



Gotovo ste že slišali, da so koga z izkušnjo težav v duševnem zdravju označili za funkcionalnega ali visoko funkcionalnega. Ali pa se je tako označil sam. Kot na primer dvainštiridesetletni Davor, junak zgodbe o bipolarnih motnjah iz našega priročnika Skrb za dobro duševno zdravje, ki pravi: »Moje delo ni trpelo in tudi zaslužil sem dovolj za življenje. S sodelavcem sva se enkrat pogovarjala in mi je zaupal, da spada med funkcionalne pijance. Sam sem pa razmišljal, da jaz sem pa funkcionalen bipolarec.« Toda kaj oznaka funkcionalen ali visoko funkcionalen človek s težavami v duševnem zdravju, ki se dandanes uporablja vse pogosteje, pravzaprav pomeni?

Novice

Kdo je visoko funkcionalen človek s težavami v duševnem zdravju?

V zapisu za spletno stran *Psychology Today* z naslovom *Kdo je »visoko funkcionalen«?* John T. Maier ugotavlja, da **oznaka visoko funkcionalen za človeka s težavami v duševnem zdravju najprej izniči določen vidik oznake, na katero je pritrjena.** Imeti težave v duševnem zdravju namreč med drugim pomeni, da je človek nizko funkcionalen, se pravi, da slabo deluje na primer v šoli ali službi ali v odnosih z drugimi. **Tako se na primer »visoko funkcionalen bipolarec« sliši kot izraz ponosa.** Vendar, kot opozori Maier, gre **v resnici bolj za izraz (samo)kritike človeka s težavami v duševnem zdravju, a tudi njegovega skromnega (samo)hvaljenja.**

Oznaka visoko funkcionalen človek s težavami v duševnem zdravju pa **pomeni še več.** Ta **dodatni pomen nam razkrije odgovor na vprašanje, zakaj se dandanes ta oznaka uporablja vse pogosteje.** Po Maierju za to obstajata **dva razloga.** Eden je, da je v sodobni, tako imenovani zahodni družbi **vedno večja zahteva po bolj odprtih razpravah o duševnem zdravju,** zlasti o lastnih težavah na tem področju, **z drugimi ljudmi – tudi na delovnem mestu in družbenih omrežjih.** Drugi razlog pa je v **vedno večji zahtevi današnje družbe po zaposlenosti:** dandanes je treba kar naprej nekaj početi, tudi ko gre za sprostitev, pa naj bo to krajša sprostitev v dnevu ali počitnice. Oznaka visoko funkcionalen človek s težavami v duševnem zdravju, kot je »visoko funkcionalen bipolarec« ali »visoko funkcionalen alkoholik«, je **torej tudi izraz izpolnjevanja teh zahtev sodobne družbe.**

Vira:

– Dernovšček Hafner, N., Jelenko Roth, P., Valič, M., Vogrinec Švigelj, B. (avtorica, urednica), [Skrb za dobro duševno zdravje: priročnik za vse, ki si želijo vedeti več o težavah v duševnem zdravju, oblikah pomoči, ko se pojavijo, in njihovem preprečevanju](#), Založba ZRC, Ljubljana 2026.

– Maier, J. T., [Who Is "High-Functioning"?](#), *Psychology Today*.



Poletno branje 2026

V mesecu juliju bomo na naših družbenih omrežjih Facebooku in Instagramu objavljali tudi naše predloge knjig v duhu Omre za letošnje poletje. Do takrat pa si lahko za letošnje poletno branje izberete kakšno knjigo z [našega seznama biblioterapevtskih knjig](#).

Stopite v stik z nami



Partnerji programa



Program OMRA sofinancira Ministrstvo za zdravje RS.



**REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA ZDRAVJE**