

ČUSTVENI VRTILJAK ODNOSOV: PREPOZNAJMO OSEBNOSTNE MOTNJE MED NAMI

Evalvacija učinka psihoedukativnih delavnic na razumevanje osebnostnih motenj

The Emotional Rollercoaster of Relationships:
Recognizing Personality Disorders Among Us
An Evaluation of the Impact of Psychoeducational
Workshops on Understanding Personality Disorders

Dino Manzoni

POVZETEK

Evalvacija psihoedukativnih delavnic programa OMRA, osredotočenih na tematiko osebnostnih motenj, je pokazala statistično značilno in praktično pomembno izboljšanje ravni pismenosti udeležencev na tem pogosto spregledanem in stigmatiziranem področju duševnega zdravja. Rezultati potrjujejo, da delavnice učinkovito prispevajo k večji prepoznavnosti osebnostnih motenj in zmanjševanju razširjenih napačnih prepričanj, kar spodbuja pravočasno iskanje pomoči, prispeva k razgradnji stigme in zakoreninjenih stereotipov. Ugotovitve jasno utemeljujejo nadaljnje izvajanje tovrstnih intervencij v okviru programa OMRA in poudarjajo pomen dostopne, strokovno utemeljene in empirično preverjene psihoedukacije kot enega ključnih stebrov javnozdravstvene preventive na področju duševnega zdravja. Za nadaljnjo krepitev učinka delavnic se kot posebej smiselni izkazujeta večja vključitev manj

Avtor: Dino Manzoni

Znanstveni in strokovni naziv: magister psihologije

Inštitucija/zaposlitev, naslov: ZRC SAZU, Družbenomedicinski inštitut,
Novi trg 2, 1000 Ljubljana

E-naslov: dino.manzoni@zrc-sazu.si

ORCID iD: <https://orcid.org/0000-0003-0597-4675>

https://doi.org/10.3986/9789610510390_04, CC BY-SA

zastopanih skupin (npr. moških, mlajših odraslih in oseb z nižjo izobrazbo) in širša uporaba interaktivnih in multimedijskih orodij, ki dokazano povečujejo angažiranost udeležencev in dolgoročno učinkovitost izobraževalnih pristopov.

Ključne besede: osebnostne motnje, psihoedukacija, pismenost na področju duševnega zdravja, stigma, javno zdravje

ABSTRACT

An evaluation of OMRA psychoeducation workshops on personality disorders found a statistically significant and practically relevant improvement in participants' knowledge of this often overlooked and highly stigmatized area of mental health. The results show that the workshops are effective in raising awareness of personality disorders and dispelling common misconceptions, thereby encouraging timely help-seeking and combating persistent stigma and stereotypes. The results support the continued implementation of such measures as part of the OMRA program and underscore the importance of accessible, evidence-based psychoeducation as an important pillar of public mental illness prevention. To further enhance the impact of the workshops, two strategic directions are suggested: (1) greater inclusion of underrepresented groups (e.g., men, younger adults, and those with lower levels of education) and (2) increased use of interactive and multimedia tools, which have been shown to increase participant engagement and improve the long-term effectiveness of educational approaches.

Keywords: personality disorders, psychoeducation, mental health literacy, stigma, public health

1 UVOD

Duševno zdravje je temeljna razsežnost celostnega zdravja, ki pomembno vpliva na kakovost življenja posameznika in delovanje skupnosti. Številne raziskave so v zadnjih desetletjih poudarile ključen pomen zgodnjega prepoznavanja duševnih stisk, zmanjševanja stigme in krepitve pismenosti na področju duševnega zdravja kot osrednjih strategij za učinkovitejše (samo)prepoznavanje,

Kratka predstavitev avtorja

Dino Manzoni je zaposlen kot raziskovalec na Družbenomedicinskem inštitutu ZRC SAZU. Po končanem magistrskem študiju psihologije je pridobil izkušnje na Univerzitetni psihiatrični kliniki Ljubljana in opravil pripravništvo v zdravstvu. V doktorski disertaciji se skozi optiko psihoanalitičnega konceptualnega aparata posveča teoretski in zgodovinski razdelavi ljubezni kot pojma, ki ga pretresa skozi njegovo vsakokratno utelešenje v konkretnih materialnih praksah.

razumevanje, obvladovanje težav in pravočasno iskanje strokovne pomoči (Jorm in sod., 1997; Kutcher in sod., 2016). Intervencije za dvig tovrstne pismenosti so se v različnih kulturnih okoljih izkazale kot učinkovite pri zmanjševanju stigme in spodbujanju iskanja (samo)pomoči (Brijnath in sod., 2016; Morgan in sod., 2011).

Čeprav so anksiozne in depresivne motnje v znanstvenem in javnem diskurzu prejele veliko pozornosti, osebnostne motnje večinoma ostajajo na obrobju. To področje je pogosto zaznamovano z razširjenim nepoznavanjem, trdovratnimi stereotipi in visoko stopnjo stigmatizacije (Furnham in sod., 2015; Sheehan in sod., 2016). V tem kontekstu je pismenost o osebnostnih motnjah še posebej pomembna, saj gre za kompleksne, dolgotrajne in pogosto prikrite vzorce doživljanja, mišljenja in vedênja, ki se lahko prekrivajo z navidezno neproblematičnimi značajskimi potezami. Prav zaradi tega jih tako laična kot tudi strokovna javnost pogosto napačno razume, kar ne prispeva le k utrjevanju stigme, temveč tudi otežuje pravočasno prepoznavanje težav in dostop do ustrezne obravnave (Angermeyer in Dietrich, 2006; Furnham in Wineslaus, 2012; Lopez in sod., 2018).

Osebnostnih motenj ni mogoče razumeti kot bolezni v klasičnem biomedicinskem smislu, ampak kot vztrajne in raznolike vzorce (samo)doživljanja, mišljenja in vedênja, ki pomembno odstopajo od družbenih pričakovanj in povzročajo težave v medosebnih odnosih in vsakdanjem delovanju. Ti vzorci se izražajo na področjih čustvovanja, kognicije, socialne interakcije in medosebnih razmerij in so prisotni v različnih življenjskih kontekstih posameznika. V najnovejši reviziji Mednarodne klasifikacije bolezni (ICD-11) so osebnostne motnje opredeljene z dimenzionalnim pristopom, ki nadomešča prejšnji kategorialni model (WHO, 2019). Ta pristop omogoča ocenjevanje izraženosti motnje po kontinuumu (od blage do hude stopnje) in vključuje natančnejši opis s pomočjo specifičnih osebnostnih potez in njihovega vpliva na posameznikovo funkcioniranje, kar ustrezneje odraža kompleksnost osebnostne strukture. Čeprav osebnostne motnje pogosto niso prepoznane kot stanja, ki zahtevajo strokovno obravnavo, navadno pomembno vplivajo na posameznikovo sposobnost čustvene regulacije, vzpostavljanje stabilnih odnosov, družbeno udejstvovanje in doživljanje sebe in sveta. Kljub tem izrazitim in dolgotrajnim vplivom pa ostajajo izrazito stigmatizirane – ne le v širši javnosti, temveč tudi znotraj strokovnih služb, kar dodatno otežuje dostop do pomoči in povečuje tveganje za marginalizacijo prizadetih posameznikov (Dickens in sod., 2019).

V Sloveniji je bil leta 2017 vzpostavljen multidisciplinarni promocijsko-preventivni program OMRA (Z večjo pismenostjo o duševnem zdravju do obvladovanja motenj razpoloženja), ki temelji na psihoedukativnem pristopu k različnim vidikom duševnega zdravja, kot so osebnostne in razpoloženske

motnje (Šprah, 2019). V zadnjih letih se program postopoma širi tudi na druga družbeno pomembna področja duševnega zdravja, pri čemer v ospredje vse bolj prihajajo prav osebnostne motnje. S tem se OMRA odziva na potrebo po večji prepoznavnosti te pogosto prezrte in stigmatizirane problematike in vzpostavlja okvir za razvoj psihoedukacije, ki presega zgolj informiranje in aktivno prispeva k razgradnji predsodkov in k boljšemu razumevanju oseb z osebnostnimi motnjami.

Namen naše evalvacije je bil preučiti učinkovitost psihoedukativnih delavnic o osebnostnih motnjah, izvedenih v okviru programa OMRA, pri izboljševanju ravni pismenosti udeležencev o tej tematiki. Osrednje raziskovalno vprašanje je bilo: Kakšen je vpliv promocijsko-preventivne delavnice programa OMRA na raven pismenosti o tematiki osebnostnih motenj? Primerjali smo raven pismenosti udeležencev na omenjenem področju pred udeležbo na delavnici in po njej. V ta namen smo analizirali rezultate vprašalnikov, ki so jih ti izpolnili neposredno pred začetkom in takoj po zaključku posamezne delavnice. Takšen pristop nam je omogočil merjenje neposredne spremembe v znanju, ki jo je mogoče pripisati učinku izobraževalne intervencije.

2 METODOLOGIJA

2.1 Analiza vzorca

Psihoedukativnih delavnic OMRA na tematiko osebnostnih motenj se je skupno udeležilo 528 udeležencev. V končno analizo podatkov je bilo vključenih 438 posameznikov, ki so v celoti izpolnili oba vprašalnika (pred izvedbo delavnice in po njej). Sociodemografski podatki omogočajo širši vpogled v značilnosti populacije, ki se vključuje v program, in služijo kot podlaga za interpretacijo reprezentativnosti in dosega delavnic.

Tabela 1: Sociodemografske značilnosti celotnega vzorca (N = 528)

Značilnost	
<i>Spol</i>	
Ženske	475 (90 %)
Moški	53 (10 %)
<i>Povprečna starost in standardni odklon</i>	39,6 leta (9,2)
<i>Kraj bivanja</i>	
Mesto	293 (55,5 %)
Podeželje	235 (44,5 %)

<i>Izobrazba</i>	
Poklicna šola	12 (2,3 %)
Srednja šola	43 (8,1 %)
Višja šola	72 (13,6 %)
Visoka šola/fakulteta	341 (64,6 %)
Magisterij/doktorat	60 (11,4 %)
<i>Zaposlitveni status</i>	
Zaposleni	462 (87,5 %)
Nezaposleni	25 (4,7 %)
Študenti/dijaki	29 (5,5 %)
Upokojeni	12 (2,3 %)
<i>Osebna/poklicna povezanost s tematiko OM</i>	
Lastna izkušnja OM	28 (5,3 %)
Bližnji z OM	71 (13,4 %)
Osebno zanimanje za OM	224 (42,4 %)
Poklicno delo z osebami z OM	374 (70,8 %)
Delo na področju duševnega zdravja	183 (34,7 %)

Opombe: N = celotna velikost vzorca; OM = osebnostna motnja

Analiza sociodemografskih značilnosti kaže, da je bil vzorec izrazito feminiziran, saj so 90 % ($n = 475$) udeležencev predstavljale ženske. Porazdelitev je skladna z obstoječimi raziskavami, ki kažejo na večjo vključenost žensk v izobraževalne in preventivne programe s področja duševnega zdravja in njihovo večjo pripravljenost za iskanje pomoči in obravnavo psiholoških tematik. Povprečna starost udeležencev je znašala 39,6 leta ($SD = 9,2$), z razponom, ki zajema predvsem delovno aktivno populacijo. To potrjuje tudi podatek, da je bilo med udeleženci več kot 87 % ($n = 462$) zaposlenih, kar nakazuje, da delavnice OMRA pretežno nagovarjajo aktivno populacijo z višjo izobrazbo in izraženim interesom za razumevanje duševnega zdravja. Podatki o izobrazbi kažejo, da ima skoraj 90 % ($n = 473$) udeležencev zaključeno najmanj visokošolsko izobrazbo (1. ali 2. bolonjska stopnja). Vzorec torej sestavljajo udeleženci, ki so načeloma zmožni razumeti tudi kompleksnejše vsebine s področja duševnega zdravja. To je relevantno predvsem z vidika prilagajanja vsebin delavnic zahtevnosti ciljne skupine.

Prav tako je povedno, da več kot 70 % ($n = 374$) udeležencev poklicno dela z osebami z osebnostnimi motnjami, skoraj 43 % ($n = 224$) jih navaja osebni interes za tematiko, približno 13 % ($n = 71$) ima bližnjega z osebnostno motnjo in 5 % ($n = 28$) lastno izkušnjo z osebnostno motnjo. Ti podatki kažejo na visoko stopnjo

vklučenosti posameznikov z neposredno osebno ali poklicno izkušnjo, kar lahko vpliva na večjo motivacijo za sodelovanje in višjo začetno raven pismenosti. Takšna sestava vzorca pa obenem nakazuje, da so rezultati evalvacije le delno posplošljivi na celotno populacijo.

2.2 Postopek

V letih 2023–2025 je bilo v okviru programa OMRA izvedenih skupno 13 psihoedukativnih delavnic o osebnostnih motnjah, od tega šest v spletni obliki in sedem v živo, na različnih geografskih lokacijah po Sloveniji (Murska Sobota, Sopotnica, Ljubljana, Domžale, Novo mesto, Postojna). Delavnice so potekale enodnevno, od 9.00 do 14.30 z vmesnim odmorom za kosilo, in so bile strukturirane v šest tematskih sklopov, ki so jih izvajali strokovnjaki s področja duševnega zdravja. Za namen evalvacije njihove učinkovitosti smo uporabili vprašalnik, oblikovan posebej za merjenje ravni pismenosti na področju osebnostnih motenj. Instrument je bil oblikovan na podlagi strokovne literature in z upoštevanjem zasnove že uveljavljenih vprašalnikov s področja pismenosti o duševnem zdravju (Šprah, 2019). Vsebuje 22 trditev, ki se nanašajo na ključne značilnosti osebnostnih motenj, možnosti zdravljenja, pogosta napačna prepričanja in prepoznavanje težav, povezanih s tovrstnimi motnjami. Udeleženci so posamezne trditve označili kot pravilne, napačne ali z »ne vem«, kar je omogočilo razlikovanje med pravilnim razumevanjem, napačnimi prepričanji in izraženo nepoznavanje tematike. Vprašalnik so udeleženci izpolnili dvakrat, najprej neposredno pred začetkom delavnice in nato ponovno takoj po njenem zaključku. Pri izvedbah v živo so vprašalnike predložili predavatelji ali njihovi asistenti, razdelili so svinčnike in natisnjene izhode vprašalnika. Pri spletnih izvedbah po Zoomu pa je bil uporabljen digitalni obrazec, oblikovan s platformo 1KA. Udeleženci so spletno različico izpolnili v okviru navodil organizatorjev. Pridobljeni podatki so bili nato razvrščeni po posameznih terminih izvedb delavnic in analizirani z namenom ugotavljanja neposredne spremembe v znanju, ki bi jo bilo mogoče pripisati učinku psihoedukativne intervencije.

Raziskavo je odobrila komisija Republike Slovenije za medicinsko etiko, št. 0120-95/2024-2711-3.

2.3 Statistična analiza

Statistična analiza podatkov je bila izvedena v programskem okolju R (verzija 4.5.1). Za oceno psihometričnih značilnosti vprašalnika pismenosti o osebnostnih motnjah, natančneje njegove notranje zanesljivosti, smo se oprli na rezultate predhodne evalvacije tovrstnih psihoedukativnih delavnic (Šprah, 2022), saj je bil uporabljen enak merilni instrument. Koeficient notranje konsistentnosti (Cronbachov α) je znašal 0,73.

Najprej smo izvedli opisno statistiko za preverjanje osnovnih lastnosti podatkov, da bi lahko ocenili, ali so izpolnjeni pogoji za nadaljnjo primerjalno statistično analizo. Pri obeh meritvah (pred izvedbo delavnice in po njej) smo opisno analizirali dosežene rezultate na vprašalniku o pismenosti glede osebnostnih motenj, pri čemer smo preverjali predvsem osnovne kazalnike centralne tendence (povprečje, mediana) in razpršenosti podatkov (standardni odklon, interkvartilni razpon). Na ta način smo lahko ocenili obliko porazdelitve rezultatov in stopnjo homogenosti med udeleženci. Na podlagi opisne analize in vizualnega pregleda podatkov smo presodili, da porazdelitev približno sledi normalni obliki, zato smo se odločili za uporabo parametričnih testov. Za primerjavo rezultatov pred izvedbo delavnice in po njej smo uporabili Welchov t-test, ki upošteva tudi morebitno neenakost varianc.

3 REZULTATI

Statistična analiza rezultatov vprašalnikov, izpolnjenih pred izvedbo psihoedukativnih delavnic OMRA (T0) in po njih (T1), zajema 438 udeležencev z veljavno uparjenimi odgovori. V nadaljevanju najprej predstavljamo deskriptivno statistiko rezultatov za obe merjenji, s poudarkom na osnovnih kazalnikih centralne tendence, razpršenosti in porazdelitvene oblike.

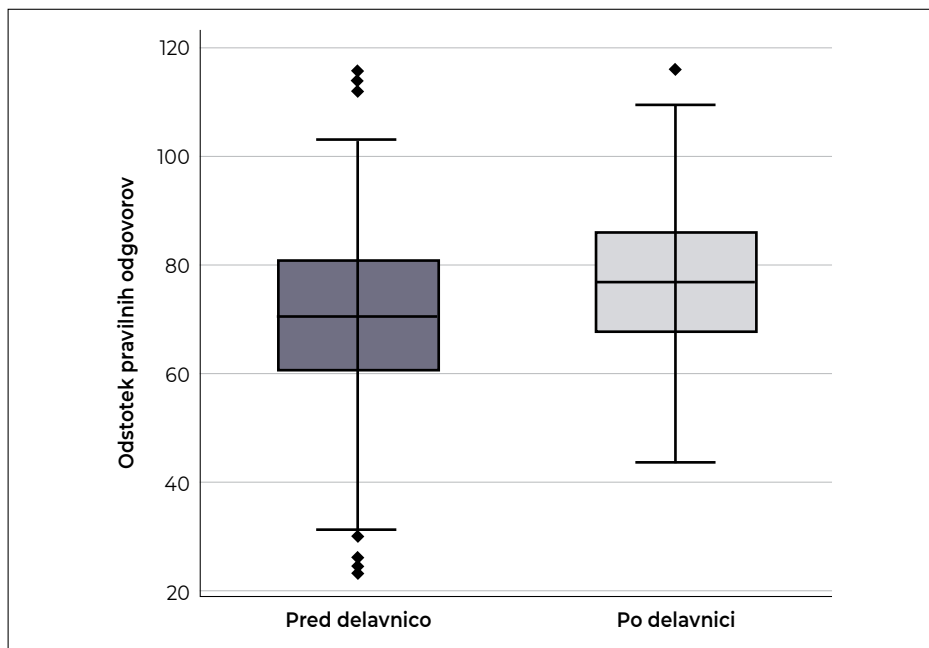
**Tabela 2: Deskriptivna statistika rezultatov
 pred delavnico OMRA (T0) in po njej (T1)**

Statistični kazalec	Pred delavnico (T0) [% (točke)]	Po delavnici (T1) [% (točke)]
Povprečje (M)	69,22 (15,22)	78,70 (17,32)
Standardni odklon (SD)	15,09 (3,32)	12,57 (2,77)
Minimum	13,64 (3)	13,64 (3)
Mediana	68,18 (15)	81,82 (18)
Interkvartilni razpon (IQR)	22,73 (5)	13,64 (3)
Veljavnih primerov (%; n)	99,81; 534	81,87; 438

Opombe: V oklepaju so navedene vrednosti v surovih točkah; največje možno število točk na vprašalniku je 22.

Povprečni delež pravilnih odgovorov se je po delavnici povečal s 69,2 % (SD = 15,09) na 78,7 % (SD = 12,57), kar nakazuje izboljšanje znanja med udeleženci. Poleg tega so po delavnici opazne nižje vrednosti standardnega odklona, interkvartilnega razpona (z 22,73 na 13,64) in koeficienta variacije (z 0,22 na 0,16), kar kaže na večjo homogenost rezultatov. Porazdelitev rezultatov po delavnici

je bila nekoliko bolj asimetrična ($skewness = -1,09$), kar nakazuje premik večine udeležencev proti višjim dosežkom. Vsi kazalniki skupaj potrjujejo pozitiven učinek izobraževalne intervencije tako z vidika višje povprečne uspešnosti kot tudi večje enotnosti v razumevanju obravnavanih vsebin (slika 1).



Slika 1: Primerjava porazdelitve rezultatov vprašalnika o pismenosti pred izvedbo delavnice in po njej (N = 438)

Slika prikazuje porazdelitev rezultatov na vprašalniku o pismenosti glede osebnostnih motenj pred izvedbo delavnic in po njej, vključno z mediano, interkvartilnim razponom in morebitnimi ekstremi. Po delavnici so udeleženci dosegli višji povprečni delež pravih odgovorov in manjšo razpršenost rezultatov, kar nakazuje tako izboljšanje znanja kot večjo enotnost v razumevanju obravnavane tematike.

Vizualna ocena porazdelitve (slika 1) kaže na približno simetrično, zvonasto obliko brez izrazitih ekstremov, zato smo se na tej osnovi odločili za uporabo parametričnih testov. Uporabljen je bil Welchov t-test za neodvisne vzorce, ki upošteva tudi morebitno neenakost varianc, in je pokazal visoko statistično značilno razliko med ocenjevanjem pred izvedbo delavnice in po njej: $t(969,76) = -10,72$, $p < 0,001$.

Velikost učinka smo ovrednotili s Cohenovim koeficientom r , ki znaša 0,45, kar kaže na srednjo velikost učinka.

4 RAZPRAVA

Rezultati analize, ki je zajela 13 izvedb psihoedukativnih delavnic programa OMRA in vključevala 438 udeležencev z veljavno izpolnjenima vprašalnikoma pred izvedbo delavnice in po njej, potrjujejo dosleden in statistično značilen učinek teh intervencij na izboljšanje pismenosti o osebnostnih motnjah. Povprečno izboljšanje v višini 9,5 odstotne točke kaže na učinek srednje velikosti, in sicer tako z vidika večje informiranosti in boljšega razumevanja vsebine kot tudi z vidika manjše razpršenosti rezultatov, kar nakazuje večjo enotnost znanja med udeleženci. To je še posebej pomembno v kontekstu javnozdravstvenih intervencij, saj kaže, da program uspešno presega individualne razlike in omogoča, da udeleženci dosežejo primerljivo raven razumevanja vsebine. Ugotovitve so skladne s prejšnjimi evalvacijami programa OMRA (npr. Šprah, 2019 in 2022), pri čemer tematika osebnostnih motenj odpira dodatne izzive, ki terjajo občutljivejši, vsebinsko domišljen in prilagojen pristop (Lui in sod., 2016; Koutoufa in Furnham, 2014). Poudariti velja tudi, da je bil delež manjkajočih podatkov razmeroma majhen: 438 od 528 udeležencev je aktivno sodelovalo do konca delavnice in veljavno in v celoti izpolnilo zaključni vprašalnik. To kaže na visoko stopnjo sodelovanja, dobro organizacijo izvedb in skrbno zasnovo programa, kar dodatno prispeva k zanesljivosti zbranih podatkov in verodostojnosti evalvacije.

Analiza vzorca je pokazala, da večina udeležencev prihaja iz demografsko in izobrazbeno razmeroma homogene skupine: pretežno žensk z višjo ali visoko izobrazbo, zaposlenih, ki so pogosto že imeli poklicne izkušnje ali so si samoiniciativno pridobili določeno znanje s področja duševnega zdravja. Takšna sestava vzorca nakazuje, da je bila začetna raven pismenosti že razmeroma visoka, kar lahko deloma pojasni zmerno velikost ugotovljenega učinka. Hkrati pa potrjuje, da so delavnice učinkovite tudi pri zahtevnejših ciljnih skupinah.

Kljub potrjeni učinkovitosti izvedenih psihoedukativnih delavnic je treba opozoriti na nekatere metodološke omejitve, ki jih je smiselno upoštevati pri nadaljnjem razvoju in evalvaciji programa. Prva pomembna omejitev je časovna, saj je bil učinek delavnic izmerjen zgolj neposredno po njihovi izvedbi, zato rezultati ne omogočajo presoje o trajnosti pridobljenega znanja. Za celovitejšo oceno dolgoročnega vpliva bi bilo v prihodnje smiselno vključiti longitudinalno spremljanje, denimo po nekaj tednih ali mesecih. Druga omejitev se nanaša na selektivnost vzorca. Večina udeležencev je že predhodno izkazovala poklicni ali osebni interes za področje duševnega zdravja, kar lahko pomeni večjo začetno motivacijo in boljše pogoje za usvajanje vsebin. Analiza vzorca dodatno razkriva nizko zastopanost mlajših, še nezaposlenih oseb, moških in posameznikov

brez predhodnega znanja s področja duševnega zdravja. To poudarja potrebo po ciljanem nagovoru tistih skupin prebivalstva, ki se tovrstnih izobraževanj običajno ne udeležujejo. V prihodnjih izvedbah bi bilo zato smiselno več pozornosti nameniti vključevanju manj zastopanih skupin, kot so moški, mlajši odrasli, posamezniki z nižjo izobrazbo in tisti brez preteklih izkušenj ali znanja s področja duševnega zdravja.

V tem kontekstu se kot pomembna razvojna usmeritev kaže širitev programa OMRA v sodelovanju s podjetji, izobraževalnimi ustanovami in drugimi organizacijami, ki bi lahko omogočile vključevanje trenutno manj zastopanih ciljnih skupin. Zlasti pri spletnih izvedbah delavnic bi bilo smiselno nadgraditi obstoječe vsebine z uporabo sodobnih multimedijskih in pedagoških orodij, kot so interaktivni kvizi, kratki video prikazi vsakdanjih situacij, simulacije pogovorov in moderirane spletne razprave v živo. Takšni pristopi lahko pomembno prispevajo k večjemu zanimanju za delavnice, večji vključenosti udeležencev in večji dostopnosti in učinkovitosti izobraževalnih vsebin.

Eden ključnih strateških izzivov v prihodnje bo nedvomno intenzivnejše naslavljanje medijskih reprezentacij osebnostnih motenj, saj te bistveno sooblikujejo javne predstave in čustvene odzive. Osebnostne motnje ostajajo v javnem diskurzu pogosto potisnjene na obrobje, predstavljene kot slabo razumljene in visoko stigmatizirane (Furnham in sod., 2015). K utrjevanju stigme pogosto prispevajo moralizirajoče razlage vedenja, popkulturni klišeji in senzacionalistične medijske upodobitve, ki posameznike z osebnostnimi motnjami prikazujejo kot nevarne, manipulativne, čustveno nestabilne ali celo zlonamerne (Dennis in sod., 2025; Sheehan in sod., 2016).

V luči teh prevladujočih diskurzov je zato ključno, da psihoedukativne vsebine ne ostanejo zgolj na informativni ravni, temveč zavzamejo tudi kritično in reflektirano držo do obstoječih normativnih okvirov in stereotipizacij, ki vplivajo na razumevanje in družbeno obravnavo osebnostnih motenj.

5 ZAKLJUČEK

Evalvacija psihoedukativnih delavnic programa OMRA, osredotočenih na tematiko osebnostnih motenj, je pokazala dosleden, statistično značilen in praktično pomemben učinek na izboljšanje ravni pismenosti udeležencev na tem pogosto spregledanem in stigmatiziranem področju duševnega zdravja. Modul OMRA, namenjen osebnostnim motnjam, se pri tem izkazuje kot dragocena dopolnitev obstoječih preventivnih pristopov, saj gre za tematiko, ki je v javnem prostoru še vedno izrazito slabo strokovno zastopana. Delavnice

pomembno prispevajo k zmanjševanju stigme, spodbujajo pravočasno iskanje strokovne pomoči, obenem pa omogočajo tudi globljo osebno refleksijo in utrjujejo družbeno odgovorno obravnavo osebnostnih razlik. Za nadaljnjo krepitev učinka tovrstnih intervencij se kot posebej pomembni kažeta dve razvojni usmeritvi: (1) večja vključenost manj zastopanih skupin (npr. moških, mlajših odraslih in oseb z nižjo izobrazbo) in (2) širša uporaba interaktivnih in multimedijskih orodij, ki dokazano povečujejo angažiranost udeležencev in dolgoročno učinkovitost izobraževalnih pristopov.

Literatura

- Angermeyer MC, Dietrich S. Public beliefs about and attitudes toward people with mental illness. *Acta Psychiatr Scand*. 2006; 113: 163–79.
- Brijnath B, Protheroe J, Mahtani KR, Antoniadis J. Do web-based mental health literacy interventions improve the mental health literacy of adult consumers? *J Med Internet Res*. 2016; 18(6): e165.
- Dennis SJ, Folger LF, Hein KE, Mullins-Sweatt SN. Stigma and discrimination in personality disorders: perspectives of those with lived experience and providers. *Pers Ment Health*. 2025; 19(2): e70024.
- Dickens GL, Lamont E, Mullen J, MacArthur N, Stirling FJ. Mixed-methods evaluation of an educational intervention to change mental health nurses' attitudes to people diagnosed with borderline personality disorder. *Journal of Clinical Nursing*. 2019; 28(13-14): 2613–2623.
- Furnham A, Lee V, Kolzeev V. Mental health literacy and borderline personality disorder (BPD): what do the public »make« of those with BPD? *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*. 2015; 50(2): 317–24.
- Furnham A, Wincelous J. Psychiatric literacy and the personality disorders. *Psychopathology*. 2012; 45(1): 29–41.
- Jorm AF, Korten AE, Jacomb PA, Christensen H, Rodgers B, Pollitt P. Mental health literacy: a survey of the public's ability to recognize mental disorders. *Med J Aust*. 1997; 166: 182–186.
- Jorm AF. Mental health literacy. Public knowledge and beliefs about mental disorders. *Br J Psychiatry*. 2000; 177: 396–401.
- Koutoufa I, Furnham A. Mental health literacy and obsessive-compulsive personality disorder. *Psychiatry Research*. 2014; 215(1): 223–28.
- Kutcher S, Wei Y, Coniglio C. Mental health literacy: past, present, and future. *Can J Psychiatry*. 2016; 61(3): 154–158.
- Lopez V, Sanchez K, Killian MO, Eghaneyan BH. Depression screening and education: an examination of mental health literacy and stigma. *BMC Public Health*. 2018; 18: 646.
- Lui C, Wong C, Furnham A. Mental health literacy in Hong Kong. *International Journal of Social Psychiatry*. 2016; 62(6): 505–511.
- Morgan AJ, Ross A, Reavley NJ. Systematic review and meta-analysis of mental health first aid training. *PLoS One*. 2018; 13(5): e0197102.

- Reavley NJ, Jorm AF. Recognition of mental disorders and beliefs about treatment and outcome: findings from an Australian national survey of mental health literacy and stigma. *Aust N Z J Psychiatry*. 2011; 45(11): 947–596.
- Sheehan L, Nieweglowski K, Corrigan P. The stigma of personality disorders. *Curr Psychiatry Rep*. 2016; 18(1): 11.
- Šprah L. Evalvacija učinkov programa opismenjevanja o motnjah razpoloženja. V: Šprah L, ur. *Z več znanja o motnjah razpoloženja do izhodov iz labirintov: izkušnje in razmisleki*. Ljubljana: Založba ZRC; 2019: 91–112.
- Šprah L. Vpliv psihoedukacijskih delavnic Čustveni vrtiljak odnosov: prepoznavmo osebnostne motnje med nami na raven pismenosti o osebnostnih motnjah. V: Šprah L, ur. *Z več znanja o osebnostnih motnjah do manjših stisk: evalvacije in premisleki v okviru programa OMRA*. Ljubljana: Založba ZRC; 2022: 91–111.
- World Health Organization. International classification of diseases for mortality and morbidity statistics. 11th revision. Geneva: WHO; 2019.