

Prevenција studentske depresije

DERKE F.

MEDICINSKI FAKULTET SVEUČILIŠTA U ZAGREBU, ZAGREB, CROATIA

• STUDENTSKA SEKCIJA ZA NEUROZNANOST

SAŽETAK:

Depresija je sve izraženija bolest studenata, jednako su joj podložni i mlađi i stariji. Studenti su u današnje vrijeme izloženi nikad jačem intelektualnom i socijalnom pritisku. Unazad dvadesetak godina sve grane znanosti bilježe eksponencijalni napredak. Udžbenici postaju sve deblji, predaja znanja tehnološki naprednija, a studenti u tzv. radnoj memoriji trebaju imati sve više podataka. Osim intelektualnog, prisutan je i socijalni pritisak. U, kako ga stručnjaci nazivaju, on-line vremenu nema mjesta odmora, izostanku, stagniranju. Uz sve navedeno ne treba zanemariti okolinu u kojoj se nalazimo. Društvo u kojem zaposlenje i redovita primanja postaju luksuz, u kojem je stopa nezaposlenosti mladih najveća u EU. Svi navedeni razlozi vrlo lako mogu rezultirati depresijom. S pravom se postavlja pitanje: Kako prevenirati studentsku depresiju? Danas postoji niz institucionalnih rješenja, od savjetovašta, razgovora i konzultacija pa sve do specijaliziranih građanskih udruga. Kolika je uloga studentske aktivnosti i studentskih organizacija? Prema vlastitom iskustvu, kao voditelj Studentske sekcije za neuroznanost, smatram da studentima treba dati da se iskažu, treba ih poticati u onome što ih zanima i u onome u čemu su najbolji. Studentima je veći cilj raditi ono što vole, nego raditi nešto što ih ne zanima samo da zarade. Upravo volontirajući u struci u kojoj se i educiraju oni postaju još stručniji i kompetentniji sutra na tržištu rada. U našoj Sekciji gotovo svi studenti koji su pokazali interes za dodatnim edukacijama, koji volontiraju u bolnici, koji sami predlažu nove aktivnosti govore pozitivno o okolini u kojoj žive, vide svoju budućnost u Hrvatskoj, a ne u inozemstvu – kako su ranije mislili, ne osjećaju pritisak okoline već govore o slobodi i kreativnosti. Upravo radom kroz Sekciju, usuđujem se reći da studenti danas mogu, žele i znaju više od onoga što društvo od njih očekuje, više od onoga što im društvo dopušta. Sputavanje i marginaliziranje studenata još više doprinosi prevalenciji depresije kod njih. Odobravajući studentski angažman, prihvaćajući studenta kao partnera ne samo da bi društvo napredovalo, već bi se smanjila i stopa studentske depresije.

[HTTP://DX.DOI.ORG/10.17486/GYR.3.2072](http://dx.doi.org/10.17486/GYR.3.2072)