešnega mreženja in prostovoljnega dela posameznikov. Za ustreznost odgovorov jamčijo strokovnjaki sami in urednik spletne svetovalnice, ki bdi nad celotnim svetovalnim procesom. Reševanje kriznih osebnih situacij ni nikoli udobno, praviloma je boleče in zahteva napor, trdo delo, spreminjaje stališč in vedenja. V primeru pro-

grama *To sem jaz* se je spletno komuniciranje izkazalo kot učinkovito orodje na področju krepitve zdravja in preventivnega informiranja mladine.

Literatura

1. Žorž B. Medmrežno svetovanje (counselling on-line): modna muha, šarlatanstvo ali resno psihoterapevtsko delo. V: Sodobni tokovi v psihoterapiji, Četrty študijski dnevi Slovenske krovne zveze za psihoterapijo; 2005.
2. Lekić K, Podkrajšek D, Konec Juričič N. Evolucija komunikacije od posredovanja do povezovanja. Zbornik 10. slovenske konference o odnosih z javnostmi, Dialog v kontekstu spletne svetovalnice *To sem jaz* – lahko najstnika do rešitve težave pripelje miška 2006: 26–29. Ljubljana: Slovensko društvo za odnose z javnostmi.
3. Ule M, Kuhar M. Sodobna mladina: izziv sprememb. V: Miheljak V (ur.) Mladina 2000. Slovenska mladina na prehodu v novo tisočletje 2002: 39–77. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport – Urad RS za mladino, Aristej.
4. Podkrajšek D, Lekić K, Kopač Vidmar T. *To sem jaz*. In to potrebujem. Rezultati anketiranja mladih celjske regije o problemih odraščanja. V: Mladostnik in zdravje. 3. kongres šolske in visokošolske medicine slovenije. Zdravstveno varstvo 2001, 223–8.

Prispelo 2009-09-03, sprejeto 2009-10-01