

# Prevenција: Iskra (ja anje roditeljskih vještina)

Provoditelj: Mentor

Godina provedbe: 2018

## Kratki opis programa

Pružanje podrške zaposlenim roditeljima u lokalnoj zajednici. Kroz predavanja, radionice i savjetovanja stjecati znanja i vještine potrebne za uinkovito usklaivanje obiteljskog i profesionalnog života.

## Sažetak programa

Iskra je projekt podrške zaposlenim roditeljima u lokalnoj zajednici s ciljem razvijanja njihovih vještina potrebnih za uspješno usklaivanje obiteljskog i profesionalnog života te obavljanje roditeljske uloge u najboljem interesu djeteta.

Projekt se provodio u partnerstvu i suradnji s dvije osnovne i jednom srednjom školom iz Splita i Makarske.

Održano je 10 informativnih motivacijskih predavanja za roditelje, putem kojih su osvijestili potrebu za usklaivanjem obiteljskih i profesionalnih obveza te dobili informacije o načinima traženja i primanja stručne podrške.

Nakon predavanja roditelji su se uključili u ciklus od šest radionica na kojima su obradili teme vezane uz sukob rad – obitelj te razvijali vještine potrebne za uinkovito obavljanje roditeljske uloge - upravljanje vremenom, komunikacijske vještine, tehnike upravljanja stresom.

Osvijestili su potrebu postavljanja granica u obitelji s ciljem poticanja razvoja odgovornog ponašanja kod djece.

Održano je ukupno pet ovakvih ciklusa, a roditeljima je ponuđeno i savjetovanje koje se koristi kao mogućnost za dodatno pojašnjavanje u slučaju teškoća s integriranjem stečenih znanja i vještina.

Osim ovoga, roditelji su se mogli priključiti ciklusu tematskih večeri u udruzi Mentor gdje su, uz projekcije filmova s tematikom odgoja i roditeljstva, sa stručnim timom i drugim roditeljima razgovarali o temi, dijelili iskustva i slišno.

## 1. Županije provedbe

Splitsko-dalmatinska

## 2. Datum početka i završetka programa

Datum početka: 1.11.2017.

Datum završetka: 31.10.2018.

## 3. Ostvaruje li program formalno partnerstvo u zajednici

da

## 4. Ako da, s kim (suradnik u provedbi)

OŠ o. Petra Perice Makarska, OŠ Tušepi, OŠ Kman Kocunar Split, Graditeljsko - geodetska tehnička škola Split

## 5. Dosadašnja iskustva udruge/institucije u provođenju istog ili sličnih programa

Mjesto provedbe programa: Split, Makarska, Tušepi

Godina u kojoj se program provodio: 2017-2018

Broj obuhvaćenih korisnika: 182

## 6. Je li program originalno autorsko djelo nositelja ili je preuzet za korištenje uz dozvole autora

Izvor programa: Originalni program

Originalni naziv programa na jeziku s kojeg je preuzet:

## 7. Razina preventivnih intervencija

Univerzalna

## 8. Okruženje na koje je program primarno usmjeren

Obitelj

## 9. Rizici i zaštitni imbenici na koje program cilja

Rizici i imbenici: Iskra je program koji cilja na upoznavanje roditelja s eksperimentiranjem i (ranom) zlouporabom sredstava ovisnosti te s važnošću u obiteljske dinamike i kvalitetnih obiteljskih odnosa na smanjenu konzumaciju istih. Zaštitni imbenici: Program Iskra cilja na jačanje kvalitetnih i poticajnih odnosa među članovima obitelji što uključuje poboljšanje roditeljskih znanja i vještina, a time i unaprjeđenje odgojne funkcije obitelji te jačanje intrapsihičkih i interpersonalnih zaštitnih faktora kod mlade osobe, a koji se postižu i edukacijom roditelja.

## 10. Procjena potreba

Način provedbe: Dva najvažnija područja u definiranju uloga i vlastitog identiteta su rad i obitelj. Ona su također sadržajni okviri ostvarivanja vlastitoga doživljaja samoaktualizacije, uspješnosti, stabilnosti, sigurnosti, svrhe, usmjerenosti cilju, ostvarenja vlastitih vrijednosti, uspostavljanja bliskosti. Uspješno funkcioniranje u svakom od tih područja u velikoj mjeri utječe na životno zadovoljstvo, dobrobit i psihičko i fizičko zdravlje pojedinca. (Udina-Obradovi, Obradovi, 2001.) Recentne promjene na tržištu rada i u obitelji stavljaju pred pojedinca dodatni vremenski pritisak koji vodi rastućem sukobu privatnih i obiteljskih obaveza te obaveza koje proizlaze iz istovremena sudjelovanja na tržištu rada, a u konačnici i nerijetko smanjenoj kvaliteti (obiteljskog) života. Trendovi s jedne strane ukazuju na rastuću praksu sudjelovanja žena na tržištu rada te na pomak prema kulturi dugih radnih sati, povećanog radnog intenziteta i nesigurnosti radnih mjesta, dok su s druge strane evidentne promjene u strukturi obitelji i kulturno određenim idealima roditeljstva koji pred roditelje stavljaju viša očekivanja glede njihova angažmana oko kvalitetnog provođenja vremena s djecom (Hilbrecht i sur., 2008, prema Dobroti, 2017).

Potrebno je naglasiti i to da su većina istraživanja koja se bave ovim pitanjima fokusirana na zaposlene majke kojima tradicionalno pripada i uloga odgajateljica. Iako se razlike u roditeljskim ulogama majke i oca polako smanjuju, još uvijek ne možemo govoriti o podjednakoj raspodjeli odgovornosti za odgoj djece. „U obiteljima s dvoje zaposlenih žene su one koje prihvaćaju niži status na poslu ili posao s manje izvjesnim napredovanjem. Nadalje, žene su te koje već prelaze s punog radnog vremena na skraćeno, manje su spremne na promjenu mjesta stanovanja zbog posla te u prosjeku rade manje sati nego muškarci“ (Jelušić, 2005).

Istraživanja zadnjih tridesetak godina ukazuju na kontinuiran trend rasta sukoba radne i obiteljske uloge te utjecaja radnog stresa na žene i muškarce (Duxbury i Higgins, 2001., prema Korabik i sur., 2003.; Poelmans i sur., 2003, prema Dobroti, Laklija 2008.). I u europskim zemljama (Fahey i sur., 2004.) i u Hrvatskoj rezultati istraživanja kvalitete života pokazuju kako ispitanici već izjavljuju da posao nepovoljno utječe na obiteljski život nego obratno. U Hrvatskoj više od trećine ispitanika barem nekoliko puta mjesečno ima poteškoća u ispunjavanju obiteljskih obaveza zbog količine vremena provedenog na poslu, dok petina njih iskazuje poteškoće u ispunjavanju poslovnih zbog obiteljskih obaveza (Dobroti, 2007.b). Preopterećenost višestrukim zahtjevima i ograničenost resursa kojima pojedinac raspolaže osobu dovode u situaciju da vrši prisilan izbor između brojnih obaveza gdje se ona odlučuje za jednu nauštrb druge (Dobroti, Laklija 2008).

Negativne posljedice utjecaja radnih obaveza na obitelj su „tipično smanjena kvaliteta obiteljskog i bračnog života, što dovodi do smanjenja općeg životnog zadovoljstva“ (Duxbury i Higgins, 1991, prema Udina-Obradovi, Obradovi, 2001). Međutim, postoje određeni imbenici koji umanjuju utjecaj sukoba rad – obitelj. To mogu biti – organizacija

rada na radnom mjestu, socijalna potpora na radnom mjestu, doživljaj vlastitoga utjecaja i autonomija u odlučivanju, socijalna potpora u obitelji, kao i neke karakteristike i ponašanja pojedinca. Neke od vještina koje djeluju na smanjenje intenziteta ovog sukoba su vještine pojedinaca u planiranju i raspoređivanju vremena, usvajanje učinkovitih strategija izbjegavanja stresa te planiranje i pronalaženje izvora pomoći.

Unatoč ustalosti ovakvih nalaza istraživanja, polazište se rasprava na europskoj razini u pravilu ne usmjerava ka kvaliteti obiteljskog života, već se pažnja i dalje uglavnom usmjerava na tržište rada (npr. Lisabonska strategija). Pritom se često naglašava važnost rada s djelomičnim radnim vremenom, što ne mora nužno biti najbolje rješenje budući da u konačnici dovodi do manjih mogućnosti za napredovanje te nižih primanja, kao i negativnih posljedica na sustave socijalne sigurnosti. Istraživanja (Akrup i sur. 2003, Booth i Ours 2008, Leitner i Wroblewski 2006) pokazuju da se mogućnost rada s djelomičnim radnim vremenom u Hrvatskoj ne preferira, da takav rad smanjuje zadovoljstvo na radnom mjestu ali i životno zadovoljstvo te da poslodavci često postojanje fleksibilnosti teže iskoristiti primarno u korporativne interese (Dobrotić, Laklija, 2008).

Ovdje vidimo važnu ulogu udruga civilnog društva jer one svoje djelovanje mogu usmjeriti upravo ka podizanju kvalitete obiteljskog života, uključujući i zaposlene roditelje u programe podrške i osnaživanja za efikasno obavljanje roditeljskih uloga i usklađivanje obiteljskih i profesionalnih obveza. Svojim djelovanjem tako mogu utjecati na umanjivanje negativnih posljedica utjecaja radnih obveza na obitelj.

Kad govorimo o utjecaju koji neusklađenost obiteljskih i profesionalnih obveza može imati na djecu, on uvelike ovisi o karakteristikama obitelji i roditeljskog posla kao što su broj i dob djece, podrška i pomoć okoline u brizi za djecu, zahtjevnost posla i radno vrijeme. U obiteljima u kojima su oba roditelja zaposlena, njihovo zaposlenje s jedne strane pridonosi ekonomskoj stabilnosti obitelji, a pruža i pozitivan uzor djetetu; dok je s druge strane rizično jer umanjuje mogućnost bavljenja djetetom, manji je nadzor nad djetetovim životom, smanjuje sudjelovanje u pomaganju kod rješavanja djetetovih problema i obaveza, uvjetuje smanjenje komunikacije i interakcije s djetetom. Utjecaj zaposlenosti roditelja na opću dobrobit i emocionalnu prilagođenost školske djece i adolescenata mogao bi biti značajan u obiteljima u kojima dolazi do izrazitog sukoba majčine i očeve uloge kao roditelja i hranitelja. Roditelji zbog izrazitog sukoba radne i obiteljske uloge donekle vode manje brige o djeci (Bumpuss i dr., 1999.) i manje su emocionalno dostupni djeci u vrijeme pojačanog stresa (Repetti i Wood, 1997). Sve to dovodi i do posljedica po razvoj, dobrobit i emocionalnu stabilnost djece koja žive u takvim obiteljima. Djeca postaju podložnija upuštanju u rizično ponašanje o čemu svjedoče i veća istraživanja u Hrvatskoj, koja pokazuju da je kod više od polovice ispitanika maloljetnih delinkvenata oboje roditelja zaposleno (Singer i sur., 2008). Upravo je smanjenje pojavnosti upuštanja u rizično ponašanje jedan od ciljeva kojemu ćemo težiti provođenjem aktivnosti usmjerenih na zaposlene roditelje. Očekivani rezultati: -Roditelji su putem predavanja osvijestili potrebu učinkovitog usklađivanja obiteljskog i profesionalnog života

-Roditelji su putem predavanja dobili informacije o načinima postizanja kvalitetne obiteljske interakcije, o važnosti jačanja roditeljskih vještina te o nezamjenjivoj ulozi roditelja i obitelji u prevenciji rizičnog ponašanja

-Roditelji su putem predavanja motivirani za sudjelovanje u ostalim projektnim aktivnostima

-Roditelji su kroz radionice:

- upoznali i razumjeli koncept potreba i važnost njihova zadovoljavanja

- usvojili tehnike učinkovitog upravljanja vremenom

- razvili vještine kvalitetne komunikacije kroz prakticiranje verbalne i neverbalne komunikacije, tehnika aktivnog slušanja i asertivne komunikacije

- naučili su prepoznati stresore i identificirati i razlikovati vanjske od unutarnjih stresora

- usvojili tehnike opuštanja i upravljanja stresom

- osvijestili važnost postavljanja osobnih granica unutar obitelji

-Putem savjetovanja pružena je dodatna podrška roditeljima koji imaju poteškoće s integriranjem znanja i vještina u svakodnevni obiteljski život

-Roditelji su sudjelovanjem u tematskim filmskim vežerima dobili uvid u temu odgoja iz različitih perspektiva, preispitali su vlastite stavove, razmijenili iskustva, razgovarali s drugim roditeljima i stručnim projektnim timom

- Obilježavanjem Dana obitelji privuena je pažnja lokalne zajednice na probleme s kojima se susreće obitelj
- Razvijene kompetencije roditelja doprinose jačanju zaštitne uloge obitelji i smanjuju rizik za pojavu rizičnih ponašanja kod djece i mladih
- Razvijena suradnja s odgojno-obrazovnim institucijama doprinosi kvaliteti rada stručnih službi s roditeljima

## 11. Trajanje programa

Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima: 52

## 12. Ciljevi programa

Opis: Opisi i cilj projekta je pružanje aktivne podrške obitelji u svrhu uinkovitijeg usklađivanja profesionalnog i obiteljskog života.

Specifični: Specifični ciljevi projekta su:

1) Podizanje svijesti roditelja o potrebi usklađenosti obiteljskog i profesionalnog života.

Putem predavanja roditelji će se upoznati s temama projekta, osvijestiti i negativne posljedice koje neusklađenost obiteljskog i profesionalnog života mogu imati na njihovu obitelj te će biti pozvani da se uključe u ostale projektne aktivnosti.

2) Povećanje razine znanja i vještina roditelja potrebnih za uinkovito ispunjavanje roditeljskih uloga.

Uključenjem u radionice, savjetovanja te tematske filmske večeri roditelji će, uz vodstvo stručnog tima udruge Mentor, raditi na stjecanju novih znanja i razvoju vještina potrebnih za uinkovito obavljanje svoje roditeljske uloge.

3) Smanjenje pojavnosti upuštanja u rizična ponašanja kod djece i mladih

Jačanje roditeljskih kompetencija doprinit će osnaženju zaštitne uloge obitelji i razvoju odgovornog ponašanja kod djece i mladih.

4) Razvijanje suradnje škole i obitelji

Projekt Iskra provodi se kontinuirano tijekom osam godina u suradnji sa školama s područja Splita i Makarske.

Nastavkom provođenja projekta nastaviti ćemo zajednički razvijati programe pružanja aktivne podrške roditeljima u školama.

## 13. Ciljana skupina

Obitelj / roditelji

## 14. Korisnici programa

Opis korisnika: Korisnici projektnih aktivnosti su zaposleni roditelji u lokalnoj zajednici, zatim građani i građanke grada Splita i Makarske te stručne službe škola. Neizravni korisnici su djeca roditelja uključenih u projekt.

Broj korisnika na godišnjoj bazi: 182

## 15. Metode korištene u programu

Savjetovanje, Predavanje, Radionica, filmske večeri

## 16. Program je evaluiran

da

## 17. Vrsta provedene evaluacije

Da - Evaluacija procesa i uinka

## 18. Metoda evaluacije

Evaluacijski upitnici, analiza dokumentacije, usmene i pismene povratne informacije korisnika i stručnih suradnika

## 19. Evaluatori

Unutarnji

## 20. Najvažniji rezultati evaluacije

Održano je pet ciklusa edukativnih radionica u koje se uključilo 57 roditelja. Na radionicama su metodama neformalne edukacije obrađeni sadržaji važni za usklađivanje obiteljskog i profesionalnog života – upravljanje vremenom, komunikacijske vještine, profesionalni stres i roditeljstvo, tehnike upravljanja stresom, osobne granice i odgovornost. Kroz raznolike i interaktivne vježbe roditelji su stekli nova znanja i razvili vještine potrebne za učinkovito ispunjavanje roditeljskih uloga. Znanja i vještine dodatno su razvijali i uvrstili kroz ostale projektne aktivnosti, kroz savjetovanje s voditeljicama radionica te sudjelujući u filmskim večerima i pratećim diskusijama. Završne evaluacije te povratne informacije roditelja govore o razvoju ovih vještina – roditelji navode da su popravili odnose u obitelji, da su osvijestili neka svoja ponašanja, da imaju više vremena za djecu, da su sigurniji i samopouzdaniji, da bolje komuniciraju s djecom te da puno onog što su naučili primjenjuju u svakodnevnom životu. Jačanje roditeljskih kompetencija doprinosi osnaženju zaštitne uloge obitelji i razvoju odgovornog ponašanja kod djece i mladih, a time i smanjenju pojavnosti upuštanja djece i mladih u rizična ponašanja.

## 21. Program je promoviran u okviru medijske kampanje na nacionalnoj i/ili lokanoj razini

Promoviran: ne

Sadržaj i tijek kampanje:

## 22. Ukupni proračun programa za jednu godinu provedenja (HRK)

71.000,00kn

## 23. Izvori financiranja

Vlastita sredstva (HRK):

Gradsko financiranje (HRK):

Županijsko financiranje (HRK):

Nacionalno financiranje (HRK): 71.000,00kn

Drugi izvori (HRK):