

Çocuklarda Ruh Sağlığı

Zeynep Hıdır

Bu rapor, 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Bayramı'nda toplumda çocuk ve çocuk hakları konusunda bilinç yaratmak için yaptığımız Nudge çalışmalarında çocuklarda ruh sağlığı ve ruh sağlığına erişim durumları konusunu incelemektedir. Rapor, UNICEF'in Çocuk Haklarına Dair Sözleşme'nin 27.maddesine ve yine UNICEF'in 5 Ekim 2021'de yayınladığı çocuk ve ergenlerin zaten var olan ruh sağlığı ile ilgili problemlerin COVID-19 ile birlikte artarak çoğaldığı ve bu durumun çocuk ve ergenlerin iyi olma hallerine etkisinin uzun yıllar boyunca hissedilebileceği bilgisine dayanmaktadır.

Madde 27

1. Taraf Devletler, her çocuğun bedensel, zihinsel, ruhsal, ahlâksal ve toplumsal gelişmesini sağlayacak yeterli bir hayat seviyesine hakkı olduğunu kabul ederler.
2. Çocuğun gelişmesi için gerekli hayat şartlarının sağlanması sorumluluğu; sahip oldukları imkânlar ve mali güçleri çerçevesinde öncelikle çocuğun ana-babasına veya çocuğun bakımını üstlenen diğer kişilere düşer.

Ruh sağlığı

Dünyadaki veriler

En son tahminlere göre, dünya çapında 10-19 yaş arası 7 ergenden en az 1'i, teşhis edilmiş bir ruhsal rahatsızlıkla yaşıyor. Her yıl yaklaşık 46.000 ergen intihar nedeniyle hayatını kaybediyor ve bu yaş grubunda intihar ilk beş ölüm nedeni arasında yer alıyor”

Son 45 yıl içerisindeki intihar verileri göz önünde bulundurulduğunda intihar sebebiyle ölümlerin %60 oranında arttığı görülmektedir (Alptekin & Duyan, 2014). Küresel bazda ölüm sebepleri incelendiğinde 15-29 yaşları arasında ikinci ölüm nedeni, 15-19 yaş arasında üçüncü ölüm nedeni olduğu görülmektedir (DSÖ, 2019). Veriler ele alındığında intihara teşebbüs eden bireylerin önemli bir kısmını ergen grubunda görülmekte olup intihara teşebbüslerde sıklık, tamamlanmış intiharlardan yaklaşık on kat fazladır.

Türkiye'deki veriler

Türkiye Ruh Sağlığı Profili Çalışması Türkiye'de ruhsal hastalıkların sıklığı hakkında bilgi vermektedir. Bu çalışmada, Türkiye'de nüfusun %18'inin yaşam boyu bir ruhsal hastalık

geçirdiği, çocuk ve ergenlerde klinik düzeyde sorunlu davranış oranının %11 olduğu bulunmuştur.

İntihar riskinin yaş artışıyla beraber arttığı biliniyor. Ülkemizde yapılan çalışmalara bakıldığında intihar kaynaklı ölümlerin ergenlikle birlikte artış gösterdiği görülmektedir.

Bir çalışmada intiharların yaş gruplarına göre dağılımı incelendiğinde tamamlanmış intihar vakalarının %61’lik çoğunluğunu oluşturan yaş grubunun 15-24 yaş olduğu görülmektedir. 15-24 yaş grubunda görülen yüksek intihar hızı şu sebeplere bağlanabilir;

Ergenlik ile birlikte toplumsal normlara başkaldırı, ebeveynlerle gerçekleşen kuşak çatışması, aile içinde yaşanan iletişim problemleri, ergenin ayrılık problematigiyle yoğun duygusal ve dürtüsel reaksiyonlar verebilir hale gelmesi, ebeveynlerin beklentileri neticesinde ergenlerde meydana gelen iç çatışmalar, artan alkol ve madde kullanımı, akademik faaliyet ve kaygıya bağlı gerçekleşen tetikleyici unsurlar.

TÜİK Yaş grubu ve cinsiyete göre intiharlar

Yıl	Cinsiyet	Total		<15		15-19		20-24	
		Sayı	(%)	Sayı	(%)	Sayı	(%)	Sayı	(%)
2019	Toplam- Total	3 406	100,0	63	1,8	316	9,3	414	12,2
	Erkek-Male	2 626	100,0	38	1,4	193	7,3	305	11,6
	Kadın- Female	780	100,0	25	3,2	123	15,8	109	14,0

TÜİK Cinsiyete göre yaşa özel intihar hızı

Yıl	Cinsiyet	Toplam	Yaş grubu-Age group		
			<15	15-19	20-24
2019	Toplam- Total	4,12	0,62	4,95	6,29
	Erkek-Male	6,34	0,72	5,89	9,05
	Kadın- Female	1,90	0,50	3,97	3,39

Sınav Stresi

Sınav stresi: Sınavların sıklığı ve sınavlara okullar ve veliler tarafından verilen önem kayda değer bir stres kaynağıdır; bu stresin kimi durumlarda çocuğu intihara bile sürüklediği örnekler çerçevesinde görülmektedir. HBSC araştırmasına göre, Türkiye, Avrupa ülkeleri arasında çocukların ders çalışma baskısını en ağır hissettikleri ülkedir. Araştırma kapsamında yer alan 11, 13 ve 15 yaşındaki çocuklardan yüzde 54,6'sı kendini baskı altında hissetmektedir. Türkiye'deki öğrenciler ayrıca bu tür baskıyı Avrupa'daki çocuklara göre daha erken yaşlarda hissetmeye başlamaktadır.

Yaşam Doyumu

Dünyadaki veriler

2021 Yılında Dünya Çocuklarının Durumu [State of the World's Children] başlıklı raporda ön gösterimi yapılan bu araştırmadan elde edilen ilk bulgulara göre, ankete katılan 15-24 yaş arası 5 gençten ortalama 1'i, kendisini sık sık depresif hissettiğini veya bir şeyler yapmaya çok az ilgi duyduğunu söyledi.

Türkiye'deki veriler

Türkiye'deki öğrencilerin %44'ü (OECD ortalaması: %67) hayatlarından memnun olduklarını belirtti. Bu oran, 10 puanın en yüksek yaşam doyum seviyesi olduğu bir puanlama sisteminde 7-10 aralığında puanlayan öğrencileri temsil ediyor.

Türkiye'de öğrencilerin %13'ü ise kendilerini her zaman mutsuz hissettiklerini belirtti.

Öğrencilerin %86'sı zor durumlardan bir çıkış yolu bulabilecekleri fikrine katılırken (OECD ortalaması: %84) %66'sı başarısız olduklarında başkalarının kendileri hakkında ne düşüneceği hakkında endişeleniyor (OECD ortalaması %56).

Kaynakça:

- 1) UNICEF. (2021). The State of the World's Children 2021 *On My Mind: Promoting, protecting and caring for children 's mental health.*
- 2) TÜİK. Haziran, 2020. İntihar İstatistikleri; Yaş grubu ve cinsiyete göre intiharlar
- 3) UNICEF. (2021). UNICEF uyarıyor: “COVID-19'un çocukların ve gençlerin ruh sağlığı üzerindeki etkisi "buzdağının sadece görünen kısmı" olabilir” raporu.
- 4)T.C. Sağlık Bakanlığı. (2019) Ulusal Ruh Sağlığı Eylem Planı (2011-2023). Ankara
- 5) UNICEF. (2011). Türkiye’de Çocukların Durumu Raporu.
- 6) Kaynakça; BBC News. (2019). *PISA testi 2018 sonuçları açıklandı: Türkiye yine tüm alanlarda OECD ortalamasının altında.* 13.04.2022 tarihinde BBC News Türkçe: <https://www.bbc.com/turkce/haberler-turkiye-50639723> adresinden alındı.