

Dialog med mladimi in odločevalci: Mladi so predstavili svoje predloge za boljšo podporo duševnemu zdravju

V ponedeljek, 22. junija 2026, ob 11.00 je na SVŠGUGL (Srednja vzgojiteljska šola, gimnazija in umetniška gimnazija Ljubljana) potekal dialog na temo duševnega zdravja med dijaki, strokovnjaki in odločevalci.

Kako se mladi danes soočajo s pritiski, negotovostjo in stiskami, ki vplivajo na njihovo duševno zdravje? Kje vidijo največje ovire pri iskanju pomoči? In kako lahko njihove predloge slišijo tisti, ki soustvarjajo okolje, v katerem odrasčajo?

Na ta vprašanja smo iskali odgovore na okrogli mizi, ki jo v okviru projekta Erasmus+ »Skupaj za boljše počutje mladih« izvaja Društvo ŠKUC v sodelovanju s SVŠGUGL in je povezala dijake, strokovnjake s področja duševnega zdravja ter predstavnike institucij in organizacij, ki lahko prispevajo k izboljšanju podpore mladim.

Posebnost dogodka je, da so izhodišče za razpravo oblikovali mladi sami. Dijaki so pred začetkom okrogle mize na izkustveni delavnici, ki jo je izvedel Zavod TiPovej!, začrtali svoje realne potrebe, izzive in konkretne predloge za izboljšanje stanja na področju duševnega zdravja, ki izhajajo iz soočanja s številnimi pritiski, negotovostmi in izzivi.

Konkretni predlogi mladih: Od filmskih večerov do spletnega svetovanja

Med predlogi, ki so jih predstavili strokovnjakom in predstavnikom institucij, so med drugim izstopali filmski večeri, kjer bi se mladi lahko podružili, se sprostili in zraven kaj naučili, možnost spletnega svetovanja na šoli, kjer bi svoje stiske lahko izrazili anonimno ter več pouka, ki bi potekal zunaj, v naravi.

Ravnateljica šole Petra Vignjevič Kovjanić, je povedala, da nekateri podporni mehanizmi znotraj šole že obstajajo, kot npr. učilnica na prostem ter filmski večeri, kjer se mladi lahko družijo, vendar so pripravljene prisluhniti dijakom in dijakinjam in vzpodbuditi vse zaposlene na šoli, da aktivno pristopijo k uresničevanju idej, ki so jih podali mladi.

Gost okrogle mize, Patrik Senica, mag. psihologije, ki je strokovni sodelavec v programu To sem jaz, je poudaril, da program To sem jaz, že ponuja spletno svetovanje, ki je mladim na voljo ter da se mu zdi odličen predlog, da se nekaj takšnega vzpostavi tudi znotraj šole, saj to ustvarja še več zaupanja med dijaki in dijakinjami ter svetovalno službo.

Informacije morajo doseči mlade

Gostje na okrogli mizi so se strinjali, da marsikatera oblika pomoči že obstaja, vendar pa informacije žal pogosto ne dosežejo mladih. Potrebno je več usmerjenega informiranja ter povezovanja različnih institucij, saj je lahko to ena izmed učinkovitih možnosti za nudenje podpore mladim.

Katarina Gorenc iz Urada za mladino MOL je na tem mestu poudarila, da v Ljubljani obstajajo podporni sistemi za mlade, tako mladinski centri, kjer potekajo brezplačne aktivnosti za mlade ter tudi informiranje mladih v okviru mreže L'mit, kjer lahko mladi dostopajo do kakovostnih informacij, tudi na področju duševnega zdravja.

Razprava je med drugim odprla vprašanja o vplivu sodobnega okolja na mlade. Mladi so izpostavili, da jih je najbolj strah prihodnosti, negotovosti v svetu, iskanja služb v umetniških poklicih ter težav v odnosih. Patrik Senica je ob tem opozoril, da je vedno manj stigme na področju duševnega zdravja, mlade se skuša informirati, izvajajo se tudi preventivni ukrepi. Prav tako je poudaril pomembnost prepoznavanja simptomov, varnega socialnega okolja, kjer imajo mladi možnost za pogovor ter pasti samodiagnoz s pomočjo umetne inteligence.

V občinstvu so okroglo mizo spremljali tudi predstavniki Ministrstva za izobraževanje, znanost in mladino, Mladinskega sveta Slovenije, Dijaške organizacije Slovenije, Oddelka za predšolsko vzgojo in izobraževanje MOL, Mladih zmajev ter Mladinskega gledališča.

Zaveze za prihodnost

Za konec je vsak izmed gostov sklenil, kaj lahko na področju duševnega zdravja prispeva sam. Dijakinje so poudarile, da se jim zdi pomembno, da so spoznale nove oblike pomoči ter da bodo te informacije predale svojim sovrstnikom. Patrik Senica je sklenil, da je izjemnega pomena vključevanje mladih v oblikovanje programov za njih, da je potrebno izhajati iz njihovih potreb ter jih slišati. Katarina Gorenc nas je obvestila, da Mestna občina Ljubljana ravno v tem času sprejema novo strategijo za mlade, ki poudarja, da je pri oblikovanju vseh aktivnostih za mlade potrebno upoštevati mnenje in glas mladih. Vita Ornik iz svetovalne službe SVŠGUGL pa je dodala, da bodo predlogi mladih upoštevani in da se bodo še naprej trudili skozi celoten učni proces zagotavljati metode in orodja, ki mladim lahko nudijo podporo pri naslavljanju težav.

Vsi predlogi in ugotovitve bodo po dogodku zbrani v dokument priporočil, namenjen strokovnjakom, organizacijam in odločevalcem kot podlaga za nadaljnje delo na področju duševnega zdravja mladih.

Okrogla miza se je zaključila z gledališko predstavo

Po zaključku okrogle mize in neformalnem druženju je sledil ogled avtorske gledališke predstave dijakov z naslovom *Če bi le vedeli*, ki skozi njihove izkušnje, opažanja in razmišljanja odpira vprašanja duševnega zdravja mladih ter spodbuja razmislek o stiskah, s katerimi se srečujejo v vsakdanjem življenju. Predstava mlade spodbuja, da izrazijo svoje stiske in jih povedo naglas ter poudarja pomen tega, da znamo prisluhniti drug drugemu. Avtorici predstave sta dijakinji Lucija Arh in Nika Milunović.

Dogodek je del projekta »Skupaj za boljše počutje mladih«, ki ga vodi Društvo ŠKUC in je financiran v okviru programa Erasmus+, Ključni ukrep 1 – Aktivnosti udejstvovanja mladih. V 16 mesecih trajanja projekta so mladim poleg okrogle mize na voljo informacije s področja duševnega zdravja, strokovna podpora v obliki individualnih svetovanj s terapevtko, smernice za ukrepanje ob zaznani stiski mlade osebe ter spletna kampanja za ozaveščanje in podporo mladim. Projekt prispeva k ustvarjanju varnega okolja za mlade, jim ponuja orodja za spoprijemanje s stiskami ter krepi njihovo aktivno udeležbo pri odločanju o lastni prihodnosti in soustvarjanju rešitev na področju duševnega zdravja.

Foto: Simao Bessa

Projekt sofinancira Evropska unija. Vendar so izražena stališča in mnenja zgolj stališča in mnenja avtorja(ev) in ne odražajo nujno stališč in mnenj Evropske unije ali Nacionalne agencije. Zanje ne moreta biti odgovorna niti Evropska unija niti organ, ki dodeli sredstva.

Partnerji pri organizaciji dogodka ter projektni financer:

