

MLADI NEET IN DUŠEVNO ZDRAVJE

Kaj nam njihove zgodbe povedo o duševnem zdravju, izobraževanju in družbi?

Anja Poredoš

dipl. psih. (UN), dipl. soc. (UN) in prof. ped. (UN)

MENTORICA V PROGRAMU PUM-O+

MEET - OD IDEJ DO SPREMEMB: PODPORA DUŠEVNEMU ZDRAVJU MLADIH

Maribor, 2026

| Kdo so ti mladi?

Ko govorimo o mladih **NEET**, ne govorimo zgolj o mladih brez zaposlitve ali izobraževanja.

Govorimo o mladih, ki se pogosto soočajo z:

- Prekinjenimi izobraževalnimi potmi
- Dolgotrajnimi občutki osebnega neuspeha
- Konfliktnimi ali odsotnimi družinskimi odnosi
- Izrazito socialno izolacijo in osamljenostjo
- Revščino in stanovanjsko negotovostjo
- Pomanjkanjem kakršnihkoli podpornih sistemov
- Vsiljenim občutkom, da zanje v družbi ni prostora

⚠ Diagnostični premik

Osip najpogosteje ni posledica ene napačne odločitve, temveč prepletanja osebnih stisk, šolskih izkušenj, družinskih okoliščin in socialnih razmer.

**OSIP NI DOGODEK.
JE PROCES IZKLJUČEVANJA.**

Vidno vs. Skrito

Kar odrasli pogosto vidimo

Zunanji odzivi, ki jih institucije pogosto kaznujejo:

- Navidezna nemotiviranost in pasivnost
- Kronično zamujanje in neizpolnjevanje obveznosti
- Odpor do avtoritet in pravil sistema
- Aktivno ali pasivno umikanje iz odnosov
- Opuščanje vseh strukturiranih nalog

Kar se skriva spodaj

Realni notranji svet mladostnika v stiski:

- Strah pred novim neuspehom
- Sram in občutek nevrednosti
- Izguba zaupanja v lastne sposobnosti
- Globoko nezaupanje v odrasle in institucije
- Izguba upanja in vizije za lastno prihodnost
- Prekinjen razvoj občutka kompetentnosti in samostojnosti

"Vedenje je pogosto edin način prilagoditve na neznosno notranjo stisko, ne znak nezainteresiranosti."

Vpliv na duševno zdravje

Najpogostejše posledice dolgotrajne izključenosti:

- Generalizirana in socialna anksioznost
- Dolgotrajno depresivno razpoloženje in apatija
- Zelo nizka, nestabilna samopodoba
- Paralizirajoči občutki nemoči in ujetosti
- Eksistencialna osamljenost in izolacija
- Popolna izguba občutka družbene pripadnosti

Ključni uvid:

Ko mladi izgubijo občutek pripadnosti, pogosto izgubijo tudi vero, da lahko vplivajo na lastno prihodnost.

Duševno zdravje ni izolirano

Stiska posameznika je neločljivo povezana z družbenim okoljem, v katerem živi. Nanj odločilno vplivajo:

Okolje

Družinska nestabilnost in socialna neenakost.

Dostop

Prilagojenost šolstva in zaposlitvene poti.

Odnosi

Kakovost medosebnih odnosov in podpora.

Skupnost

Občutek sprejetosti in koristen prispevek družbi.

Kaj mladim pomaga?

Raziskave in praksa kažejo, da trajnih sprememb ne ustvarjajo zgolj izvedene aktivnosti ali urniki. Resničen premik prinašajo naslednji stebri:



Varen prostor & odnos

Sprejetost brez pogojevanja in sodb ustvari varno bazo, iz katere lahko mladostnik sploh začne delovati.



Močna pripadnost

Vključitev v skupino vrstnikov s podobnimi izkušnjami odstrani občutek sramu in globoke osamljenosti.



Izkušnja uspeha

Postopno prevzemanje odgovornosti in prve majhne zmage krepijo vero v lastno opolnomočenost in samostojnost.

“ Mladi pogosto ne potrebujejo najprej strukturiranega življenjskega načrta.
Najprej potrebujejo pristen človeški odnos. Šele nato lahko zgradimo motivacijo.

| Kaj narediti drugače?

Za učinkovitejšo podporo potrebujemo:

- **Zgodnejšo detekcijo:** Iskanje stisk, preden nastopi šolski osip.
- **Dostopnost:** Odstranitev administrativnih ovir za pomoč.
- **Sinergijo resorjev:** Povezovanje šol, zdravstva in sociale.
- **Preventivno delovanje:** Krepitev psihološke odpornosti v šolah.
- **Dolgotrajno podpora:** Spremljanje tudi po koncu programov.
- **Destigmatizacijo:** Zmanjšanje družbene obsodbe ranljivih mladih.



NUJNA SPREMEMBA PARADIGME

Namesto vprašanja:

"Kaj je narobe s tem mladim?"

Se moramo kot družba vprašati:
"Kaj se je temu mlademu zgodilo?"

ZAKLJUČEK: Vsak mlad človek šteje

★ Tri temeljno pomembne potrebe:

- **Pripadnost:** Občutek varne umestitve v socialni krog.
- **Osebna vrednost:** Prepoznavanje lastnih talentov in moči.
- **Nov začetek:** Priložnost za ponovni štart brez preteklih bremen.

"Mladi ne potrebujejo zgolj več različnih razdrobljenih storitev ali programov. Potrebujejo več odraslih, ki ostanejo prisotni dovolj dolgo, da jim lahko ponovno začnejo zaupati."

KONTAKT ZA STROKOVNO IZMENJAVO

anja.poredos@azm-lu.si

Hvala za vašo pozornost.