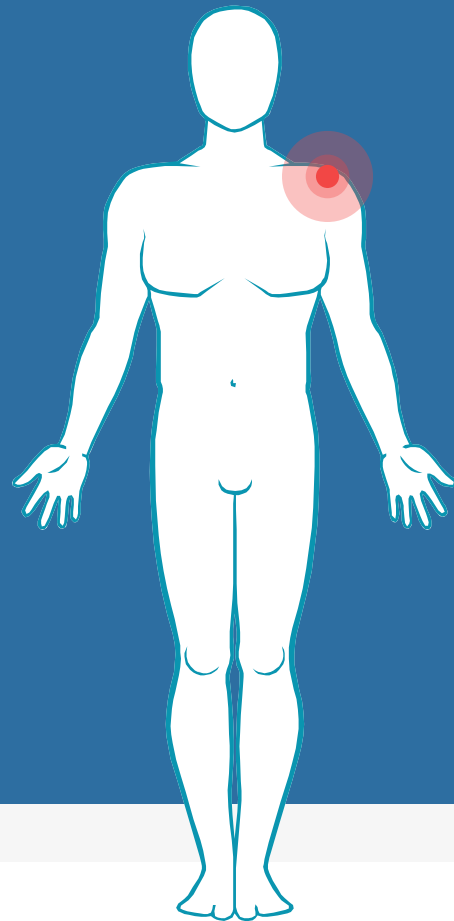


On-call

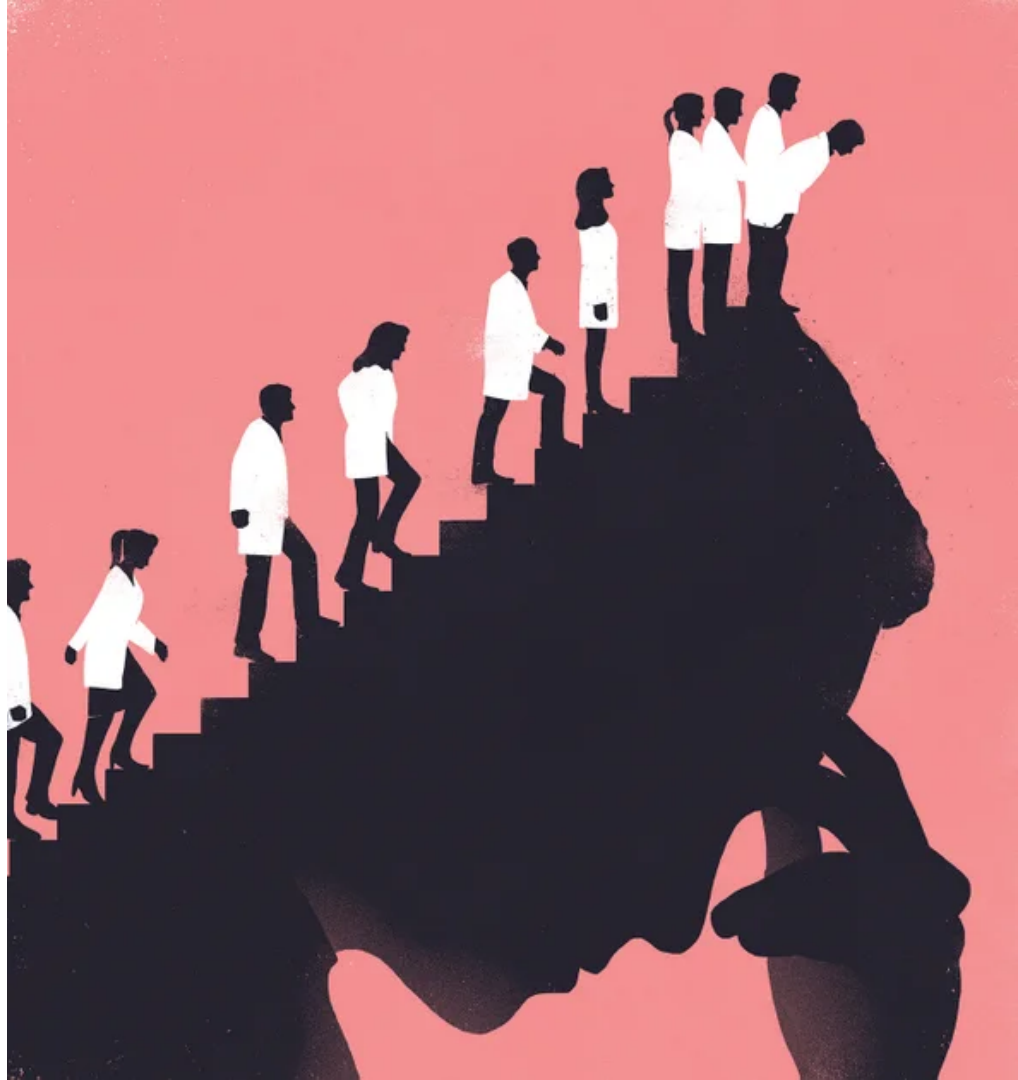
103: Digitalni alat za resurse
zdravstvene pismenosti

Rizici za mentalno zdravlje



U OVOJ PREZENTACIJI NAUČIT ĆETE

- ▶ Što je čimbenik rizika za mentalno zdravlje
- ▶ Odrednice mentalnog zdravlja i dobrobiti
- ▶ Rizični faktori mentalnog zdravlja



ČIMBENICI RIZIKA

A stylized illustration of a human head profile in blue, facing left. Inside the head, there is a colorful, abstract brain composed of various colored brushstrokes (red, yellow, green, blue, purple) swirling together. The background is white with some faint blue brushstrokes.

faktor rizika je bilo koji atribut, karakteristika ili izloženost pojedinca koji povećava vjerojatnost razvoja bolesti ili ozljede.

Svjetska zdravstvena organizacija (WHO)

Odrednice mentalnog zdravlja i dobrobiti

da na mentalno ili psihološko blagostanje utječu ne samo individualne karakteristike ili atributi, već i socioekonomske okolnosti u kojima se osobe nalaze kao i šire okruženje u kojem žive.



Rizici za mentalnog zdravlja

- Rizik prisutan u svakoj fazi ljudskog života. Naše mentalno zdravlje ovisi o mnogim čimbenicima u svakom razdoblju života.



Djetinjstvo i rano djetinjstvo

Odvajanje od primarnog skrbnika - zbog, primjerice, roditeljskog izostanka ili odbacivanja – dovodi do tjeskobe, stresa i nesigurnosti. Roditelji koji imaju poteškoća u povezivanju, imaju ograničene vještine ili pokazuju negativne stavove stavljaju svoju djecu u povećani rizik od izloženosti stresu i problemima u ponašanju. Drugi važni fizički rizici su: zlostavljanje i pothranjenost te infektivne ili parazitske bolesti.



Djetinjstvo

Negativna iskustva unutar kuće ili u školi - zbog obiteljskog sukoba ili nasilničkog ponašanja na igralištu, na primjer - imaju štetan učinak na razvoj temeljnih kognitivnih i emocionalnih vještina.



Adolescencija

- ▶ Nepovoljna iskustva, uvjeti ili okruženja koja utječu na u okviru mentalnu dobrobiti mlađe djece jednako se primjenjuju na adolescenate. Uporaba alkohola i droga jedan je od takvih rizika, koji se obično javlja tijekom adolescencije.
- ▶ Adolescenati su također osjetljivi na pritisak vršnjaka i, sve više, na medijske utjecaje.



Stres i anksioznost su čest rezultat osoba koje provode previše vremena radeći, brinući se za druge ili rade u teškom / nesigurnom radnom okruženju, kao i za one koji su u stanju i spremni raditi, ali to ne mogu učiniti zbog loših socioekonomskih okolnosti.



Starija dob

- ▶ Starije odrasle osobe također su posebno izložene riziku od socijalne izolacije jer se povlače s tržišta rada (koje ih može lišiti stabilnog dohotka) i postaju tako podložniji kroničnim bolestima (što ih može lišiti njihove mobilnosti, neovisnosti i kognitivnih vještina). Osjećaj izolacije također može doći zbog gubitka partnera ili prijatelja zbog bolesti, ili zbog nepažljivih ili nebrižnih članova obitelji.



Ostali rizici (koji utječu na bilo koju dobnu skupinu)

Osim rizika koji se obično predstavljaju ili manifestiraju u različitim točkama tijekom života, postoje i druge potencijalne prijetnje mentalnom zdravlju koje mogu utjecati na osobe u bilo kojoj dobi ili fazi njihova života. Čak su i najosnovnije sociodemografske karakteristike pojedinaca oblikovane društvenim normama ili običajima, spol osobe, etnička grupacija ili mjesto boravišta mogu utjecati na rizik od razvoja mentalnog zdravlja.





Erasmus+

This project has been funded with support from the European Commission.
This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.