

# ЗАБОТА О ПОДРОСТКАХ И МОЛОДЕЖИ: КАК ПОМОЧЬ ИМ СОХРАНИТЬ ЗДОРОВЬЕ И РЕАЛИЗОВАТЬ СВОЙ ПОТЕНЦИАЛ



Подростки: 10–19 лет | Молодежь: 15–24 лет  
Определение ВОЗ

**Каждый молодой человек должен обладать знаниями и силой на осознанный выбор в отношении своего тела и жизни и участвовать в преобразовании своего мира**

«Мое тело, Моя жизнь, Мой мир!», ЮНФПА глобальная стратегия для подростков и молодежи, 2020.

**Программа действий Международной конференции по народонаселению и развитию 1994 года** обязывает каждую страну «... в максимальной степени способствовать укреплению здоровья, благополучия и развития потенциала всех подростков и молодежи; удовлетворять особые потребности подростков и молодежи, особенно молодых женщин и девочек, в социальной, семейной и общественной поддержке, возможностях трудоустройства», участие в политических процессах и доступ к образованию, здравоохранению, консультированию и высококачественным услугам в области репродуктивного здоровья; охват школьным образованием подростков и молодежи, особенно молодых женщин и девочек, чтобы помочь предотвратить ранние браки и деторождение с повышенным риском и снизить связанную с этим смертность и заболеваемость... »

## **Согласно Конвенции ООН**

### **о правах ребенка, подростки имеют:**

- Право на жизнь и развитие (статья 6)
- Право быть услышанными (статья 12)
- Право выражать свои права и право на автономию (статьи 12 и 14)
- Право на достижение наилучших интересов ребенка (статья 3)
- Право на защиту от насилия (статья 19)
- Право не подвергаться дискриминации (статья 2)

## Факты о подростках и молодежи

**От здоровья подростков и молодежи зависит не только здоровье нации, но и ее социально-экономическое развитие.**



Подростки и молодежь — двигатель развития страны и сейчас, и в будущем. Здоровые, компетентные подростки станут здоровыми, компетентными взрослыми, которые смогут внести свой вклад в экономическую продуктивность страны. Если не инвестировать в здоровье и развитие подростков, невозможно разорвать порочный круг плохого здоровья и социально-экономических лишений в обществе.

Инвестиции в здоровье подростков и молодежи дают тройной эффект:

**! Здоровые подростки сегодня  
● Здоровые взрослые завтра  
● Здоровое последующее поколение**

Инвестиции в здоровье подростков сокращают нынешние и будущие расходы здравоохранения и увеличивают социальный капитал страны. Кроме того, у подростков есть способность воздействовать не только на собственное здоровье, но и на здоровье своих семей и близких. **Подростки — движущая сила социальных перемен, а не просто бенефициарии социальных программ.**

**Это время жизни человека особенно важно для формирования его личности. Подростковый возраст — период биологического и психосоциального развития\*.**

В этот период происходит стремительное физическое, когнитивное, эмоциональное, социальное, половое развитие, которое определяет все аспекты жизни человека.

Области головного мозга подростка, которые стремятся к поощрению, опережают в своем развитии области, ответственные за планирование и контроль над импульсивным поведением и эмоциями. Вместе с тем мозг подростка наделен необыкновенной способностью к изменению и адаптации. Человеческий мозг полностью формируется к 25 годам.

**Начало полового созревания**

**▶ Биологические изменения**

**Появление более развитых когнитивных способностей — осознание, понимание, постижение**

**▶ Когнитивные изменения**

**Самовосприятие, близость и отношения с окружающими взрослыми и сверстниками**

**▶ Эмоциональные изменения**

**Переход к выполнению новых ролей в обществе**

**▶ Социальные изменения**

**Современные подростки раньше созревают биологически и позже — социально.**

Сегодня вследствие реформы системы образования молодые люди посвящают больше времени учебе и интернету, позже выходят на рынок труда и позже создают семьи. Вместе с тем дети быстрее развиваются физически, половое созревание у них происходит раньше, чем у предыдущих поколений. В результате существует разрыв между скоростью биологического созревания молодых людей и их переходом к социальному статусу взрослых, развитием у них таких социальных навыков, как ответственность и автономность, способность самостоятельно принимать решения\*.

\* Global accelerated action for the health of adolescents (AA-HA!): Guidance to support country implementation (WHO, 2018)

### Баланс между защитой и автономностью в современном мире

У современных подростков больше возможностей для независимого обращения в учреждения здравоохранения, но система здравоохранения не всегда готова к удовлетворению их потребностей. Молодые люди не участвуют в принятии решений, касающихся их жизни; их права могут не учитываться.

Вместе с тем подростки и молодежь в силу возраста острее страдают от некоторых аспектов глобализации. Они наиболее уязвимы перед негативным влиянием порнографических материалов, онлайн-травли и определенных компьютерных игр.

### Подростки похожи на мощные машины без опытных водителей.

Присущие подросткам эксперименты, поиск и риск — скорее, норма, чем патология, и объясняются возрастными особенностями развития их мозга. Для этого возраста характерно рискованное поведение, в том числе сексуальное, а значит, нужно обращать на подростков особое внимание и обеспечивать им благоприятную среду для сохранения здоровья. Профилактическая работа должна быть направлена на информирование и образование молодых людей, формирование у них безопасного поведения и необходимых жизненных навыков. Риски подросткового поведения должны быть уравновешены с нашей стороны современными мерами защиты.

## Факторы риска и защиты для подростков\*

ФАКТОРЫ РИСКА И ЗАЩИТЫ для ПОДРОСТКОВ	РАННИЙ СЕКС	ЗЛУОПОТРЕБЛЕНИЕ ПСИХОАКТИВНЫМИ ВЕЩЕСТВАМИ	ДЕПРЕССИЯ
Хорошие отношения с родителями	●	●	●
Конфликты в семье		▲	▲
Положительная школьная среда	●	●	●
Негативный пример друзей	▲	▲	●
Хорошие отношения со взрослыми вне семьи			●
Наличие духовных убеждений	●	●	●
Наличие других видов рискованного поведения	▲		

● защита ▲ риск

\* World Health Organization 2006, 2017; EuTEACH, 2017

## Молодежные центры здоровья предоставляют дружественные молодежи услуги

Забота государства о здоровье подростков и молодежи заключается в оказании доступной, качественной, бесплатной медицинской помощи и в эффективных профилактических действиях по охране их здоровья. Эти услуги должны соответствовать потребностям и ожиданиям молодежи. Для этого в Казахстане были созданы **Молодежные центры здоровья (МЦЗ)**, на базе которых работают специально подготовленные мультидисциплинарные команды специалистов. Центры предоставляют медико-психологические и социальные услуги подросткам и молодым людям до 24 лет, включая услуги по охране репродуктивного и психического здоровья, социальному сопровождению подростков, попавших в трудную жизненную ситуацию, включая подростков — жертв сексуального насилия.



### Идеальный центр для меня:

предоставляет комплекс услуг

не выглядит как больничное учреждение

работает как для юношей, так и для девушек

открыт и в вечерние часы

имеет доброжелательный квалифицированный персонал

имеет телефон доверия

проявляет уважение, терпимость и поддержку

# Услуги, дружественные молодежи, соответствуют принципам четырех «Д»



## 1 Доступность

Процедура обращения за медицинской помощью должна быть предельно простой.

Медицинские услуги должны быть бесплатны для молодежи или доступны по цене.

Медицинские услуги предоставляются в комплексе, нет нужды обращаться куда-то еще.

Помимо медицинской помощи у молодежи должна быть возможность — как в группе, так и индивидуально — по формированию безопасного поведения и необходимых жизненных навыков, профилактике заболеваний, процессам полового созревания и связанных с ним состояний, волнующих подростка.

Подростки, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, и жертвы насилия, включая сексуальное, должны получать психологическую и социальную помощь.

## 2 Добровольность

Созданы условия, которые располагают молодежь к самостоятельному и осознанному обращению в центры, участию в их деятельности, а также добровольному выбору услуг молодежных центров здоровья.

Молодые люди должны иметь возможность самостоятельно и по собственному желанию обращаться к врачу не только в связи с заболеванием, но и для профилактики, добровольно выбирают услуги и выполняют рекомендации сотрудников центра.

## ЧЕМ МОЛОДЕЖНЫЕ ЦЕНТРЫ ЗДОРОВЬЯ ОТЛИЧАЮТСЯ ОТ ОБЫЧНЫХ ПОЛИКЛИНИК?

### Обычная поликлиника

Помощь оказывается больным людям

Лечение

Узкая специализация помощи (лечебная)

Распространенные проблемы

Директивная модель: решение принимает специалист

### Молодежные центры здоровья

Помощь оказывается здоровым и больным людям

Работа с проблемой, профилактика и лечение

Комплексная помощь (медицинская, психологическая, социальная, правовая)

Вопросы, связанные с половым созреванием, с которыми не идут в обычную поликлинику

Модель сотрудничества: обратившийся за помощью человек участвует в принятии решения

## 3 Доброжелательность

Персонал молодежного центра здоровья должен относиться к молодежи максимально доброжелательно.

Специалисты и другие сотрудники не должны оценочно относиться к образу жизни и качествам подростков и молодежи, но должны проявлять к ним уважение и терпимость и поддерживать их в выражении собственного мнения.

Персонал молодежного центра здоровья соблюдает конфиденциальность.

Регистратура — это точка первого контакта молодого человека с МЦЗ, соответственно, существуют унифицированные и стандартизированные подходы взаимодействия МЦЗ с пациентом, начиная от регистратуры.

## 4 Доверие

Мнение молодежи о качестве и наборе предоставляемых услуг учитывается и анализируется.

Подростки-волонтеры участвуют в оформлении центра.

Персонал принимает молодежь такой, какая она есть, согласно пожеланиям юных пациентов.

Молодые люди могут самостоятельно принимать решения, которые касаются их жизни.

Центр предоставляет молодежи необходимую информацию и услуги.

Молодые люди чувствуют себя уверенно и комфортно при обращении в центр.

# Здоровое поколение = здоровое государство

**Государство имеет все возможности для создания «благоприятной среды», которая позволяет:**

Расширять права и возможности подростков, молодежи и отдельных их представителей, особенно девочек. Развивать их активы и создавать для них безопасное пространство.

Молодым людям строить здоровые отношения с родителями, сверстниками, развивать хорошие коммуникационные навыки, лидерские качества, расширять движения по принципу «равный равному».

Активно взаимодействовать с сообществами — например, с движением ответственного отцовства, с движением за изменение вредных гендерных стереотипов.

Преобразовывать общество через развитие законов, защищающих права подростков и молодежи.

**Создание благоприятной среды для подрастающего поколения — это забота государства о гражданах, которые будут заботиться о развитии и процветании своего государства. Это взаимно определяющий процесс.**

