



## Povzetek projekta Po kreativni poti do znanja 2017 – 2020, 1. odpiranje, za namen objave in predstavitve na spletni strani sklada

### 1. Polni naslov projekta: Nacionalno osveščanje o spoprijemanju z depresijo

- V katero področje na prvi klasifikacijski ravni KLASIUS-P se uvršča projekt glede na vsebinsko zasnovo (neustrezno področje izbršite):

3 - Družbene, poslovne, upravne in pravne vede

### 2. V sodelovanju z:

Fakulteta za uporabne družbene študije v Novi Gorici v sodelovanju s podjetjem Talk Through d.o.o.

### 3. Besedilo:

- Opredelite problem, ki se je razreševal tekom izvajanja projekta

Depresija je bolezen, ki predstavlja razsežen problem. Po podatkih WHO v svetu z depresijo ima 300 milijonov ljudi različnih starosti. Različne evropske raziskave kažejo, da ima to motnjo med 20 do 25 odstotkov zaposlenih prebivalcev. Po predvidevanjih Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) bo depresija v letu 2020 na 1. mestu po pojavnosti bolezni. Duševne motnje predstavljajo veliko družbeno in finančno breme, saj po nekaterih ocenah posameznik z duševno motnjo za družbo predstavlja 10-krat večje finančno breme kot sicer (Scott, 2001). Zaradi depresije v EU vsako leto izgubimo na deset tisoče delovnih dni in imamo skoraj sto milijard evrov stroškov.

. SZO poroča o vrzeli med potrebami in oskrbo. Izpostavljena je slaba dostopnost do služb za duševno zdravje na vseh ravneh in potreba po dostopnejših multidisciplinarnih obravnavah. Resolucija o nacionalnem programu duševnega zdravja 2018-28 si kot cilj postavlja "ustvarjanje duševnemu zdravju podpornih okolij in vpeljevanje programov promocije duševnega zdravja in preventive duševnih motenj, Kontinuirano izvajanje na dokazih temelječih destigmatizacijskih kampanj; Dvig pismenosti na področju duševnega zdravja pri različnih deležnikih skupnosti, izobraževanja strokovne javnosti in destigmatizacija". Tovrstno problematiko, ki je del nacionalne strategije, bomo naslovili tudi v okviru našega projekta. Osredotočili se bomo na pomoč pri pravočasni prepoznavi, destigmatizaciji in obravnavi depresivnih motenj, kar lahko po omenjeni strategiji prepreči ali obvlada duševne težave ter prepreči negativne vplive na posameznika in širšo okolico. Resolucija pojasnjuje upravičenost vlaganja na področju zgodnja prepoznavne ter obravnave depresije pri aktivni populaciji 1:5,03 (Knapp in sod, 2011).

- Opišite potek reševanja problema oz. kratek povzetek projekta

V projektu smo želeli pridobiti informacije o področju depresivnih težav z različnih vidikov – splošne javnosti, ljudi z izkušnjo, primarni in sekundarni obravnavi. V ta namen smo izvedli raziskavo na splošni javnosti, pri ljudeh z izkušnjo depresije o pojavnosti, vplivu na učinkovitost pri delu, odnosu do težav z depresijo in soočanje s težavami v duševnem zdravju. Dodatno smo na to tematiko izvedli intervjuje z zdravnico v splošni ambulanti družinske medicine v Kopru ter dvema psihiatroma v PB Ormož. Dobili smo informacije o številu bolniških odsotnosti zaradi depresije, dolžini bolniških odsotnosti zaradi depresije, ponavljanje odsotnosti, stroški bolniških odsotnosti - za državo in delodajalca, ter izračun predvidenih prihrankov v primeru psihoterapevtske obravnave ter načinu obravnave tovrstnih težav. Na osnovi pridobljenih rezultatov, teoretičnega in praktičnega znanja s področij psihosocialne pomoči, medijev in socialnega menedžmenta so študenti izdelali različne materiale (brošure ter video posnetke), ki bodo objavljeni na spletnem mestu mojpsihoterapevt.si, katerega upravljavec je podjetje Talk Through, na socialnih omrežjih ter v papirnati obliki.

- Navedite in opišite rezultate projekta ter njihov doprinos k družbeni koristnosti

V okviru projekta smo:

- izvedli raziskavo s katero smo pri splošni javnosti, ljudeh z izkušnjo depresije, splošni zdravnici in specialistih psihiatrah dobili celosten vpogled v problematiko depresije, poznavanju simptomatike, njenih posledicah na učinkovitost pri delu ter soočanju s težavami v duševnem zdravju oz. depresijo.
- ugotovitve raziskave smo poleg teoretičnega znanja vključili v pripravo vsebine vsebinsko različnih brošur: pripravili smo 3 letake in 1 zloženko (v elektronski in tiskani obliki):
  - simptomi depresije
  - soočanje z depresijo
  - depresija, kot jo vidijo družinski zdravniki
  - depresija, kot jo vidijo psihiatri
- na osnovi v raziskavi pridobljenih podatkov in znanja smo izdelali 2 videa, ki predstavita problematiko depresije, širše družbene posledice te bolezni ter načine spoprijemanja z njo ter zanimive ugotovitve projekta
- materiale in rezultate smo predstavili širši javnosti preko objav na spletnih straneh (TalkThrough d.o.o., FUDŠ, NIP), medijev (spletnih in tiskanih), razpošiljanjem materiala na ustrezne ustanove ter vključevanjem predstavitev v okviru vsaj treh primernih dogodkov.
- Na ta način smo prispevati k destigmatizaciji depresije, osveščanju ljudi o posledicah, prepoznavanju simptomov depresije in soočanju s tovrstnimi težavami in posledično slediti ciljem Resolucije o nacionalnem programu duševnega zdravja 2018-2028

Predvidevamo, da bo raziskava in izdelani produkti prispevali k zavedanju razsežnosti problematike depresivnosti, promociji preventivnih dejavnosti, odkrivanja simptomov depresije, ukrepanje v primeru znakov depresije in predstavili načine obravnave in posledic tovrstnih težav. Verjamemo, da bomo z osveščanjem delodajalcev spodbudili skrb za duševno zdravje zaposlenih, kar v srednjem roku privede do ugodnih finančnih posledic. Posamezniki, ki se soočajo z depresijo ali poznajo koga s tovrstnimi težavami bodo lahko našli veliko koristnih nasvetov, kako se spoprijeti s tovrstnimi simptomi oz. preprečiti poglobljanje depresije. S tem bomo pripomogli k dobrobiti širše slovenske družbe.

#### 4. Priloge:

- Slikovno gradivo:

Priloga:

- letak NODEPRA
- video

Fotografija s prenosa znanja:





Program PO  
KREATIVNI POTI  
DO ZNANJA

projekt: **Nacionalno osveščanje o  
spoprijemanju z depresijo**

AUG  
27

Predavanje "Depresija in njen učinek na  
delovno učinkovitost"

Public · Hosted by Fakulteta za uporabne družbene študije  
(FUDŠ)

✓ Going ▾

➦ Share ▾



27 August at 10:00–11:30  
Next Week · 10–23°C Partly cloudy



Leskoškova cesta 9E, SI- 1000 Ljubljana, Slovenija

Show map

About

Discussion



## Fakulteta za uporabne družbene študije (FUDŠ)

18 June at 14:31 · 🌐

➔ Po predvidevanjih Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) bo depresija v letu 2020 na 1. mestu po pojavnosti bolezni. V okviru projekta Nacionalno osveščanje o spoprijemanju z depresijo (NODEPRA), ki ga izvajamo v okviru razpisa Po kreativni poti do praktičnega znanja 2017-2020, želimo na FUDŠ ugotoviti, kakšna je pojavnost težav z depresijo v Sloveniji, kako težave z depresivnim razpoloženjem vplivajo na učinkovitost pri delu in kako so trenutno prepoznane in obravnavane. V ta namen vas prosimo za rešitev spletne ankete na spodnji povezavi. <https://www.1ka.si/a/176536>

Hvala za sodelovanje!



👍 Like

💬 Comment

➦ Share



👤 You, Tjaša Peršič, Tjaša Stepišnik Perdih and 7 others