



METAPHOR ISTRAŽIVANJE: KLJUČNI NACIONALNI REZULTATI



Project ID: 101132089



Istraživanje je provedeno online (veljača–travanj 2024), prikupljeno je **582 odgovora** iz Bugarske (166), Hrvatske (100), Njemačke (102), Srbije (107) i Španjolske (107). Ciljajući na mlade u dobi od 13 do 30 godina, s pitanjima prilagođenim dobnoj skupini, osiguralo je raznolikost u pogledu spola, obrazovanja te gradskih/seoskih sredina. Imajte na umu da su činjenice i podaci označeni **zvjezdicom (*)** u sažetku ili analizi prepoznati kroz desk istraživanje temeljeno na studijama na nacionalnoj razini, a detaljno su objašnjeni u pojedinačnim [nacionalnim izvješćima](#).

BUGARSKA

Ključni izazovi:

- Rastuća anksioznost/depresija
- Zloupotreba supstanci
- Fragmentirani sustavi za mentalno zdravlje & pristupi usmjereni na simptome

Stope prevalencije:

- **64%** ispitanika (16-26 god) ima problema s mentalnim zdravljem (anksioznost ili depresija)
- Samo **31%** ispitanika u dobi od 16 do 26 godina je nekada zatražilo profesionalnu pomoć za mentalno zdravlje. Kada se uzmu u obzir svi ispitanici od 13 do 30 godina, brojka dodatno pada na **27,6%**. Ovo su najniže vrijednosti među partnerskim zemljama
- Najviše stope uporabe cigareta, kanabisa i alkohola među adolescentima u EU*

Prepreke pristupu:

- Anksioznost ili sram (63%)*
- Neznanje gdje potražiti pomoć (17%)*
- Ograničen pristup u ruralnim područjima
- Fragmentiran sustav skrbi

Preporuke:

- Suzbiti stigmju putem javnih kampanja podizanja svijesti
- Jačati edukacije o mentalnom zdravlju
- Proširiti i decentralizirati pristup uslugama mentalnog zdravlja
- Poticati mrežu podrške vršnjaka i obitelji

HRVATSKA

Ključni izazovi:

- Rastuće stope samoozljeđivanja/suicidalnih ideja
- Slaba podrška škola i preveliki akademski pritisak
- Nedostatak edukacije o mentalnom zdravlju

Stope prevalencije:

- **73%** ispitanika (16-26 god) je doživjelo poteškoće s mentalnim zdravljem (anksioznost ili depresija)
- **60,4%** ispitanika (16-30 god) percipira umjerenu do visoku stigmatizaciju vezanu uz poteškoće mentalnog zdravlja. Ovo je drugi najviši pokazatelj među partnerskim zemljama
- Više od **25%** 16-godišnjaka u Hrvatskoj izjavilo je da su mislili o samoozljeđivanju. Zabrinjavajuće je da je gotovo **1 od 10** barem jednom pokušalo izvršiti samoubojstvo*

Prepreke pristupu:

- Nedostatak resursa za mentalno zdravlje na njihovom području (**49,7%** nema odgovarajući pristup)
- Preopterećen sustav, duge liste čekanja
- Financijske prepreke/problem s financiranjem

Preporuke:

- Integrirati edukacije o mentalnom zdravlju u školama
- Povećati broj educiranih stručnjaka u područjima s nedostatkom usluga
- Suzbijati stigmju kroz kampanje koje vode vršnjaci i javne kampanje
- Povećati javno financiranje programa za mentalno zdravlje mladih



METAPHOR ISTRAŽIVANJE: KLJUČNI NACIONALNI REZULTATI



Project ID: 101132089



Mesa local de
la Juventud



Istraživanje je provedeno online (veljača-travanj 2024), prikupljeno je **582 odgovora** iz **Bugarske** (166), **Hrvatske** (100), **Njemačke** (102), **Srbije** (107) i **Španjolske** (107). Ciljajući na mlade u dobi od 13 do 30 godina, s pitanjima prilagođenim dobnoj skupini, osiguralo je raznolikost u pogledu spola, obrazovanja te gradskih/seoskih sredina. Imajte na umu da su činjenice i podaci označeni **zvjezdicom (*)** u sažetku ili analizi prepoznati kroz desk istraživanje temeljeno na studijama na nacionalnoj razini, a detaljno su objašnjeni u pojedinačnim [nacionalnim izvješćima](#).

NJEMAČKA

Ključni izazovi:

- Povećani problemi s mentalnim zdravljem nakon COVID-a
- Generacijski jaz: nelagoda među mladima oko razgovora o mentalnom zdravlju s odraslima, unatoč umjerenosti među vršnjacima
- Neadekvatni resursi za mentalno zdravlje

Stope prevalencije:

- **66%** ispitanika (16-26 god) ima problema s mentalnim zdravljem (anksioznost ili depresija)
- **55,7%** ispitanika (16-30 god) smatra da postoji umjerena do visoka stigma povezana s problemima mentalnog zdravlja

Prepreke pristupu:

- Nedostatak stručnjaka za mentalno zdravlje
- Financijske prepreke i ograničenja u osiguranju
- Stigma: manje mogućnosti ako su problemi s mentalnim zdravljem evidentirani u medicinskoj dokumentaciji
- Birokracija

Preporuke:

- Riješiti nedostatak terapeuta i dugo vrijeme čekanja
- Osigurati bolji pristup mladima koji su osigurani preko javnog zdravstva & pojednostaviti postupak upućivanja
- Poticati međugeneracijski dijalog o mentalnom zdravlju
- Poboľjšati digitalnu pismenost kako bi se prevladalo nepovjerenje prema digitalnim alatima za mentalno zdravlje

SRBIJA

Ključni izazovi:

- Ozbiljni nedostaci u edukaciji o mentalnom zdravlju
- Kultura stigmatizacije i društvene osude
- Nedostatak usluga izvan urbanih područja

Stope prevalencije:

- **41%** ispitanika (16-26 god) doživljava probleme s mentalnim zdravljem (anksioznost ili depresija)
- **56,7%** ispitanika (13-26 god) osobno je iskusilo diskriminaciju temeljenu na mentalnom zdravlju, dok **71%** mladih (16-30 godina) smatra da postoji umjerena do visoka stigma oko mentalnog zdravlja. Ovo su najviše stope među partnerskim zemljama
- Samo **17,4%** ispitanika je nekad dobilo edukaciju o mentalnom zdravlju u školi, što je znatno ispod ostalih zemalja partnera (40-75%)
- **62,7%** ispitanika rijetko ili nikada ne razgovara o mentalnom zdravlju s vršnjacima ili obitelji, što je najniža stopa među partnerskim zemljama

Prepreke pristupu:

- Usluge izvan urbanih područja gotovo su nedostupne (42% bez pristupa)
- Stigma i strah od osude
- Nema pristupa besplatnom ili priuštivom savjetovanju

Preporuke:

- Integrirati sveobuhvatnu edukaciju o mentalnom zdravlju u školski sustav
- Pokrenuti nacionalne kampanje protiv stigme
- Povećati broj stručnjaka za mentalno zdravlje izvan urbanih područja
- Iskoristiti tehnologiju za potporu decentralizaciji usluga



Project ID: 101132089



Mesa local de
la Juventud



Istraživanje je provedeno online (veljača-travanj 2024), prikupljeno je **582 odgovora** iz **Bugarske** (166), **Hrvatske** (100), **Njemačke** (102), **Srbije** (107) i **Španjolske** (107). Ciljajući na mlade u dobi od 13 do 30 godina, s pitanjima prilagođenim dobnoj skupini, osiguralo je raznolikost u pogledu spola, obrazovanja te gradskih/seoskih sredina. Imajte na umu da su činjenice i podaci označeni **zvjezdicom (*)** u sažetku ili analizi prepoznati kroz desk istraživanje temeljeno na studijama na nacionalnoj razini, a detaljno su objašnjeni u pojedinačnim nacionalnim izvješćima.

ŠPANJOLSKA

Ključni izazovi:

- Stalna stigmatizacija
- Nedostatak sveobuhvatne edukacije o mentalnom zdravlju
- Ograničen pristup uslugama mentalnog zdravlja i regionalne nejednakosti
- Utjecaj društvenih mreža i akademskih pritisaka

Stope prevalencije:

- **52%** ispitanika u dobi od 16 do 26 godina doživljava probleme s mentalnim zdravljem (anksioznost ili depresija)
- **50,2%** ispitanika u dobi od 16 do 30 godina doživljava umjerenu do visoku stigmatizaciju vezanu za probleme mentalnog zdravlja

Prepreke pristupu:

- Kulturološka stigmatizacija vezana uz mentalno zdravlje
- Financijske prepreke
- Nedostatak stručnjaka za mentalno zdravlje
- Nedostatak osviještenosti ili informacija

Preporuke:

- Implementirati strukturirano obrazovanje o mentalnom zdravlju na svim razinama školovanja
- Proširiti financiranje i infrastrukturu za usluge mentalnog zdravlja
- Pokrenuti inkluzivne kampanje podizanja svijesti i promovirati strategije podrške prilagođene dobi
- Poticati uključivanje u digitalno zdravlje
- Poticati uključivanje zajednice i inicijative koje vode vršnjaci

Usporedni pregled - transnacionalna perspektiva

- **Mentalno zdravlje je važno:** Mladi u svih pet zemalja sve više prepoznaju mentalno zdravlje kao jednako važno kao fizičko zdravlje.
- **Stigma ostaje prepreka:** Unatoč sve većoj osviještenosti, stigma i dalje sprječava mlade da zatraže pomoć – posebno u Bugarskoj i Srbiji.
- **Edukacija je ključ:** Sve zemlje pozivaju na jačanje edukacije o mentalnom zdravlju u školama, no pristup znatno varira – pri čemu Srbija i Španjolska zaostaju.
- **Razlike u pristupu i dalje postoje:** Bez obzira radi li se o geografiji, financiranju ili nedostatku osoblja, prepreke u pristupu uslugama zajedničke su u svim kontekstima. Ruralna područja i područja s nedostatkom usluga posebno su pogođena.
- **Digitalni alati obećavaju:** Sudionici podržavaju korištenje telezdravstva i aplikacija za mentalno zdravlje, no digitalna pismenost i povjerenje moraju se poboljšati.

Što ujedinjuje sve partnerske zemlje?

Mladi diljem Europe žele ranu intervenciju, otvorene razgovore i podršku iz zajednice

Naš zajednički cilj:

Snažniji, bez stigme i na mlade usmjereni sustavi za mentalno zdravlje – izgrađeni zajedno!