

KMETOVATI IN DOBRO ŽIVETI: DELO, ODNOSI IN POLJA MOČI



pmr POLJA
MOČI

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

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

POVZETEK

Občanska oziroma državljanska znanost spodbuja odprtost in povezovanje med znanstveno in širšo skupnostjo, kjer pripadniki širše javnosti s svojim intelektualnim trudom, znanjem ali pa s svojimi orodji in viri prispevajo k znanstvenemu procesu. Projekti, usmerjeni v participativno raziskovanje, so vse pogostejši tudi v kmetijstvu, saj so kmetje pomemben vir avtohtonega in

Avtorica: Nuša Kovačević Tojnko

Znanstveni in strokovni naziv: doktorica psihoterapevtske znanosti, docentka, psihologinja, psihoterapevtka

Inštitucija/zaposlitev, naslov: Univerza Alma Mater Europaea, Slovenska ulica 17, 2000 Maribor; Ambulanta za duševno zdravje Pamina, Jadranska cesta 23, 2000 Maribor

E-naslov: nusa.kt@almamater.si

ORCID iD: 0009-0004-9176-3093

Avtorica: Maruša Gorišek

Znanstveni in strokovni naziv: doktorica znanosti s področja sociologije, docentka in znanstvena sodelavka

Inštitucija/zaposlitev, naslov: Univerza Alma Mater Europaea, Slovenska ulica 17, 2000 Maribor; Fakulteta za informacijske študije v Novem mestu, Ljubljanska cesta 31, 8000 Novo mesto

E-naslov: marusa.gorisek@fis.unm.si

ORCID iD: 0000-0002-5711-205X

Avtorica: Tatjana Rožič

Znanstveni in strokovni naziv: doktorica znanosti s področja zakonske in družinske terapije, docentka, univerzitetna diplomirana socialna delavka, specialistka zakonske in družinske terapije

Inštitucija/zaposlitev, naslov: Univerza Alma Mater Europaea, Slovenska ulica 17, 2000 Maribor; Študijsko-raziskovalni center za družino, Dvor 12, 1210 Ljubljana – Šentvid

E-naslov: tatjana.rozic@almamater.si

ORCID iD: 0000-0003-2011-8893

https://doi.org/10.3986/9789610511793_10, CC BY-SA

lokalnega znanja, ki je ključno pri številnih vidikih raziskovanja kmetijstva. Velike koristi imajo tudi za udeležence, saj lahko pripomorejo k izboljševanju različnih veščin. Ključen cilj participativnih projektov v kmetijstvu pa je predvsem v opolnomočenju kmetov.

V prispevku s pomočjo narativnega pregleda literature raziščemo, ali lahko opolnomočenje kmetov preko občanske znanosti deluje kot varovalni dejavnik njihovega duševnega zdravja, na katerega obremenjujoče delujejo številni dejavniki. V dosedanjih raziskavah je namreč nejasno, kako in v kakšni meri na duševno zdravje kmetov vpliva njihovo vključevanje v procese soustvarjanja znanja.

Ključne besede: občanska znanost, duševno zdravje, kmečka populacija, opolnomočenje

ABSTRACT

Citizen science promotes openness and connectivity between the scientific community and the general public, where members of the wider community contribute to the scientific process through their intellectual effort, knowledge, or personal tools and resources. Projects focused on participatory research are becoming increasingly common in agriculture, as farmers represent a vital source of indigenous and local knowledge, which is crucial for many aspects of agricultural research. Furthermore, these projects offer significant benefits to participants by helping them improve various skills. However, the key objective of participatory projects in agriculture is, above-all, the empowerment of farmers.

Kratka predstavitev avtoric

Nuša Kovačević Tojnko je psihologinja, psihoanalitična psihoterapevtka, supervizorka in učna terapevtka, direktorica Ambulante za duševno zdravje Pamina, koordinatorica Oddelka za psihologijo in psihoterapijo Univerze Alma Mater Europaea. Njena glavna področja raziskovanja so proces in izid psihoterapije in supervizije, povezanost psihoterapevtskega in supervizijskega procesa.

Maruša Gorišek je doktorica znanosti s področja sociologije, znanstvena sodelavka na Univerzi Alma Mater Europaea, docentka in prodekanja za znanstvenoraziskovalno delo na Fakulteti za informacijske študije v Novem mestu. Njena glavna področja raziskovanja so vloga znanosti in znanja v družbi, odnosi med znanostjo, politiko in širšo javnostjo.

Tatjana Rožič je doktorica znanosti, docentka, specialistka zakonske in družinske terapije, supervizorka in metasupervizorka. Zaposlena je kot članica projektne skupine na Univerzi Alma Mater Europaea in kot strokovnjakinja na programu za žrtve nasilja (financer MDDSZ) na Študijsko-raziskovalnem centru za družino, kjer je tudi strokovna vodja. Njena glavna področja raziskovanja so supervizija v psihoterapiji, proces spremembe.

In this paper, we use a narrative literature review to explore whether the empowerment of farmers through citizen science can act as a protective factor for their mental health, which is often adversely affected by numerous stressors. Existing research remains unclear on how and to what extent farmers' involvement in knowledge co-creation processes impacts their mental health.

Key words: citizen science, mental health, farming population, empowerment

1 UVOD

Državljska oziroma občanska znanost (angl. *citizen science*) je v zadnjih letih vse popularnejši koncept, ki naj bi premostil razkorak med pregovorno oddaljenimi znanstveniki in javnostjo in zagotovil večjo odprtost, demokratičnost in legitimnost znanstvenih dognanj. V grobem se nanaša na znanstvene projekte, ki aktivno vključujejo neznanstvenike v različne faze raziskovalnega dela. Sodelovanje v kontekstu državljanske znanosti omogoča raziskovalcem, da na primer zberejo obsežne podatke, ki jih sami ne bi mogli zbrati, oziroma v večji meri vključijo tudi avtohtono in lokalno znanje, ki je predmet raziskovanja in ga posedujejo posamezniki, neposredno vpeti v skupnost ali problem. Hkrati se vključeni posamezniki s sodelovanjem v teh projektih izobražujejo, izboljšujejo svoje veščine, kot sta kritično razmišljanje in sposobnost reševanja problemov, in tako aktivno prispevajo s svojim intelektualnim trudom in znanjem k poteku znanstvenega raziskovanja. Na eni strani so ti projekti način obogatitve znanosti in predstavljajo nov način sodelovanja med znanostjo in družbo, na drugi strani pa gre za spodbujanje aktivnega državljanstva in opolnomočenje posameznikov (Smith in Shimosuka, 2025).

Čeprav se občanski znanosti več pozornosti namenja šele v zadnjih letih, so principi in epistemski temelji, na katerih sloni, precej starejši. Izhajajo iz zgodovinske prakse pred institucionalizirano znanostjo in tradicijo amaterskih društev, ki so, predvsem na področju biologije, pogosto sodelovala z raziskovalnimi inštituti. Še pomembneje pa so povezani s participativnimi pristopi koprodukcije znanja, kot je participativno akcijsko raziskovanje, ki imajo v družboslovju že dolgo tradicijo (Albert in sod., 2021; Jagosh in sod., 2012; Lewin, 1946).

Ti projekti so vse pogostejši tudi v kmetijstvu, saj so kmetje pomemben vir avtohtonega in lokalnega znanja, ki je ključno pri številnih vidikih raziskovanja kmetijstva. S tem so tehnološke in kmetijske rešitve bolj prilagojene dejanskim lokalnim potrebam, kar omogoča hitrejše uvajanje inovacij (Van De Gevel in sod., 2020). Obstaja več načinov, kako so kmetje lahko vključeni v raziskovanje:

nominalno (kmet raziskovalcem posodi zemljo in delovno silo); posvetovalno (kmet poda svoje mnenje); akcijsko usmerjeno sodelovanje (kmetje sodelujejo pri izvajanju nekaterih korakov raziskave); sodelovanje pri odločanju (kmetje imajo vlogo pri odločanju, kaj in kako je treba storiti, in pri izvajanju), obstaja pa tudi t. i. kolegialno sodelovanje, pri katerem raziskovalci sodelujejo pri krepitevi lastnih raziskav kmetov (Ashby, 1996).

Sodelovanje v tovrstnem raziskovanju torej priznava kmete kot poznavalce in nosilce znanja in jim daje glas v procesu, ki pogosto vodi v nastanek novih pristopov, tehnologij ali regulacij. Krepitev socialnih vezi znotraj kmečkega prebivalstva in povezovanje z drugimi deležniki pa poveča družbeno kohezivnost in sodelovanje (Ebitu in sod., 2021).

V prispevku se osredotočamo na opolnomočenje kmečke populacije z vidika skrbi za njihovo duševno zdravje. Kljub naraščajočemu pomenu participativnih pristopov v kmetijstvu namreč ostaja nejasno, kako in v kakšni meri vključevanje kmetov v procese soustvarjanja znanja vpliva na njihovo duševno zdravje. V prvem delu podrobneje predstavimo občansko znanost in participativne oblike raziskovanja kot vir opolnomočenja, v nadaljevanju navajamo varovalne in dejavnike tveganja za duševno zdravje kmetov, z ugotovitvami dosedanjih raziskav odgovorimo na zastavljeno raziskovalno vprašanje, v zaključku pa naše ugotovitve umestimo v širši kontekst odnosa med znanostjo in javnostjo.

2 OBČANSKA ZNANOST IN PARTICIPATIVNE OBLIKE RAZISKOVANJA KOT VIR OPOLNOMOČENJA

V literaturi najdemo vrsto definicij občanske znanosti. Ključno vsem je, da gre za sodelovanje članov širše javnosti, ki niso znanstveniki, v znanstvenih oziroma raziskovalnih projektih. Po standardih evropske zveze za občansko znanost (ECSA) sem spada več različnih vrst vključevanja državljanov v projekte. Udeleženci imajo lahko različne vloge v raziskovalnem procesu, lahko so aktivno vključeni v oblikovanje raziskovalnih vprašanj in hipotez in interpretacijo ugotovitev, lahko pa je njihovo sodelovanje omejeno na eno fazo raziskovanja, navadno na fazo zbiranja podatkov.

Tako se definicije gibljejo med širokimi, ki kot občansko znanost opisujejo kakršnokoli vključenost javnosti, četudi to pomeni zgolj zagotavljanje resursov, kot je nalaganje aplikacije ali deljenje računalniške moči (Haklay in sod., 2020), in kompleksnejšimi definicijami, ki zahtevajo večji angažma udeležencev. Nekateri avtorji jo razumejo kot angažiranost splošne javnosti v znanstvenoraziskovalni

dejavnosti v primerih, kjer udeleženci aktivno prispevajo k znanosti, bodisi s svojim intelektualnim naporom in znanjem bodisi s svojimi orodji in viri (Adam, 2018; Heiss in Matthes, 2017; Shirk in sod., 2012). Predvsem v zgodnejših definicijah pa je v ospredju tudi civilni vidik, ki se ne nanaša samo na sodelovanje pri znanstvenem procesu, ampak tudi na vidik aktivnega državljanstva, kjer je javnost vključena tudi pri dejanskem odločanju o političnih vprašanjih in posledično angažiranje raziskovalcev v demokratičnih in političnih procesih (Lewenstein, 2004). Prav ta vidik dokazuje, da v svojem bistvu občanska znanost izhaja iz participativnega akcijskega raziskovanja in sorodnih pristopov, ki so usmerjeni v praktične probleme v resničnem svetu z vključevanjem tistih, ki jih ti problemi tudi neposredno zadevajo (Albert in sod., 2021).

Tako so tudi cilji občanske znanosti definirani različno. V političnem kontekstu lahko govorimo o grajenju konsenza in vplivanju na zavedanje odločevalcev o določenih problemih, z znanstvenega vidika o produkciji znanja in povezovanju znanstvenih ugotovitev z dejanskim področjem njihove aplikacije, z vidika družbe pa so izpostavljeni predvsem vidiki naslavljanja problemov skupnosti, povečanje znanja skupnosti in posameznikov in njihovo povezovanje (Haklay in sod., 2021). Eitzel in sodelavci (2017) poudarjajo, da dandanes obstajajo različne dimenzije razumevanja občanske znanosti. Lahko jo razumemo kot orodje oziroma metodo za raziskovalno sodelovanje, ki izboljšuje znanstvene rezultate in izobražuje udeležence, kot gibanje za demokratizacijo znanstvenega procesa ali kot kapaciteto za ustvarjanje znanja, usmerjeno v opolnomočenje skupnosti z raziskavami, ki temeljijo na participativnem akcijskem raziskovanju.

Posledično lahko govorimo tudi o različnih načinih vključenosti sodelujočih in različnih vrstah sodelovanja, ki se pri tem dogaja. Bonney in sodelavci (2009) so oblikovali kategorizacijo več vrst projektov:

- prispevni projekti (angl. *contributory*), kjer celoten projekt zasnujejo znanstveniki, državljani pa večinoma le zbirajo podatke po vnaprej določenih protokolih,
- sodelovalni projekti (angl. *collaborative*), kjer projekt zasnujejo znanstveniki, udeleženci pa poleg zbiranja podatkov sodelujejo pri izboljšavi načrta raziskave in analizi podatkov ali razširjanju ugotovitev,
- soustvarjalni projekti (angl. *co-created*), kjer znanstveniki skupaj z udeleženci sodelujejo pri večini korakov raziskovalnega procesa, vključno z oblikovanjem raziskovalnih vprašanj.

Haklay (2012) v svoji klasifikaciji loči množično zbiranje podatkov (angl. *crowdsourcing*), kjer posamezniki sodelujejo le kot zbiratelji podatkov z minimalnim kognitivnim vložkom; projekte porazdeljene inteligence (angl.

distributed intelligence), kjer udeleženci sodelujejo kot interpretatorji in opravljajo osnovno analizo podatkov; participativno znanost, kjer so državljani vključeni tudi v samo definiranje problema, vendar proces še vedno vodijo znanstveniki, in ekstremno občansko znanost, kjer so državljani vključeni v vse faze raziskave.

Od načina vključenosti v raziskovalne projekte pa je odvisno tudi, koliko moči imajo udeleženci med procesom. Schrögel in Kolleck (2019) sta tako razvila trodimenzionalni model participativne kocke, ki primerja različne oblike sodelovanja javnosti v znanosti. Ta zajema doseg (razpon udeležencev, ki sodelujejo v procesu), epistemološki poudarek (kako in v kolikšni meri sodeluje javnost pri raziskovalnem procesu) in normativni poudarek (stopnja vključenosti javnosti v odločanje na osi od javne razprave do neposrednega odločanja). Avtorja tako z modelom dobro orišeta problematiko širokega razumevanja občanske znanosti. Nekateri projekti množičnega zbiranja podatkov imajo lahko velik doseg v javnosti, a imajo zaradi nizkega normativnega in epistemološkega poudarka omejen vpliv na udeležence v smislu krepitev njihovih sposobnosti in njihovega opolnomočenja.

Nižji nivoji vključenosti javnosti v raziskovalne projekte, podobno kot pri vključenosti v ekonomske in politične procese, ne zajemajo prerazdelitve moči, kar pomeni, da participacija ostane na nivoju praznega rituala (Arnstein, 1969). Za opolnomočenje udeležencev so torej nujne višje oblike participacije, kjer znanstveniki razumejo udeležence kot pomembne nosilce znanja, ki imajo legitimno vlogo v procesu (Land-Zandstra in sod., 2021). Hkrati lahko to izboljša posameznikovo samozavest glede lastnih sposobnosti razumevanja in izvajanja znanstvenega raziskovanja in okrepi občutek kolektivne učinkovitosti in moči za dejanske družbene spremembe (Von Gönner in sod., 2023). Izraz občanska znanost se torej uporablja izjemno široko, zato ga je za namene naše raziskave treba ustrezneje definirati.

Pri razumevanju koncepta občanske znanosti se v tem prispevku obračamo k njegovim koreninam, ki jih najdemo v uveljavljenih participativnih oblikah raziskovanja, kot je participativno akcijsko raziskovanje (PAR). To raziskovanje predpostavlja visoko vrednost izkustvenega znanja pri reševanju družbenih problemov in v središče raziskovanja postavlja participacijo in včasih tudi vodenje tistih, ki to znanje posedujejo. Gre za sodelovalni proces, pri katerem je ključen odnos med raziskovalci in posamezniki v lokalnem okolju, ki je direktno usmerjen v opolnomočenje skupnosti (Cornish in sod., 2023), zato v tem prispevku večinoma uporabljamo izraz participativne oblike raziskovanja, saj želimo poudariti pomen sodelovanja in opolnomočenja, ki ni prisoten v vseh vrstah projektov, ki se predstavljajo kot projekti občanske znanosti.

3 DUŠEVNO ZDRAVJE KMETOV – VAROVALNI DEJAVNIKI IN DEJAVNIKI TVEGANJA

Duševno zdravje kmetov ni odvisno le od posamezne spremenljivke, temveč od kompleksnega prepleta več dejavnikov (Humer in sod., 2026; Saju in sod., 2024). Varovalni dejavniki duševnega zdravja v psihosocialnem delovnem okolju kmetov sicer niso tako dobro raziskani kot dejavniki tveganja (Lundqvist, 2024), se pa v zadnjem obdobju pojavlja vse več študij, ki se osredotočajo tudi na to področje.

Razumevanje varovalnih dejavnikov je nujno za krepitev odpornosti in splošnega preživetja kmečkega prebivalstva (Saju in sod., 2024), lahko pa osvetli tudi priložnosti za minimiziranje številnih tveganj in prepreči, da bi duševna stiska napredovala (Liang, 2024). Skozi pregled znanstvene literature se kot ključne kažejo tri kategorije varovalnih dejavnikov duševnega zdravja kmetov, ki jih navajamo v nadaljevanju.

Socialna opora in povezanost s skupnostjo se dosledno kažeta kot varovalna dejavnika, ki delujeta kot blažilec (angl. *buffer*) pred negativnimi učinki stresa (Liang, 2024; Lundqvist, 2024; Deegan in Dunne, 2022). Liang (2024) je ugotovil, da je socialna podpora delovala varovalno pred zaznanim stresom in simptomi depresije. Udeleženci, ki so imeli socialno podporo, so poročali o nižjih ocenah stresa in depresije kot udeleženci, ki socialne podpore niso imeli. Riethmuller in sodelavci (2024) so izvedli študijo med kmeti v Zahodni Avstraliji in potrdili, da sta ključna elementa, ki varujeta duševno zdravje in krepiata odpornost kmetov, občutek pripadnosti (vključenost v lokalno skupnost) in socialna podpora (prijatelji, družina in kolegi). Socialni varovalni dejavniki so se tudi v študiji Saju in sodelavcev (2024) pokazali kot ena izmed treh glavnih tem, v katero spadajo odnosi s prijatelji in vrstniškimi skupinami, občutek pripadnosti, družina in socialno udejstvovanje. Ključnega pomena je močna mreža prijateljev, ki so na voljo za pogovor v katerem koli trenutku, ne glede na naravo težave (Riethmuller in sod., 2023). Brigance in sodelavci (2018) so preučevali varovalne dejavnike za duševno zdravje ekoloških kmetov in ugotovili, da visoka stopnja sodelovanja kmetov v skupnosti prispeva h krepitvi zaupanja in sodelovanja. Socialna mreža med ekološkimi kmetovalci ustvarja trdno družbeno strukturo, ki spodbuja medosebne interakcije in omogoča negovanje osebnih odnosov. Posebno vlogo pri ohranjanju duševnega zdravja igrajo kmetijske organizacije in zadruge. Zadrugo osebje in člani odborov so pogosto prva točka stika za kmete v težavah. Zadruge delujejo kot podporna mreža, znotraj katere si kmetje pomagajo, delujejo pa tudi kot ključne točke socialne interakcije in ozaveščanja o duševnem zdravju (Liang in sod., 2022). Kmetovanje je pogosto izolirano in

osamljeno delo, članstvo v tovrstnih organizacijah pa omogoča izmenjavo znanja in občutek pripadnosti, kar preprečuje občutek osamljenosti in socialni pritisk (Deegan in Dunne, 2022).

Osebni psihološki viri so poleg zunanje socialne podpore in povezanosti s skupnostjo ključni varovalni dejavniki za duševno zdravje kmetov. Saju in sodelavci (2024) med osebne varovalne dejavnike uvrstijo občutek avtonomije, življenjski namen, strast do dela, večšine reševanja problemov, pozitivno naravnost in krepitev odpornosti, učenje novih veščin, spiritualna in religiozna prepričanja. Brigance in sodelavci (2018) v kontekstu ekoloških kmetov ugotavljajo, da doživljanje sebe kot »graditelja skupnosti« prispeva h krepitvi socialnega in človeškega kapitala; kmetovalci doživljajo splošno občutje izpolnjenosti in pozitivno vrednotenje lastnega poklicnega dela. Ekološki kmetje ostajajo optimistični glede prihodnosti, doživljajo samospoštovanje in globok občutek zadoščenja ob lastnih dosežkih in uspehih.

Okoljski dejavniki in življenjski slog so prav tako pomembni. Specifika kmetijskega okolja nudi edinstvene priložnosti za ohranjanje blagostanja. Povezava z obdelovalno zemljo, delo z živalmi, uživanje kakovostne hrane, sposobnost dela po upokojitveni starosti in bivanje v podeželskem okolju so dejavniki, ki kmetom prinašajo notranje zadoščenje (Lundqvist, 2024). Saju in sodelavci (2024) so v študiji kot okoljske varovalne dejavnike opredelili življenjski slog in telesno aktivnost, podeželsko okolje, državno oziroma institucionalno podporo in družbeno priznanje. Ekološkim kmetom okoljska odgovornost veliko pomeni, saj vključuje delovanje in kmetovanje na način, ki aktivno varuje in ohranja naravno okolje. Medtem ko so Riethmuller in sodelavci (2023) ugotovili, da je za kmete pomembna zmožnost t. i. odklopa oziroma preživljanja prostega časa izven kmetije (na primer ukvarjanje hobiji, dopust, druženje), so norveški kmetje v študiji, ki so jo opravili Dølen in sodelavci (2025), telesni aktivnost izven dela in dopustu stran od kmetije pripisali manjši pomen, so pa potrdili, da k njihovemu dobremu počutju prispevata varna in stabilna ekonomija in priznanje za delo.

Dejavniki tveganja za duševno zdravje kmetov so kompleksni in medsebojno prepleteni, saj izhajajo iz specifične narave dela kmetovalcev, ekonomskih negotovosti, okoljskih pritiskov, socialnih in kulturnih razmer v ruralnih okoljih. Ti dejavniki delujejo kumulativno, kar vodi v statistično značilno višje tveganje za anksioznost, depresijo, psihološko stisko in samomorilno vedenje v primerjavi s splošno populacijo (Humer in sod., 2026; Rudolphi in sod., 2026; Torske in sod., 2016).

Riethmuller in sodelavci (2024) ugotavljajo, da so s slabšim duševnim zdravjem (anksioznostjo, depresijo in stresom) najbolj povezane disfunkcionalne in emocionalne strategije soočanja, kot je izogibanje problemom, in stresorji v družini in medosebnih odnosih. Posebej izstopajo finančni in zunanji stresorji, na katere kmet nima neposrednega vpliva, in vsakodnevni delovni stresorji, ki dodatno prispevajo k psihološki obremenjenosti. Humer in sodelavci (2026) v obsežni študiji na vzorcu avstrijskih kmetov ugotavljajo, da je verjetnost za pojav klinično relevantnih simptomov depresije, anksioznosti, motenj spanja in zaznane stiske statistično značilno višja pri ženskah, mlajših kmetih in samskih posameznikih. Med dejavniki življenjskega sloga se kot pomembni tveganji izkažeta fizična neaktivnost zunaj poklica in pretirana uporaba pametnih telefonov, med delovnimi pogoji pa dolgi delovni urniki in občutek finančne negotovosti. Avtorji poudarjajo kompleksno interakcijo sociodemografskih, delovnih in vedenjskih spremenljivk, ki skupaj oblikujejo ranljivost kmetov za duševne težave.

Uvid v razumevanje povezave med ekonomsko negotovostjo in duševnim zdravjem družin kmetovalcev je dala tudi študija Rudolphi in sodelavcev (2026). V študiji ameriških staršev, ki so hkrati kmetovalci, so ugotovili, da finančna obremenitev statistično značilno napoveduje višjo pojavnost depresije in anksioznosti, pri čemer se je izkazalo, da ekonomski dejavniki vplivajo tudi na starševski slog.

Dodatni dejavnik tveganja predstavljajo okoljski in podnebni pritiski. Vaheddoost (2026) izpostavlja, da suša in podnebne spremembe močno poslabšajo duševno zdravje kmetov v ruralnih in kmetijskih skupnostih. Dolgotrajna suša vodi do ekonomskih nestabilnosti, izgube delovnih mest, socialne izolacije in zmanjšane kmetijske produktivnosti, kar neposredno prispeva k višji pojavnosti depresije, anksioznosti, posttravmatske stresne motnje, ekološke žalosti (angl. *ecological grief*) in ekološke anksioznosti (angl. *eco-anxiety*). Avtorica poudarja, da podaljšana suša spodbuja občutek brezupnosti, oslabi socialno kohezijo, zmanjša občutek identitete in pripadnosti, zaradi česar postane suša ne le okoljevarstvena in ekonomska, temveč tudi psihološka kriza. Kako socio-ekološki sistemi neposredno vplivajo na psihološko stisko, pa je pokazala kvalitativna študija Pienkowskega in sodelavcev (2024), ki je ugotovila, da ugandski podeželskih skupnostih ob mejah z varstvenimi območji poročajo o izgubah pridelka zaradi divjih živali, komercialna kmetijska ekspanzija pa dodatno poslabša revščino pri revnejših gospodinjstvih, čeprav prinaša dohodek bogatejšim.

Celotna dinamika kaže, da interakcije med ekosistemi in socialnoekonomskimi razmerami neposredno oblikujejo duševno obremenitev. Roy in sodelavci (2026) med indijskimi strokovnjaki identificirajo večdimenzionalne dejavnike tveganja duševnega zdravja kmetov, ki segajo na področja proizvodnje, psihološkega stanja, trženja, financ in zakonodaje. Med najpomembnejšimi tveganji so finančna nestabilnost, birokratske ovire, podnebni in okoljski pritiski in pomanjkanje socialne podpore, ki skupaj zahtevajo celovite družbene strategije za zmanjšanje stiske.

Dostop do pomoči kmetom pa dodatno otežujejo kulturne in strukturne ovire. Purc-Stephenson in sodelavke (2024) in Cuthbertson in sodelavke (2026) poudarjajo, da kulturne norme, kot sta stoicizem in stigma, dvojna vloga kmeta kot delavca in družinskega člana in geografska oddaljenost ruralnih območij krepijo občutek izolacije in otežujejo iskanje pomoči. Podobno sta na stisko slovenskih moških v kmetijstvu opozorila tudi Roy in Knežević Hočevar (2019), ki sta izpostavila, da je njihova glavna težava družbena nevidnost, ki jo povzročata dva ključna dejavnika: moški ideali in geografska oddaljenost.

Torske in sodelavci (2016) so v longitudinalni študiji primerjali sorojence in ugotovili izrazito statistično pomembno razliko med sorojenci glede na to, kje delajo. Tisti, ki so kmetovali, so imeli značilno višje verjetnosti za simptome anksioznosti in depresije kot njihovi sorojenci, ki so delali v drugih poklicih, in to kljub skupnim družinskim dejavnikom skozi odrasčanje (genetika, družinsko okolje, otroštvo in socioekonomski položaj v mladosti). Ta primerjava jasno izloči vpliv skupnega družinskega ozadja in dokazuje, da je prav kmetijsko delo samo po sebi neposreden in neodvisen dejavnik tveganja za slabše duševno zdravje.

Roy in Knežević Hočevar (2019) sta iz statističnih podatkov za Slovenijo povzela, da skupina *poklicni kmetovalci, gozdarji in ribiči* (brez starejših, upokojenih ali neregistriranih kmetov) zaseda prvo mesto med ostalimi poklicnimi skupinami s splošno stopnjo samomora 57 na 100.000 zaposlenih oseb, kar je štirikrat več od skupne splošne stopnje 13,8 v letu 2016. V brazilski študiji primera in kontrole sta Santos in Barbosa (2025) ugotovila, da so s samomorilnim vedenjem pri kmetih statistično značilno povezani družinska anamneza duševnih motenj, začasno ali plačano delo in izpostavljenost zastrupitvi s pesticidi. Schaffler in sodelavke (2026) dopolnjujejo sliko z ugotovitvijo, da sta profesionalni in finančni stresor najpogostejša, socialni stiki in osebne kompetence pa glavni viri spoprijemanja, pri čemer odsotnost mehanizmov soočanja močno korelira z anksioznostjo pri starejših kmetih.

Ključni dejavniki tveganja za duševno zdravje kmetov so torej: a) *kronične ekonomske negotovosti in finančne stiske*, b) *teža delovnih pogojev* (dolgi urniki,

delovni stresorji), c) *okoljski in podnebni pritiski* (suša, ekstremni vremenski pojavi, škoda zaradi divjih živali, izpostavljenost pesticidom), č) *socialna izolacija*, d) *stigmatizacija duševnega zdravja*, e) *specifično sociodemografsko ranljive skupine* (glede na spol, starost, samski status) in f) *disfunkcionalne strategije soočanja z duševno stisko*. Ti dejavniki medsebojno izrazito prispevajo k povišanemu tveganju za anksioznost, depresijo, psihološko stisko in samomorilno vedenje pri kmetih. Tveganje statistično značilno presega stopnje, opažene v splošni populaciji v različnih geografskih kontekstih. Posledično je nujno potreben razvoj ciljanih, kontekstualno prilagojenih in večdimenzionalnih intervencij in politik, ki naslavlja tako strukturne kot psihosocialne dejavnike tveganja in krepijo psihološko odpornost kmetijskih skupnosti. V naslednjem poglavju raziskujemo, ali lahko participativno raziskovanje in občanska znanost delujeta kot eden takih varovalnih mehanizmov.

4 OPOLNOMOČENJE KMETOV PREKO OBČANSKE ZNANOSTI

Temelj vsake razprave o opolnomočenju je pojem moči. Nelson in Wright (1995, v Lambrou, 2001) opišeta tri modele moči, ki se uporabljajo za analizo različnih vidikov participacije in opolnomočenja. Poleg modela obvladovanja (angl. *power over*) in modela moč za (angl. *power for*) je za razumevanje opolnomočenja znotraj našega prispevka najbolj relevanten model moč delovanja (angl. *power to*), ki je definiran kot model človeške rasti in predvideva zmožnost, da ljudje pridobijo moč, ne da bi nujno negativno vplivali drug na drugega. Na osebnostni ravni to vključuje razvijanje samozavesti in premagovanje notranje zatrtosti; notranje močnejši posamezniki lahko tako začnejo izzivati obstoječe stanje, povečuje se zmožnost pogajanja, vplivanja na bližnje odnose in kolektivnega delovanja za močnejši vpliv, kot če bi posameznik deloval sam.

Da bi lahko občansko znanost oziroma participativne oblike raziskovanja videli kot tiste, ki delujejo kot varovalni dejavniki za duševno zdravje kmetov, mora, kot že zapisano uvodoma, participacija naprej prispevati k prerazdelitvi moči (Arnstein, 1969), udeleženci pa morajo biti vključeni v višje oblike participacije, kjer so razumljeni kot pomembni nosilci znanja, z legitimno vlogo v procesu (Land-Zandstra in sod., 2021). Kot ugotavljajo Paleologo in sodelavci (2025), so za uspešnost participativnih projektov pomembni dejavna vključenost kmetov od nastajanja ideje do implementacije, močni odnosi, zaupanje, fleksibilna interakcija in vloga posrednikov, kot so svetovalci ali facilitatorji, ki pomagajo premostiti razkorak med znanstveno skupnostjo in skupnostjo kmetovalcev.

Bellon (2001) participativnega raziskovanja ne razume kot občasnega posvetovanja s kmeti, temveč kot sistematičen dialog med kmeti in znanstveniki za reševanje kmetijskih problemov. Pri tem poudarja, da imajo kmetje lastno lokalno znanje, izvajajo lastne poskuse in delujejo znotraj socialnih mrež, prek katerih se širijo informacije, inovacije in prakse. V takem kontekstu se krepi občutek nadzora in smiselnega delovanja.

Participativni procesi lahko občutek nemoči zmanjšujejo takrat, ko kmetom omogočijo, da njihove izkušnje postanejo legitimna oblika znanja. Johnson in sodelavke (2003) ugotavljajo, da participativne metode ne vplivajo le na relevantnost uporabe različnih tehnologij v kmetijstvu in ekonomske učinke, temveč tudi na človeški in socialni kapital, zlasti kadar kmetje z raziskovalci sodelujejo intenzivno in daljši čas. Avtorice so opozorile, da slabo zasnovana participacija ne deluje varovalno, ampak lahko postane dodatni časovni, organizacijski ali psihološki stresor za kmeta, kar je pomembno pri razumevanju dejavnikov, ki vplivajo na duševno zdravje kmečke populacije.

Na podlagi predhodno predstavljenih dejavnikov tveganja in varovalnih dejavnikov se ustrezna oblika participativnega raziskovanja oziroma občanska znanost kaže kot pristop, ki lahko naslavlja nekatere ključne psihosocialne mehanizme, povezane z duševnim zdravjem kmetov. Ugotavljamo pa, da občanske znanosti ni smiselno razumeti kot neposredne intervencije za izboljšanje duševnega zdravja kmetov, temveč kot potencialni posredni varovalni mehanizem, ki lahko krepi socialno oporo, občutek pripadnosti, osebno vključenost, dostop do uporabnega znanja, zaupanje med kmeti in institucijami in kolektivno sposobnost odzivanja na negotovost. S tem se participativni pristopi umeščajo med tiste širše, skupnostno in sistemsko usmerjene oblike podpore, ki lahko dopolnjujejo individualno psihološko podporo, ne morejo pa je nadomestiti.

Opolnomočenje kmetov preko občanske znanosti lahko razumemo kot *moč delovanja*, ki skladno z ugotovitvami Lambrou (2001) vključuje razvoj samozavesti, premagovanje notranje nemoči, krepitev sposobnosti pogajanja, vplivanja na odnose in kolektivnega delovanja. Menimo, da je v povezavi z duševnim zdravjem kmetov ta koncept posebej relevanten, saj številni predhodno opisani dejavniki tveganja za duševno zdravje kmetov izhajajo prav iz občutka izgube nadzora, na primer nad vremenskimi razmerami, cenami, stroški, birokratskimi zahtevami, dostopom do pomoči in prihodnostjo kmetije.

Pri participativnem raziskovanju je pomembno tudi razumeti, kaj je njegov namen oziroma kaj so njegovi cilji. Lilja in Dixon (2008) razlikujeta med funkcionalnimi cilji in cilji, ki opolnomočijo, pri čemer so prvi usmerjeni v

izboljšanje učinkovitosti raziskovalnega procesa (na primer razviti bolj uporabne tehnologije, sorte ali prakse), cilji, ki opolnomočijo, pa so usmerjeni v krepitev sposobnosti kmetov, da sami analizirajo svoje potrebe, se organizirajo in vplivajo na odločevalce. V tem kontekstu govorimo o utelešenih (angl. *embodied*) učinkih, na primer povečana produktivnost, in neutelešenih (angl. *disembodied*) učinkih, ki prispevajo h kmetovemu znanju in zmogljivostim (Lilja in Dixon, 2008; Lilja in Bellon, 2006).

V kontekstu duševnega zdravja kmečke populacije sta pomembna oba vidika. Funkcionalni učinki lahko zmanjšujejo delovne stresorje, kar prispeva k pridobivanju zanesljivejših informacij, uporabnejšim praksam ali boljšemu odločanju. Učinki, ki opolnomočijo, pa lahko krepijo občutek kompetentnosti, pripadnosti in kolektivne moči, kar se neposredno navezuje na predhodno opisane osebne in socialne varovalne dejavnike. Cilje participativnega raziskovanja v kmetijstvu razlikujeta tudi Jackson-Smith in Veisi (2023), in sicer je pri funkcionalnih ciljih namen povečanje zaupanja in sprejemanja znanstvenih ugotovitev in uporaba inovacij, bistvo normativnih ciljev pa je opolnomočenje ljudi, torej povečanje človeškega in socialnega kapitala udeležencev. Ti cilji so pogosto osredotočeni na marginalizirane in premalo zastopane kmete (na primer ženske, rasne ali etnične manjšine, manjše kmetije). Sistematični pregled literature, ki so ga opravili Sachet in sodelavci (2021), je potrdil, da participativno akcijsko raziskovanje omogoči opolnomočenje skupnosti, povezovanje kmetov, spodbujanje strateškega načrtovanja znotraj skupnosti in socialno učenje oziroma soustvarjanje znanja.

Pomemben mehanizem participativnega raziskovanja je torej krepitev socialne povezanosti. Socialna opora in pripadnost skupnosti dosledno delujeta kot varovalna dejavnika duševnega zdravja kmetov. Participativni projekti lahko ta mehanizem okrepijo, kadar ustvarijo prostore, v katerih kmetje izmenjujejo izkušnje, primerjajo rešitve, oblikujejo skupne razlage problemov in razvijajo medsebojno podporo. Budowle in Porter (2022) sta v skupnostno participativnem projektu ugotovili, da udeleženci izboljšanja blagostanja niso pripisovali le konkretni intervenciji, temveč predvsem odnosnim procesom, to je povezovanju z družino, sosedi, prijatelji, sodelavci, skupnostjo, organizacijami in okoljem. Avtorici ugotavljata, da socialna opora in pripadnost pomagata pri prehodu od individualne aktivnosti h kolektivni aktivnosti in samoorganizaciji, ki sta pomembni za skupnostno odpornost.

Ta ugotovitev je posebej pomembna za kmete, ker se številni stresorji, opisani v predhodnem poglavju, doživljajo kot individualna odgovornost, čeprav so pogosto strukturne narave. Participativno raziskovanje lahko prispeva k preoblikovanju tega doživljanja na način, da problem ni več zgolj »moj neuspeh«,

temveč postane raziskovalno, poklicno in skupnostno vprašanje. V tem smislu lahko participativni procesi zmanjšujejo izolacijo in krepijo občutek, da je posameznik del širše mreže ljudi, ki se soočajo s podobnimi negotovostmi. To se povezuje tudi z ugotovitvami Doherty in sodelavk (2023), ki so pri kmetih začetnikih izpostavile vrzeli v socialni podpori, socialno izolacijo in hkrati pomen vzajemne pomoči kot strategije spoprijemanja.

Posebno mesto ima participativno oblikovanje informacijskih in digitalnih sistemov. Ker so med dejavniki tveganja pogosto izpostavljeni negotovost, pomanjkanje pravočasnih informacij, podnebna nestabilnost in tržni pritiski, lahko dostop do uporabnih informacij deluje kot pomemben podporni mehanizem, vendar informacije same po sebi niso nujno varovalne. Barakabitze in sodelavci (2017) so pri razvoju informacijskih sistemov za širjenje kmetijskega znanja v Tanzaniji ugotovili, da številne rešitve niso sprejete, kadar so razvite brez participativnih pristopov. Nasprotno pa pristopi, kot so participativno raziskovanje kmetovalcev, participativno učenje, akcijsko raziskovanje, participativna komunikacija, participativno video in mobilno učenje, podpirajo sprejemanje informacijsko-tehnoloških rešitev, saj omogočajo prepoznavanje potreb kmetov, vključujejo lokalno znanje, omogočajo dvosmerno komunikacijo in povratne informacije. Za duševno zdravje je to pomembno, zato ker lahko participativno razviti informacijski sistemi zmanjšujejo občutek nepredvidljivosti, povečujejo občutek nadzora in omogočajo boljše odločanje. Hkrati pa avtorji opozarjajo na ovire, kot so slaba infrastruktura, omejen dostop do posodobljenih informacij, jezikovne ovire, slaba implementacija politik, omejeno spremljanje kmetijskih aktivnosti in ekonomske omejitve. Na podlagi teh ugotovitev lahko torej rečemo, da digitalna občanska znanost ali informacijsko-tehnološko podprta participacija ne moreta biti varovalni mehanizem, če ne upoštevata materialnih in infrastrukturnih pogojev, v katerih kmetje delujejo.

Eden ključnih dejavnikov tveganja za duševno zdravje kmetov so podnebne spremembe, saj povečujejo negotovost pri načrtovanju dela, pridelave in ekonomskih odločitev. V tem kontekstu postane pomembno vprašanje, ali lahko participativno oblikovanje podnebnih informacij prispeva k večjemu občutku nadzora in s tem posredno deluje varovalno. Nyadzi in sodelavci (2022) so na primeru kmetov v Gani pokazali, da podnebne informacijske storitve pogosto ne dosežejo svojega namena, ker so za kmete manj zanesljive, slabše sprejete in manj uporabne v vsakodnevnom odločanju. Nasprotno pa skupno ustvarjanje podnebnih informacij, ki povezuje znanstvene vremenske napovedi z lokalnim oziroma domorodnim znanjem kmetov, poveča uporabnost, sprejemljivost in uporabo teh informacij v praksi (Nyadzi in sod., 2022). Z vidika duševnega zdravja je ta ugotovitev pomembna, zato ker soustvarjene podnebne informacije

kmetu ne ponujajo le podatkov, temveč tudi večjo možnost razumevanja, predvidevanja in aktivnega odzivanja na podnebno negotovost. Kmet tako ni zgolj pasivni prejemnik opozoril, temveč sodeluje pri oblikovanju znanja, ki je povezano z njegovim življenjskim okoljem in konkretnimi odločitvami na kmetiji. Takšen proces lahko posredno zmanjšuje občutek nemoči in krepi odzivnost, samoučinkovitost in prilagoditveno zmožnost, ki so pomembni psihosocialni varovalni mehanizmi.

Kljub navedenim potencialom participacije je torej nujen kritičen pogled. Participacija niti ni nujno tista, ki opolnomoči, niti samodejno varovalna. Arnstein (1969) je že v klasični razpravi o državljanski participaciji opozorila na razliko med navidezno participacijo in dejansko prerazporeditvijo moči. V kmetijskem raziskovanju se ta razlika kaže v vprašanju, ali imajo kmetje dejanski vpliv na raziskovalni proces ali so vključeni le, da raziskava pridobi legitimnost. Neef in Neubert (2011) zato zavračata linearno razumevanje, da je »več participacije« vedno boljše, in predlagata večdimenzionalni okvir, ki upošteva tip projekta, raziskovalni pristop, lastnosti raziskovalcev, interakcije med raziskovalci in deležniki, lastnosti deležnikov in koristi zanje. Ob tem opozorita, da sodelovanje v raziskavah za kmete ni brez stroškov, saj vključuje čas, energijo, zaupanje in pogosto tudi tveganje.

Wilmer in sodelavci (2025) ta kritični vidik dodatno poglobijo, saj opozorijo na preplet kmetijskih, naravovarstvenih in raziskovalnih interesov. Sodelovanje v konfliktnih socialno-ekoloških kontekstih lahko namreč poteka v nasprotju z interesom posameznih skupin, kadar imajo te različne zgodovine, interese in izkušnje nezaupanja. Njihov okvir tako vključuje štiri dimenzije, ki so pomembne za uspešno participativno raziskovanje: zgodovino konflikta in sodelovanja, socialno-ekološke modele, biološko-ekološko dinamiko in občutek nadzora in aktivne vključenosti v raziskovalni proces. Avtorji poudarjajo, da je za uspešno sodelovanje nujna refleksivnost raziskovalcev, razumevanje zgodovinskega konteksta, spoštovanje različnih pogledov in oblikovanje raziskovalnih izhodov, ki koristijo tudi lokalnim skupnostim.

Menimo, da je navedeni vidik pomemben tudi za duševno zdravje kmetov, saj lahko slabo zasnovano sodelovanje poglobi nezaupanje, občutek neslišnosti in izkušnjo, da institucije uporabljajo kmetovalce za svoje cilje. Nasprotno pa lahko kakovostno zasnovano sodelovanje, ki priznava lokalno znanje in tveganja kmetov, krepi dejavnike, ki jih literatura prepoznava kot pomembne varovalne mehanizme duševnega zdravja, predvsem občutek spoštovanja, zaupanja, socialno oporo in skupno reševanje problemov. Doherty in sodelavke (2023) opozarjajo, da stres kmetovalcev ni enakomerno porazdeljen, temveč se prepleta z dostopom do virov, diskriminacijo in socialno pravičnostjo. Po

mnenju avtoric participativni projekti torej ne morejo biti varovalni, če vključujejo predvsem tiste kmete, ki so že bolj povezani, izobraženi, samozavestni ali časovno razpoložljivi, medtem ko marginalizirane skupine ostajajo izključene.

5 ZAKLJUČEK

Skozi pregled literature povzemamo, da je duševno zdravje kmetov povezano s kompleksnim prepletom dejavnikov tveganja in varovalnih dejavnikov, ki delujejo na ravni posameznika, družine, skupnosti in širšega socio-ekološkega okolja. Četudi je empirična podlaga za odgovor na naše raziskovalno vprašanje relativno skromna, teoretični pregled literature kaže, da lahko participativno raziskovanje oziroma občanska znanost predstavlja potencialni posredni varovalni dejavnik duševnega zdravja kmetov. Takšen potencial temelji predvsem na ugotovitvah raziskav o participaciji, socialnem kapitalu, opolnomočenju, zaupanju in skupnostni odpornosti, iz katerih je mogoče sklepati na možne ugodne učinke za duševno zdravje, ne pa še na neposredno empirično potrjene učinke. Tak potencial se lahko uresniči predvsem tedaj, kadar participativni procesi vključujejo višje oblike participacije, dejansko soustvarjanje znanja, priznanje lokalnega znanja, krepitev socialnega kapitala in možnost vplivanja. Občanska znanost bi zato lahko prispevala k varovanju duševnega zdravja predvsem posredno. Literatura namreč že prepoznava kot pomembne varovalne dejavnike naslednje: socialno oporo, občutek pripadnosti, osebno vključenost, reševanje problemov, učenje, občutek smisla, dostop do informacij in skupnostno odpornost. Pregledana literatura nakazuje, da potencialna varovalna vloga občanske znanosti ni povezana zgolj s samim sodelovanjem, temveč s kakovostjo participativnega procesa. Kadar participacija vključuje soustvarjanje, zaupanje, recipročnost in dejansko možnost vplivanja, lahko prispeva h krepitvi občutka vključenosti in zmanjševanju občutka nemoči in izolacije. Nasprotno pa lahko navidezna ali zgolj formalna participacija predstavlja dodatno obremenitev ali ne doseže pričakovanih učinkov.

Za izboljšanje stanja duševnega zdravja kmetov je po mnenju Royja in Knežević Hočever (2019) zelo pomembno preseči t. i. dvojno samoto kmetov, za katero stoji njihova stoična zadržanost, hkrati pa tudi pomanjkanje odziva odločevalcev, ponudnikov storitev in raziskovalcev. Prav zato avtorja opozarjata, da so za izboljšanje stanja nujni močnejši družbeni odzivi in aktivna solidarnost s kmetijskimi skupnostmi. V tem okviru lahko participativno raziskovanje razumemo kot enega izmed obetavnih družbenih pristopov, ki lahko prispeva h krepitvi sodelovanja med raziskovalci, odločevalci in kmetijskimi skupnostmi.

Prispevek nakazuje, da lahko pristni projekti občanske znanosti na duševno zdravje kmetov vplivajo tudi prek širših družbenih mehanizmov in redefinicije odnosa med znanostjo in javnostjo. Podnebne spremembe, ki so pogosto izpostavljene kot resen dejavnik tveganja za duševno stisko kmetov, so namreč kompleksen globalni izziv, ki zahteva prenos znanstvenih dognanj v prakso. Participativni raziskovalni pristopi z vzpostavljanjem dialoga presegajo klasično dihotomijo, v kateri znanost ponuja odgovore, javnost pa jim zgolj pasivno sledi. Takšni pristopi lahko ustvarjajo dvojno korist: znanstvena spoznanja so zaradi vključevanja znanja in vidikov kmečke populacije kakovostnejša, v praksi pa tudi hitreje sprejeta. Takšni procesi lahko prispevajo h krepitvi medsebojnega zaupanja in tlakujejo pot do učinkovitejše vloge znanosti pri reševanju širših družbenih problemov.

Če strnemo: opolnomočenje kmetov lahko preko participativnega raziskovanja oziroma občanske znanosti predstavlja obetaven, vendar še premalo empirično preverjen okvir za krepitev duševnega zdravja kmetovalcev. Obstoječa literatura dobro podpira povezave med participacijo, ki opolnomoči, socialnim kapitalom, zaupanjem, učenjem in prilagoditveno zmožnostjo, precej manj pa neposredno meri izide za duševno zdravje, še posebej stres, depresivnost, anksioznost, osamljenost ali psihološko blagostanje. Zapolnitev glavne raziskovalne vrzeli zato vidimo v prihodnjih študijah, ki bi longitudinalno in primerjalno preverile, katere oblike participacije delujejo varovalno, za katere skupine kmetov, pod kakšnimi pogoji in prek katerih psihosocialnih mehanizmov.

Zahvala

Članek je nastal v okviru projekta Zaupanje v znanost: preseganje zmotnih predstav in notranjih ovir (J5-70185), ki ga financira Javna agencija za znanstvenoraziskovalno in inovacijsko dejavnost RS.

Literatura

- Adam F. Citizen Science Pilot Experiment in High Schools. IIASS. 2018; 11. Doi: 10.12959/issn.1855-0541.IIASS-2018-no2-art3.
- Albert A, Balázs B, Butkevičienė E, Mayer K, Perelló J. Citizen social science: New and established approaches to participation in social research. V: Vohland K, Land-Zandstra A, Ceccaroni L, Lemmens R, Perelló J, Ponti M, et al., ur. The Science of Citizen Science. Cham: Springer; 2021: 119–138.
- Arnstein SR. A ladder of citizen participation. J Am Inst Planners. 1969; 35(4): 216–24. Doi: 10.1080/01944366908977225.

- Ashby JA. What do we mean by participatory research in agriculture? V: CIAT (Centro Internacional de Agricultura Tropical), ur. *New frontiers in participatory research and gender analysis: Proceedings of the International Seminar on Participatory Research and Gender Analysis (PRGA)*. Cali: CIAT; 1996: 15–22.
- Barakabitze AA, Fue KG, Sanga CA. The use of participatory approaches in developing ICT-based systems for disseminating agricultural knowledge and information for farmers in developing countries: The case of Tanzania. *Electron J Inf Syst Dev Ctries*. 2017; 78(8): 1–23. Doi: 10.1002/j.1681-4835.2017.tb00576.x.
- Bellon MR. Participatory research methods for technology evaluation: A manual for scientists working with farmers. Mexico City: CIMMYT; 2001.
- Bonney R, Ballard H, Jordan R, McCallie E, Phillips T, Shirk J, et al. Public Participation in Scientific Research: Defining the Field and Assessing Its Potential for Informal Science Education. A CAISE Inquiry Group Report. 2009.
- Brigance C, Soto Mas F, Sanchez V, Handal AJ. The mental health of the organic farmer: Psychosocial and contextual actors. *Workplace Health Saf*. 2018; 66(12): 606–616. Doi: 10.1177/2165079918783211.
- Budowle R, Porter CM. Cultivating community resilience with agency and sociality in Gardens for Health and Healing. *Front Sustain Food Syst*. 2022; 5: 685384. Doi: 10.3389/fsufs.2021.685384.
- Cuthbertson C, Iwinski S, Billington A, Rudolphi J. Openness to mental health information and barriers to accessing care among Midwestern farmers. *Int J Environ Res Public Health*. 2026; 23(1): 27. Doi: 10.3390/ijerph2301027.
- Cornish, F, Breton N, Moreno-Tabarez U, Delgado J, Rua, M, de-Graft A, Hodgets D. Participatory action research. *Nature Reviews Methods Primers*. 2023; 3(1): Doi: 10.1038/s43586-023-00214-1.
- Deegan A, Dunne S. An investigation into the relationship between social support, stress, and psychological well-being in farmers. *J Community Psychol*. 2022; 50(7): 3054–3069. Doi: 10.1002/jcop.22814.
- Doherty FC, Tayse RE, Kaiser ML, Rao S. »The farm has an insatiable appetite«: A food justice approach to understanding beginning farmer stress. *J Agric Food Syst Community Dev*. 2023; 12(3): 69–92. Doi: 10.5304/jafscd.2023.123.011.
- Dølen A, Steinhardt F, Røset L. Mental wellbeing of Norwegian farmers: What are the main facilitators and barriers? An exploratory study. *Rural Remote Health*. 2025; 25(2): 9103. Doi: 10.22605/RRH9103.
- Ebitu L, Avery H, Mourad KA, Enyetu J. Citizen science for sustainable agriculture—A systematic literature review. *Land Use Policy*. 2021; 103: 105326. Doi: 10.1016/j.landusepol.2021.105326.
- Eitzel M, Cappadonna J, Santos-Lang C, Duerr R, West SE, Virapongse A, et al. Citizen science terminology matters: Exploring key terms. *Citiz Sci Theory Pract*. 2017; 2(1): 1–20. Doi: 10.5334/cstp.96.
- Haklay M. Citizen science and volunteered geographic information: Overview and typology of participation. V: Sui D, Elwood S, Goodchild M, ur. *Crowdsourcing Geographic Knowledge: Volunteered Geographic Information (VGI) in Theory and Practice*. Dordrecht: Springer; 2012: 105–22.
- Haklay M, Motion A, Balázs B, Kieslinger B, Greshake Tzovaras B, Nold C. ECSA's characteristics of citizen science. Berlin: European Citizen Science Association; 2020.

- Haklay MM, Dörler D, Heigl F, Manzoni M, Hecker S, Vohland K. What is citizen science? The challenges of definition. V: Vohland K, Land-Zandstra A, Ceccaroni L, Lemmens R, Perelló J, Ponti M, et al., ur. *The Science of Citizen Science*. Cham: Springer; 2021: 13–33.
- Heiss R, Matthes J. Citizen science in the social sciences: A call for more evidence. *GAI*A. 2017; 26(1): 22–26. Doi: 10.14512/gaia.26.1.7.
- Humer E, Pieh C, Neubauer V. A cross-sectional study on mental health burden among Austrian farmers: Sociodemographic, work-related, and health behavior factors. *Health Sci Rep*. 2026; 9(3): e1943. Doi: 10.1002/hsr2.1943.
- Jackson-Smith D, Veisi H. A typology to guide design and assessment of participatory farming research projects. *Socio Ecol Pract Res*. 2023; 5: 159–174. Doi: 10.1007/s42532-023-00149-7.
- Jagosh J, Macaulay AC, Pluye P, Salsberg J, Bush PL, Henderson J, et al. Uncovering the Benefits of Participatory Research: Implications of a Realist Review for Health Research and Practice. *Milbank Q*. 2012; 90(2): 311–346. Doi: 10.1111/j.1468-0009.2012.00665.x.
- Johnson NL, Lilja N, Ashby JA. Measuring the impact of user participation in agricultural and natural resource management research. *Agric Syst*. 2003; 78(2): 287–306. Doi: 10.1016/S0308-521X(03)00130-6.
- Lambrou Y. A typology: Participatory research and gender analysis in natural resource management research. Cali: CGIAR Systemwide Program on Participatory Research and Gender Analysis; 2001. (Working Document No. 15).
- Land-Zandstra A, Agnello G, Gültekin YS. Participants in citizen science. V: Vohland K, Land-Zandstra A, Ceccaroni L, Lemmens R, Perelló J, Ponti M, et al., ur. *The Science of Citizen Science*. Cham: Springer; 2021: 243–259.
- Lewenstein BV. What does citizen science accomplish. Ithaca: Cornell University; 2004.
- Lewin K. Action research and minority problems. *J Soc Issues*. 1946; 2(4): 34–46.
- Liang Y. Social connectedness and mental health among Midwest farmers [doktorsko delo]. Iowa City: University of Iowa; 2024. Doi: 10.17077/etd.006295.
- Liang Y, Janssen B, Casteel C, Nonnenmann M, Rohlman DS. Agricultural cooperatives in mental health: Farmers' perspectives on potential influence. *J Agromedicine*. 2022; 27(2): 143–153. Doi: 10.1080/1059924X.2021.2004962.
- Lilja N, Bellon MR. Analysis of Participatory Research Projects in the International Maize and Wheat Improvement Center. Mexico City: CIMMYT; 2006.
- Lilja N, Dixon J. Responding to the challenges of impact assessment of participatory research and gender analysis. *Exp Agric*. 2008; 44(1): 3–19. Doi: 10.1017/S0014479707005972.
- Lundqvist P. The impact of social, economic and environmental determinants on farmers' mental health – an international perspective. *Ubezpiecz Roln*. 2024; 82(2): 175–204. Doi: 10.48058/urms/82.2024.6.
- Neef A, Neubert D. Stakeholder participation in agricultural research projects: A conceptual framework for reflection and decision-making. *Agric Human Values*. 2011; 28(2): 179–94. Doi: 10.1007/s10460-010-9272-z.
- Nelson N, Wright S, ur. *Power and participatory development: Theory and practice*. London: Intermediate Technology Publications; 1995.

- Nyadzi E, Nyamekye AB, Ludwig F. Making Climate Services Actionable for Farmers in Ghana: The Value of Co-Production and Knowledge Integration. V: Ebhuoma EE, Leonard L, ur. Indigenous Knowledge and Climate Governance: A Sub-Saharan African Perspective. Springer; 2022: 97–110. Doi: 10.1007/978-3-030-99411-2_8.
- Paleologo M, Acampora M, Barello S, Graffigna G. Uncovering the landscape of participatory research in agricultural innovation: A scoping review. *Citiz Sci Theory Pract.* 2025; 10(1): 17. Doi: 10.5334/cstp.767.
- Pienkowski T, Keane A, Kinyanda E, Knizek BL, Asiimwe C, Muhanguzi G, Milner-Gulland EJ. Exploring links between socio-ecological systems and psychological distress: A case study in rural Uganda. *Oryx* 2024; 58(5): 641–649. <https://doi.org/10.1017/S0030605323001710>.
- Purc-Stephenson R, Roy N, Chimaobi A, Hood D. An evidence-based guide for delivering mental healthcare services in farming communities: A qualitative study of providers' perspectives. *Int J Environ Res Public Health.* 2024; 21(6): 791. Doi: 10.3390/ijerph21060791.
- Riethmuller ML, Dzidic PL, McEvoy PM, Newnham EA. Change, connection and community: A qualitative exploration of farmers' mental health. *J Rural Stud.* 2023; 97: 591–600.
- Riethmuller ML, Newnham EA, McEvoy PM. Supporting mental health in farming communities where and when it is needed most: A longitudinal analysis of risk and protective factors. *Soc Sci Med.* 2024; 361: 117381. Doi: 10.1016/j.socscimed.2024.117381.
- Roy P, Knežević Hočevar D. Listening to a silent crisis: men's suicide in rural and farming communities in Slovenia. *Rev Soc Polit.* 2019; 26(2): 241–254. Doi: 10.3935/rsp.v26i2.1593.
- Roy S, Maji S, Kalra L, Chennamadhava M, Ali W, Jirli B, et al. Developing multi-dimensional societal-level strategies to mitigate farmer distress in India: Insights from a fuzzy Delphi expert consensus. *Front Sustain Food Syst.* 2026; 10: 1735782. Doi: 10.3389/fsufs.2026.1735782.
- Rudolph JM, Berg RL, Gabor R, Barnett K. Associations between economic conditions and mental health among farm parents. *J Agromedicine.* 2026; 31(2): 263–276. Doi: 10.1080/1059924X.2025.2593366.
- Sachet E, Mertz O, Le Coq JF, Cruz-Garcia GS, Francesconi W, Bonin M, et al. Agroecological transitions: A systematic review of research approaches and prospects for participatory action methods. *Front Sustain Food Syst.* 2021; 5: 709401. Doi: 10.3389/fsufs.2021.709401.
- Saju S, Reddy SK, Bijjal S, Annapally SR. Farmer's mental health and well-being: Qualitative findings on protective factors. *J Neurosci Rural Pract.* 2024; 15(2): 307–312. Doi: 10.25259/JNRP_403_2023.
- Santos EGO, Barbosa IR. Suicidal behavior among farmers in the semiarid Northeast region: A case-control study. *Rev Bras Med Trab.* 2025; 23(1): 1005–1012. Doi: 10.47626/1679-4435-2025-1414.
- Schaffler Y, Fazekas V, Neubauer V, Humer E. Identifying stressors and coping resources among Austrian farmers: A mixed-methods study for targeted prevention and health promotion. *Prev Med Rep.* 2026; 66: 103475. Doi: 10.1016/j.pmedr.2026.103475.
- Schrögel P, Kolleck A. The many faces of participation in science: Literature review and proposal for a three-dimensional framework. *Sci Technol Stud.* 2019; 32(4): 77–99.

- Shirk JL, Ballard HL, Wilderman CC, Phillips T, Wiggins A, Jordan R, et al. Public participation in scientific research: a framework for deliberate design. *Ecol Soc.* 2012; 17(2): 29.
- Smith C, Shimosuka M. What is citizen science and why should policymakers care? 2025. Dostopno na: <https://www.oecd.org/en/blogs/2025/04/what-is-citizen-science-and-why-should-policymakers-care.html> (citirano 14. 5. 2026).
- Torske MO, Bjørngaard JH, Hilt B, Glasscock D, Krokstad S. Farmers' mental health: A longitudinal sibling comparison – The HUNT study, Norway. *Scand J Work Environ Health.* 2016; 42(6): 547–556. Doi: 10.5271/sjweh.3595.
- Vaheddoost M. The psychological toll of drought in a changing climate. V: Sadegh Safari MJ, Vaheddoost, B, ur. *Drought dynamics: Modeling and assessment to confront a changing climate.* Amsterdam: Elsevier; 2026. Doi: 10.1016/B978-0-443-34205-9.00008-1.
- Van De Gevel J, van Etten J, Deterding S. Citizen science breathes new life into participatory agricultural research. *Agron Sustain Dev.* 2020; 40: 35.
- Von Gönner J, Herrmann TM, Bruckermann T, Eichinger M, Hecker S, Klan F, et al. Citizen science's transformative impact on science, citizen empowerment and socio-political processes. *Socio Ecol Pract Res.* 2023; 5: 11–33. Doi: 10.1007/s42532-022-00136-4.
- Wilmer H, Wilbur R, Scasta JD, Levy MC, Hillis V, Newman G, et al. When working together goes against common sense: A framework to bridge conservation and agricultural perspectives in participatory working lands research. *Ecol Soc.* 2025; 30(2): 21. Doi: 10.5751/ES-16092-300221.



Foto: Boštjan Podlogar

pro
mno
POLIA
MOŤI

omra
POLIJA
MOČI



ZRC SAZU



ZSPM
zveža slovenske
podeželske mladine

ZAVOD
ZRNO

