



## TOM telefon®: VPLIV EPIDEMIJE COVID-19 NA OTROKE IN MLADOSTNIKE

TISKOVNA KONFERENCA  
1. marec 2021

*Glavni poudarek TOM-a:*

- *Tom telefon deluje že 30 let. Na podlagi podrobne statistične analize 2015-2020 se povečuje število klicev povezanih z duševnim zdravjem in odnosi v družini. Potrebno je, da se na takšen trend odzove tudi država. Otroci in mladostniki nam zaupajo že 30 let, zato je nujno, da se na njihove resne stiske odzove TIM STROKOVNJAKOV s področja socialnega dela, psihologije, pedo-psihiatrije, psihoterapije. S tem v zvezi vidimo potrebo po razbremenitvi prostovoljk in prostovoljcev, ter delni profesionalizaciji svetovanja na našem telefonu, v klepetalnici in na e-pošti.*

---

TOM telefon je edinstveni program, ki je v letu 2020 praznoval 30 let svojega delovanja in ohranjanja pomembne vezi med svetovalci- prostovoljci in mladostniki v stiski. Gre za telefon, ki ga je leta 1990 ustanovila Zveza prijateljev mladine Slovenije na pobudo Komisije za otrokove pravice. Leta 1995 pa se je vzpostavila Nacionalna mreža TOM. Telefon je dosegljiv vsak dan med 12. in 20. uro na telefonski številki 116 111. Telefonska številka je brezplačna in klicalcem omogoča anonimnost. TOM je edini splošni telefon za otroke in mladostnike v Sloveniji. Poleg telefonske linije deluje tudi svetovalnica po e-pošti [tom@zpms.si](mailto:tom@zpms.si) in v spletni klepetalnici. TOM je pomembne informator na spletnem portalu [www.e-tom.si](http://www.e-tom.si) in FB profilu [TOM Telefon | Facebook](https://www.facebook.com/TOMTelefon)

V okviru Nacionalne mreže TOM aktivno deluje 9 svetovalnih skupin (Ajdovščina, Idrija, Krško, Ljubljana, Maribor, Murska Sobota, Slovenske Konjice, Tolmin in Velenje) in okoli 130 prostovoljcev.

TOM telefon® (telefon za otroke in mladostnike) je v letu 2020 praznoval že 30-to obletnico delovanja, pod okriljem Zveze prijateljev mladine Slovenije. Bistveno sta to leto zaznamovali dve okoliščini, in sicer razglasitev epidemije Covid-19 ter že omenjena 30 letnica.

Tudi v času 1. in 2. vala epidemije je telefon deloval vsak dan od 12. do 20. ure na telefonski številki 116 111, preko e-pošte na [tom@zpms.si](mailto:tom@zpms.si) in v spletni klepetalnici. Z 18. 5. 2020, ko se je del učencev ponovno vrnil v šolske klopi, starejši od 10 let pa so še naprej ostali doma, je TOM telefon podaljšal čas delovanja in sicer iz dosedanjih 8 ur (12-20) na 10 ur (10-20) dnevno.

Število kontaktov na TOM telefon® se je v mesecih marec, april in maj zmanjšalo. Menimo, da je bil ta padec kontaktov povezan s prekinitvijo medvrstniških odnosov, ter bistveno zmanjšano možnost za umik

v intimni prostor znotraj doma. Zasebnost pri pogovoru/svetovanju je zagotovo ključna, da otrok oz. mladostnik pokliče. Zaznali smo povečanje kontaktov povezanih s psihičnimi težavami (strah, depresivnost, samomor, samopoškodovanje) in odnosi v družini (odnosi s starši, nasilje v družini). Podrobno statistiko vam predstavljamo v prilogi k poročilu, kjer smo prikazali gibanje tematik, porast kontaktov po e-pošti in v klepetalnici, padec tihih in preizkuševalnih klicev ter druge pomembne ugotovitve. Na programu smo zato uvedli vrsto ukrepov, kot odziv na nastale razmere:

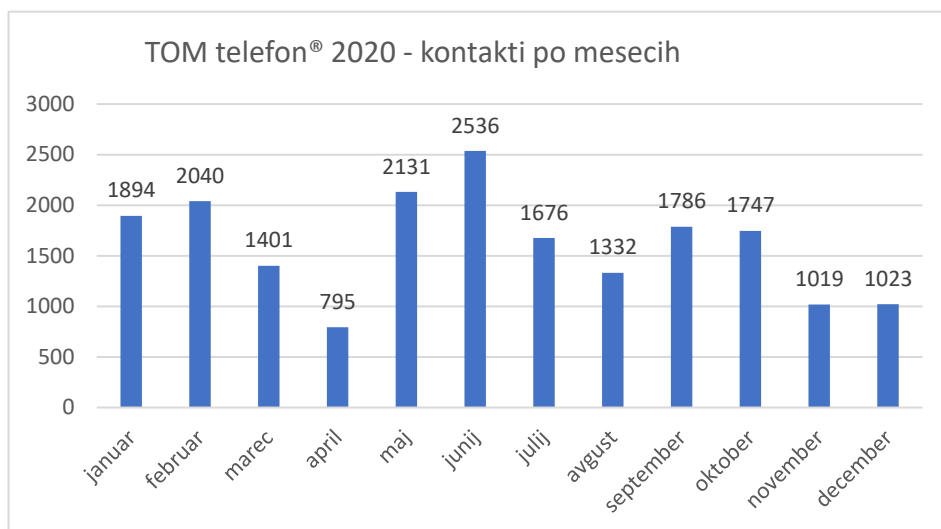
- Zbiralnik idej na TOM spletni strani: informiranje glede koronavirusa in ideje za preživljanje prostega časa,
- Okrepitev svetovalnega dela,
- Video nagovori za starše in otroke na temo družinskih odnosov in skrbi za duševno zdravje,
- Podali smo več izjav za medije o naših dejavnostih in spremembi urnika delovanja.
- TOM telefon<sup>®</sup> je postal član Operativne skupine za izvajanje psihološke pomoči v času epidemije, pod okriljem NIJZ, v kateri sodelujemo pri izvajanju Aktivnost: 4.1. Vzpostavitev enotne brezplačne telefonske številke za psihološko podporo 080 51 00.
- v okviru naše mednarodne organizacije Child help line international samo vključeni v longitudinalno raziskavo o posledicah epidemije, kot jo zaznavamo telefoni za otroke in mladostnike.

*PRIMER: »Vem da je depresija resna psihična bolezen in da se nekateri samo hecajo o tem vendar meni se je vedno zdelo da je depresija del mene. Prvič ko sem se namenoma poškodoval, sem bil v 6. razredu. Takrat za to nihče ni vedel dokler nisem prišel v 9. razred. Prijatelji so mislili da samo iščem pozornost zato sem jih izgubil. Zdaj sem star 16 let in imam še vedno veliko težav. Res da je od zadnje samopoškodbe minilo le 2 meseca vendar nihče tega ne ve. Moji starši vedo da sem to si naredil saj ko sem bil na urgenci zaradi akutne zastrupitve so zdravniki to opazili. Takrat so se starši odločili da bi bilo dobro da bi šel do pedopsihijatra. Tam sem bil samo 2x zaradi vseh problemov z korona virusom. Takrat sem spet začel rahlo uživati alkohol vendar nikoli do tega da bi prišlo do večje nevarnosti. Prijatelji so mi hotleli pomagati vendar je to teklo do začetka novega šolskega leta. Zdaj ko se je tale del korone začel pa sem samo enkrat nekaj malo zaužil. Po resnici povedano sem ponosen sam nase.*

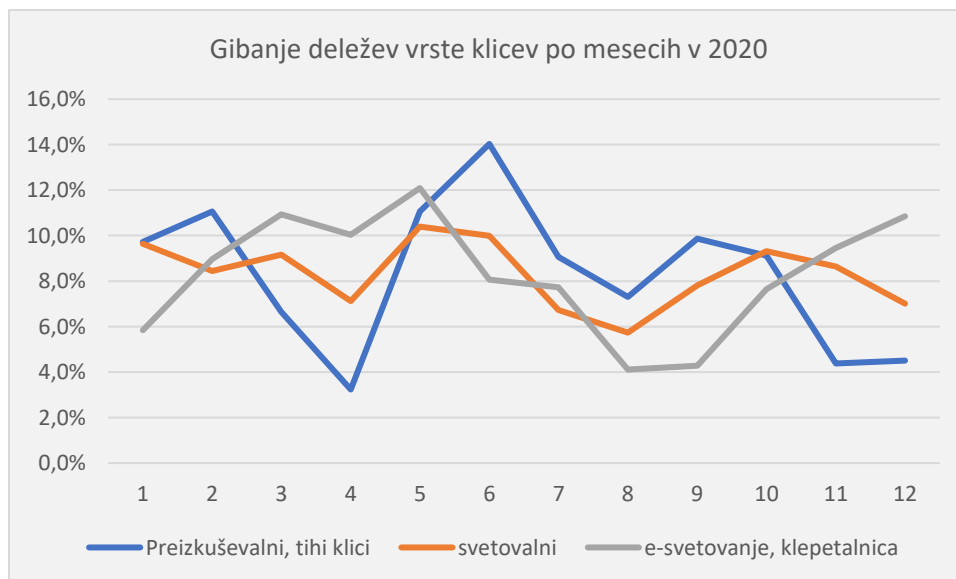
*Ne vem ravno zakaj to pišem vendar mislim da potrebujem mal boljšo pomoč saj mi je težko za to prositi pri starših. Raje vprašam prijatelje vendar tudi oni zadnje čase ne vedo kako bi mi pomagali.«*

## TOM STATISTIKA 2020

### Kontakti po mesecih

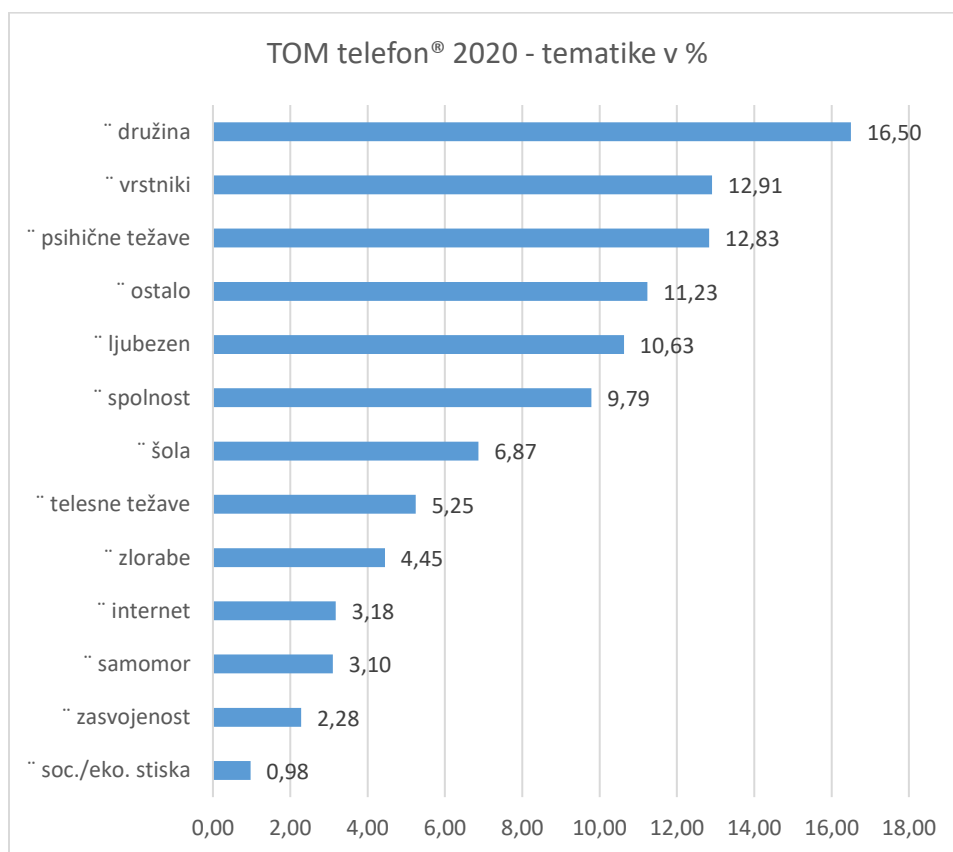


Število kontaktov je močno upadlo meseca aprila in potem ponovno novembra in decembra, ko so se otroci zaradi Covid-19 ukrepov šolali od doma. Padec kontaktov v poletnih mesecih sovпада s časovno razporeditvijo šolskih obveznosti.



Preizkuševalni in tihi klici so strmoglavili v aprilu in dosegli vrh v juniju. Ponovno močno padejo novembra in decembra. Krivulja svetovalnih klicev je dokaj enakomerno razporejena, z rahlimi padci v lockdown obdobju in poletnih mesecih. Krivulja klepetalnice in e-svetovanja raste in doseže vrh v maju in pade med poletnimi meseci. Manj izražen vrh doseže ponovno jeseni.

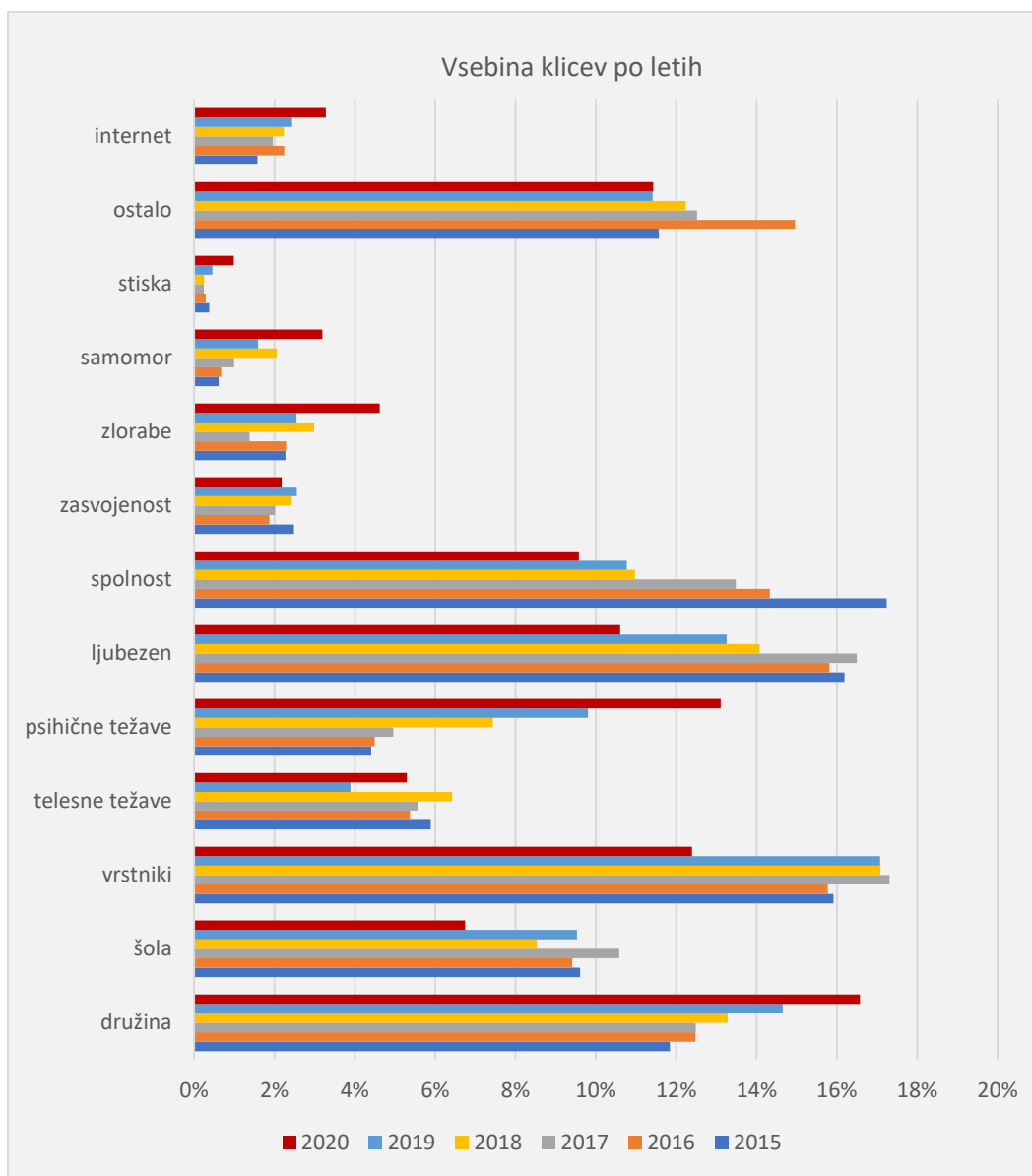
## Tematike



V letu 2020 je bilo največ kontaktov vezanih na temo družine, vrstnikov in psihičnih težav otrok in mladostnikov. V kategoriji ostalo je bila najpogostejša tema preživljanje prostega časa.

STATISTIKA TOM OD 2015 DO 2020 S POUČENJEM NA 2020

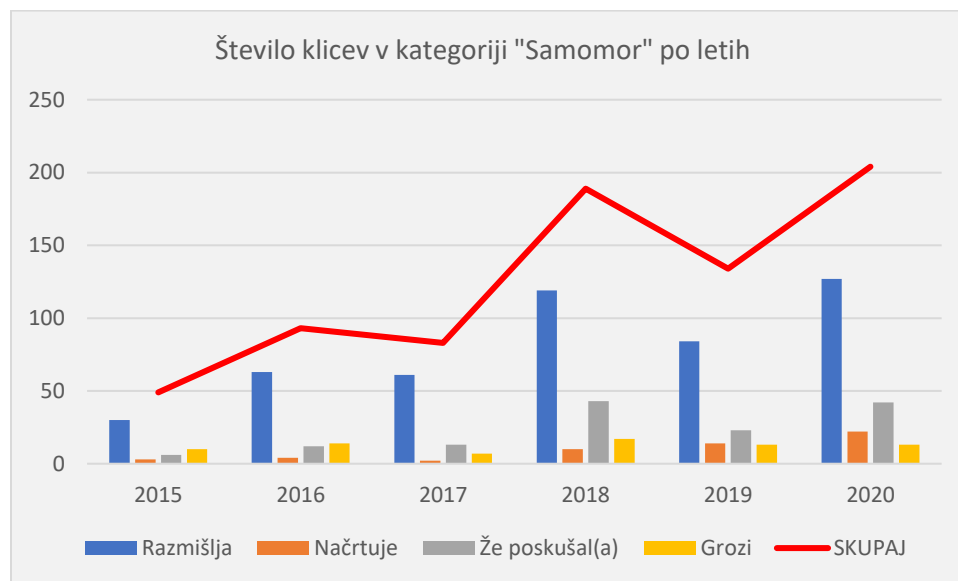
Vsebina klicev



Največ klicev se nanaša na probleme z vrstniki, ljubezenske težave, spolnost in družino. Z leti raste delež klicev, ki obravnavajo družinske probleme in psihične težave in pada delež klicev z ljubezenskimi težavami in spolnostjo.

V letu 2020 je opaziti nekaj bistvenih premikov v klicih. V deležu klicev so najbolj narasli klici kjer mladostniki poročajo o težavah v družini, tožijo o psihičnih težavah in večjemu številu zlorab. Četudi je bilo v 2020 zabeleženo manj klicev kot v preteklih letih, pa so narasli v absolutnih številkah klici, ki zbuja skrb. Klicev, ki poročajo o psihičnih težavah je bilo 33% več kot v povprečju zadnjih petih let, poročila o zlorabah četrtno več kot v zadnjih petih letih. Klicev, kjer mladostniki razmišljajo ali grozijo z samomorom pa je bilo v 2020 72% več kot v povprečju v letih od 2015 do 2019. Obenem pa se je v 2020 zmanjšal delež klicev, ki omenjajo probleme z vrstniki (ni druženja), ljubezenske težave in vprašanja povezana z spolnostjo.

## Vsebina klicev - samomor



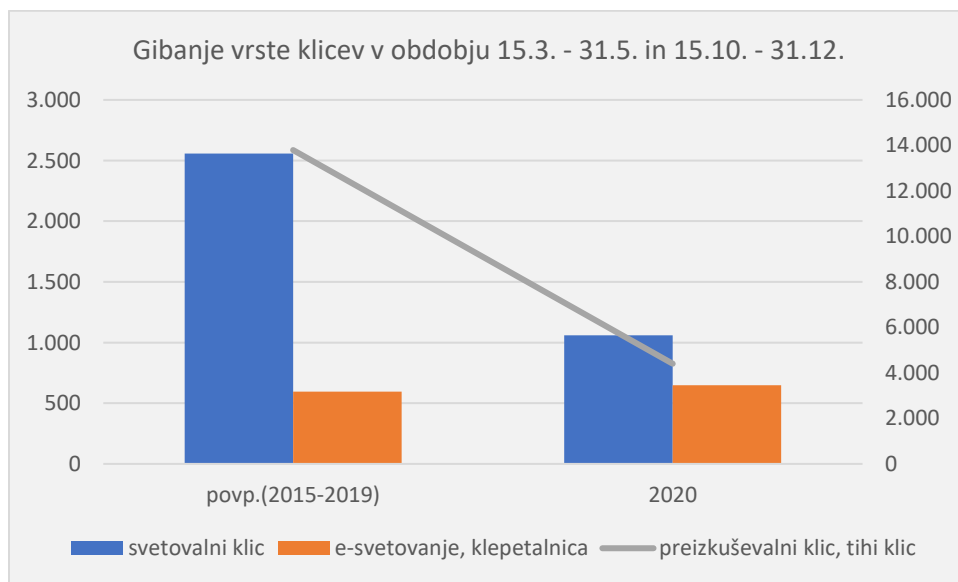
Med mladostniki vztrajno raste število klicev, ki omenjajo samomor. V letu 2020 je bila ta številka v absolutnem smislu najvišja v zadnjih šestih letih. Če izdvojimo zgolj leto 2020 je bilo takih klicev 72% več kot v povprečju v letih med 2015 in 2019.

## STATISTIKA TOM OBDOBJA OD 15.3.2020 DO 31.5.2020 IN OD 15.10.2020 DO 31.12.2020 V PRIMERJAVI Z ENAKIM OBDOBJEM OD 2015 DO 2019

Nekatere vrednosti klicev smo primerjali v obdobju, ko je bilo šolanje izvedeno na daljavo t.j. od 15.3. do 31.5. in od 15.10. do 31.12.2020. Vrednosti iz leta 2020 smo primerjali z enakim obdobjem povprečja preteklih petih let t.j. od 2015 do 2019. Čeprav je bilo skupno število klicev manjše, pa se je povečalo število klicev, ki so nakazovali resne težave otrok in mladostnikov.

### Vrsta klica

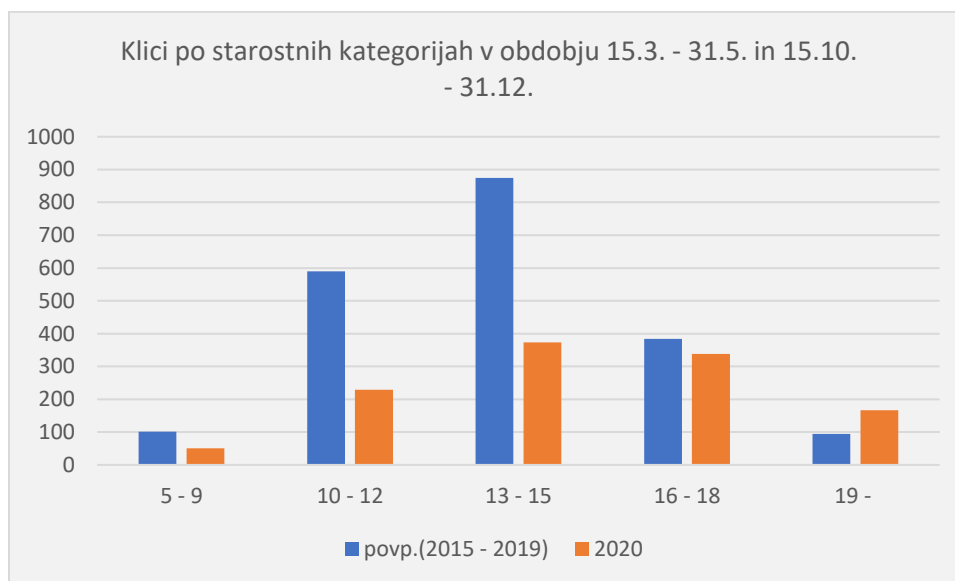
lockdown obdobje 15.3. - 31.5. in 15.10. - 31.12.	povp.(2015-2019)	2020	index
svetovalni klic	2.558	1.061	41%
e-svetovanje, klepetalnica	597	648	109%
preizkuševalni klic, tihi klic	13.795	4.403	32%



Leta 2020 je v obdobju, ko je šolanje potekalo na daljavo in so bili mladostniki doma, upadlo število preizkuševalnih in tihih klicev na slabo tretjino povprečja preteklih let. Prav tako je upadlo število svetovalnih klicev za 60%. V tem obdobju pa so nekoliko porasli e-svetovanje in klepetalnica in sicer za 9%.

## Razporeditev klicev po starostnih kategorijah

lockdown obdobje	povp.(2015 - 2019)	2020	Indeks
5 - 9	101	51	50%
10 - 12	590	229	39%
13 - 15	875	373	43%
16 - 18	384	338	88%
19 -	94	167	178%

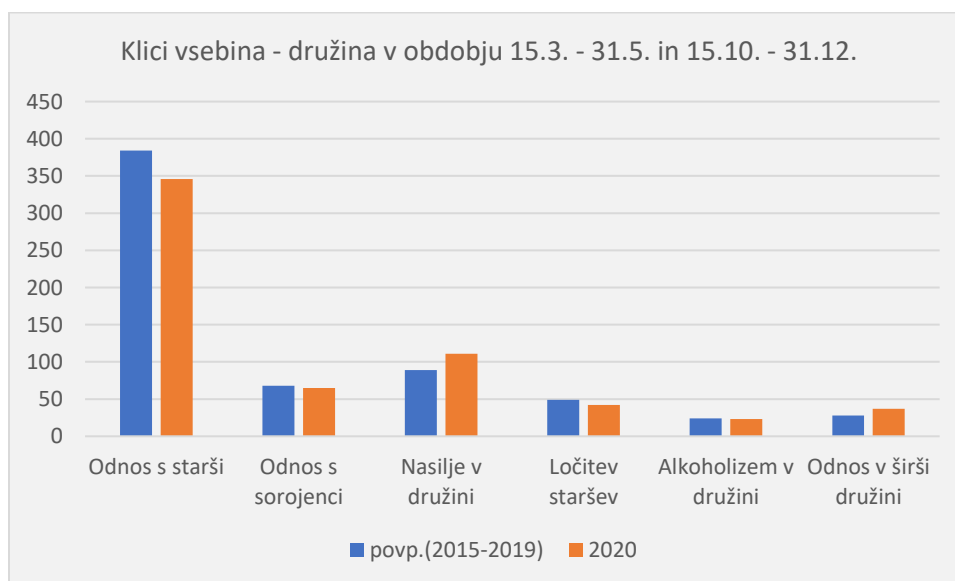


Leta 2020 so v omenjenem obdobju najbolj zmanjšali klice mladostniki do dopolnjenega 15 leta starosti. Kar za 78% pa se je povečalo število klicev mladostnikov v starostni kategoriji nad 19 let.



Klici z težavami v kategoriji »družina«

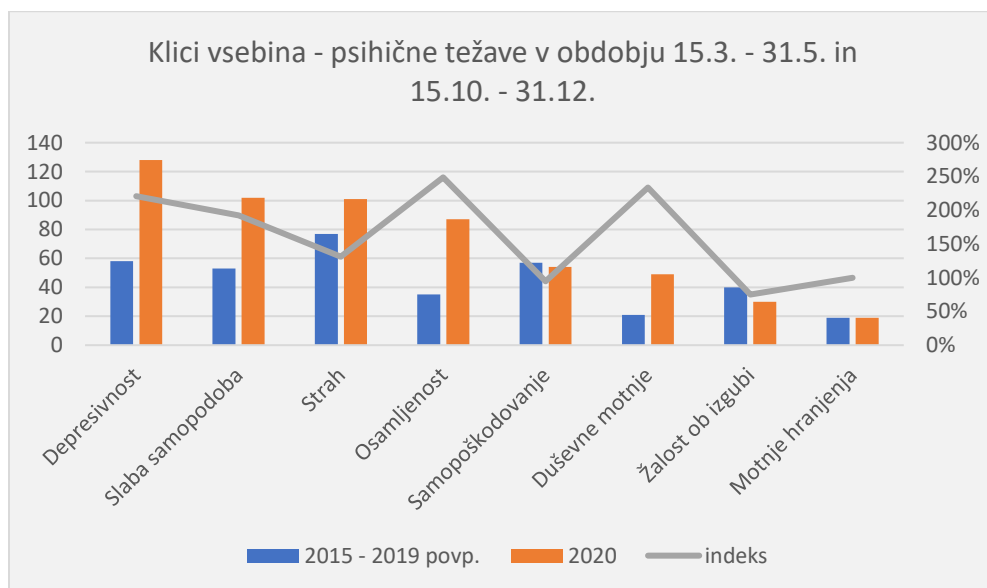
	povp.(2015-2019)	2020	indeks
Odnos s starši	384	346	90%
Odnos s sorojenci	68	65	96%
Nasilje v družini	89	111	125%
Ločitev staršev	49	42	86%
Alkoholizem v družini	24	23	96%
Odnos v širši družini	28	37	132%
Skupaj	642	624	97%



Klicev, ki so navajali težave v družini je bilo leta 2020 v lockdown obdobju za malenkost manj kot v enakem obdobju v letih od 2015 do 2019. So pa znotraj te kategorije za četrtno porasli klici ki so navajali nasilje v družini.

## Klici, ki so navajali psihične težave

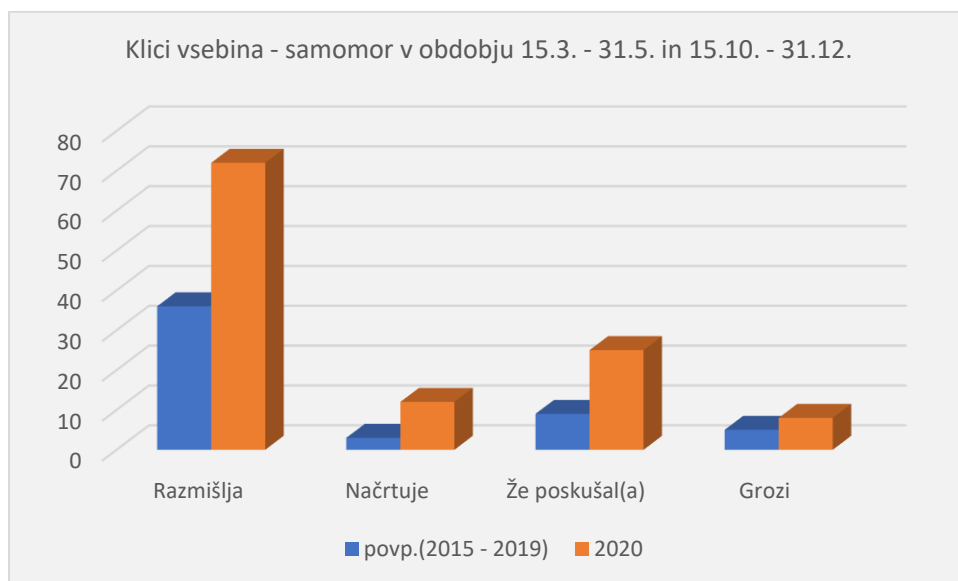
Lockdown obdobje	2015 - 2019 povp.	2020	indeks
Depresivnost	58	128	221%
Slaba samopodoba	53	102	192%
Strah	77	101	131%
Osamljenost	35	87	249%
Samopoškodovanje	57	54	95%
Duševne motnje	21	49	233%
Žalost ob izgubi	40	30	75%
Motnje hranjenja	19	19	100%
skupaj	360	570	158%



Tej kategoriji smo dodali še »samopoškodovanje« in »motnje hranjenja«. Kategorijo »samomor« prikazujemo zaradi resnosti situacije posebej. Skoraj vse težave v tej kategoriji so presegle vrednosti predhodnega pet letnega obdobja za skoraj 60%. Po največjem skoku izstopajo klici, ki poročajo o depresivnosti, osamljenosti in duševnih motnjah.

## Klici v kategoriji samomor

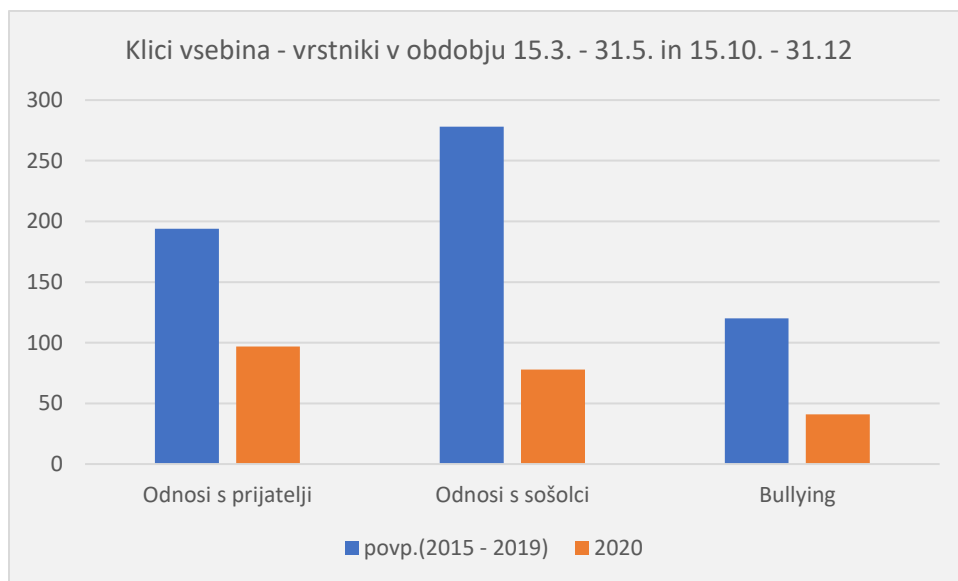
lockdown obdobje	povp.(2015 - 2019)	2020	Indeks
Razmišlja	36	72	200%
Načrtuje	3	12	400%
Že poskušal(a)	9	25	278%
Grozi	5	8	160%
SKUPAJ	53	117	221%



Klicev, ki so omenjali možnost samomora je bilo leta 2020 še enkrat več kot v obdobju 2015 do 2019.

Klici z težavami v kategoriji »vrstniki«

lockdown obdobje	povp.(2015 – 2019)	2020	Indeks
Odnosi s prijatelji	194	97	50%
Odnosi s sošolci	278	78	28%
Bullying	120	41	34%
Skupaj	592	216	36%



Redke so kategorije težav, ki so leta 2020 v lockdown obdobju zabeležile padec. Zgornja tabela in graf prikazujeta, da so težave z vrstniki leta 2020 praktično usahnile, ker so bili otroci in mladostniki ločeni drug od drugega. Klici, ki so omenjali težave z vrstniki so padli na tretjino števila klicev iz predhodnega petletnega obdobja.