



Проект N°: 101132089



Mesa local de
la Juventud



Проучването е проведено онлайн (февруари – април 2024 г.) и е събрало 582 отговора от България (166), Хърватия (100), Германия (102), Сърбия (107) и Испания (107). Насочено към младежи на възраст 13–30 години, с въпроси, съобразени с възрастовите групи, то гарантира разнообразие по отношение на пол, образование и градски/селски произход.

Моля, обърнете внимание, че фактите и цифрите, отбелязани със звездичка (*) в резюмето или анализа, са идентифицирани чрез проучване на документи, базирано на проучвания на национално ниво, които са подробно описани в отделните национални доклади.

БЪЛГАРИЯ

Ключови предизвикателства:

- Нарастваща тревожност/депресия
- Злоупотреба с вещества
- Фрагментирани системи за психично здраве и подходи, фокусирани върху симптомите

Процент на разпространение:

64% от анкетираните (16-26 години) изпитват проблеми с психичното здраве (тревожност или депресия)

Само 31% от анкетираните на възраст между 16 и 26 години някога са търсили професионална помощ за психичното си здраве. Когато се разгледат всички анкетираните на възраст между 13 и 30 години, цифрата спада още повече до 27,6%. Това са най-ниските стойности сред страните партньори.

Най-високи нива на употреба на цигари, канабис и алкохол сред тийнейджърите в ЕС*

Барииери за достъп:

- Тревожност или срам (63%)*
- Незнаене къде да потърси помощ (17%)*
- Труднодостъпни селски райони
- Фрагментирана система за грижи

Препоръки:

Борба със стигмата чрез кампании за повишаване на обществената осведоменост

Засилване на образованието по психично здраве

Разширяване и децентрализиране на достъпа до услуги за психично здраве

Насърчаване на мрежи за подкрепа от връстници и семейства

ХЪРВАТИЯ

Ключови предизвикателства:

- Нарастващи нива на самонараняване/суицидни мисли
- Ниска подкрепа в училище и огромен академичен натиск
- Липса на образование по психично здраве

Процент на разпространение:

73% от анкетираните (16-26 години) изпитват проблеми с психичното здраве (тревожност или депресия)

60,4% от анкетираните (16-30 години) възприемат умерена до висока стигма, свързана с проблемите с психичното здраве. Това е втората най-висока стойност сред страните партньори.

Над 25% от 16-годишните в Хърватия съобщават, че имат мисли за самонараняване. Тревожно е, че почти 1 на 10 е правил опит за самоубийство поне веднъж*

Барииери за достъп:

- Липса на ресурси за психично здраве в техния район (49,7% нямат подходящ достъп)
- Претоварена система, дълги времена на чакане
- Финансови бариери / проблеми с финансирането

Препоръки:

Интегриране на образованието за психично здраве в училищата

Увеличете броя на обучените специалисти в районите с недостатъчно обслужване

Борба със стигмата чрез кампании, водени от връстници, и публични кампании

Увеличаване на публичното финансиране за младежта

програми за психично здраве



Проект N°: 101132089



Проучването е проведено онлайн (февруари – април 2024 г.) и е събрало 582 отговора от България (166), Хърватия (100), Германия (102), Сърбия (107) и Испания (107). Насочено към младежи на възраст 13–30 години, с въпроси, съобразени с възрастовите групи, то гарантира разнообразие по отношение на пол, образование и градски/селски произход.

Моля, обърнете внимание, че фактите и цифрите, отбелязани със звездичка (*) в резюмето или анализа, са идентифицирани чрез проучване на документи, базирано на проучвания на национално ниво, които са подробно описани в отделните национални доклади.

ГЕРМАНИЯ

Ключови предизвикателства:

- Засилени проблеми с психичното здраве след COVID-19
- Междугенерационна пропаст: Неудобство сред младите хора да обсъждат психичното си здраве с възрастни, въпреки умерената откритост сред връстниците си
- Недостатъчни ресурси за психично здраве

Процент на разпространение:

- 66% от анкетираните (16-26 години) изпитват проблеми с психичното здраве (тревожност или депресия)
- 55,7% от анкетираните (16-30 години) възприемат умерена до висока стигма около проблемите с психичното здраве.

Барииери за достъп:

- Недостиг на специалисти по психично здраве
- Финансови и застрахователни барииери
- Стийма: по-малко възможности, ако проблемите с психичното здраве са в медицинските досиета
- Бюрокрация

Препоръки:

Справяне с недостига на терапевти и дълги времена на чакане

Осигуряване на по-добър достъп за публично осигурените младежи и опростяване на процесите на насочване

Насърчаване на диалога между поколенията относно психичното здраве

Подобряване на дигиталната грамотност, за да се преодолее недоверието към дигиталните инструменти за психично здраве

СЪРБИЯ

Ключови предизвикателства:

- Сериозни пропуски в образованието по психично здраве
- Култура на стигматизация и социално осъждане
- Липса на услуги извън градските райони

Процент на разпространение:

- 41% от анкетираните (16-26 години) изпитват проблеми с психичното здраве (тревожност или депресия)
- 56,7% от анкетираните (13-26 години) са преживели лично дискриминация, основана на психично здраве, докато 71% от 16-30-годишните възприемат умерена до висока стийма, свързана с проблемите с психичното здраве. Това са най-високите нива в страните партньори.
- Само 17,4% са получили образование за психично здраве в училище, което е далеч под нивото на другите страни партньори (40-75%)
- 62,7% от анкетираните рядко или никога не говорят за психично здраве с връстници или семейство, което е най-ниският процент сред страните партньори.

Барииери за достъп:

- Услугите извън градските райони са практически недостъпни (42% нямат достъп)
- Стийма и страх от осъждане
- Няма достъп до безплатни или достъпни консултации

Препоръки:

Интегриране на цялостно образование по психично здраве в училищната система

Стартирайте национални антистийматични кампании

Увеличаване на броя на специализираните специалисти по психично здраве извън градските райони

Използвайте технологиите, за да подпомогнете децентрализацията



Проект N°: 101132089



Mesa local de
la Juventud



Проучването е проведено онлайн (февруари – април 2024 г.) и е събрало 582 отговора от България (166), Хърватия (100), Германия (102), Сърбия (107) и Испания (107). Насочено към младежи на възраст 13–30 години, с въпроси, съобразени с възрастовите групи, то гарантира разнообразие по отношение на пол, образование и градски/селски произход.

Моля, обърнете внимание, че фактите и цифрите, отбелязани със звездичка (*) в резюмето или анализа, са идентифицирани чрез проучване на документи, базирано на проучвания на национално ниво, които са подробно описани в отделните национални доклади.

ИСПАНИЯ

Ключови предизвикателства:

- Устойчива стигма
- Липса на всеобхватно образование по психично здраве
- Ограничен достъп до услуги за психично здраве и регионални различия
- Социалните медии и академичният натиск

Процент на разпространение:

- 52% от анкетираните (16-26 години) изпитват проблеми с психичното здраве (тревожност или депресия)
- 50,2% от анкетираните (16-30 години) възприемат умерена до висока стигма около проблемите с психичното здраве.

Барииери за достъп:

- Културна стигма, свързана с психичното здраве
- Финансови барииери
- Недостиг на специалисти по психично здраве
- Липса на осведоменост/информация

Препоръки:

Въвеждане на структурирано обучение по психично здраве на всички училищни нива
Разширяване на финансирането и инфраструктурата за услуги за психично здраве

Стартирайте кампании за повишаване на осведомеността относно приобщаването и насърчаване стратегии за подкрепа, съобразени с възрастта

Насърчаване на ангажираността в дигиталното здравеопазване

Насърчаване на участието на общността и инициативи, ръководени от връстници

Сравнителен преглед - транснационална перспектива

Психичното здраве е важно: Младите хора във всичките пет страни все повече признават психичното здраве като също толкова важно, колкото и физическото здраве.
Стигмата остава бариера: Въпреки нарастващата осведоменост, стигмата продължава да пречи на младите хора да търсят помощ - особено в България и Сърбия.

Образованието е ключово: Всички страни призовават за по-силно образование в областта на психичното здраве в училищата, но достъпът до него варира значително - като Сърбия и Испания изостават.

Продължават да съществуват различия в достъпа: Независимо дали се дължат на география, финансиране или персонал, бариерите пред грижите са общи за различните контексти. Селските райони и регионите с недостатъчно обслужване са особено засегнати.

Дигиталните инструменти са обещаващи: Участниците подкрепят използването на приложения за телездравеопазване и психично здраве, въпреки че дигиталната грамотност и доверието трябва да бъдат подобрени.

Какво обединява всички страни партньори?
Младите хора в цяла Европа искат ранна интервенция, открити разговори и подкрепа в общността

Нашата обща цел:
По-силни, без стигма и ориентирани към младите хора системи за психично здраве - изградени заедно!