DUŠEVNO ZDRAVJE OTROK IN MLADOSTNIKOV
Aktiviranje skupnostnih virov pomoči in podpore

Mirjana Ule (ur.)

Knjižna zbirka Psihologija vsakdanjega življenja

Urednica zbirke: Mirjana Ule

Izdajatelj in založnik: Fakulteta za družbene vede, Založba FDV

Za založbo: Samo Uhan, dekan

Ljubljana, 2026

Copyright © copyright po delih in v celoti avtorice 2026.

Fotokopiranje in razmnoževanje po delih in v celoti je prepovedano.

Vse pravice pridržane.

Recenzenta: Zdenko Medveš in Bojan Dekleva

Jezikovni pregled: Barbara Korun

Fotografija na naslovnici: Matej Peljhan

Likovna zasnova: Eva Ferk

Prelom: ENOOKI Kraft s.p.

Tisk: DEMAT d.o.o.

Naklada: 250 izvodov

Izid knjige je finančno podprla
Slovenska akademija znanosti in umetnosti.

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

613.86-053.2/.6

DUŠEVNO zdravje otrok in mladostnikov : aktiviranje skupnostnih virov pomoči in podpore / uredila Mirjana Ule. - Ljubljana : Fakulteta za družbene vede, Založba FDV, 2026. - (Knjižna zbirka Psihologija vsakdanjega življenja)

ISBN 978-961-295-171-9
COBISS.SI-ID 301182979

DUŠEVNO ZDRAVJE OTROK IN MLADOSTNIKOV

Aktiviranje skupnostnih virov pomoči in podpore

Uredila

Mirjana Ule

Ljubljana 2026

Psihologija vsakdanjega življenja

Vsebina

9 UVOD
Mirjana Ule

17 I. SOCIALNOPSIHOLOŠKI KONTEKSTI KRIZE DUŠEVNEGA ZDRAVJA MED OTROCI IN MLADOSTNIKI
Mirjana Ule

43 II. MEDICINSKI MODEL ZAŠČITE DUŠEVNEGA ZDRAVJA OTROK JE NEZADOSTEN – MOŽNE POTI PRESEGANJA
Anica Mikuš Kos, Tinkara Primec

67 III. POPULACIJSKI PRISTOPI KOT ODGOVOR NA GENERACIJSKE SPREMEMBE NA PODROČJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA V OBDOBJU MLADOSTNIŠTVA IN PREHODA V ODRASLOST
David Gosar

103 IV. KAJ Z REVŠČINO IN NEENAKOSTJO V STORILNOSTNI ŠOLI?
Vesna Leskošek, Špela Razpotnik

127 V. VZGOJNO DELOVANJE ŠOLE KOT NARAVNI VIR POMOČI ZA VZPOSTAVLJANJE DUŠEVNEGA ZDRAVJA OTROK IN MLADOSTNIKOV
Robi Kroflič

153 VI. MED KONFLIKTOM IN NASILJEM: POMEN KONTEKSTUALNE PRESOJE PRI OBRAVNAVI MEDVRSTNIŠKEGA NASILJA
Jasna Podreka

183 VII. VLOGA PODPORNIH OKOLIJ PRI OHRANJANJU IN KREPITVI DUŠEVNEGA ZDRAVJA OTROK IN MLADOSTNIKOV: NEENAKOSTI V SOCIALNEM KAPITALU
Tamara Narat, Žana Marušič

219 VIII. MOBILNA SLUŽBA V PODPORO OTROKOM S ČUSTVENIMI IN VEDENJSKIMI TEŽAVAMI: OD OBRAVNAVE POSAMEZNIKA/POSAMEZNICE K SOUSTVARJANJU SKUPNOSTI
Marjana Demšar, Rok Demšar

243 Recenziji
257 O avtoricah in avtorjih
260 Imensko in stvarno kazalo

Kazalo slik in tabel

206 Graf 1: Skupine otrok glede na raven duševnega zdravja in blaginjo (v %)

• • •

174 Tabela 1: Kontekstualni model analize nasilne dinamike

197 Preglednica 1: Povprečne vrednosti indeksov različnih oblik kapitala

198 Preglednica 2: Deleži otrok z nižjim in višjim socialnim kapitalom glede na socialne demografske značilnosti (v %)

199 Preglednica 3: Deleži otrok z nižjim in višjim socialnim kapitalom glede na vključenost v prostočasne dejavnosti na tedenski ravni (v %)

200 Preglednica 4: Povprečne vrednosti izidov (AS) in indeksov (na normirani lestvici od 1 do 100, kjer 1 pomeni najnižjo vrednost in 100 najvišjo vrednost) med skupinama otrok glede na stopnjo socialnega kapitala

202 Preglednica 5: Regresijska analiza (odvisna spremenljivka »indeks duševno zdravje«)

207 Preglednica 6: Skupine otrok glede na socialnoekonomske značilnosti in način življenja



Monografija je nastala po posvetu z naslovom Duševno zdravje otrok in mladih – aktiviranje skupnostnih virov pomoči in podpore, ki je potekal 18. novembra 2025 na Slovenski akademiji znanosti in umetnosti. V monografiji razpravljamo o možnostih izboljšanja pristopov k zmanjševanju pojava duševnih motenj in njihovih posledic v odraščanju. Izhajamo iz temeljne ugotovitve, da živimo v kriznem času. Spremenjene življenjske razmere so težko razumljive in obvladljive predvsem otrokom in mladostnikom. Poleg materialnih dejavnikov, ki vplivajo na pogoje odraščanja, kot so socialni in ekonomski položaj izvorne družine, narašča pomen psihosocialnih dejavnikov, kot so čustvena stabilnost, socialne in komunikacijske spretnosti in samopodoba odraščajočega. Posledica teh težav so čustvene stiske, ki se z intenziviranjem pri mnogih spremenijo v stanja, ki jim dodelimo naziv duševne motnje. Nekateri govorijo kar o epidemiji duševnih motenj. Obenem se pojavljajo tudi nove diagnoze, ki običajno vedenje umeščajo tudi med patološko, kadar ne ustreza zahtevam po učinkovitosti in produktivnosti sodobnega časa. Taka produkcija diagnoz pa lahko ob drugih psihosocialnih dejavnikih še dodatno bremeni obstoječe omejeno število strokovnega osebja. Zato naraščajo potrebe po pomoči mladim ljudem z duševnimi motnjami in zahteve po preventivnih programih.

Neustrezne možnosti za predelavo teh težav se kažejo tudi v pojavih nasilja med mladostniki. Nasilje postane strategija za reševanje problemov praviloma tedaj, ko se (mlademu) človeku zdi, da ni na voljo drugih vzorcev za obvladanje težav, saj so z nasiljem prežete vse pore javnega življenja – politika, mediji, družbena omrežja, javni diskurzi. Nasilni dogodki so vedno

večfaktorski pojav, zato moramo tudi rešitve nasilnih konfliktov iskati na način, da nasilje obravnavamo v kontekstu delovanja ožje socialne in širše družbene situacije. Zavzemamo se za ustvarjanje družbenih pogojev, v katerih lahko otrok razvije občutek varnosti in vrednosti ter solidaren in empatičen odnos do svojega okolja in razvije tudi svoje notranje vire za soočanje z neugodnimi in ogrožajočimi pojavi in okoliščinami. Razvijamo predlog skupnostnega pristopa, ki je usmerjen v zaščito duševnega zdravja celotne skupnosti in množice njenih članov. Tak pristop gradi na krepitvi naravnih virov pomoči v stvarnosti vsakodnevnega življenja otrok.

Smo strokovnjakinje in strokovnjaki z različnih strokovnih področij: sociologije, socialne psihologije, klinične psihologije, pedopsihiatrije, pedagogike, socialne pedagogike in socialnega dela in to je tudi odlika te monografije. Ne želimo vstopati v razprave o psihoterapevtski dejavnosti. Želimo pa opozoriti, da je duševno zdravje otrok, mladih (in tudi odraslih) obsežno področje, klinična obravnava teh težav pa le delček mozaika. Mnoge težave otrok in mladih so strukturno pogojene in jih je treba tako tudi reševati. Za zmanjšanje obsega duševnih stisk je potrebno odpravljati vzroke njihovega nastanka, drugače ne bo nikoli dovolj storitev in služb, ki obravnavajo posledice. Zavzemamo se predvsem za aktiviranje naravnih/skupnostnih virov pomoči. To so viri podpore, krepitve psihične odpornosti v naravnih življenjskih okoljih, v odnosih in socialnih mrežah, v skupnostih, v institucijah, v katerih otroci preživljajo svoj vsakdan. To je socialni aktivizem, ki bi moral biti sestavni del delovanja strokovnjakov za duševno zdravje odraščajočih. Vzpostavljanje bolj humane ali vključujoče družbe, torej manj tekmovalne in manj kaznovalne, je dober in legitimen cilj, a tudi težak in se zdi, da v nasprotju z aktualnimi družbenimi tokovi.

Monografijo sestavlja osem poglavij. V prvem poglavju Mirjana Ule predstavi sociološke in socialnopsihološke kontekste odraščanja. Izhaja iz temeljne ugotovitve, da odraščanje ni bilo nikoli samodejno. Vedno je bilo odvisno od družbenih razmer in družbenih kontekstov. In življenjsko situacijo otrok in mladostnikov v današnjem času označuje predvsem svojski razkol med vedno večjim obsegom „svobod» na eni strani in rahljanjem družbenih vezi in opor, predvsem vrstniških na drugi strani. Če digitalno omreženje sveta proizvaja novo obliko generacijske in kulturne homogenizacije otrok in mladih, pa močno opazne razlike in neenakosti v življenjskih situacijah ter življenjskih priložnostih proizvajajo velike lome med mlado generacijo. To dogajanje ima svojo izrazito temno plat; (mladi)

ljudje namreč postajajo vse bolj preobremenjeni z družbenimi konflikti in nasprotji, ki se zdaj vse bolj neposredno lomijo na njih, brez »socialnih odbijačev«, kakršni so bile v prejšnjih obdobjih modernizacije vmesne institucije, kot so družina, vrstniki, razredna zavest in pripadnost.

Anica Mikuš Kos in Tinkara Primec v svojem prispevku razvijata tezo, da je medicinski model zaščite duševnega zdravja otrok nezadosten in pokažeta na možne poti preseganja. K porastu števila oseb z duševnimi motnjami po njunem mnenju prispevata tudi družbena ureditev in dušeslovna stroka s tem, da sta pripravljeni prekvalificirati vse večje število odklonov od pričakovanega odzivanja, čustvovanja, vedenja in delovanja v medicinske kategorije duševnih motenj. Največ primerov za zadnjo trditev najdemo v polju otroških duševnih motenj. Razviti svet je osvojil medicinski model odpravljanja duševnih motenj, to je zagotavljanje strokovne terapevtske pomoči. Pomoč je usmerjena v zdravljenje posameznika. Intervencije pomoči se dogajajo v strokovnih institucijah, predvsem v odnosu eden na eden (terapevt – pacient), v praviloma dolgotrajnih procesih. Avtorici ugotavljata, da obstoječe strokovne službe v epidemiološki perspektivi prispevajo k ozdravljenju majhnega števila otrok z duševnimi motnjami – kakim 10–15 % iz celotne množice otrok bogatega sveta, ki imajo ali bi jim pripadala medicinska diagnoza duševnih motenj. Avtorici s prispevkom želita vzbuditi več zanimanja duševnozdravstvenih strok in strokovnjakov za societalne in institucionalne kodeterminante duševnih motenj v otroškem obdobju in več delovanja in prizadevanj za razvijanje virov zaščite in pomoči otrokom onkraj medicinskih modelov. Spričo razsežnosti, škodljivosti pojava duševnih stisk in motenj v obdobju otroštva in doraščanja ter trpljenja, ki ga povzroča, je očitna nuja aktiviranja naravnih virov. Povezovanja z naravnimi viri v družinskem okolju, v skupnosti, z viri v institucijah, v katerih otroci preživljajo svoj vsakdan, medsektorsko povezovanje, aktiviranje družbenih in skupnostnih virov pomoči, bi morale biti sestavni del delovanja strokovnjakov za duševno zdravje otrok.

To temo nadaljuje David Gosar v prispevku o populacijskem pristopu onkraj psihoterapije kot odgovoru na generacijske spremembe na področju duševnega zdravja v obdobju mladostništva in prehoda v odraslost. Na podlagi epidemioloških raziskav, sodobnih psihometričnih spoznanj ter rezultatov slovenske standardizacije Vprašalnika za ocenjevanje osebnosti (PAI) avtor zagovarja stališče, da pri sodobnih generacijah mladih ne opažamo splošnega porasta vseh oblik psihopatologije, temveč predvsem

povečano ranljivost za motnje ponotranjanja, kot so tesnoba, depresivno razpoloženje, nepojasnjene somatske težave in samomorilno mišljenje. Te spremembe razlaga s pomočjo razvojnopsihološkega okvira, ki poudarja pomen razvojnih nalog mladostništva in prehoda v odraslost, razvojnih kaskad ter transdiagnostičnih procesov, kot so uravnavanje čustev, občutek pripadnosti, samovrednotenje in razvoj avtonomije. Posebno pozornost avtor namenja vplivu sodobnega družbenega okolja, digitalizacije, socialnega primerjanja ter spremembam razvojnih okolij, ki lahko povečujejo čustveno ranljivost mladih. Na tej podlagi predlaga populacijski pristop h krepitvi duševnega zdravja, usmerjen v krepitev zaščitnih razvojnih sistemov. Namesto osredotočanja zgolj na preprečevanje posameznih duševnih motenj poudarja pomen ustvarjanja razvojno spodbudnih okolij v družinah, šolah, vrstniških skupinah, digitalnih okoljih in lokalnih skupnostih, ki omogočajo razvoj psihološke odpornosti, pripadnosti, kompetentnosti, življenjskega smisla.

Vesna Leskošek in Špela Razpotnik v svojem prispevku izpostavita povezavo med družbeno neenakostjo in duševnim zdravjem. Opozarjata na rezultate različnih študij, ki kažejo na močno povezavo med revščino in vsemi vidiki otrokovega razvoja: kognitivnim in socialno-čustvenim razvojem, šolskimi dosežki in načinom odzivanja na tveganja. Otroci, ki živijo v revščini, doživljajo več pritiskov v učnem procesu kot njihovi vrstniki, hkrati pa se soočajo z okoliščinami, ki otežujejo njihovo vsakdanje življenje in preživetje. Slaba hrana, slabe bivanjske razmere, pomanjkljiva infrastruktura in nevarno okolje vplivajo na njihovo dojemanje sebe in na njihove interakcije z vrstniki in na omrežja opor. Pri vseh teh dimenzijah so revni otroci bistveno bolj prikrajšani kot njihovi bolj premožni vrstniki. Raziskave kažejo, da imajo revnejši otroci tudi slabši dostop do pomoči, ker se stiske revnih in zapostavljenih otrok ne prepoznajo. Za zmanjšanje teh razlik je ključno spodbudno izobraževalno okolje. Za razvoj otroka namreč niso odgovorni le starši, temveč celotna družba, saj so otroci posebej zaščitena družbena skupina. Šola mora imeti vlogo zmanjševanja učinkov družbenih neenakosti in mora omogočati vsem otrokom doseganje uspeha in spodbujanja razvoja aspiracij. In ravno pri razvijanju aspiracij, ki so odvisne od otrokove podobe o sebi, je sedanja šola dokaj neuspešna, saj se osredotoča predvsem na dosežke tistih otrok, ki veljajo za sposobnejše (na primer, uspešnejše pri testih), ne zmorejo pa se posvetiti otrokom, ki morajo svoje sposobnosti šele razviti in pri tem rabijo več spodbud. Nedvomno je to eno od glavnih področij, na katerem so potrebne spremembe.

Robi Kroflič v prispevku analizira odziv šole na duševne in vedenjske probleme otrok in mladih. Šola danes pomeni eno ključnih življenjskih okolij otrok in mladostnikov, ne le zaradi količine časa, ki ga preživijo v njej, ampak tudi zato, ker je za mnoge otroke in mladostnike v urbanih okoljih edini življenjski prostor izven ožjega družinskega okolja. V njem se onkraj neposrednega nadzora staršev srečujejo z vrstniki in odraslimi ter v odnosih z njimi razvijajo svoje osebnostne potenciale ter se formirajo v samostojne osebe. Hkrati v šolskem okolju beležimo porast zaznavnih oblik duševnih stisk in (medvrstniškega) nasilja, kar v prosvetnih politikah povzroča naraščajočo skrb za kurativne ukrepe – psihoterapevtske za pomoč pri razreševanju duševnih stisk in disciplinske za odzivanje na nasilje. Avtor ugotavlja, da se osnovna vzgojna vloga šole ponovno potiska v ozadje, tako v odnosu do storilnostnih izobraževalnih ciljev kot v odnosu do zaščite otrok in mladostnikov ter njihove duševne stabilnosti. V prispevku opredeli ključne strukture šolske realnosti, ki tvorijo jedro tako imenovanih naravnih dejavnikov duševnega zdravja, posebno pozornost nameni vzgoji z umetnostjo in njenim varovalnim učinkom na duševno zdravje, ki jih ugotavlja tudi psihiatrična stroka, ter analizira percepcijo vzgojne vloge šole v našem prostoru, kot jo razgrinja analiza strateških dokumentov in sprememb Zakona o osnovni šoli.

Nadaljuje Jasna Podreka, ki obravnava medvrstniško nasilje kot kompleksen odnosni proces, ki ga ni mogoče razumeti zgolj skozi posamezne incidente ali normativne definicije nasilja. Izhaja iz ugotovitve, da je eno ključnih strokovnih vprašanj pri obravnavi medvrstniškega nasilja razlikovanje med konfliktom in nasiljem, saj napačna presoja pogosto vodi v neustrezne strokovne odzive, sekundarno viktimizacijo oseb, ki nasilje doživljajo, ter neučinkovito obravnavo oseb, ki nasilje povzročajo. Na podlagi pregleda sodobnih teoretičnih izhodišč in empiričnih raziskav članek najprej predstavi psihosocialne posledice medvrstniškega nasilja za osebe, ki nasilje doživljajo, povzročitelje in opazovalce, nato pa analizira dejavnike, ki otežujejo njegovo prepoznavanje. Posebna pozornost je namenjena razumevanju nasilja kot procesa zlorabe moči ter vlogi odnosnega in družbenega konteksta pri strokovni presoji konkretnih primerov. Prispevek opozarja tudi na potrebo po sistematičnem razvoju strokovnih kompetenc za prepoznavanje nasilja ter poudarja, da učinkovitega preprečevanja medvrstniškega nasilja ni mogoče graditi zgolj na zaščiti oseb, ki nasilje doživljajo, in sankcioniranju povzročiteljev, temveč tudi na strokovnem delu z otroki in mladostniki, ki nasilje povzročajo, ter na razvoju varnega in vključujočega šolskega okolja.

Tamara Narat in Žana Marušič v svojem prispevku tematizirata vlogo podpornih okolij pri ohranjanju in krepitvi duševnega zdravja otrok in mladostnikov, s poudarkom na neenakostih v dostopu do socialnega kapitala. Družbene neenakosti so pri otrocih zaradi njihovega položaja še posebej nepravične, saj izhajajo iz njihove ranljivosti in odvisnosti od drugih (odraslih). Ker otroci nimajo enakih možnosti samostojnega vplivanja na svoj položaj, so njihove življenjske izkušnje močno odvisne od kakovosti in razpoložljivosti podpornih mrež. Avtorici na podlagi podatkov raziskave RIBO o blaginji otrok v Sloveniji (Boljka et al. 2024) raziskujeta razlike v dostopanju do socialnega kapitala med otroki, ki so sodelovali v omenjeni raziskavi. Glavni poudarek je na vlogi podpornih mrež in odnosov v družini, med vrstniki, v šoli ter soseski. Pri tem ju posebej zanima vpliv socialnega kapitala na samooceno duševnega zdravja različnih skupin otrok ter dejavniki, ki prispevajo k neenakostim na tem področju. V prispevku pa odpirata tudi temeljno vprašanje, kako razumeti socialni kapital otrok. Avtorici ugotavljata, da imajo otroci v povprečju razmeroma visok socialni kapital, predvsem v družini in med vrstniki, manj podpore pa zaznavajo v soseski in šoli. Socialni kapital se izkaže kot pomemben varovalni dejavnik duševnega zdravja, saj otroci z višjim socialnim kapitalom poročajo o boljši psihološki, čustveni in telesni blaginji, boljši učni uspešnosti ter varnejši uporabi informacijskih in komunikacijskih tehnologij. Ne glede na razlike med posameznimi skupinami otrok pa se socialni kapital kaže kot ključni varovalni dejavnik duševnega zdravja, ki lahko neenakosti (v duševnem zdravju) med otroci bodisi zmanjšuje bodisi poglablja. Prispevek zato poudarja pomen krepitve podpornih odnosov v za otroka ključnih okoljih – družini, šoli in skupnosti – ter bolj celostnega razumevanja podpornih virov.

Marjana Demšar in Rok Demšar v sestavku predstavita delovanje mobilnih služb z otroki s čustvenimi in vedenjskimi težavami. Z Zakonom o obravnavi otrok in mladostnikov s čustvenimi in vedenjskimi težavami ter motnjami v vzgoji in izobraževanju iz leta 2021 so strokovni centri pridobili možnost razvijanja storitev v povezavi z otroki in mladostniki, ki ne bivajo v teh ustanovah. V Strokovnem centru Višnja Gora se je v ta namen oblikovala mobilna služba, namenjena podpori ob čustvenih in vedenjskih težavah oziroma motnjah otrok. Storitev je opredeljena kot svetovalna in je lahko namenjena tako otrokom in mladostnikom kot tudi njihovim staršem, drugim pomembnim osebam ter institucijam. Avtorja v prispevku predstavljata način dela v mobilni službi, ki je usmerjen v krepitev mreže otrok, mladostnikov ter njim pomembnih oseb na način, da bi jih le-te podprle

v socialnem vključevanju. Pri tem kot pomemben del prakse prepoznava, da obravnava poteka v različnih skupnostih. S tem poskuša krepiti odnose znotraj teh skupnosti. Ob tem avtorja izpostavljata, da je za krepitev teh odnosov pomembno, da v njih ne vidimo le težave, ampak vire, ki so pomembni za otroke in mladostnike. Vprašanje tako ne gre v smeri, kako bo strokovna obravnava nadomestila ljudi okoli otrok in mladostnikov ter s tem postala nenadomestljiv del njihovega življenja, ampak kako oblikovati strokovno obravnavo tako, da se ohranjajo njeni pozitivni učinki tudi takrat, ko ta obravnava preneha.