

Osjećaš se zabrinuto i tjeskobno?

**LINJA ZA SAVJETOVANJE MLADIH**   

**ANONIMNO I POVJERLJIVO**

ZAGREBAČKA 095 701 7913	KRAPINSKO-ZAGORSKA 095 701 7914	ŠIBIČKO-MOSLAVAČKA 095 701 7915
KARLOVAČKA 095 701 7916	VARAŽDINSKA 095 701 7917	KOPRIVNIČKO-KUŽEVAČKA 095 701 7918
ŠJEOVARSKO-BILOGORSKA 095 701 7919	PIŠKORSKO-GORANSKA 095 701 7920	LJEČKO-SENJSKA 095 701 7921
ŠROVITIČKO-PODRAVSKA 095 701 7922	POŽEŠKO-SLAVONSKA 095 701 7923	BRODSKO-POSAVSKA 095 701 7924
ZADARSKA 095 701 7925	OSJEČKO-BARANJSKA 095 701 7926	ŠIBENSKO-KNINSKA 095 701 7927
VUKOVARSKO-BELEMJSKA 095 701 7928	SPLITSKO-DALMATINSKA 095 701 7929	ISTARSKA 095 701 7930
DOBROVAČKO-NERETVANSKA 095 701 7931	MEDIJANSKA 095 701 7932	GRAD ZAGREB 095 701 8011

**BRINI O SEBI – BUDI DOBRO – PROŽIVI COVID**

Nastajanje: Središnji državni ured za demografiju i mlade, Republika Hrvatska | Hrvatska psihološka komora  
Partner: TeleZ – Telekom Hrvatska

# “BRINI O SEBI - BUDI DOBRO - proŽIVI COVID”

Frustracija zbog ograničavanja socijalnih kontakata i izlazaka, osjećaj usamljenosti, zabrinutost oko završetka školske godine i mature, prevelik stupanj kritike odraslih u odnosu na odgovornost mladih, ali i strah od zaraze za članove svojih obitelji samo su neki od problema s kojima se susreću mladi u Hrvatskoj tijekom pandemije koronavirusa.

Saznanja su to dobivena putem video konferencija, te kontaktom s predstavnicima mladih srednjoškolske dobi, koje su zajedničkim angažmanom proveli Središnji državni ured za demografiju i mlade i Hrvatska psihološka komora.

Namjera je bila saznati s kojim se poteškoćama susreću mladi u ovom vremenu, kako se mentalno nose s ograničenjem socijalnih kontakata, kako oni vide svoju ulogu u sprječavanju širenja koronavirusa, te što im je potrebno za savladavanje trenutne situacije.

Mladi iz srednjih škola iz raznih dijelova Republike Hrvatske istaknuli su i kako imaju potrebu za razgovorima o mentalnom zdravlju sa stručnom službom škola na satovima razrednika, ali i da im većini nije ugodno tražiti izravnu pomoć za svoja psihička stanja. Većina ih je navela kako bi se anonimno javili i potražili psihološku pomoć stručnjaka jer među prijateljima osjete kako se mladi teško nose u okolnostima izazvanim koronavirusom.

” Svjesni situacije koje je pred mlade u Hrvatskoj stavila pandemija koronavirusa, te izazova koje je donijelo “novo normalno” željeli smo doznati koji su njihovi najveći problemi, te dobiti izravna saznanja o utjecaju pandemije na njihove živote i mentalno zdravlje. Uvidjeli smo potrebu za sustavnom i stručnom podrškom mladima, te se u suradnji sa Hrvatskom psihološkom komorom pokreću linije za telefonsko savjetovanje mladih. Radi se o sveukupno 21 liniji koje će biti otvorene u 20 hrvatskih županija i gradu Zagrebu unutar projekta “Brini o sebi – Budi dobro – Proživi Covid”. Mladima želimo poručiti kako ih razumijemo, te se nadamo da će im ovaj vid podrške biti jedan od načina za lakše prebrođivanje trenutačne situacije.” – poručila je državna tajnica Središnjeg državnog ureda za demografiju i mlade Željka Josić.