

# Prevenција: uvaj svoje zdravlje

Provoditelj: Comunita Mondo Nuovo

Godina provedbe: 2019

## Kratki opis programa

Opis i cilj projekta je spriječiti daljnje riziko ponašanje i konzumiranje sredstava ovisnosti te pojavu ovisnosti kod djece i mladih s poremećajima u ponašanju na području Zadarske županije. Izravni korisnici projekta su djeca i mladi s poremećajima u ponašanju od kojih pojedini eksperimentiraju sa sredstvima ovisnosti i pokazuju sklonost i rizikom ponašanjima. Neizravni korisnici projekta su roditelji izravnih korisnika projekta.

## Sažetak programa

Mjesto provedbe projekta je Zadarska županija-grad Zadar i grad Benkovac i Šibensko-kninska županija-mjesto Nuni .

Izravni korisnici projekta djeca i mladi s područja Zadarske županije s poremećajima u ponašanju. To su djeca i mladi koji eksperimentiraju sa sredstvima ovisnosti ili su u riziku od eksperimentiranja sa sredstvima ovisnosti, zanemaruju svoje svakodnevne obveze, roditelji i škola primjećuju negativnu promjenu u ponašanju ili imaju određene psihičke probleme (tjeskoba, napadi panike, depresija) koji nisu nužno povezani s eksperimentiranjem sa sredstvima ovisnosti.

Neizravni korisnici projekta su roditelji djece i mladih s poremećajima u ponašanju.

Aktivnosti koje se provode u sklopu projekta su:

- individualni rad s djecom i mladima s poremećajima u ponašanju u Savjetovalištu zajednice Mondo Nuovo u Zadru;
- radionice socijalnih vještina s djecom i mladima s poremećajima u ponašanju u Savjetovalištu zajednice Mondo Nuovo u Zadru;
- individualni rad s roditeljima djece i mladih s poremećajima u ponašanju u Savjetovalištu zajednice Mondo Nuovo u Zadru;
- individualni rad s djecom i mladima s poremećajima u ponašanju u Savjetovalištu zajednice Mondo Nuovo u Benkovcu,
- radionice socijalnih vještina s djecom i mladima s poremećajima u ponašanju u Savjetovalištu zajednice Mondo Nuovo u Benkovcu;
- individualni rad s roditeljima djece i mladih s poremećajima u ponašanju u Savjetovalištu zajednice Mondo Nuovo u Benkovcu;
- organiziranje slobodnog vremena djece i mladih s poremećajima u ponašanju u gradu Zadru-teretana za zdrav stil života i odlasci u kino;
- organiziranje slobodnog vremena djece i mladih s poremećajima u ponašanju u gradu Benkovcu-teretana za zdrav stil života i odlasci u kino
- kreativne radionice (dekupaž tehnika) za djecu i mlade s poremećajima u ponašanju u gradu Zadru i gradu Benkovcu
- radionice o volontiranju i posjete udrugama s djecom s posebnim potrebama u Zadru i Benkovcu;
- priprema i tisak promo materijala (kemijske olovke i notesi);
- upoznavanje lokalne zajednice s projektom "uvaj svoje zdravlje" povodom Mjeseca borbe protiv ovisnosti i Meunarodnog dana ovisnosti i podjela promo materijala i edukativnog materijala,
- upravljanje projektom-zajednički sastanci sa partnerom;
- evaluacija projekta.

## 1. Županije provedbe

Zadarska

## 2. Datum početka i završetka programa

Datum početka: 01.01.2019

Datum završetka: 31.12.2019

## 3. Ostvaruje li program formalno partnerstvo u zajednici

da

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

Zavod za javno zdravstvo Zadar i Dom za odgoj djece i mladeži Zadar

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

Mjesto provedbe programa: Zadar, Benkovac

Godina u kojoj se program provodio: 2018.

Broj obuhvaćenih korisnika: 23

## 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

Selektivna

## 8. Okruženje na koje je program primarno usmjeren

Zajednica

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

Rizici i čimbenici: Neinformiranost mladih o štetnosti i posljedicama konzumiranja sredstava ovisnosti, osjećaj manje vrijednosti, teškoća u komunikaciji, nedostatak samopouzdanja, problemi u obitelji, konzumiranje sredstava ovisnosti, rizik od razvoja ovisnosti

Zaštitni čimbenici: Informiranost o štetnosti i posljedicama konzumiranja sredstava ovisnosti, prepoznavanje rizičnih situacija, usvojene komunikacijske vještine, razvijena pozitivna slika o sebi, prihvaćanje zdravih stilova života, komunikacija u obitelji

## 10. Procjena potreba

Način provedbe: Na temelju dugogodišnjeg rada s ovisnicima o drogi, alkoholu i kocki i na temelju dugogodišnjeg rada s članovima obitelji ovisnika te na temelju analize literature i izvješća.

Očekivani rezultati: -20 korisnika će završiti radionice socijalnih vještina;

-djeca i mladi s poremećajima u ponašanju će usvojiti socijalne i komunikacijske vještine;

-djeca i mladi s poremećajima u ponašanju razviti će pozitivnu sliku o sebi i preuzeti odgovornost za vlastito ponašanje,

-djeca i mladi s poremećajima u ponašanju koristiti će svoje potencijale i svoju kreativnost i na taj način neće više eksperimentirati sa sredstvima ovisnosti;

-da će djeca i mladi s poremećajima u ponašanju dobiti informaciju o štetnosti i negativnim posljedicama konzumiranja sredstava ovisnosti,

-20 djece i mladih s poremećajima u ponašanju organizirati će svoje slobodno vrijeme kroz teretanu i odlaske u kino

-da će roditelji djece i mladih s poremećajima u ponašanju usvojiti komunikacijske vještine,

-da će roditelji djece i mladih s poremećajima u ponašanju steći potrebna znanja o sredstvima ovisnosti.

## 11. Trajanje programa

Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima: 12

## 12. Ciljevi programa

Opis: Opisi i cilji projekta je spriječiti daljnje rizično ponašanje i konzumiranje sredstava ovisnosti te pojavu ovisnosti kod djece i mladih s poremećajima u ponašanju na području Zadarske županije.

Specifični: razvijanje pozitivne slike o sebi djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-razvijanje odgovornosti za vlastito ponašanje djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-poticanje i razvijanje mašte i kreativnosti djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-razvijanje razumijevanja vlastitih osjećaja i potreba djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-usvajanje socijalnih i komunikacijskih vještina djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-postizanje uinkovite socijalne integracije djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-razvijati svijest kod djece i mladih da su osobe s puno potencijala i da se ti potencijali trebaju razvijati u pozitivnom, a ne u negativnom smislu;

-usvajanje informativnog znanja djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-organiziranje slobodnog vremena djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-upoznati djecu i mlade s poremećajima u ponašanju koliko je štetno i opasno po život konzumiranje sredstava ovisnosti;

-upoznati roditelje djece i mladih s poremećajima u ponašanju sa svim negativnim posljedicama konzumiranja sredstava ovisnosti,

-usvajanje komunikacijskih vještina roditelja djece i mladih s poremećajima u ponašanju

## 13. Ciljana skupina

Osnovna škola, Srednja škola, Visokoobrazovne ustanove, Obitelj / roditelji

## 14. Korisnici programa

Opis korisnika: Djeca i mladi s poremećajima u ponašanju s područja Zadarske županije su izravni korisnici projekta:

-osobe muškog i ženskog spola bez obzira na vjeru, rasu i nacije;

-učenici osnovne škole i učenici od prvog do četvrtog razreda srednje škole;

- od 9-18 godina starosti,

-mlade nezaposlene osobe od 18-24 godine starosti;

-izražen interes za programe prevencije svih oblika ovisnosti.

Broj korisnika na godišnjoj bazi: 20

## 15. Metode korištene u programu

Savjetovanje, Radionica, Organiziranje slobodnog vremena: odlasci u kino i teretana

## 16. Program je evaluiran

da

## 17. Vrsta provedene evaluacije

Da - Evaluacija procesa i uinka

## 18. Metoda evaluacije

Upitnik, analiza dokumentacije, neposredno opažanje

## 19. Evaluatori

Unutarnji

## 20. Najvažniji rezultati evaluacije

U sklopu provedbe projekta održane su radionice socijalnih vještina sa korisnicima Doma za odgoj djece i mladeži

Zadar. Radionice su provedene s korisnicima usluge poludnevnog boravka u Domu (djeca i mladi sa blažim poremećajima ponašanja i niskim socioekonomskim statusom obitelji), te s korisnicima na smještaju u Domu (djeca i mlade punoljetne osobe bez odgovarajuće roditeljske skrbi s problemima u ponašanju i poteškoćama mentalnog zdravlja). Radionice su se provodile jednom tjedno u trajanju od 45 minuta. Sudjelovalo je 12 djece iz poludnevnog boravka (od 9-13 godina) i 9 djece na smještaju u Domu (od 13-16 godina). Sa korisnicima poludnevnog boravka provedene su radionice na temu Moj identitet, Asertivna komunikacija, Prepoznavanje i iskazivanje emocija, Kontrola ljutnje, Poticanje empatije, Moja obitelj i Međusobno prihvaćanje. Sa korisnicima koji su na smještaju u Domu provedene su radionice na temu Asertivna komunikacija, Regulacija emocija, Ovisnost, Predrasude i stereotipi i Mediji i ja. S obzirom da su kod djece prisutni problemi s koncentracijom, nemogućnost dugoročnog zadržavanja pažnje, hiperaktivnost, nedostatak prihvatljivih oblika interpersonalne komunikacije radionice su provedene na dinamičan i interaktivna način kroz razne zabavne i edukativne aktivnosti i igre.

Na početku provedbe ciklusa radionica sudionici su anonimno popunjavali Anketni upitnik iz kojega je vidljivo da je većina djece - korisnika Doma upoznata sa sredstvima ovisnosti, sami su konzumirali pojedina sredstva ovisnosti te vrlo lako mogu doći u kontakt s osobama koje im mogu ponuditi drogu. Do informacija o sredstvima ovisnosti i posljedicama korištenja istih uglavnom dolaze sami (npr. preko medija, prijatelja), a s obzirom da većinom potječu iz neadekvatnih obitelji s roditeljima vrlo rijetko razgovaraju o problemu ovisnosti te im je potrebno ponuditi potrebne informacije od strane stručnih osoba. Radionice socijalnih vještina provedene su s korisnicima Doma s obzirom da se pokazalo da su djeca iz odgojnih institucija rizičnija skupina upravo zbog izdvajanja iz obiteljskog okruženja, odrastanja u nepovoljnim socijalnim prilikama te veće razine dostupnosti sredstava ovisnosti u odgojnim institucijama. Radionice za djecu i mlade imale su za cilj razvijanje znanja o štetnosti sredstava ovisnosti i poboljšanje socijalnih vještina koje su se pokazale značajnima za prevenciju ovisnosti kod korisnika odgojnih institucija kao i problema u ponašanju koji su povezani s manjkom socijalnih vještina. Nedostatak socijalnih vještina rizičan je čimbenik za uključivanje u rizičnija ponašanja tijekom adolescencije kod konzumacije alkohola, pušenja cigareta i korištenja droga, odnosno mladi sa slabije razvijenim socijalnim vještinama češće konzumiraju sredstva ovisnosti.

Po završetku programa radionica socijalnih vještina provedena je Evaluacija kako bi se dobile povratne informacije od sudionika radionica. Sudionici su na skali od 1-5 vrlo dobrom ocjenom (4) ocijenili radionice u cjelini kao i određene komponente izvođenja radionica (zanimljivost tema radionica, jasnoća i razumljivost prezentiranih tema, organizacija radionica). Manje su bili zadovoljni osobnom angažiranošću i uključenošću u radionice, te primjenom naučenih vještina i znanja u praksi. Takav ishod je očekivan s obzirom da se radi o djeci koja većinom dolaze iz disfunkcionalnih obitelji u kojima su uglavnom prisutni socijalno neprihvatljivi oblici ponašanja od strane okoline koja ih okružuje. Sudjelovanje na radionicama nije izazvalo negativne emocije kod sudionika te su se osjećali ugodno u radu radioničke grupe. Zadovoljni su programom radionica u cjelini te ne bi ništa mijenjali u provedbi radionica.

Radionice socijalnih vještina provedene su i na području grada Benkovca s mladima koji su učenici 3. razreda Srednje škole Kneza Branimira Benkovac (8 učenika/ca). Radionice su se provodile jednom tjedno u prostorijama Gradske knjižnice Benkovac u trajanju od 2 sata. Provedeno je 8 radionica pod nazivom Identitet, Psihološke potrebe, Regulacija emocija, Rješavanje sukoba, Poticanje empatije, Prihvatanje različitosti, Odgovorno ponašanje, Postavljanje ciljeva.

Na početku ciklusa radionica mladi su ispunjavali Anketni upitnik kako bi se dobio uvid u njihovo inicijalno poznavanje sredstava ovisnosti i izloženost istima. Kao razloge konzumiranja sredstava ovisnosti kod djece i mladih navode pritisak vršnjaka, potrebu da se osjećaju prihvaćeno, znatiželju, stres te osobne probleme i probleme u obitelji. Najraširenijim sredstvima ovisnosti među mladima smatraju alkohol, cigarete i marihuanu, ali su upoznati i sa tzv. novijim oblicima ovisnosti (npr. video igrice, društvene mreže). Većina mladih "vjeruje" u podjelu droga na lakše (npr. marihuana) i teže (npr. kokain, heroin). Mladi koji su imali iskustvo konzumiranja određenih sredstava ovisnosti navode da su eksperimentirali sa alkoholom i cigaretama. Ostale droge im nisu dostupne iako je više od polovice mladih sudionika radionica upoznato sa načinima uspostavljanja kontakta sa osobama koje bi im mogle pribaviti drogu u njihovom bližem okruženju. U slučaju da netko od njihovih vršnjaka ima problem s ovisnošću savjetovali bi mu da potraži pomoć stručne osobe (npr. psiholog) ili razgovara sa starijom osobom iz svoje okoline (npr. roditelj, profesor), te odlazak u terapijsku zajednicu i grupe za odvikavanje. Mladi smatraju da ne raspolažu sa dovoljno informacija o sredstvima ovisnosti i posljedicama korištenja istih, te se uglavnom informiraju sami (npr. preko medija, prijatelja). S roditeljima ili drugim bliskim osobama iz svoje okoline povremeno ili rijetko razgovaraju o problemu ovisnosti.

Razgovor navode kao jednu od bitnih aktivnosti u prevenciji ovisnosti kod djece i mladih. Osim razgovora, preventivnim aktivnostima smatraju i školske programe usmjerene na informiranje o posljedicama konzumiranja sredstava ovisnosti kroz predavanja i radionice, komunikaciju sa stručnim osobama, kao i bavljenje sportskim i volonterskim aktivnostima.

Socijalne vještine pokazale su se kao jedan od ključnih zaštitnih faktora u razvoju ovisnosti kod djece i mladih. Osobiti naglasak stavljen je na razvijanje vještina asertivne komunikacije (aktivno slušanje i razgovaranje), prihvatanje vlastitog identiteta i razvijanje pozitivne slike o sebi, odupiranje utjecaju vršnjaka, poticanje empatije, konstruktivno rješavanje sukoba, izražavanje negativnih emocija na prihvatljive načine, prihvatanje međusobnih razlika s ciljem smanjivanja predrasuda koje postoje među djecom. Rade i na mijenjanju socijalno neprihvatljivih oblika ponašanja i usvajaju i navedene socijalne vještine djeca i mladi u više zrele i društveno prihvatljive odgovore na socijalne situacije što im omogućava lakšu integraciju u život društvene zajednice.

Evaluacijsko pitanje je ima li potrebe za provođenjem aktivnosti projekta na području Zadarske županije? Na temelju provedenih aktivnosti projekta te iz direktnog kontakta sa korisnicima projekta koji su bili u dobnoj skupini od 9 do 24 godine vidljivo je da djeca i mladi eksperimentiraju sa sredstvima ovisnosti od kojega su najčešće cigarete, alkohol, marihuana i pretjerano korištenje interneta. Sami korisnici su izrazili potrebu i zadovoljstvo provedbom aktivnosti projekta te su poticaj terapijskoj zajednici Mondo Nuovo i da u budućnosti poboljšava aktivnosti projekta i da nastavi provoditi navedeni projekt prevencije.

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

Promoviran: ne

Sadržaj i tijek kampanje:

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

150 000, 00

#### **23. Izvori financiranja**

Vlastita sredstva (HRK): 10 000, 00

Gradsko financiranje (HRK): 25 000, 00

Županijsko financiranje (HRK): 10 000, 00

Nacionalno financiranje (HRK): 28 800, 00

Drugi izvori (HRK):