

DUŠEVNO ZDRAVJE

# Četrtnina zaposlenih Gorenjcev v stiski

Gorenjci naj bi po različnih slovenskih raziskavah sodili v zlato sredino na področju duševnega zdravja. Kljub temu pa so zapolnili vse brezplačne psihoterapevtske svetovalnice v enem od projektov za krepitev duševnega zdravja. Še več, v posebni raziskavi so tožili o hudih duševnih stiskah.

✶ Petra Mlakar

JESENICE. Metalurški tehnik Andrej Laslo je zadnjih pet let brezposeln. Nakopičene težave, povezane tudi z iskanjem zaposlitve, so na njegovem duševnem zdravju pustile globoke sledi. Zdaj je odločen, da bo našel delo. V pomoč so mu tudi delavnice o kreativnem razmišljanju, ki jih je obiskoval v okviru gorenjskega projekta za krepitev duševnega zdravja Anima Sana.

Projekt, ki vsebuje omenjene delavnice za ranljive skupine ljudi pa tudi za zdravnike in strokovne delavce ter Gorenjcem ponuja brezplačno psihoterapevtsko svetovanje, se je začel marca letos in se bo zaključil prihodnjo pomlad. Od 340.000 evrov, kolikor je vreden, le pet odstotkov zagotavljajo občine, glavnina denarja pa prihaja iz Norveškega finančnega mehanizma.

## Zastrašujoči podatki

Čeprav gorenjska regija po raziskavi ZRC SAZU o stanju duševnega zdravja v Sloveniji sodi med regije z manjšim tveganjem za razvoj težav na področju duševnega zdravja, se je izkazalo, da imajo njeni prebivalci precej duševnih težav. Najobsežnejše so tiste, povezane z zaposlitvijo. Mnogi je nimajo in se, tako kot naš sogovornik, trudijo, da bi jo našli; tisti, ki jo imajo, so zaskrbljeni, ali jo bodo obdržali; za mnoge so obremenitve, ki jih doživljajo v službi, pretežke. Tako je tudi raziskava med zaposlenimi v velikih gorenjskih podjetjih, ki so jo

naredili na jeseniški fakulteti za zdravstvo, po besedah strokovne sodelavke Saše Mlakar postregla z alarmantnimi podatki. »Več kot 17 odstotkov anketiranih doživlja zmerno, skoraj četrtnina pa hudo duševno stisko.«

Ugotovitve iz raziskave dopolnjujejo tudi izkušnje psihoterapevtskih svetovalnic, ki jih v okviru projekta zainteresirani lahko obiščejo brezplačno. Naval nanje je bil tako velik, da so mesta povsem zapolnjena. V svetovalnice v Radovljici, Kranjski Gori in na Jesenicah so od 15. maja sprejeli 161 oseb in z njimi opravili 638 terapevtskih ur. »Pokazale so se zelo velike potrebe po svetovalnicah, ki so presegle naša pričakovanja,« je pojasnila vodja projekta Urška Železnikar iz Razvojnega agencije zgornje Gorenjske.

## Vsem ne morejo pomagati

Vsem, ki so se oglasili v svetovalnici, ne morejo pomagati, pravi Andrej Debeljak iz društva Pot svetlobe. Okoli deset odstotkov obiskovalcev ima namreč tako hude duševne stiske, da jih na tak način ne morejo rešiti, zato jih svetovalci po pomoči preusmerijo v profesionalne psihiatrične ustanove. »Ljudje, ki pridejo k nam, imajo največ težav z depresivnimi občutki, strahovi, tesnobo in vzgojo otrok,« dodaja.

Gorenjci, ki bi si radi okrepili duševno zdravje, pa se še vedno lahko priključijo delavnicam, kakršne se je udeležil Laslo, saj jih bodo do konca projekta še ponavljali. Brezposelni Jeseničan zdaj ugotavlja, da so težave, s katerimi se spopada, po zaslugi delavnic manjše in lažje rešljive. »Prej sem se sekiral za vsako stvar, zdaj tega ne počnem več. Ukvarjam se predvsem s stvarmi, na katere imam vpliv.«

Zaradi velikih potreb po takšnih storitvah pa sodelujoči v projektu že razmišljajo, kako bi ga nadaljevali po izteku financiranja. Kot pravi Železnikarjeva, bodo vire sofinanciranja iskali na različnih razpisih, vsaj eno ali dve svetovalnici pa bi lahko ohranili tudi ob finančni pomoči občin zgornje Gorenjske. ✕



- Ljudje, ki pridejo k njim, imajo največ težav z depresivnimi občutki, strahovi, tesnobo in vzgojo otrok, pravi Andrej Debeljak iz društva Pot svetlobe. Vsem ne morejo pomagati, ker imajo nekateri tako hude težave, da jih morajo napotiti po profesionalno pomoč. ✶ Petra Mlakar