

KULTURA I ZDRAVLJE: MUZEJI KAO PARTNERI U OČUVANJU MENTALNOG ZDRAVLJA DJECE I MLADIH

Marta Šveb Dragija i dr. sc. Ana Havelka Meštrović

Mentalno zdravlje djece i mladih predstavlja jedan od najvećih izazova suvremenog javnog zdravstva u Hrvatskoj, pri čemu se bilježi porast anksioznih i depresivnih simptoma, samoozljeđivanja te suicidalnih misli. Ograničeni kapaciteti zdravstvenog sustava i neujednačena dostupnost stručne podrške upućuju na potrebu za inovativnim pristupima koji nadilaze tradicionalne medicinske modele i uključuju šire društvene aktere. Među njima, muzeji se ističu kao potencijalno značajni partneri u promicanju psihološke dobrobiti djece i mladih do 19 godina. Zbog svojega edukativnog, kreativnog i participativnog karaktera, muzeji mogu pružiti okruženje koje doprinosi prevenciji psihičkih teškoća, jačanju emocionalne otpornosti te poticanju socijalne uključenosti i osjećaja pripadnosti. Ovaj stručni rad prikazuje pojedine izazove vezane uz mentalno zdravlje djece i mladih, ocrtava odnos kulturnih politika vezanih uz mentalno zdravlje djece, te donosi preporuke za jačanje suradnje.

Mentalno zdravlje djece i mladih: stanje i izazovi

Sve veći broj međunarodnih istraživanja ukazuje da se polovina mentalnih poremećaja razvija prije 14. godine života, dok se tri četvrtine pojavljuje do

srednje odrasle dobi (WHO, 2024). Porast simptoma anksioznosti, depresije i samoozljeđivanja među adolescentima prisutan je globalno, ali se posebno intenzivirao nakon pandemije COVID-19 koja je doprinijela produbljivanju osjećaja nesigurnosti i socijalne izolacije uz istovremeni akademski pritisak u Hrvatskoj, dostupni podaci dodatno potkrepljuju globalne statistike. Prema UNICEF-u (2023), u Hrvatskoj, više od 44.000 mladih u dobi od 10 do 19 godina živi s određenim teškoćama mentalnog zdravlja. Dodatno, Hrvatski zavod za javno zdravstvo 2024. godine proveo je istraživanje mentalnog zdravlja mladih na uzorku 16-godišnjaka, koje je pokazalo da gotovo svaki peti 16-godišnjak navodi da je razmišljao o suicidu, dok je svaki trinaesti imao suicidalni pokušaj. Znanstvena istraživanja koja su uslijedila nakon pandemije ukazuju na povećanu učestalost depresivnih i anksioznih simptoma u završnim razredima osnovnih škola i u srednjoškolskoj populaciji, pri čemu dodatni faktori rizika poput vršnjačkog nasilja, financijskih teškoća u obitelji te digitalnog pritiska dodatno pogoršavaju psihološko stanje mladih (Ajduković i Kožljan, 2022; Ričković i Ladika, 2021; OECD, 2021).

Naime, sveprisutnost digitalnih tehnologija i interneta ima dvojak, ali često nepovoljan učinak na mentalno zdravlje djece i mladih. Iako digitalni mediji omogućuju komunikaciju i pristup informacijama, prekomjerno korištenje interneta i društvenih mreža povezuje se s osjećajem usamljenosti, nižim samopoštovanjem te povećanom razinom anksioznosti i depresivnih simptoma. Povećana online aktivnost često zamjenjuje neposredne socijalne interakcije te lišava kvalitetnog sna, što dugoročno može imati negativne posljedice za emocionalnu regulaciju i opće funkcioniranje (WHO, 2024). Dodatni značajan faktor rizika predstavlja izloženost nasilju (npr. nasilje u obitelji, vršnjačko nasilje u školskom okruženju, nasilje putem digitalnih kanala poput *cyberbullyinga*). Takva iskustva snažno su povezana s razvojem unutarnjih problema, uključujući tjeskobu, depresivnost, povlačenje i osjećaj bespomoćnosti. Iako u Hrvatskoj ne postoje uvijek sustavno prikupljeni i objedinjeni nacionalni podaci koji izravno povezuju nasilje i mentalno zdravlje djece i mladih, dostupni pokazatelji i stručne analize upućuju na to da kumulativni stresni događaji, poput pandemije, potresa te ubrzanih društvenih i ekonomskih promjena, djeluju kao snažni vanjski okidači psihološkog stresa i povećavaju ranjivost djece i mladih na razvoj psihičkih poteškoća (Mihić i sur., 2024).

S obzirom na sve navedeno, od ključne je važnosti dostupnost stručnih službi za mentalno zdravlje. U hrvatskom kontekstu postoji problem njezine neravnomjerne dostupnosti: primjerice, u mnogim sredinama ne postoje

dječji psihijatri, psiholozi ili savjetovališta, a liste čekanja za postojeće usluge dodatno produžuju vrijeme u kojem djeca i mladi ne primaju potrebnu podršku. Osim toga, jedan od ključnih problema u Hrvatskoj je stigma povezana s mentalnim poteškoćama, zbog koje mnogi mladi ne traže stručnu pomoć, čak i kada je ona dostupna. Takva situacija zahtijeva pristup koji uključuje širu zajednicu, posebice aktere iz obrazovnog, zdravstvenog, kulturnog i civilnog sektora. U tom se okviru otvara prostor za snažnije uključivanje muzeja, koji tradicionalno imaju edukativnu, ali i socijalnu funkciju.

Nacionalne i međunarodne politike: kultura i mentalno zdravlje mladih

U Hrvatskoj se mentalno zdravlje djece i mladih adresira kroz nekoliko strateških dokumenata, uključujući Nacionalni program za mlade 2023.-2025., javnozdravstvene inicijative Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo te zasebne projekte udruga i lokalnih zajednica. Međutim, izostanak jedinstvene politike koja bi sustavno obuhvatila mentalno zdravlje djece i mladih rezultira fragmentiranošću mjera i nejednakom dostupnošću podrške. Iako u praksi postoji niz kvalitetnih programa, kulturni sektor još uvijek se rijetko formalno prepoznaje kao dio infrastrukture mentalnog zdravlja. Primjerice, u Nacionalnom strateškom okviru za mentalno zdravlje do 2030., kultura se ni jednom ne spominje kao dio ciljeva ili mjera same strategije, niti se eksplicitno navodi kao partner u očuvanju mentalnog zdravlja.

Suprotno tome, međunarodni okvir pokazuje da se uloga kulture i muzeja sve više afirmira u području psihološke dobrobiti djece i mladih. Europski izvještaj „Youth, Mental Health and Culture“ (Europska komisija, 2022) ističe da sudjelovanje u kulturnim aktivnostima može poticati prevenciju mentalnih poremećaja, poboljšati emocionalno stanje te olakšati proces oporavka. Na razini Europske unije posljednjih se godina sve snažnije prepoznaje povezanost kulture, zdravlja i psihološke dobrobiti, što se odražava i u institucionalnim mehanizmima Europske komisije. U okviru Radnog plana EU-a za kulturu 2023.-2026. uspostavljena je posebna međusektorska inicijativa posvećena temi „Kultura i zdravlje“, uključujući *ad hoc* radnu skupinu država članica koju koordinira Europska komisija. Cilj ove inicijative je razmjena znanja i dobrih praksi te razvoj preporuka o tome kako kulturne i umjetničke aktivnosti mogu pridonijeti zdravlju i psihološkoj dobrobiti građana, s posebnim naglaskom na mentalno zdravlje i socijalnu

uključenost. U radu ove skupine aktivno sudjeluje i Ministarstvo kulture i medija Republike Hrvatske, u suradnji s Ministarstvom zdravstva, čime se Hrvatska uključuje u europski proces prepoznavanja kulture kao relevantnog resursa javnog zdravlja. Ovakav okvir predstavlja važan pomak u odnosu na nacionalne politike mentalnog zdravlja, u kojima kultura još uvijek nije sustavno integrirana, te otvara prostor za razvoj novih modela suradnje između kulturnog i zdravstvenog sektora, uključujući i jače pozicioniranje muzeja kao prostora psihološke dobrobiti i očuvanja mentalnog zdravlja, osobito među djecom i mladima (Ministarstvo kulture i medija, 2025).

U skladu s time, Europske muzejske mreže, poput NEMO-a, već godinama ukazuju na potencijal muzeja kao prostora socijalne inkluzije, otpornosti zajednice i doživljaja psihološke dobrobiti. Muzeji se, u suvremenoj muzeologiji, više ne promatraju samo kao čuvari baštine, već kao aktivni akteri u oblikovanju društvenih vrijednosti, razvijanju empatije i otvaranju dijaloga o važnim društvenim pitanjima, što uključuje i mentalno zdravlje. Uloga muzeja kao partnera u području mentalnog zdravlja djece i mladih može se gledati prvenstveno kroz dvije komplementarne dimenzije: prevenciju mentalnih teškoća i podršku procesu oporavka.

Doprinos muzeja u prevenciji mentalnih teškoća

U vidu prevencije, sudjelovanje u kulturnim i umjetničkim aktivnostima ima višestruke pozitivne učinke na mentalno zdravlje posjetitelja, o čemu svjedoče brojna istraživanja u području psihologije i muzeologije (Šveb Dragija i Jelinčić, 2022; Šveb Dragija i sur., 2024; 2025). Dosadašnja istraživanja pokazala su da posjeti izložbama u muzejima te sudjelovanje u kreativnim aktivnostima koje organiziraju muzeji može doprinijeti smanjenju osjećaja društvene izolacije i anksioznosti kod posjetitelja, omogućiti im učenje i pronalazak životne svrhe te potaknuti rast samopouzdanja i pozitivnih emocija (Packer i Bond, 2010; Chatterjee i Camic, 2015; Chatterjee i Noble, 2016; Thomson i sur., 2020). Dugoročno muzeji potencijalno mogu imati pozitivno djelovanje na psihološku dobrobit posjetitelja (eng., *well-being*), koja obuhvaća osobni razvoj, kvalitetne odnose s drugima, autonomiju, samoeфикаsnost, osjećaj svrhe i samoprihvatanje (Šveb Dragija i Jelinčić, 2022).

Dakle, izloženost umjetničkim sadržajima u muzejima (npr. izložbama, radionicama i sličnom) potiče kreativnost, podržava emocionalni razvoj, smanjuje stres i potiče osjećaj smisla. Osobito kod djece i mladih, muzeji mogu djelovati kao prostor u kojem se potiče refleksija, razumijevanje vlastitih i tuđih emocija te razvoj socijalnih vještina (Conway i Cotton,

2021). Osim toga, muzeji se u percepciji djece i mladih razlikuju od škola ili medicinskih ustanova, pružajući okruženje koje nije opterećeno ocjenama ili stigmatizacijom. Kao sigurni i neutralni prostori, osim što potencijalno omogućuju slobodnije izražavanje, muzeji potiču izgradnju samopouzdanja i razvoj osjećaja pripadnosti (Conway i Cotton, 2021). Posebno je važan doživljaj muzeja kao mjesta u kojem se djeca i mladi mogu odmaknuti od svakodnevnice izloženosti digitalnom okruženju te povezati s fizičkim prostorom, stvarnim predmetima i neposrednim osjetilnim iskustvima koja uključuju korištenje svih osjetila, što potiče dublji i trajniji angažman (Šveb Dragija i sur., 2024).

Primjerice, preventivni muzejski programi mogu uključivati radionice emocionalne pismenosti, tematske izložbe o adolescenciji, identitetu i međuljudskim odnosima te suradnju sa školama pri integriranju muzejskih posjeta u redovnu nastavu. Takvi programi mogu biti univerzalni za sve ili se pak usmjeravati prema posebno osjetljivim skupinama djece i mladih, primjerice djeci iz socioekonomski ugroženih obitelji, mladima s poteškoćama u razvoju ili mladima s iskustvom migracije. Ministarstvo kulture i medija Republike Hrvatske od 2026. godine uvodi "Kulturnu iskaznicu", odnosno karticu s kojom se mladima od 18 godina pokrivaju troškovi konzumacije kulturnih sadržaja (npr. posjet muzejima, koncertima) u visini od 100 eura. Ova hvale vrijedna inicijativa omogućit će olakšan pristup kulturi, ali će zahvatiti samo one mlade koji su punoljetni te bi se u budućnosti slične aktivnosti vrijedilo provoditi i s djecom i mladima od 18 godina.

Jednako važan doprinos muzeja odnosi se na destigmatizaciju mentalnih poremećaja. Kroz izložbe, umjetničke projekte, javne razgovore i interaktivne formate muzeji mogu otvarati tabu teme te doprinositi razgovoru o temama o kojima društvo nerado govori, poput depresije, anksioznosti, poremećaja prehrane ili iskustava traume. Time se stvara siguran prostor u kojem djeca i mladi uče da psihičke teškoće nisu znak slabosti, nego dio ljudskog iskustva za koje postoji podrška.

Doprinos muzeja u procesu liječenja i oporavka

Osim prevencije, sve je više dokaza da muzeji mogu biti uključeni i u procese podrške i oporavka djeci i mladima koji već imaju dijagnosticirane psihičke teškoće (npr., depresija, anksioznost, poremećaji prehrane). U međunarodnoj praksi razvijen je koncept socijalne uputnice (eng., *social prescribing*; Chatterjee, 2016), koji podrazumijeva da zdravstveni stručnjaci (psiholozi, psihijatri, pedijatri ili školski savjetnici) preporučuju sudjelovanje

u umjetničkim i kulturnim programima kao dio šireg rehabilitacijskog plana liječenja. Ovaj pristup ne zamjenjuje medicinski tretman, ali ga dopunjuje pružajući prostor za kreativno izražavanje, osjećaj kompetentnosti i socijalno povezivanje.

U muzejskom kontekstu to može uključivati strukturirane radionice razvijene u suradnji s psiholozima, psihoterapeutima i art-terapeutima. Takve radionice često se temelje na promatranju ili dodirivanju umjetničkih djela uz poticanje na verbaliziranje emocija i misli, stvaranje vlastitih umjetničkih radova inspiriranih muzejskim zbirkama ili grupne aktivnosti koje pomažu djeci i mladima u učenju mehanizama suočavanja sa stresom, tjeskobom ili gubitkom (Chatterjee i Noble, 2016; Thomson i sur., 2018). Osim toga, muzej kao fizički i simbolički drugačiji prostor od terapijske sobe ili bolničkog okruženja može djeci i mladima olakšati proces otvaranja, potaknuti motivaciju i pridonijeti osjećaju sigurnosti. Za dugoročni uspjeh takvih inicijativa ključna je integracija muzeja u širi sustav mentalnog zdravlja, što uključuje redovnu komunikaciju s dječjim i adolescentnim psihijatrijskim službama, školskim psiholozima i nevladinim organizacijama koje rade s djecom i mladima. Evaluacija učinaka ovih programa također je nužna, bilo kroz upitnike psihološke dobrobiti, fokus-grupe ili praćenje promjena u kvaliteti života sudionika, ovisno o etičkim i metodološkim mogućnostima.

Perspektive razvoja i smjernice za budućnost

Kako bi muzeji u Hrvatskoj u potpunosti ostvarili svoj potencijal u očuvanju mentalnog zdravlja djece i mladih, potrebna je međusektorska i dugoročna strategija, koja će muzeje pozicionirati kao partnere u očuvanju mentalnog zdravlja, odnosno kao "treće mjesto" (Šveb Dragija i Jelinčić, 2025) osim škole i kuće gdje djeca i mladi mogu provoditi svoje vrijeme. Bilo bi korisno kada bi muzeji u svoje strateške dokumente uključili promicanje psihološke dobrobiti djece i mladih te razvijali kontinuirane programe, umjesto isključivo projektnih aktivnosti. Uz to, važno je i evaluirati takve programe, mjeriti njihov doprinos, ali i nagraditi muzeje koji na takav način doprinose održivom i zdravom razvoju zajednice. Za profesionalizaciju ovog područja, kao i kvalitetno i empatično vođenje ovakvih programa, ključna je edukacija muzejskog osoblja o osnovama mentalnog zdravlja, komunikaciji s djecom i mladima i inkluzivnim metodama rada (Šveb Dragija, 2024; Šveb Dragija i Jelinčić, 2025).

Kako bi takav sustav zaživio, zdravstveni i obrazovni sustav trebali bi formalno prepoznati muzeje kao dio mreže podrške mentalnom zdravlju,

integriranjem muzejskih posjeta u javnozdravstvene i školske programe. Pilot-projekti socijalne uputnice mogli bi biti važan korak prema testiranju i evaluiranju učinkovitosti ovakvih pristupa. Na razini kulturne i zdravstvene politike potrebno je jasno identificirati mentalno zdravlje djece i mladih kao jedno od prioritetnih područja te poticati suradničke projekte muzeja sa školama, zdravstvenim ustanovama i organizacijama djece i mladih. Također je potrebno osigurati sredstva za istraživanja i evaluaciju takvih programa, jer bez empirijskih dokaza teško je zagovarati sustavnu institucionalnu promjenu. Istraživački gledano, hrvatski kontekst još uvijek je nedovoljno pokriven studijama koje ispituju utjecaj muzejskih aktivnosti na psihološku dobrobit djece i mladih. Potrebna su longitudinalna istraživanja, razvoj validiranih instrumenata i suradnja među institucijama, što bi moglo pridonijeti stvaranju znanstvene baze za oblikovanje novih politika.

Zaključak

Mentalno zdravlje djece i mladih u Hrvatskoj zahtijeva sveobuhvatan i međusektorski pristup koji će nadopuniti ograničene kapacitete zdravstvenog sustava i odgovoriti na rastuće potrebe djece i mladih. Muzeji i druge kulturne institucije, zahvaljujući svojem edukativnom, participativnom i kreativnom karakteru, mogu imati ključnu ulogu u promoviranju psihološke dobrobiti, razvoju emocionalnih i socijalnih vještina, destigmatizaciji psihičkih poremećaja i pružanju podrške u procesu oporavka. Kako bi se taj potencijal u Hrvatskoj ostvario, potrebna je politička, institucionalna i financijska podrška, razvoj održivih partnerskih modela te sustavna evaluacija učinaka. Integracijom muzeja u javne politike mentalnog zdravlja djece i mladih može se stvoriti inovativna i održiva mreža podrške djece i mladima koja nadilazi granice sektora i doprinosi stvaranju otpornijeg i inkluzivnijeg društva.

Literatura

- Ajduković, M., i Kožljan, P. (2022). Depresivnost, anksioznost i stres adolescenata prije i za vrijeme četvrtog vala COVID-19 pandemije. *Socijalna psihijatrija*, 50(4), 389-416. <https://doi.org/10.24869/spsih.2022.389>
- Chatterjee, H. (2016). Museums and art galleries as settings for public health interventions. *Oxford Textbook of Creative Arts, Health, and Wellbeing*, 281-289.

- Chatterjee, H. J., i Camic, P. M. (2015). The health and well-being potential of museums and art galleries. *Arts & Health*, 7(3), 183-186. <https://doi.org/10.1080/17533015.2015.1065594>
- Chatterjee, H., i Noble, G. (2016). *Museums, health and well-being*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315596549>
- Conway, J., i Cotton, E. (2021). Understanding students' emotional wellbeing within art museum experiences. *MuseumsForward* 1(1).
- Europska komisija. (2022). *Youth, mental health and culture: Brainstorming report*. Voices of Culture. Directorate-General for Education, Youth, Sport and Culture (DG EAC). https://ec.europa.eu/assets/eac/culture/docs/voices-of-culture/voices-of-culture-brainstorming-report-youth-mental-health-culture-2022_en.pdf
- Hrvatski zavod za javno zdravstvo. (2025, 20. svibnja). *Priopćenje povodom objave rezultata o mentalnom zdravlju mladih u dva stoljeća – Europski tjedan mentalnog zdravlja 2025*. <https://www.hzjz.hr/sluzba-promicanje-zdravlja/priopcenje-povodom-objave-rezultata-o-mentalnom-zdravlju-mladih-u-dva-stoljeca-europski-tjedan-mentalnog-zdravlja-2025/>
- Mihić, J., Ferić, M., Novak, M. i Kranželić, V. (2024). Vršnjačko nasilje kod adolescenata u Hrvatskoj. *Ljetopis socijalnog rada*, 31 (1), 30-59. <https://doi.org/10.3935/ljsr.v31i1.459>
- Ministarstvo kulture i medija. (2025). Ministarstvo kulture i medija uključilo se u aktivnosti Europske komisije vezane uz doprinos kulture zdravlju i dobrobiti građana. <https://min-kulture.gov.hr/vijesti-8/ministarstvo-kulture-i-medija-ukljucilo-se-u-aktivnosti-europske-komisije-vezane-uz-doprinos-kulture-zdravlju-i-dobrobiti-gradjana/27220>
- OECD (2021), "Supporting young people's mental health through the COVID-19 crisis", *OECD Policy Responses to Coronavirus (COVID-19)*, OECD Publishing, Paris, <https://doi.org/10.1787/84e143e5-en>.
- Packer, J., i Bond, N. (2010). Museums as restorative environments. *Curator: The Museum Journal*, 53(4), 421-436. <https://doi.org/10.1111/j.2151-6952.2010.00044.x>
- Ričković, V., i Ladika, M. (2021). Mentalno zdravlje djece i adolescenata: prevalencija i specifičnosti mentalnih poremećaja. *Hrvatski časopis za javno zdravstvo*, 17(56), 32-38.
- Šveb Dragija, M. (2024). Human resources management in museums: Systematic review of challenges and solutions. *Ekonomski pregled*, 75(6), 460-476. <https://doi.org/10.32910/ep.75.6.2>

- Šveb Dragija, M., i Jelinčić, D. A. (2022). Can museums help visitors thrive? Review of studies on psychological wellbeing in museums. *Behavioral Sciences*, 12(11), 458. <https://doi.org/10.3390/bs12110458>
- Šveb Dragija, M. i Jelinčić, D.A. (2025). Leadership mindset and skills for wellbeing in museums. *Muzeológia a kultúrne dedičstvo*, 13(4), 5-22. 10.46284/mkd.2025.13.4.1
- Šveb Dragija, M., i Jelinčić, D. A. (2025). Museums of the future: Cultural tourism experiences for wellbeing and transformation. In *The Future of Cultural Tourism* (pp. 121-136). Channel View Publications.
- Šveb Dragija, M., van Zomeren, M., i Hansen, N. (2024). Designing museum experiences for eudaimonic or hedonic well-being: insights from interviews with museum visitors. *Museum Management and Curatorship*, 1-18. <https://doi.org/10.1080/09647775.2024.2408239>
- Šveb Dragija, M., van Zomeren, M., i Hansen, N. (2025). Anticipating a museum visit: The role of museum design in anticipating hedonic or eudaimonic well-being experiences. *Journal of Community & Applied Social Psychology*, 35(1), e70025. <https://doi.org/10.1002/casp.70025>
- Thomson, L. J., Morse, N., Elsdon, E., i Chatterjee, H. J. (2020). Art, nature and mental health: assessing the biopsychosocial effects of a 'creative green prescription' museum programme involving horticulture, artmaking and collections. *Perspectives in Public Health*, 140(5), 277-285. <https://doi.org/10.1177/1757913920910443>
- UNICEF Croatia. (2023). UNICEF's Milky Way Race once again for mental health of children and young people in schools. <https://www.unicef.org/croatia/en/press-releases/unicefs-milky-way-race-once-again-mental-health-children-and-young-people-schools>
- WHO Europe. (2024). Teens, screens and mental health. <https://www.who.int/europe/news/item/25-09-2024-teens--screens-and-mental-health>
- WHO. (2024). Adolescent and young adult health. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>

Nakladnik:

IRMO - Institut za razvoj i međunarodne odnose
Ulica Ljudevita Farkaša Vukotinovića 2
10000 Zagreb
www.irmo.hr

Za nakladnika:

Jakša Puljiz, ravnatelj

Uredništvo:

Ana-Maria Boromisa,
Sanja Maleković,
Jakša Puljiz,
Sanja Tišma,
Aleksandra Uzelac

Lektura:

Maja Hoić

Grafičko uređenje:

Dragana Markanović

Ova publikacija odražava isključivo stajalište autora i Institut se ne može smatrati odgovornim prilikom uporabe informacija koje se u njoj nalaze.

Sadržaj publikacije moguće je prenositi bez prethodnog odobrenja IRMO-a pod uvjetom da se jasno i vidno navede izvor (autor, naslov, IRMO kao nakladnik te poveznica na internet stranicu objave).