

Šola: **ŠC Škofja Loka, Srednja šola za strojništvo**

Tema: Duševno zdravje mladih

Mentor: Tadej Gartner, Erna Klanjšek Tomšič, Ana Vidic, Tea Kavčič, Petra Žemva

Avtor(ji) prispevka: Ambrož Hudobivnik

Kontakt (e-mail): tadej.gartner@scsl.si

Kdo bo predstavil prispevek: prispevek ne bo predstavljen

Duševno zdravje mladih

Dopamin je kemikalija, ki v možganih vzbudi zadovoljstvo, veselje, dobro počutje. Stopnja dopamina je različna glede na dejanja. Nekomu nameniti nasmeh je po navadi dokaj majhna doza dopamina, medtem ko ti droge nemudoma podajo zelo visoko dozo dopamina. In mi v zavesti ta dopamin ljubimo, ker smo, enostavno povedano: radi veseli.

"Dandanes smo mladi zelo obremenjeni oz. se počutimo obremenjeno s težo sveta. Šolski sistem pritiska na nas, ne moremo narediti vsega,..."

Tako bi vsaj rekel povprečni srednješolec. Jaz pa mislim, da je samo duševno zdravje mladih in posredno tudi celotna družba v hudih težavah, predvsem zaradi pametnih naprav. Sama funkcionalnost naprav je odlična. GPS, kamera, takojšnji kontakt, dostop do interneta, programske aplikacije (igre)... pa sta ravno slednji problem. Podjetni ljudje so izkoristili internet za svoj prid. Z vsebino njihovih aplikacij in spletnih strani poskušajo imeti čim več ljudi na njihovih vsebinah, ki so kot take predvsem dopaminske vsebine, da drogirajo mlade, ne da bi se ti tega sploh zavedali. Če vprašajte naključnega srednješolca (še posebej če nima ozaveščenih staršev) bo imel na teh "zajedavcih" vsaj osem ur na telefonu dnevno. In obenem se sploh ne zaveda v kakšno luknjo pada. Polovico dneva sploh ni osebno prisoten, ne more graditi sebe, se naučiti kaj novega, zato je nato pod pričakovani družbe in se spet zateče v telefon in zanka se ponovi. Svoje možgane nabija z dopaminom, in ko se mu meja dovolj poviša, sploh ne bo razmišljal direktno, ves čas bo iskal še več dopamina, ki ga ne bo več našel v družbi. Še huje je, če se to drogiranje začne že v otroških letih.

Skratka, menim da internet in aplikacije oz. telefoni s svojim trenutnim pristopom gnijejo možgane mladih in njihovo razmišljanje ter s tem tudi prihodnost družbe.

Predlagal bi vzpostavitev regulacije na pametnih napravah, preoblikovanje operacijskih sistemov, ali pa celo degradacija na starejše tipe telefonov (NOKIA 3210).

Kar v življenju res šteje so majhne stvari, ki jih pa žal v trenutnem stanju mnogi ne morejo ceniti.

ŠC Škofja Loka – Srednja šola za strojništvo
dijaki - udeleženci projekta EPAS