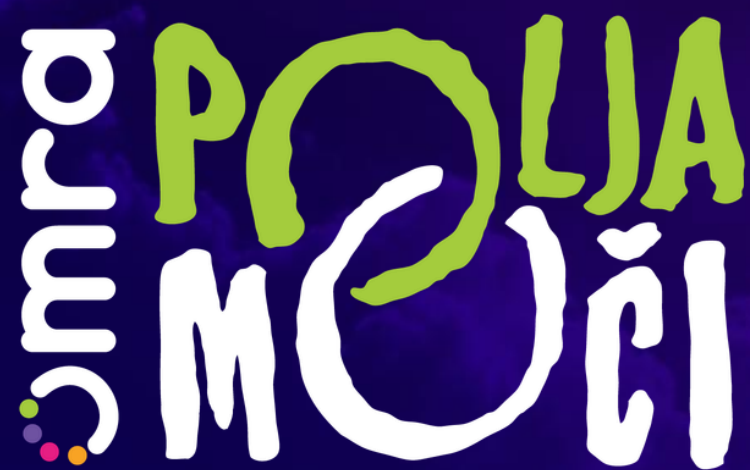




Průběh
POLIA
Měsí



Ko za težave ni besed: duševno zdravje in stigma na kmetiji

Tisa Kučan Lah

tisa.kucan-lah@zrc-sazu.si

Sofinancer
projekta



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

Zaključna konferenca PoljaMoči, 21. 10. 2026

- Specifične fizične in psihološke obremenitve kmetijstva:

Dolgotrajno in fizično naporno delo

Finančne težave in negotovost

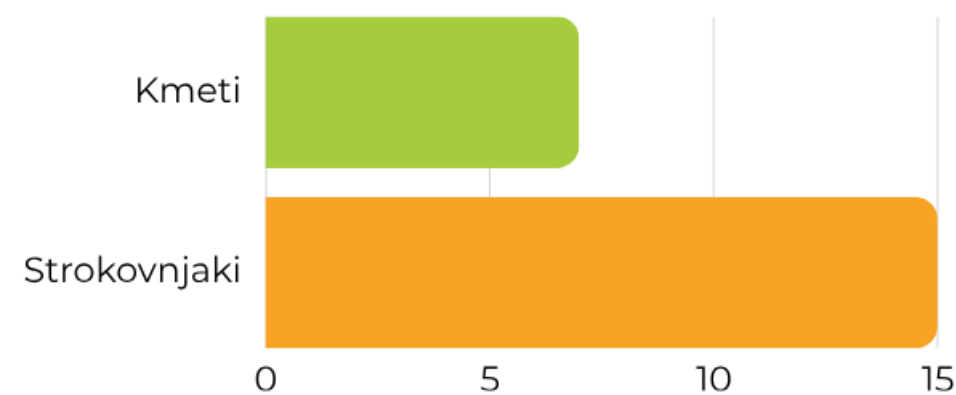
Nepredvidljive vremenske razmere in podnebne spremembe

Odnos javnosti in medijev do kmetijstva

Težave v družinskih odnosih in pri prevzemu kmetije

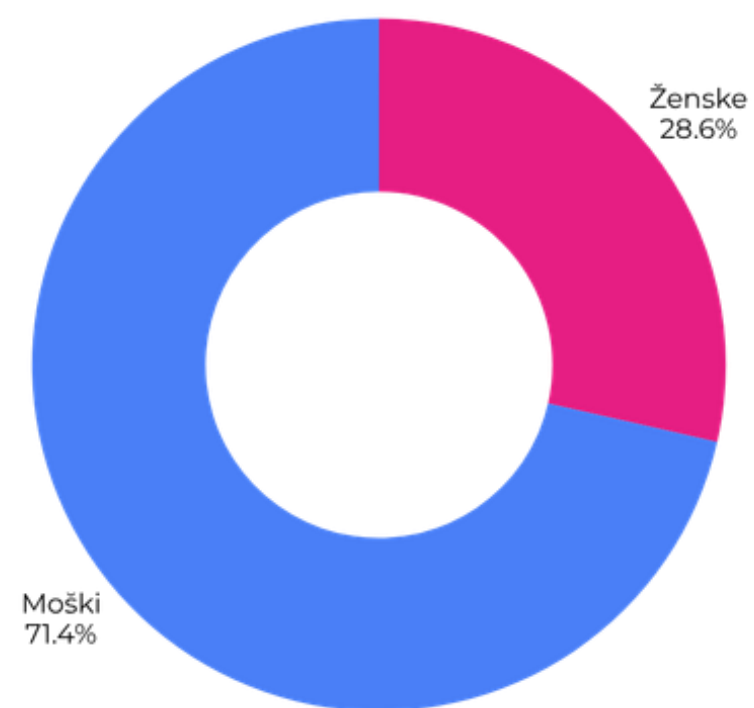


Individualni intervjuji



1x poljedelska kmetija
2x živinorejska kmetija
1x mlečna kmetija
3x mešana kmetija

Štiri fokusne skupine s kmeti in
predstavniki stanovskih
organizacij.



Kmeti
Med 30 in 47 let



Strokovnjaki
Med 35 in 60 let

Kaj pravijo sogovorniki?

“Če si nekdo zlomi nogo ima gips in ko je noga cela, gre gips dol, je lažje pomagati, lažje razumeti. Če se pa poruši delovanje možganov, zadeva ni tako plastično vodna, kot če imamo gips.”

- Strokovna delavka



STIGMA = negativno razmišljanje, ki ga ima človek o sebi ali drugih, ker so nosilci družbeno nezaželenih lastnosti, na primer prepričanje, da so ljudje z duševnimi težavami nevarni, nasilni, nepredvidljivi, leni ...
(Knežević Hočevar, 2021).

Stigma

Dovoljeni samo pogovori o delu in kmetiji.

Duševno zdravje, kot tabu tema.

Raje govorijo o telesnih manifestacijah težav v duševnem zdravju.

Za duševne stiske pogosto ni ne prostora ne časa.

Ne želijo metati slabe luči na poklic.

Stigma je pogostejše prisotna, kot v mestnem okolju.



Dober kmet ...

ima znanje,

ima ljubezen do narave in dela,

je močen,

je trden,

je odločen.

vse zmore sam.

- Bolj odprte za pogovor o duševnih stiskah.
- Med seboj delijo izkušnje.
- Pogosteje same iščejo informacije.



- Manj odprti.
- Življenje ni romantično.
- Težave raje rešujejo doma, znotraj družine.
- Prepričani, da vse zmorejo sami.
- Posledice vzgoje.
- Steber fizičnega dela in finančnih investicij.



- Bolj odprti za pogovor.
- Pogosto bolj izobraženi in informirani.
- Živijo življenje bolj podobno ostalim vrstnikom.
- Želijo si življenja izven kmetije.



- Odnos “delaj in bodi tiho.”
- Kmetje morajo biti trdne osebnosti in potrpeti.



Iskanje uradne pomoči

Strah pred odzivom okolice.

Dolgo odlašanje.

Stigma do jemanja psihoaktivnih zdravil.

Pomanjkanje znanja o duševnih težavah in pomoči, ki je na voljo.

Oddaljenost ustrezne pomoči.



Kako si pomagajo?

Stisko skušajo obvladovati sami.

Pogovor z ljudmi v ožjem socialnem krogu.

Lokalna povezanost in sosedska pomoč.

Društva in verske skupnosti.

Skupinske delavnice in podporne skupine.

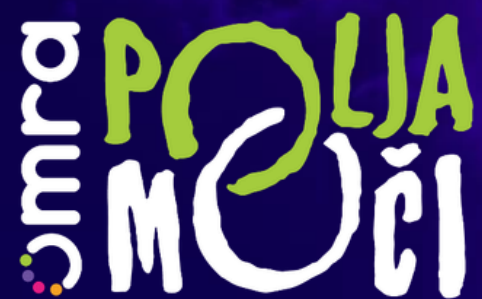
Strokovna pomoč.



“S skrbjo zase pomagam tudi svojim otrokom, ki bodo
kmetijo raje prevzeli, če jim postavim dober vzgled.”

- Kmetica





HVALA ZA POZORNOST

www.omra.si

Sofinancer
projekta



REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE

***Predavanje je bilo pripravljeno v sklopu projekta PoljaMoči in raziskovalnega programa Raziskave o duševnih stiskah in dobrem počutju (ARIS, P5 0439).