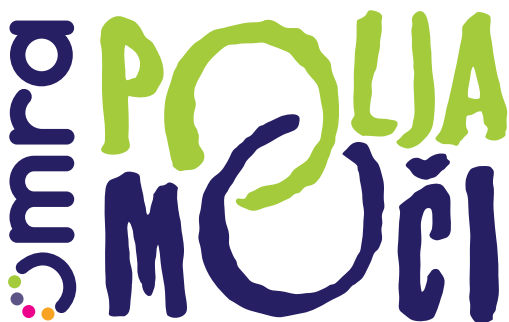


KMETOVATI IN DOBRO ŽIVETI: DELO, ODNOSI IN POLJA MOČI



pmrc **POLJA**
MOČI



KMETOVATI IN DOBRO ŽIVETI: DELO, ODNOSI IN POLJA MOČI

FARMING AND LIVING WELL:
WORK, RELATIONSHIPS, AND FIELDS
OF STRENGTH

Uredila: Nataša Dernovšček Hafner in Dino Manzoni



Založba ZRC

KMETOVATI IN DOBRO ŽIVETI: DELO, ODNOSI IN POLJA MOČI

Uredila: Nataša Dernovšček Hafner in Dino Manzoni

Recenzenta monografije: Mojca Zvezdana Dernovšek in Dan Podjed

Recenzentki in recenzenta prispevkov: Mojca Zvezdana Dernovšek, Dan Podjed,

Nataša Dernovšček Hafner, Dino Manzoni

Jezikovni pregled: Ana Glavina

Izdajatelj: ZRC SAZU, Družbenomedicinski inštitut

Zanju: Lilijana Šprah

Založila: Založba ZRC, ZRC SAZU

Zanjo: Oto Luthar

Glavni urednik založbe: Aleš Pogačnik

Avtor naslovnice: Danilo Lah

Avtorji fotografij: Nataša Dernovšček Hafner, Danilo Lah, Blaž Lenček, Boštjan Podlogar

Oblikovanje in prelom: Sara Munda

Tisk: Present, d. o. o.

Naklada: 300

Ljubljana, oktober 2026

Prva izdaja, prvi natis / Prva e-izdaja

Publikacija je v PDF-različici dostopna tudi na spletni strani:

<https://www.omra.si/poljamoci>



Delo je zaščiteno z mednarodno licenco Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License (priznanje avtorstva, deljenje pod istimi pogoji):

<https://doi.org/10.3986/9789610511793>

Kataložna zapisa o publikaciji (CIP) pripravili v Narodni in univerzitetni knjižnici v Ljubljani

Tiskana knjiga

COBISS.SI-ID 293022467

ISBN 978-961-05-1178-6

E-knjiga

COBISS.SI-ID 292896259

ISBN 978-961-05-1179-3 (PDF)

KAZALO

KNJIGI NA POT

DOBRO POČUTJE LJUDI, KI KMETUJEJO: DELO, ODNOSI IN MOŽNOSTI DELOVANJA

Dino Manzoni in Nataša Dernovšček Hafner

3

PREDGOVOR

MOČ NI V TEM, DA VSE NOSIMO SAMI: od projekta neMOČ podeželja do PoljMoči

Andreja Grobiša in Doris Letina

11

NEVIDNO BREME KMETOVANJA: OCENA PSIHOSOCIALNIH TVEGANJ IN NJIHOVEGA VPLIVA NA DOŽIVLJANJE PREKOMERNEGA STRESA S POMOČJO ORODJA OPSA / The invisible burden of farming: an OPSA-based assessment of psychosocial risks and their impact on excessive stress

Lilijana Šprah

17

POČUTJE V PRIMEŽU DELA IN DRUŽINE: VPOGLED V OKOLIŠČINE SLABEGA POČUTJA NA DRUŽINSKIH KMETIJAH V SLOVENIJI / Well-being caught between work and family: insight into the circumstances of ill-being on family farms in Slovenia

Majda Černič Istenič in Duška Knežević Hočevar

49

DUŠEVNO ZDRAVJE SLOVENSКИH KMETOV SKOZI PRIZMO IZGORELOSTI: KVALITATIVNA ANALIZA DEJAVNIKOV STISK IN VIROV POMOČI / The mental health of Slovenian farmers through the lens of burnout: a qualitative analysis of stressors and sources of support

Nataša Dernovšček Hafner

71

PROTISLOVJA DIGITALIZACIJE KMETIJSTVA: PLATFORMIZACIJA, STRUKTURNI TEHNOSTRES IN VPRAŠANJE AVTONOMIJE / Contradictions of agricultural digitalisation: platformisation, structural technostress, and the question of autonomy

Dino Manzoni

99

FARMING WOMEN AND THE RELATIONALITY OF DROUGHT AND DISTRESS

Lia Bryant

121

KMETICE IN POVEZANOST MED SUŠO IN STISKO

slovenski prevod / Slovenian translation

Lia Bryant

141

KMETIJSTVO, MIGRACIJE IN DUŠEVNO ZDRAVJE / Agriculture, migration, and mental health

Tisa Kučan Lah in Sanja Cukut Krilić

161

PISMENOST O DUŠEVNEM ZDRAVJU V SLOVENIJI: VLOGA SOCIODEMOGRAFSKIH ZNAČILNOSTI / Mental health literacy in Slovenia: the role of sociodemographic factors Adela Černigoj in Lilijana Šprah	183
ZGODNJE PREPOZNAVANJE OSAMLJENOSTI PRI LJUDEH, KI KMETUJEJO / Early recognition of loneliness among people who farm Barbara Vogrinec Švigelj in Dino Manzoni	199
DUŠEVNO ZDRAVJE LJUDI, KI KMETUJEJO: OVIRE PRI ISKANJU POMOČI IN VAROVALNI DEJAVNIKI / Mental health of people engaged in farming: barriers to help-seeking and protective factors Sanja Cukut Krilič in Tisa Kučan Lah	213
VLOGA OBČANSKE ZNANOSTI PRI VAROVANJU DUŠEVNEGA ZDRAVJA KMEČKE POPULACIJE / The role of citizen science in protecting the mental health of the farming population Nuša Kovačević Tojnko, Maruša Gorišek, Tatjana Rožič	235
ZAKAJ SODELOVANJE IZGUBI SMISEL? MORALNA EKONOMIJA TRŽNEGA POVEZOVANJA MED PRIDELOVALCI SADJA / Why does cooperation lose its meaning? The moral economy of market cooperation among fruit growers Mateja Slovenc Grasselli	257
SINTEZA POTREB IN KONCEPTUALNI OKVIR ZA NAČRTOVANJE SOCIALNE INFRASTRUKTURE ZA OSEBE Z DEMENCO NA PODEŽELJU / A synthesis of needs and a conceptual framework for planning social infrastructure for people with dementia in rural areas Nuša Kovačević Tojnko, David Bogataj, Tatjana Rožič	277
PRIPOROČILA ZA ETNOGRAFSKO OBVEŠČENE JAVNOZDRAVSTVENE EVIDENCE LJUDI, KI KMETUJEJO / Recommendations for ethnographically informed public health records of people who farm Duška Knežević Hočevar, Majda Černič Istenič, Lilijana Šprah	301

DUŠEVNO ZDRAVJE LJUDI, KI KMETUJEJO: OVIRE PRI ISKANJU POMOČI IN VAROVALNI DEJAVNIKI

Mental health of people engaged in farming:
barriers to help-seeking and protective factors

Sanja Cukut Krilić, Tisa Kučan Lah

POVZETEK

Prispevek obravnava duševno zdravje ljudi, ki kmetujejo, s poudarkom na ovirah pri iskanju pomoči in varovalnih dejavnikih. Temelji na kvalitativni raziskavi, izvedeni med marcem 2025 in januarjem 2026, ki je vključevala 22 polstrukturiranih intervjujev in štiri fokusne skupine s kmeti, predstavniki stanovskih organizacij in strokovnimi delavci. Ugotovitve kažejo, da duševne stiske spodbujajo finančna negotovost, delovne obremenitve, napeti odnosi, socialna izolacija in ideal »dobrega kmeta«, ki poudarja trdoživost in samozadostnost. Iskanje pomoči dodatno omejujejo stigma, strah pred odzivi okolice, slaba dostopnost storitev in slabo znanje o težavah v duševnem zdravju. Pomembni varovalni dejavniki so podpora družine in prijateljev, povezanost skupnosti, verske skupnosti, podporne skupine in dostopne in kmetom prilagojene strokovne službe.

Avtorica: Sanja Cukut Krilić

Znanstveni in strokovni naziv: doktorica socioloških znanosti, znanstvena sodelavka
Inštitucija/zaposlitev, naslov: Druženomedicinski inštitut ZRC SAZU, Novi trg 2,
Ljubljana

E-naslov: sanja.cukut@zrc-sazu.si

ORCID iD: 0000-0002-4498-3809

Avtorica: Tisa Kučan Lah

Znanstveni in strokovni naziv: magistrica socialne in kulturne antropologije, asistentka
Inštitucija/zaposlitev, naslov: Druženomedicinski inštitut ZRC SAZU, Novi trg 2,
Ljubljana

E-naslov: tisa.kucan-lah@zrc-sazu.si

ORCID iD: 0009-0000-8353-5278

https://doi.org/10.3986/9789610511793_9, CC BY-SA

Ključne besede: kmetje, kmetijstvo, Slovenija, duševno zdravje, stigma

ABSTRACT

The paper examines the mental health of people engaged in farming, focusing on barriers to seeking help and protective factors. It is based on a qualitative study conducted between March 2025 and January 2026, involving 22 semi-structured interviews and four focus groups with farmers, representatives of farmers' organisations, and professionals. The findings indicate that distress is intensified by financial insecurity, workload, strained relationships, social isolation, and the ideal of the »good farmer«, which emphasises resilience and self-reliance. Help-seeking is hindered by stigma, fear of others' reactions, limited access to services, and limited knowledge of mental health difficulties. Key protective factors include support from family and friends, community connectedness, faith communities, support groups, and accessible professional services tailored to farmers' needs.

Key words: farmers, agriculture, Slovenia, mental health, stigma

1 UVOD

Čeprav se kmečko življenje pogosto romantizira, je kmetovanje poklic z vrsto specifičnih fizičnih in psiholoških obremenitev (Garner in sod., 2025; Wheeler in sod., 2023). Med njegove ključne značilnosti sodijo dolgotrajno in fizično naporno delo, negotovost prihodkov in omejene možnosti za socialne stike, kar lahko prispeva k večji socialni izolaciji (Garner in sod., 2025; Wheeler in sod., 2023). Pregled Yazda in sodelavcev (2019, cit. po Shortland in sod., 2023) je pokazal, da množica dejavnikov, kot so finančne težave in negotovost, ekstremne in nepredvidljive vremenske razmere in podnebne spremembe, odnos javnosti in medijev do kmetov in kmetijstva, kazniva dejanja na ruralnih območjih, družinske težave in težave v odnosih, slabo telesno zdravje, pomanjkanje naslednikov oziroma načrtov v zvezi z nasledstvom, izbruhi bolezni živali in pridelkov in poškodbe na kmetiji, negativno vplivajo na duševno zdravje ljudi, ki kmetujejo.

Kratka predstavitev avtoric

Sanja Cukut Krilić je doktorica socioloških znanosti, znanstvena sodelavka na Družbenomedicinskem inštitutu ZRC SAZU. Njena področja proučevanja segajo na področja migracijskih študij, študij spolov in različnih družbenih kontekstov težav v duševnem zdravju.

Tisa Kučan Lah je magistrica socialne in kulturne antropologije, asistentka na Družbenomedicinskem inštitutu ZRC SAZU. Njena področja proučevanja segajo na področja dobrega počutja ljudi, ki kmetujejo, in migracijskih študij.

Prav zaradi prepletenosti omenjenih dejavnikov je verjetno, da se bodo kmetje soočali s stiskami na ravni družine, kmetije in širši družbeni in politični ravni (Roy in sod., 2019). Čeprav so težave v duševnem zdravju kmetov zlasti v Evropi, Avstraliji, Kanadi in ZDA precej dobro raziskane, so se zgodnje raziskave po ugotovitvah Garnerja in sodelavcev (2025) večinoma opirale na epidemiološke pristope in anketne raziskave, redkeje pa so analizirale vsakdanje živete izkušnje ljudi, ki kmetujejo. V zadnjih letih se zato povečuje število bolj kvalitativno zasnovanih raziskav, ki podrobneje obravnavajo dejavnike, kot so identiteta kmeta, predstave o moškosti, pričakovanja družbe in družine, nasledstvo kmetije, pripravljenost, sprejemanje in preference glede podpore na področju duševnega zdravja (Garner in sod., 2025). Te ugotovitve pomembno prispevajo k boljšemu razumevanju dejavnikov, ki spodbujajo ali ovirajo iskanje strokovne pomoči v tej skupini prebivalstva.

Slovensko kmetijstvo se je po osamosvojitvi leta 1991 in pristopu Slovenije k Evropski uniji leta 2004 soočilo z obsežnimi strukturnimi spremembami. Čeprav sta tržno gospodarstvo in skupna kmetijska politika prinesla nove razvojne možnosti, se kmetje hkrati srečujejo s številnimi negotovostmi, ki se odražajo v zmanjševanju števila kmetij, pomanjkanju zanimanja mladih za prevzem kmetij, pogostih delovnih nesrečah, zdravstvenih težavah in samomorilnosti med kmečkim prebivalstvom (Roy in Knežević Hočevnar, 2019). Vprašanja duševnega zdravja, stisk in blagostanja ljudi, ki kmetujejo, so bila v Sloveniji dolgo na obrobju raziskovalnega zanimanja tako medicinskih kot družboslovnih ved, šele v zadnjih letih pa se to področje postopoma uveljavlja kot pomembna raziskovalna tema. K temu so prispevali zlasti raziskovalni projekti, kot sta Spremembe v kmetijstvu skozi oči in telesa kmetov (2020–2024) in Odzivi kmečkih družin na posledice nezgod pri delu in poklicnih boleznih (2020–2022), ki ju je izvajal Družbenomedicinski inštitut ZRC SAZU, pa tudi bolj participativne pobude, usmerjene v ozaveščanje o duševnem zdravju na podeželju, kot je projekt Nemoč podeželja, ki ga je vodila Zveza slovenske podeželske mladine. Kljub temu raziskave duševnega zdravja ljudi, ki kmetujejo v Sloveniji, ostajajo razmeroma redke (na primer Črnič Istenič in Kučan Lah, 2025; Knežević Hočevnar, 2025 in 2024). Dosedanje ugotovitve temeljijo predvsem na kvalitativnih raziskavah, izvedenih na posameznih območjih države, zato je razumevanje dejavnikov, ki vplivajo na duševno zdravje kmetov v Sloveniji, še vedno omejeno in predstavlja pomembno raziskovalno vrzel (Nye in sod., 2025).

Projekt Počutje na kmetiji: krepitev virov in znanj – PoljaMoči (spletna stran: <https://www.omra.si/polja-moci/o-projektu/>), ki je potekal med letoma 2024 in 2026, predstavlja nadaljevanje tovrstnih prizadevanj in naslavlja duševne stiske ljudi, ki živijo in delajo na kmetijah. V okviru projekta je bilo med marcem 2025 in januarjem 2026 izvedenih 22 polstrukturiranih pogovorov in štiri

fokusne skupine z osebami, ki kmetujejo, predstavniki njihovih stanovskih organizacij in strokovnjaki in strokovnjakinjami, ki prihajajo v stik z njimi. Sogovorniki in sogovornice so spregovorili o izvorih in razlogih duševnih stisk, njihovi prepoznavi, obravnavi, preprečevanju in o možnih načinih neformalne in formalne pomoči in podpore. Namen raziskave je bil proučiti, kako ljudje, ki kmetujejo, predstavniki stanovskih organizacij in strokovni delavci zaznavajo ovire pri prepoznavanju duševnih stisk in iskanju pomoči in katere neformalne, skupnostne in strokovne vire podpore prepoznavajo kot pomembne. Posebej nas je zanimalo, kako se ti procesi povezujejo z identiteto »dobrega kmeta«, spolnimi in generacijskimi normami in dostopnostjo storitev.

2 DEJAVNIKI TVEGANJA IN VAROVALNI DEJAVNIKI DUŠEVNEGA ZDRAVJA KMETOV

Raziskave kažejo, da na duševno zdravje kmetov vpliva preplet strukturnih, socialnih, kulturnih in individualnih dejavnikov, ki vplivajo tako na doživljanje stisk kot na pripravljenost za iskanje pomoči. Raziskava Garnerja in sodelavcev (2025), izvedena med osebami, ki delajo v kmetijstvu, in njihovimi družinskimi člani v Angliji, je iskala temeljne dejavnike, ki vplivajo na duševno zdravje kmetov. Ko so udeležence raziskave vprašali o glavnih stresorjih v kmetijstvu, so kot najpomembnejše izpostavili finančne težave in negativno oziroma izkrivljeno predstavljanje kmetov v medijih. Finančne težave so povezovali z zmanjševanjem državnih subvencij in podpornih ukrepov in z uvajanjem strožjih predpisov, katerih izpolnjevanje povečuje stroške poslovanja kmetij. Ob tem so izražali občutke frustracije in nemoči, ki predstavljajo enega osrednjih virov stresa, saj so menili, da imajo zelo omejene možnosti vplivanja na te okoliščine ali njihovo javno ovržbo. Ob vprašanju, kaj jim pri njihovem delu vzbuja največji občutek ponosa, so živinorejci najpogosteje izpostavili odnos, ki ga imajo s svojimi živalmi, ki jim predstavlja pomemben vir zadovoljstva. Ta občutek ponosa in življenjskega smisla izhaja iz prepričanja, da s svojim delom opravljajo pomembno družbeno funkcijo – zagotavljanje hrane prebivalstvu, vendar ga lahko ogrožajo spreminjajoča se stališča javnosti o pomenu kmetov in njihove vloge pri zagotavljanju prehranske varnosti, saj že omenjene negativne predstave javnosti o kmetijskem poklicu neposredno spodkopavajo njihov občutek smisla, vrednosti in ponosa, ki ga črpajo iz svojega dela. Številni so kljub naravi kmetijskega poklica kot samostojnega dela poročali o izrazitih občutkih osamljenosti in socialne izolacije, a večinoma povedali, da se o svojih stiskah redko pogovarjajo z drugimi kmeti in ljudmi. Njihova identiteta »dobrega kmeta« namreč pomembno vpliva na to, da se izogibajo pogovorom o svojih stiskah,

težave pri delu pa zaradi prepletenosti osebnega in poklicnega življenja pogosto doživljajo kot osebni neuspeh. Zavedajo se, da takšno vedenje negativno vpliva na njihovo duševno zdravje, a želja po ohranjanju podobe uspešnega, sposobnega in samozadostnega kmeta pomembno prispeva k njihovemu slabšemu psihološkemu blagostanju.

Tovrstno oklevanje pri iskanju pomoči v primeru stisk in duševnih težav je bolj kot osebnostna značilnost oseb, ki te stiske doživljajo, izraz skupnostnih norm in pričakovanj. Perceval in sodelavci (2018) so v Avstraliji v pogovorih z ljudmi, ki živijo in delajo na kmetijah, opazili negativna stališča do težav v duševnem zdravju in iskanja pomoči zanje. Izražali so predvsem strah, da bo skupnost negativno govorila o njih in jih doživljala kot neuspešne. Konkretno denimo niso želeli, da jih kdo vidi, ko se udeležijo svetovanja ali gredo k psihologu. Tudi Hagen in sodelavci (2022) so v pogovorih z ljudmi, ki kmetujejo, in strokovnjaki, ki delajo z njimi, ugotovili, da je pogosto prisoten strah, da ne bodo ostali anonimni. Udeležence raziskave je skrbelo, da bodo drugi negativno govorili o njih in njihovih stiskah, kar vpliva na iskanje pomoči. Perceval in sodelavci (2018) so opozorili tudi na pomen samostigmatizacije oziroma ponotranjenja tovrstnih predstav, ki sčasoma postanejo del identitete kmeta in jih normativno podpira predstava o »močnem« Avstralcu. Tisti, ki so pomoč v primeru težav vendarle poiskali, so osebne odnose, zlasti z družino, pa tudi s prijatelji, sosedi, širšo skupnostjo in strokovnjaki, opisovali kot pomemben zaščitni dejavnik duševnega zdravja. Nasprotno so pomanjkanje tovrstnih stikov opredelili kot dejavnik izolacije in osamljenosti, ki ju še povečuje samotna narava kmetijskega poklica in geografska izolacija oziroma oddaljenost. Pomen družine pri zagotavljanju socialne podpore so potrdile tudi druge raziskave. Raziskava sistemov skupnostne podpore za delavce z oviranostjo v Kanadi (Friesen in sod., 2010) je pokazala, da so se poškodovani kmetje pri opravljanju upravljavskih nalog in vsakodnevni oskrbi v veliki meri zanašali na svoje zakonce. Po poškodbi so se vloge znotraj družine pogosto prerazporedile, kar je kmetom omogočilo, da so lahko nadaljevali delo. Pomembna je bila tudi možnost najema dodatnih delavcev, vendar je bilo ustrezno usposobljene delavce težko najti. Obseg pomoči, ki so jo lahko zagotovili družinski člani, je bil omejen, zlasti kadar ti niso živeli na kmetiji. Raziskava je poudarila tudi pomen cerkve, kmečkih žensk, voditeljev lokalne skupnosti in pomoči drugih lokalnih kmetov in sosedov, ki je bila razumljena kot del običajne vzajemne pomoči v kmečki skupnosti. Podobno je avstralska raziskava o pogledih kmetov na iskanje pomoči (Hull in sod., 2022) opozorila na velik pomen neformalne podpore in nasvetov, tudi pri omogočanju dostopa do strokovne pomoči. Udeleženci so praviloma dajali prednost podpori laikov oziroma ljudi iz svojega socialnega okolja pred formalnimi ali strokovnimi

oblikami pomoči, zlasti na področju duševnega zdravja. Pogovori s prijatelji so se izkazali za dragocene predvsem takrat, ko se udeleženci niso mogli ali niso želeli pogovarjati s partnerkami, ob tem pa so poudarili tudi pomembno vlogo partnerk, ki so jim pomagale premagovati nekatere ovire pri iskanju pomoči. Tudi irska raziskava, v katero so bili vključeni moški, aktivni v kmetijstvu, je pokazala, da so udeleženci poročali o visoki ravni socialne podpore družine, prijateljev in drugih zanje pomembnih oseb, ki so jo raziskovalci obravnavali kot splošni kazalnik socialne podpore (Furey in sod., 2016).

Razumevanje iskanja pomoči v primeru stisk zahteva tudi širši razmislek o dostopu do podpornih storitev na ruralnih področjih, ki presega vprašanje njihove zgolj fizične razsežnosti. Ribot in Peluso (2003: 154) poudarjata, da dostop vključuje »širši nabor družbenih odnosov, ki lahko ljudem omogočajo ali omejujejo koristi od virov«. Penchansky in Thomas (1981) tozadevno poudarjata, da dostop ne zajema le prostorskih razsežnosti, kot sta dostopnost in razpoložljivost storitev, temveč tudi neprostorske razsežnosti: prilagojenost, ki označuje, v kolikšni meri organizacija storitev ustreza potrebam in željam uporabnikov; cenovno dostopnost, ki se nanaša na razmerje med stroški storitev in finančnimi zmožnostmi uporabnikov; in sprejemljivost, ki pomeni družbeno in kulturno skladnost med izvajalci storitev in njihovimi uporabniki. Raziskava o socialni podpori kmetom z oviranostmi v Kanadi (Friesen in sod., 2010) je pokazala, da so bile storitve skupnostne podpore in pomoči na domu na podeželju omejeno dostopne, medtem ko so bile specialistične zdravstvene in rehabilitacijske storitve na voljo predvsem v večjih mestih. Poleg tega so bile z dostopom do teh storitev povezane tudi skrite finančne obremenitve, predvsem stroški potovanja v urbana središča. Finančni razlogi oziroma omejitve so še pomembnejši v državah, kjer univerzalno zdravstveno zavarovanje ni široko dostopno, kar otežuje dostop do zdravstvenih storitev (Shortland in sod., 2023; Becot in Inwood, 2022; Hagen in sod., 2022).

Opozoriti velja, da je identiteta kmeta še vedno pomembno določena po spolu. Raziskave so tozadevno posebno pozornost namenjale predstavam o moškosti, zaradi katerih moški pogosto ne iščejo strokovne pomoči v primeru težav v duševnem zdravju (na primer Roy in sod., 2019; Perceval in sod., 2018; Bryant in Garnham, 2015). Bryant in Garnham (2015) sta opozorili, da se subjektivitete kmetov oblikujejo glede na etiko »uspeha« in »poraza«, pri čemer se moralna vrednost kmeta določa glede na to, kaj pomeni biti »dober kmet« v okoliščinah strukturne negotovosti. Njuni pogovori s člani in članicami kmečkih družin v Avstraliji (Bryant in Garnham, 2015) so razkrili, da govor o preživetju oblikuje številne zgodbe sogovornikov. Preživetje so vezali tako na ekonomsko preživetje

kmetije kot na osebno oziroma čustveno preživetje v smislu zadovoljevanja temeljnih potreb. Pri tem so boj za preživetje in žrtvovanje pogosto opisovali kot kulturno vrlino, povezano z moškim ponosom. Ponos se je v njihovih pripovedih bolj kot skrb za lastne ekonomske interese kazal kot občutek ponosa, ker so kmetje tisti, ki pridelajo hrano za narod, kar pa jim vlada in javnost v vedno manjši meri priznavata (prim. Roy in sod., 2019), hkrati pa je vedno bolj izražena politična ekonomija neoliberalizma, ki z zmanjševanjem subvencij in podpor ogroža ekonomsko vzdržnost kmetij (Bryant in Garnham, 2015). Spremembe v kmetovanju in strukturi kmetije, na primer zaradi vremenskih ali ekonomskih pogojev, so opisovali kot neuspeh kmeta, ki med njimi povzroča močne občutke sramu. Poudariti velja tudi, da so kmetje svoje stiske pogosteje opisovali s telesnimi simptomi in spremembami, manj pa z opisi čustvenih stanj in izkušenj (Bryant in Garnham, 2015). Raziskava o ovirah pri iskanju pomoči med avstralskimi kmeti (Hull in sod., 2022) je pokazala, da so partnerke kmetov slednje opisovale kot nenaklonjene iskanju pomoči in razkrivanju ranljivosti ali bolečine. Po njihovih opažanjih so moški kmetje bolečino in bolezen pogosto dojemali kot običajen del življenja, zdravstvene težave zanemarjali in se izogibali pritoževanju zaradi svojega zdravstvenega stanja. Tozadevno je irska raziskava med pridelovalci mleka pokazala, da je bilo tudi med njimi razširjeno mačistično prepričanje, po katerem simptomi bolezni predstavljajo znak šibkosti (Furey in sod., 2016).

Pojmovanja moškosti pri kmetih so kompleksna in ambivalentna. V tem oziru so se Roy in sodelavci (2019) v Kanadi pogovarjali s kmeti in strokovnjaki, ki z njimi prihajajo v stik. Ugotovili so, da so se vsi sogovorniki zavedali stereotipa o tradicionalni moškosti, ki vključuje ponos ob opravljanju težkega fizičnega dela in stoično prenašanje težav, njihovo zanikanje ali umikanje v osamo. Kljub temu so nekateri izražali ambivalenco do tovrstne predstave o moških, ki se je kazala kot občutek krivde zaradi neenake delitve dela v gospodinjstvu, kot generacijska razlika glede razkrivanja težav in iskanja pomoči zanjo in/ali kot sprejemanje ali nesprejemanje istospolne usmerjenosti.

Spremembe v kmetovanju seveda ne zadevajo zgolj moških. Perceval in sodelavci (2018) so v Avstraliji ugotovili, da so tudi ženske vedno bolj obremenjene, saj so poleg dela na kmetijah številne zaposlene, kar v tradicionalnih kmečkih skupnostih ni bilo pogosto, hkrati pa so tudi moški zaradi finančnih pritiskov vedno pogosteje morali delati zunaj kmetij. Hagen in sodelavci (2022) so v raziskavi v Kanadi ugotovili, da ženske pogosto ne poiščejo pomoči, ker zaradi preobremenjenosti z delom in družino za to enostavno nimajo časa. Posledično se zmanjšuje število delavcev na kmetijah, kmetijstvo pa postaja vedno bolj

korporatizirano, kar po mnenju sogovornikov ne vpliva le na položaj posameznih kmetij, temveč tudi na vedno večjo socialno izolacijo in zmanjšan občutek, da živijo v povezani kmečki skupnosti.

Pregled raziskav kaže, da duševno zdravje kmetov ni zgolj posledica individualne ranljivosti, temveč predvsem odraz širših ekonomskih, družbenih in kulturnih okoliščin, v katerih poteka sodobno kmetovanje. Finančna negotovost, družbena pričakovanja glede identitete »dobrega kmeta«, pričakovanja glede spolnih vlog, socialna in geografska izolacija in omejen dostop do podpornih storitev delujejo kot medsebojno prepleteni dejavniki tveganja, medtem ko medosebni odnosi, socialna opora in povezanost v skupnosti predstavljajo pomembne varovalne dejavnike. Te ugotovitve so pomembno izhodišče za razumevanje izkušenj slovenskih kmetov, ki jih obravnava pričujoče besedilo.

3 METODA

Prispevek temelji na raziskavi, izvedeni med marcem 2025 in januarjem 2026, v okviru katere smo opravili 22 individualnih polstrukturiranih intervjujev in štiri fokusne skupine. Zbiranje podatkov so izvajali raziskovalci Družbenomedicinskega inštituta ZRC SAZU¹ z namenom pridobiti poglobljen vpogled v izkušnje in poglede ljudi, ki kmetujejo, in različnih deležnikov, povezanih s kmetijskim sektorjem.

Udeležence smo najprej izbirali z namenskim vzorčenjem, pri čemer smo v raziskavo vključili ljudi, ki kmetujejo, predstavnike stanovskih organizacij in strokovne delavce z relevantnimi izkušnjami (na primer s področja socialnega in zdravstvenega varstva). Nadaljnji dostop do udeležencev je potekal po metodi snežne kepe. Potencialnim sogovornikom smo predstavili namen raziskave in jih povabili k sodelovanju, nato pa so nas sodelujoči napotili tudi na druge primerne sogovornike. Pri pridobivanju udeležencev nam je pomembno podporo nudila tudi Zveza slovenske podeželske mladine kot partnerska organizacija projekta.

V raziskavo smo tako vključili kmete, predstavnike stanovskih organizacij in strokovne delavce, ki se pri svojem delu neposredno ali posredno srečujejo s kmečkim prebivalstvom in njegovimi izzivi. V individualnih intervjujih je sodelovalo 15 predstavnikov stanovskih organizacij in strokovnih služb in sedem predstavnikov kmetov. Med predstavniki stanovskih organizacij in strokovnih služb smo se pogovarjali s 13 ženskami in dvema moškima, starimi okvirno med

1 Na tem mestu se avtorici zahvaljujeva Nataši Dernovšček Hafner in Dinu Manzoniju, ki sta prav tako izvajala pogovore.

35 in 60 let. Strokovni delavci so prihajali s področij socialnega dela, psihologije, psihoterapije, psihiatrije, delovne terapije in družinske medicine. Skupina kmetov je bila sestavljena iz dveh žensk in petih moških, starih med 30 in 47 let. V raziskavo vključeni kmetje so prihajali iz različnih tipov kmetij: ene poljedelske kmetije, dveh živinorejskih kmetij, ene mlečne kmetije in treh mešanih kmetij.

Fokusne skupine so bile sestavljene iz predstavnikov stanovskih organizacij in kmetov, pri čemer smo pri slednjih stremeli k čim večji raznolikosti vzorca. Zagotovljena je bila uravnotežena zastopanost predstavnikov mlajše in starejše generacije, prav tako pa žensk in moških, s čimer smo želeli zajeti raznolike izkušnje in perspektive, ki jih oblikujejo razlike med generacijami in spoloma znotraj kmečkenga prebivalstva. Fokusne skupine so potekale po spletni platformi Zoom. Pri vseh fokusnih skupinah sta bili prisotni dve raziskovalki Družbenomedicinskega inštituta, pri organizaciji udeležencev pa je sodelovala tudi predstavnica Zveze slovenske podeželske mladine. V prvi fokusni skupini so sodelovali trije moški kmetje, predstavniki mlajše generacije. Drugo fokusno skupino so sestavljale štiri predstavnice ene izmed stanovskih organizacij. V tretji fokusni skupini je sodelovalo pet predstavnikov ene izmed stanovskih organizacij, in sicer štirje moški in ena ženska. Zadnja fokusna skupina je bila izvedena s tremi mladimi kmeticami.

Intervjuji so potekali v različnih oblikah – z neposrednim pogovorom v živo, prek spletne platforme Zoom. Večji del individualnih intervjujev je bil izveden v spomladanskem času, ki za številne kmetije predstavlja eno najbolj intenzivnih obdobj kmetijskih opravil. Pri načrtovanju in izvedbi individualnih intervjujev in fokusnih skupin smo upoštevali časovne in prostorske značilnosti dela na kmetijah in se prilagodili možnostim sodelujočih. Pogovore smo zato praviloma izvajali v poznih večernih urah, ko so bila zunanja kmetijska opravila zaključena, oziroma na način, ki je bil za sogovornike najdostopnejši in izvedljiv. Raziskava je bila izvedena v skladu z načeli raziskovalne etike. Pred začetkom sodelovanja so bili udeleženci seznanjeni z namenom raziskave, načinom zbiranja in uporabe podatkov in prostovoljnostjo sodelovanja, nato pa so podpisali obveščeno soglasje. Vsi zbrani podatki so bili anonimizirani; pri predstavitvi rezultatov so bili odstranjeni oziroma spremenjeni vsi podatki, ki bi lahko omogočili prepoznavo posameznikov ali drugih oseb, omenjenih v pogovorih. Udeleženci so bili obveščeni tudi o možnosti, da lahko svoje sodelovanje kadar koli brez posledic prekinijo. Vsi pogovori so bili zvočno posneti in v celoti prepisani. Na podlagi prepisov je bila opravljena kvalitativna vsebinska analiza, organizirana po tematskih sklopih s poudarkom na stiskah, ki jih doživljajo ljudje, ki kmetujejo, in na načinih, kako se s temi stiskami spopadajo – komu zaupajo, kako iščejo formalno pomoč in s katerimi ovirami se pri tem srečujejo.

4 STIGMA, ISKANJE POMOČI IN DEJAVNIKI PODPORE

4.1 Ovire pri iskanju pomoči

V poglobljenih intervjujih s kmeti, kmeticami, zaposlenimi v kmetijskih organizacijah in strokovnimi delavci, ki se pri svojem delu tako ali drugače srečujejo s kmečkim prebivalstvom, smo naslovili težave, s katerimi se soočajo sami ali jih opažajo v svoji skupnosti. Med najpogostejšimi vzroki za duševne stiske so vse skupine sogovornikov navedle finančne težave, strukturne dejavnike (nizke odkupne cene, krediti), napete medsosedske in družinske odnose in izčrpavajoč življenjski tempo. Njihove pripovedi kažejo, da so stiske tesno povezane s strukturnimi pogoji kmetovanja, ki jih oblikujejo širši političnoekonomski in okoljski procesi. Gre za dejavnike, ki presegajo individualni nadzor posameznika, vendar pomembno določajo njegove možnosti za delo, ekonomsko varnost in vsakdanje odločanje. Takšno razumevanje duševnih stisk presega individualistične razlage in opozarja na pomen strukturnih determinant duševnega zdravja. Pomemben vir pritiska na kmete pa je tudi idealizirana podoba »dobrega kmeta« – močnega, trdnega in neomajnega posameznika, ki vse zmore sam. Eden od kmetov, vključenih v raziskavo, je denimo povedal, da mora imeti dober kmet znanje in ljubezen do narave in dela, hkrati pa mora biti trden, prepričljiv in odločen, saj je veliko odvisno od njega. Norme in vrednote, ki opredeljujejo »dobrega kmeta«, so rezultat družbenih pričakovanj in dominantnih ideologij, prav tako pa jih reproducirajo in reinterpretirajo tudi kmetje sami (Burton in sod., 2021). Pričakovana trdoživost »dobrega kmeta«, kot poudarjajo strokovnjaki, s katerimi smo se pogovarjali, je razlog, da so ti po njihovih opažanjih pripravljeni dlje potrpeti in kasneje poiskati pomoč. Za marsikoga je poiskati pomoč znak šibkosti, kar pa ni le zmotno, temveč tudi škodljivo prepričanje. V kmečkem okolju številni duševne težave še vedno dojemajo kot izmišljotino. Eden od kmetov, vključenih v našo raziskavo, pravi, da ljudje v njegovi okolici mislijo, da je vse »nateg«, dokler nimaš zlomljene noge. Podobno socialna delavka, ki je sodelovala v raziskavi, meni, da je fizično poškodbo lažje razumeti kot duševno stisko, ker je vidna in običajno minljiva.

Duševne stiske v mestnem in podeželskem okolju pogosto spremlja stigma, ki je opredeljena kot negativno razmišljanje, ki ga ima človek o sebi ali drugih, ker so nosilci družbeno nezaželenih lastnosti, na primer prepričanje, da so ljudje z duševnimi težavami nevarni, nasilni, nepredvidljivi, leni ... (Knežević Hočevar, 2021). V podeželskem okolju pa je stigma pogostejše prisotna zaradi okoliščin, kot so že omenjena podoba »dobrega kmeta«, majhnost okolja, nepoznavanje in nedostopnost strokovne pomoči ... Tudi sogovorniki v naši

raziskavi opažajo, da duševno zdravje pri kmečkem prebivalstvu pogosto predstavlja tabu, kar jih ovira pri iskanju pomoči. Strokovna delavka poroča, da se včasih zdi, kot da so v kmečkem okolju dovoljeni samo pogovori o delu in kmetiji, vse ostalo pa se njenim uporabnikom zdi nesmiselno »kompliciranje življenja«. Takšno razmišljanje še posebej nazorno ponazori eden od kmetov, vključenih v raziskavo, ki duševno zdravje neposredno imenuje tabu temo. Po njegovih besedah se posameznik, ki drugim zaupa, da doživlja stanje, kot je stres, hitro sooči z obsojanjem, ljudje pa ga imajo za »neumnega«. Zadržanost kmečkega prebivalstva do duševnega zdravja se po poročanju strokovnih delavcev, vključenih v raziskavo, kaže tudi v strokovnih obravnavah. Ena izmed strokovnih delavk navaja, da uporabniki iz kmečkega okolja sprva raje govorijo o telesnih manifestacijah težav v duševnem zdravju. Šele ob strokovno vodenem pogovoru ugotovijo, da gre za psihosomatsko težavo. Pri tem poudarja, da je tak način razmišljanja po njenih izkušnjah posebej izrazit pri moških, ki so vzgojeni tako, da ne smejo kazati čustev. Po njenih izkušnjah je edino »dovoljeno« čustvo moških jeza, medtem ko so čustva, kot so žalost, pretirano veselje, razočaranje in nejevoljnost, zatirana. Da na kmetiji za duševne stiske pogosto ni ne prostora ne časa, ponazarja tudi terenska izkušnja ene od strokovnih delavk. Svojci osebe, ki se je soočala s težavami v duševnem zdravju, so ji sporočili, da lahko obravnave na kmetiji izvaja le ob deževnih dneh, ko delo na polju ni mogoče. Ta primer zgovorno kaže, kako je skrb za duševno zdravje pogosto podrejena delovnim obveznostim na kmetiji.

Iz izkušenj strokovnih delavcev je razvidno, da sta pretirana trdoživost in stigmatizacija duševnega zdravja v kmečkih okoljih še izraziteje prisotni pri moških. Razlike med moškimi in ženskami pri sprejemanju in razumevanju duševnih stisk so pomembna tema v številnih pogovorih. Večina sogovornikov opaža, da so ženske veliko bolj odprte za pogovor o duševnih stiskah kot moški. Ena izmed strokovnih delavk pri tem izpostavlja, da se ženske o duševnem zdravju pogosto pogovarjajo v skupnosti in med seboj delijo svoje izkušnje. Po drugi strani moški kmetje pogovor o duševnih stiskah dojemajo kot nekaj, česar ne potrebujejo, kar je treba odmisлити in se osredotočiti na delo. Strokovna delavka meni, da se moškim zdijo ženske predstave o življenju preveč romantične, saj je življenje po njihovem sestavljeno iz trdega dela in trpljenja. Podobno poroča strokovna delavka, ki meni, da so ženske bolj odprte in pogostejše same iščejo informacije – bodisi med ženskami v svojem krogu (sorodnicami, prijateljicami) bodisi pri zdravnikih oziroma po spletu. Moški se po njenih izkušnjah raje držijo doma ali v gostilnah.

O tem, da moški težave raje rešujejo doma, znotraj družine, poroča tudi eden od kmetov. Pravi, da so moški pogosto prepričani, da vse zmorejo sami, kar

povezuje z načinom vzgoje. Po njegovem mnenju morajo moški na kmetiji predstavljati močnega kmeta in gospodarja, saj so steber fizičnega dela in finančnih investicij. Na pomen vzgoje opozarja tudi eden izmed strokovnih delavcev, ki svoje ugotovitve ponazori s primeri iz prakse. Po njegovih izkušnjah so fantje na kmetijah pogosto vzgajani v skladu s tradicionalnimi predstavami o moškosti, ki izražanje čustev razumejo kot znak šibkosti. Kot navaja, jim je že od mladosti sporočeno, da »fantje ne jočejo«. Pričakovanja do odrasčajočih fantov še dodatno ponazori z besedami: »Kako ti naj prepustim kmetijo, če pa si malo padel pa jočeš.« V intervjujih s kmeti se redno pojavlja tudi prepričanje, da ženske bolj potrebujejo pogovor kot moški.

Razlike med moškimi in ženskami se ne kažejo le v odnosu do lastnega duševnega zdravja, temveč tudi v odnosu do duševnih stisk drugih ljudi. Ena od strokovnih delavk poroča o izkušnjah z obravnavo žensk, katerih moške želijo, da jih čim prej »spravi v stanje«, v katerem bodo lahko nadaljevale delo. O svojih težavah te ženske s svojimi možmi ne govorijo, obenem pa doživljajo zelo nizko raven podpore. Ista sogovornica poroča, da nekaterim ženskam ni dovoljeno vključevanje v družabno življenje z izgovorom, da imajo doma preveč dela. Ob njihovih možeh pogosto enak odnos do materine stiske kažejo tudi odrasli otroci.

Ob razlikah med spoloma sogovorniki poudarjajo tudi medgeneracijske razlike. Udeleženci raziskave se praviloma strinjajo, da so mlajše generacije kmečkega prebivalstva bolj odprte za pogovor o duševnih stiskah kot starejše. Eden izmed intervjuvanih kmetov se ob tem spominja svoje mame, ki je že od otroštva prestajala veliko težkih situacij, o katerih pa ni nikoli jamrala, vse stiske je držala v sebi. Pove tudi, da so v družini vedeli, da je nekaj narobe, vendar o tem nikoli niso govorili. Skozi razmišljanje o svoji mami opaža napredek pri mlajši generaciji in njihovo večjo odprtost do pogovora o duševnem zdravju. Podobno razmišlja tudi mlajši kmet, ki pri starejših opaža odnos »delaj in bodi tiho«, s katerim se sam ne strinja, saj meni, da tišina ne pripelje do želenih izboljšav. Ena izmed strokovnih delavk večjo odprtost mlajše generacije povezuje z dejstvom, da so predstavniki mlajše generacije pogosto bolj izobraženi in razmišljajo nekoliko širše.

Podobno kot pri razlikah med moškimi in ženskami se tudi pri generacijskih razlikah slednje ne kažejo le v odnosu do lastnega duševnega zdravja, temveč tudi v odnosu do duševnega zdravja drugih ljudi. Sogovornica, kmetica, ki se sama sooča s težavami v duševnem zdravju, pravi, da predstavniki starejše generacije, s katerimi živi in dela na kmetiji, njenega položaja ne razumejo dobro. Težave pri razumevanju jim dodatno povzroča dejstvo, da so v življenju sami veliko delali, zdaj pa ne razumejo, kako lahko nekdo na kmetiji »izgori« in kljub mlajšim letom ne zmore njihovega tempa. Tudi tukaj so sogovorniki

večkrat poudarili, da morajo biti kmetje trdne osebnosti in da morajo v težkih situacijah preprosto potrpeti.

Mlajša kmetica tudi tukaj izpostavlja vzgojo in način odraščanja, ki so ju bile deležne starejše generacije. Pravi, da je generacija njenih staršev in starih staršev odraščala s starši, ki so preživeli objektivno težje situacije. Ob tem njihove izkušnje vojne primerja s težkim delom na kmetiji. V tej primerjavi se ji zdi jasno, da se generacije njenih staršev in starih staršev niso smele pritoževati nad svojim vsakdanom in da so tak način mišljenja prenašale naprej.

Kmetica, vključena v raziskavo, razlike med generacijami povezuje tudi s tem, da mlajše generacije danes živijo življenje, bolj podobno življenju vrstnikov, ki ne živijo na domači kmetiji. Pomembno se ji zdi, da poklic kmeta dejansko dojemajo kot poklic. Ob delu si želijo imeti življenje tudi zunaj kmetije. Čeprav pri svojih vrstnikih opaza, da želijo ohranjati optimističen odnos do kmetijstva, se ji zdi, da jim tak pogled na kmetijstvo omogoča, da govorijo tudi o njegovih slabih straneh.

Stigma vključuje tudi mnenja in pričakovanja okolice, ki ljudi pogosto ovirajo pri iskanju pomoči. Ena od strokovnih delavk poroča, da kmete pri iskanju pomoči najpogosteje ovira strah, da bi o njihovih stiskah izvedela okolica in kaj bodo o dogajanju rekli sosedi. Strokovni delavec, ki tudi sam živi na vasi, to potrjuje skozi lastna opažanja in izkušnje. Ljudje v njegovi okolici se še vedno norčujejo iz posameznikov, ki imajo težave v duševnem zdravju. Označujejo jih za »nore« in primerne za v »norišnico«. Še posebej hude se mu zdijo izkušnje posameznikov, ki se soočajo z bipolarno motnjo in shizofrenijo. Ti posamezniki doživljajo obsojanje, ko se v svoje domače okolje vrnejo iz zdravljenja, obsojanje pa se po več hospitalizacijah samo še stopnjuje.

Zaradi sramu in strahu pred odzivi okolice ljudje pogosto pomoči za svoje duševne stiske ne poiščejo ali to storijo prepozno. Čakanje je še posebej dolgo pri iskanju uradne strokovne pomoči. Ena od strokovnih delavk navaja, da svojci ljudi s težkimi težavami v duševnem zdravju pogosto odlašajo, dokler sami ne zmorejo več. Odnos, ki ga imajo svojci v teh primerih do strokovne obravnave, opiše z besedami: »Tukaj jih imate, naredite nekaj, mi ne zmoremo in ne želimo več.« V raziskavo vključena strokovna delavka poroča tudi o izkušnjah s pošiljanjem uporabnikov v centre za duševno zdravje (CDZ). Čeprav centre za duševno zdravje dojema kot zelo dobro prakso, se uporabniki pogosto obesijo na besedo »duševno« in pravijo, da niso nori, da bi morali obiskovati center za duševno zdravje ali psihiatra. Še večjo stigmo strokovnjaki opažajo pri jemanju psihoaktivnih zdravil. Pri zdravljenju z zdravili posebej omenjajo negativen vpliv stranskih učinkov. Ko je ljudi že tako težko pripraviti do tega, da pristanejo

na terapijo, jih neželjeni učinki, kot so zaspanost, pridobivanje telesne teže, prekomerno slinjenje ..., še dodatno odvrčajo od njenega nadaljevanja. Stigma pri iskanju pomoči na področju duševnega zdravja pogosto dodatno pogloblja pomanjkanje znanja o težavah v duševnem zdravju in nepoznavanje pomoči, ki je na voljo. Ena izmed strokovnih delavk v zvezi s tem poudarja, da uporabniki pogosto ne ločijo med psihiatri, psihologi in psihoterapevti in ne poznajo njihovega dela. Na nepoznavanje dela strokovnjakov opozori tudi strokovna delavka, ki predstavi primer kmeta, ki je že ob prihodu v ordinacijo pričakoval, da bo ona vedela, kakšne težave ima. Ta nesporazum sta s pogovorom zgladila in se pogovorila o njegovem počutju. Ker je uporabnikom delo posameznih strokovnjakov tudi ob začetni obravnavi pogosto pomanjkljivo pojasnjeno, ti večkrat ne vedo, na koga se obrniti, tudi ko že imajo napotnico. Pri iskanju pomoči pri psihiatrih strah pred zdravili dodatno pogloblja še strah pred tem, da bodo ostali hospitalizirani ali celo na zaprtem oddelku. Eden izmed strokovnih delavcev poudarja, da ta strah pred zaprtim oddelkom pogosto predstavlja razlog, da ljudje pristanejo na terapijo z zdravili in obiskovanje psihiatra.

Podobne zadržke kot pri iskanju strokovne pomoči ljudje pogosto izkazujejo tudi do drugih načinov iskanja informacij o težavah v duševnem zdravju. Ena izmed strokovnih delavk deli primer izobraževalnih delavnic, ki se izvajajo v okviru programa OMRA. Glede na njeno izkušnjo ljudje iz manjših krajev delavnice raje obiščejo v kakšnem drugem kraju, saj jih je strah, da bi jih v domačem kraju kdo opazil. Podobno razmišlja tudi v raziskavo vključeni strokovnjak, ki pravi, da v kmečkem okolju nič ne moreš skriti – ljudje se med seboj poznajo, vedo, kakšne odnose imajo med seboj, kdo se je zapil, kdo je prodal hišo, kdo doma nima kaj jesti ... Tudi v raziskavo vključeni kmetje omenjajo, da si ljudje v njihovem okolju pogosto ne upajo poiskati pomoči, ker se bojijo, da bi za to izvedela okolica. V manjših krajih je to še posebej velika težava, saj večina prebivalcev obiskuje istega osebnega zdravnika, dobro pa se poznajo tudi z zdravstvenim osebjem. Zaradi skrivanja svoje duševne stiske so v tem stanju še bolj osamljeni.

Ob težavah majhnih zdravstvenih ustanov se na podeželju pogosto pojavlja tudi težava oddaljenosti potrebne pomoči. Ena izmed strokovnjakinj opozarja, da to dodatno povečuje stigmat. Navaja primer svojih uporabnic, ki morajo do centra za socialno delo prepotovati več kot 30 kilometrov, na voljo pa nimajo nobenega javnega prevoza. Če si uspejo zagotoviti lastni prevoz, se morajo možu opravičevati, kam gredo, zakaj gredo tja, o čem se bodo tam pogovarjale in zakaj on po enem ali dveh pogovorih še ne vidi napredka. Veliko pomoči se tako izvaja na terenu, vendar pa strokovnjaki včasih želijo, da ljudje pridejo do njih in s tem izstopijo iz domačega okolja. Stigma v kmečkem okolju naj bi bila večja kot v mestnem, strokovnjaki pa jo povezujejo tudi z izoliranostjo kmečkega

prebivalstva. Ob delu na domači kmetiji kmetje ne srečujejo tako pogosto ljudi, ki niso del njihovega gospodinjstva, kot tisti, ki vsak dan hodijo v službo.

V raziskavo vključeni kmetje so opozorili tudi na dejstvo, da se pogosto počutijo nerazumljene s strani nekmečkega prebivalstva. To delo na kmetiji pogosto idealizira kot življenje v stiku z naravo in svobodo, ne prepozna pa na primer dejstva, da si je na kmetiji težje privoščiti počitek in odklop zaradi dolžnosti do zemlje, živali in drugih, ki delajo na kmetiji. Sogovorniki so poudarili, da o svojih stiskah pogosto ne spregovorijo, ker nočejo metati slabe luči na svoj poklic. Številni hkrati verjamejo, da je čas za spremembe in da je treba o težavah na kmetiji govoriti bolj odprto. Menili so, da s tem, ko pomagamo sebi, pomagamo tudi ljudem v svoji bližini. Ena izmed sogovornic pravi, da s skrbjo zase pomaga svojim otrokom in prispeva k njihovi prihodnosti na kmetiji, saj jo bodo veliko raje prevzeli, če jim bo postavila dober zgled, zato je ključno, da začnemo odprto govoriti o duševnem zdravju tudi na kmetijah.

4.2 Iskanje pomoči

Kljub stigmi in dolgemu čakanju pri iskanju pomoči nekateri posamezniki pomoč pri duševnih stiskah vseeno poiščejo. Sogovorniki v naši raziskavi so predstavili nekaj načinov, kako se sami oziroma kako se njihovi uporabniki soočajo s stiskami. Posamezniki pogosto najprej poskušajo stisko obvladovati sami. Mlada kmetica v raziskavi povzame nekaj načinov samopomoči, ki se jih loteva sama. Omenja branje knjig, zapisovanje misli in občutkov in kratkotrajne sprostitvene aktivnosti, ki ji omogočajo, da v hudi stiski preusmeri misli (na primer igranje preprostih računalniških iger).

Kadar za pomoč prosijo druge osebe, se kmetje, podobno kot drugi, najpogosteje obrnejo na svoj bližnji socialni krog. Najpogosteje izpostavljajo pogovor s prijatelji, družinskimi člani in drugimi v bližini, ki jim nudijo oporo, pomagajo osmisliti situacijo in jih v nekaterih primerih spodbujajo k iskanju ustrezne strokovne pomoči. Strokovni delavci v raziskavi opozarjajo, da prav razvita socialna mreža pogosto vpliva na to, ali posameznik pravočasno poišče pomoč. Ena izmed strokovnih delavk vrednost socialne mreže prepozna v tem, da se lahko komu potožijo, da se z njimi pogovarjajo, da niso osamljeni in da imajo nekoga, ki jih posluša. Hkrati pa strokovni delavec opozarja, da svojci na stisko pogosto ne znajo reagirati. To je še posebej značilno, ko nekdo izkazuje res hudo stisko ali celo samomorilno vedenje. Svojci se v teh primerih pogosto bojijo, da bodo s svojimi posegi stanje poslabšali, čeprav je v resnici ravno obratno – ljudem v hudi stiski pogosto pomaga, če jih nekdo o tem sprašuje in odpira prostor za pogovor, saj se s tem, ko o stiski govorijo, začnejo z njo tudi

soočati. Strokovni delavec dodaja še, da si svojci pogosto oddahnejo, ko se pojavijo fizični znaki stiske, saj si mislijo, da bo takrat oseba poiskala zdravniško pomoč in dobila zdravila. Napredek opaža predvsem pri mlajših generacijah, saj so o duševnem zdravju bolje informirane in ozaveščene.

Pomen socialne podpore izpostavljajo tudi kmetje. Ena izmed kmetic pravi, da se ji zdi dobro imeti prijateljico, ki pozna njeno družinsko situacijo in ji zato lahko bolje svetuje. Veliko jim pomenijo tudi nasveti bližnjih, ki so sami prestajali podobne situacije. Ena izmed sogovornic ima to oporo v svoji mami, ki je tudi sama doživela izgorelost. Hkrati pa jim takšna pomoč pogosto pride prav tudi v kontekstu dela na kmetiji in njenega upravljanja. Kmet pravi, da je dobro imeti okoli sebe ljudi, ki jim lahko potarnaš o težavah na kmetiji, ki ti ob jamranju poskušajo ponuditi kakšen nasvet, rešitev ali pomoč pri delu.

Na ravni skupnosti imajo pomembno zaščitno vlogo lokalna povezanost, sosedska pomoč, društva in verske skupnosti. Kmetijstvo je zaradi narave dela močno odvisno od medsebojne pomoči, zato kmetje poudarjajo, da občutek pripadnosti skupnosti prispeva k večji odpornosti posameznikov. Pomen skupnosti poudarjajo tudi strokovni delavci, vključeni v raziskavo. Čeprav je skupnost pogosto vir stigme, ena izmed strokovnih delavk pravi, da se ji zdi, da kmečko prebivalstvo lažje poišče pomoč v skupnosti kot prebivalci drugih okolij. To povezuje z dejstvom, da pomoč skupnosti pogosto potrebujejo pri svojem delu, zato se jim zdi naravneje, da se obrnejo nanjo. Tako strokovni delavci kot kmetje izpostavljajo poseben pomen vere in verske skupnosti. Poudarjajo pomen molitve in obiskovanja maše tudi kot prostora in časa, da za nekaj časa odklopijo svoje misli. Eden od sogovornikov v tej tišini in odklopu pogosto najde tudi rešitve za svoje težave. Ena izmed kmetic poseben pomen pripisuje glasbi za bogoslužje (angl. *worship music*), saj jo ta posebej opogumlja in opominja, da je »nad njo še nekdo in ne rabi vsega nositi sama«. Kljub temu ena izmed strokovnjakinj opozarja, da je ljudi pogosto preveč sram, da bi se obrnili na versko skupnost ali na z njo povezane organizacije, kot je Karitas.

Kot posebej koristne ocenjujejo tudi skupinske delavnice in podporne skupine, kjer udeleženci spoznajo, da s svojimi težavami niso sami, izmenjujejo izkušnje, zmanjšujejo občutke izolacije in stigme. Ena od kmetic kot posebej dober primer izpostavlja delavnice, ki med seboj povezujejo kmečko prebivalstvo in jim nudijo možnost deljenja svojih izkušenj.

Če neformalna podpora ne zadostuje, sogovorniki kot ključni vir pomoči prepoznavajo strokovne službe. Posebej pogosto izpostavljajo vlogo družinskega zdravnika, ki je v lokalnem okolju pogosto prva strokovna oseba, na katero se obrnejo kmetje in njihove družine. Strokovni delavci izpostavljajo pomen

osebnega zdravnika, ki je po besedah ene od strokovnih delavk še vedno »alfa in omega« podeželske družbe. Sogovornica navaja, da na podeželju večinsko ohranjajo tradicionalni pogled na osebne zdravnike kot avtoriteto v družbi, kljub temu da se ta pogled v mestih že krha. Kot avtoriteto, ki ne izhaja iz zdravstvene stroke, sogovornica omenja še učitelje, ki predstavljajo pomemben vzor tudi na področju duševnega zdravja. Veliko vlogo imajo tudi patronažna služba, pomoč na domu, psihologi, psihiatri, multidisciplinarni timi in različni programi bolnišnične in dnevne bolnišnične obravnave. Strokovnjaki v naši raziskavi na podeželju poseben pomen pripisujejo patronažni službi, saj je ta pogosto tudi najdosegnejša in najaktivnejša. Kmet, ki je sodeloval v naši raziskavi, pri tem posebej izpostavi, da za obisk strokovne pomoči potrebuješ veliko poguma, tudi zato ker ti na pladnju servirajo vse tvoje težave, vse bolečine in resnice, ki si jih ne želiš priznati.

Strokovnjaki poudarjajo tudi pomen sodelovanja med različnimi službami, zgodnjega prepoznavanja stisk in priprave konkretnih načrtov ukrepanja ob poslabšanju duševnega zdravja. Več primerov iz prakse kaže, da lahko pravočasna in celostna strokovna podpora pomembno prispeva h krepitvi posameznika, izboljšanju družinskih odnosov in dolgoročnemu okrevanju.

5 RAZPRAVA IN ZAKLJUČKI

Ljudje, ki kmetujejo, se v vsakodnevnem življenju srečujejo s stresorji, kot so pritisk stalnih delovnih obremenitev, dolgi delovni dnevi, odgovornost do živali in pridelkov, pritiski oblikovalcev politik in nosilcev odločitev, težave, ki jih prinaša digitalizacija, ... Pritiski, ki jih doživljajo med delom, pogosto puščajo negativne posledice na njihovem počutju in duševnem zdravju. Pogovori, ki smo jih izvajali s kmeti, predstavniki njihovih stanovskih organizacij in strokovnjaki, ki se pri svojem delu srečujejo z njimi, kažejo, da ti o duševnem zdravju večinoma nočejo govoriti. Tema duševnega zdravja v kmečkem okolju pogosto še vedno predstavlja tabu in stigmo. Podobno kažejo tudi druge raziskave. Raziskava, ki jo je med kmeti v Evropi izvedla OSHA (Evropska agencija za varnost in zdravje pri delu), na primer kaže, da kar 40 % vprašanih kmetov in kmetič občuti nelagodje ob misli, da bi morali poiskati strokovno pomoč za svoje težave (Omra.si, 2026).

Na to, zakaj kmetje ob duševnih stiskah ne poiščejo pomoči, vpliva več dejavnikov. Med njimi se izpostavlja tudi majhnost kmečkega okolja. Da zaradi majhnosti okolja ljudje, ki čutijo (samo)stigmo, pogosto izberejo strategijo skrivanja pred stigmatizirajočo okolico, potrjujejo tudi druge raziskave v Sloveniji (Knežević Hočevár, 2020: 13). V raziskavi, ki jo je Knežević Hočevár (2020: 13)

izvajala v severovzhodni Sloveniji, strokovnjaki in strokovnjakinje ugotavljajo, da so s tega vidika še posebej problematična mala kmečka okolja, »kjer 'nedelo' nekoga z duševnimi stiskami, pa čeprav upravičeno, krši vrednoto delovne etike dolgih delovnih urnikov, zaradi česar lahko trpi ugled celotne kmetije«.

Ob večjem skrivanju pred stigmatizirajočo okolico pa majhnost kmečkega okolja pogosto pomeni tudi otežen dostop do strokovne pomoči pri težavah v duševnem zdravju. Na nedostopnost strokovne pomoči opozarjajo predvsem strokovni delavci, ki ob geografski oddaljenosti izpostavljajo tudi slabe (javne) prometne povezave. Na razlike v dostopnosti do storitev na področju duševnega zdravja opozarja več raziskav, problematika pa je med drugim izpostavljena tudi v Resoluciji o nacionalnem programu duševnega zdravja 2018–2028 (Bajt in sod., 2008, cit. po Resolucija o nacionalnem programu duševnega zdravja 2018–2028, 2024).

Strokovni delavci, s katerimi smo se pogovarjali, so kot oviro pri iskanju strokovne pomoči navajali tudi pomanjkanje znanja o težavah v duševnem zdravju. Pomanjkanje znanja o težavah v duševnem zdravju vpliva na posameznikovo kandidaturo (angl. *candidacy*), torej na prepoznavanje lastne upravičenosti do strokovne obravnave ob duševni tiski. Koncept candidature poudarja dinamično, večplastno in pogojeno naravo dostopnosti zdravstvenih storitev (Pistotnik, 2023: 70). Deluje na različnih ravneh, pri čemer se lahko učinki pomanjkljivega znanja o duševnem zdravju pokažejo že na prvi – pri prepoznavanju simptomov kot takih, ki zahtevajo strokovno obravnavo, in pri odločitvi, kdaj in kako poiskati pomoč (Pistotnik, 2023: 70). Posamezniki posledično redkeje poiščejo pomoč in pogostejše izražajo stigmatizirajoča stališča do duševnih težav. Sogovorniki v naši raziskavi pomembne razlike v pripravljenosti za pogovor o duševnem zdravju vidijo med generacijami in med ženskami in moškimi. Odklon od priznavanja duševnih stisk je prisoten predvsem pri slednjih. Tudi raziskave v tujini ugotavljajo, da tradicionalni ideali ruralne moškosti, ki poudarjajo samozadostnost, neodvisnost in čustveno zadržanost, v razmerah sodobnega kmetijstva prispevajo k večji ranljivosti za duševne stiske in otežujejo iskanje pomoči (Bryant in Garnham, 2015; Garnham in Bryant, 2014; Roy in sod., 2014; Alston, 2012; Ramírez-Ferrero, 2005, cit. po Knežević Hočevar, 2025). Ti ideali ruralne moškosti se skladajo s prevladujočo predstavo »dobrega kmeta«, ki po mnenju naših sogovornikov predstavlja nasprotje pripravljenosti za iskanje pomoči v primeru težav v duševnem zdravju.

Tako ljudje, ki kmetujejo, kot predstavniki kmetijskih stanovskih organizacij in strokovnjaki, ki prihajajo v stik z njimi, so pogosto poudarjali predstavo, da mora biti kmet vzdržljiv, delaven, samostojen in sposoben prenesti težave brez pomoči drugih. Izražanje čustev ali duševnih stisk je bilo večkrat razumljeno kot znak

osebne šibkosti. Ta pričakovanja se oblikujejo že v otroštvu, prenašajo se med generacijami in pomembno vplivajo na to, kako posamezniki razumejo lastne stiske in ali jih sploh prepoznajo kot nekaj, zaradi česar bi bilo smiselno poiskati pomoč. Naše ugotovitve kažejo, da takšna sprememba ne pomeni opuščanja tradicionalnih vrednot kmetovanja, temveč zlasti pri mlajših generacijah njihovo dopolnitev z razumevanjem, da je skrb za lastno duševno zdravje sestavni del dolgoročne skrbi za družino in kmetijo. Takšna sprememba pa bo zahtevna, saj je identiteta kmeta globoko zakoreninjena v medgeneracijsko prenašanih normah in vrednotah (Garner in sod., 2025). Morda bi zato veljalo podporo ljudem, ki kmetujejo, oblikovati na način, ki ne bo ogrožal njihove predstave o tem, kaj pomeni biti kmet oziroma »dober kmet«, zaradi česar bodo morda lažje sprejeli pomoč v primeru težav (Garner in sod., 2025).

Predstava »dobrega kmeta«, zlasti v zahodnoevropskem kontekstu, je bila doslej omejena predvsem na belega moškega, ki ga zaznamujejo ideje hegemonске moškosti, kar je posledica širših zgodovinskih, ekonomskih in družbenih procesov. Čeprav ta podoba še vedno prevladuje v javnem diskurzu o kmetovanju, tudi v Sloveniji, so posamezniki, ki se identificirajo kot kmetje, izjemno raznoliki. Vendar pa, kot poudarjajo Nye in sodelavci (2025), skupina ljudi, ki se ukvarja s kmetijstvom, ni homogena, temveč se njihove življenjske okoliščine pomembno razlikujejo glede na demografske značilnosti, socialno-ekonomski položaj, vlogo v kmetijstvu, dostop do zemlje in finančnih virov in politični vpliv. Raziskave kažejo, da te razlike pomembno vplivajo na blagostanje ljudi, ki delajo v kmetijstvu, zato jih je treba sistematično vključevati v raziskovanje.

V naši raziskavi smo se trudili ohranjati heterogenost sogovornikov, tako da smo v raziskavo vključili moške in ženske ter predstavnike različnih generacij. Heterogenost smo ohranjali tudi skozi različne vloge, ki jih v kmečki družbi zasedajo naši sogovorniki – kmetje in kmetice, predstavniki stanovskih organizacij in strokovni delavci. Med ljudmi, ki kmetujejo, smo v raziskavo vključili kmete iz različnih delov Slovenije in različnih tipov kmetij. Raziskavo vendarle velja interpretirati ob upoštevanju njenih metodoloških omejitev. Vzorec je bil razmeroma majhen, udeleženci pa so bili vključeni na podlagi pripravljenosti za sodelovanje v pogovorih o duševnem zdravju. Posledično raziskava verjetno zajema predvsem perspektive posameznikov, ki so bili o tej temi pripravljeni spregovoriti, medtem ko glasovi tistih, ki duševne stiske zaradi stigme ali drugih razlogov težje razkrivajo, ostajajo manj zastopani. Majhnost vzorca kmečkega prebivalstva omejuje tudi primerjave med regijami, tipom in velikostjo kmetije ... Večina individualnih intervjujev in fokusnih skupin je bila izvedena v obdobju intenzivnih kmetijskih opravil, zato so bile možnosti za sodelovanje omejene,

pogovori pa pogosto prilagojeni časovnim zahtevam kmečkega vsakdana.

V prihodnjih raziskavah bi veljalo več pozornosti posvetiti osebam, ki so se na podeželje priselile iz mestnih in primestnih skupnosti, migrantom oziroma delavcem na kmetijah, osebam LGBTQ+, ljudem z oviranostmi in drugim posameznikom in skupinam, katerih življenjske izkušnje morda odstopajo od prevladujoče podobe kmeta, vendar tvorijo pomemben del heterogene kmečke skupnosti v Sloveniji. Predstavnike teh skupnosti bomo v večji meri nagovorili v okviru prihajajočega projekta FarmHeroes: Fostering Attractive and Resilient Farming through Generational Renewal.

V tem kontekstu se zdi pomembno razumeti, kako ljudje, ki kmetujejo, doživljajo različne oblike podpore in kako se vanje vključujejo (Nye in sod., 2025). Roy in sodelavci (2019) opozarjajo, da se stiske, s katerimi se soočajo ljudje, ki kmetujejo, pogosto obravnavajo predvsem kot vprašanje njihove sposobnosti prilagajanja, s čimer se problem individualizira, pri tem pa ostajajo širša družbena in politična odgovornost in strukturni vzroki teh stisk spregledani. Thu (1998) opozarja, da raziskave in intervencijski programi pogosto samoumevno sprejemajo obstoječi model industrijskega kmetijstva in zanemarjajo vpliv političnih, ekonomskih in družbenih dejavnikov na zdravje kmetov in kmetijskih delavcev.

Zahvala

Prispevek sta financirala Ministrstvo za zdravje v okviru projekta Počutje na kmetiji: krepitev virov in znanj (PoljaMoči) in Javna agencija za znanstvenoraziskovalno in inovacijsko dejavnost Republike Slovenije (ARIS) v okviru raziskovalnega projekta Glasovi zaupnikov: Raziskovanje dobrega počutja kmetov in delavcev v kmetijstvu skozi njihova zaupanja vredna omrežja (šifra projekta: J6-70212) in raziskovalnega programa Raziskave o duševnih stiskah in dobrem počutju (šifra programa P5-0439).

Literatura

- Becot FA, Inwood SM. Examining access to health insurance and health care along the life course to shed light on interactions between farm households' social needs, social policy and the farm business. *Sociol Ruralis*. 2022; 62(4): 755–779. Doi: 10.1111/soru.12394.
- Bryant L, Garnham B. The fallen hero: masculinity, shame and farmer suicide in Australia. *Gend Place Cult*. 2015; 22(1): 67–82. Doi: 10.1080/0966369X.2013.855628.
- Burton RJF, Forney J, Stock P, Sutherland LA. *The good farmer: culture and identity in food and agriculture*. London: Routledge; 2021.

- Černič Istenič M, Kučan Lah T. Slovenia: mental health of farmers in Slovenia. SafeHabitus Technical Note No. 9. Ljubljana: Research Centre of the Slovenian Academy of Sciences and Arts; 2025. Dostopno na: https://www.safehabitus.eu/wp-content/uploads/2025/12/SafeHabitus_CoP_Slovenia_TN9.pdf (citirano 10. 7. 2026).
- Friesen MN, Krassikouva-Enns O, Ringaert L, Isfeld H. Community support systems for farmers who live with disability. *J Agromedicine*. 2010; 15(2): 198–209. Doi: 10.1080/10599241003630569.
- Furey EM, O'Hora D, McNamara J, Kinsella S, Noone C. The roles of financial threat, social support, work stress, and mental distress in dairy farmers' expectations of injury. *Front Public Health*. 2016; 4: 126. Doi: 10.3389/fpubh.2016.00126.
- Garner IW, McFeeters D, Guy A, Hopley R, Galbraith N. Understanding farmer mental health and wellbeing in a volatile, isolating, and misunderstood industry. *J Rural Stud*. 2025; 118: 103648. Doi: 10.1016/j.jrurstud.2025.103648.
- Hagen BNM, Sawatzky A, Harper SL, O'Sullivan TL, Jones-Bitton A. »Farmers aren't into the emotions and things, right?«: a qualitative exploration of motivations and barriers for mental health help-seeking among Canadian farmers. *J Agromedicine*. 2022; 27(2): 113–123. Doi: 10.1080/1059924X.2021.1893884.
- Hull MJ, Gunn KM, Smith AE, Jones M, Dollman J. »We're lucky to have doctors at all«: a qualitative exploration of Australian farmers' barriers and facilitators to health-related help-seeking. *Int J Environ Res Public Health*. 2022; 19(17): 11075. Doi: 10.3390/ijerph191711075.
- Knežević Hočevar D. Ko je ogroženo najdragocenejše. *Glas Slov Etnol Druš*. 2020; 60(2): 5–15.
- Knežević Hočevar D. Skupaj zmoremo: Priročnik za odkrit pogovor o stigmi in diskriminaciji v duševnem zdravju. Ljubljana: Založba ZRC, ZRC SAZU; 2021.
- Knežević Hočevar D. Farmer distress through ordinary ethics: »Abolish the social support and give us fairer prices!«. *L Uomo Soc Tradiz Svil*. 2024; 14(1): 41–64.
- Knežević Hočevar D. Je dober kmet tudi zdrav kmet? Dobro počutje kot moralni imperativ. *Glas Slov Etnol Druš*. 2025; 65(1): 15–26.
- Nye C, Wheeler R, Rose D, Becot F, Holton M, Knežević Hočevar D, et al. Mental health, well-being and resilience in agricultural areas: a research agenda for the Global North. *J Rural Stud*. 2025; 114: 103506. Doi: 10.1016/j.jrurstud.2024.103506.
- Omra.si. Dostopno na: <https://www.omra.si/polja-moci/plakati-in-videoposnetki/> (citirano 15. 7. 2026).
- Penchansky R, Thomas JW. The concept of access: definition and relationship to consumer satisfaction. *Med Care*. 1981; 19(2): 127–140. Doi: 10.1097/00005650-198102000-00001.
- Perceval M, Ross V, Kölves K, Reddy P, De Leo D. Social factors and Australian farmer suicide: a qualitative study. *BMC Public Health*. 2018; 18(1): 1367. Doi: 10.1186/s12889-018-6287-7.
- Pistotnik S. Dostopnost zdravstvene oskrbe v času pandemije normalizacija izrednih razmer. V: Lipovec Čebren U, Pistotnik S, ur. *Kovidna krajina: ranljivosti v času pandemije*. Ljubljana: Založba Univerze v Ljubljani; 2023: 65–89.
- Resolucija o nacionalnem programu duševnega zdravja 2018–2028. Ljubljana: Državni zbor; 2024. Dostopno na: <https://pisrs.si/pregledNpb?idPredpisa=RESO120&idPredpisaChng=RESO120> (citirano 19. 7. 2026).

- Ribot JC, Peluso NL. A theory of access. *Rural Sociol.* 2003; 68(2): 153–181. Doi: 10.1111/j.1549-0831.2003.tb00133.x.
- Roy P, Duplessis-Brochu É, Tremblay G. Responses to adversity faced by farming men: a gender-transformative analysis. *Int J Child Youth Fam Stud.* 2019; 10(1): 49–69. Doi: 10.18357/ijcyfs101201918806.
- Roy P, Knežević Hočevar D. Listening to a silent crisis: men's suicide in rural and farming communities in Slovenia. *Revija za socijalnu politiku.* 2019; 26(2): 241–253. Doi: 10.3935/rsp.v26i2.1593.
- Shortland F, Hall J, Hurley P, Little R, Nye C, Lobley M, et al. Landscapes of support for farming mental health: adaptability in the face of crisis. *Sociol Ruralis.* 2023; 63(Suppl 1): 116–140. Doi: 10.1111/soru.12414.
- Thu KM. The health consequences of industrialized agriculture for farmers in the United States. *Hum Organ.* 1998; 57(3): 335–341. Doi: 10.17730/humo.57.3.w53v3p7657176688.
- Wheeler R, Lobley M, McCann J, Phillimore A. »It's a lonely old world«: developing a multidimensional understanding of loneliness in farming. *Sociol Ruralis.* 2023; 63(Suppl 1): 11–36. Doi: 10.1111/soru.12399.



Foto: Blaž Lenček

projekty
POLIA
MOČI

omra
POLIJA
MOČI



ZRC SAZU



ZSPM
zveža slovenske
podeželske mladine

ZAVOD
ZRNO

