

# Prevenција: Trening životnih vještina

Provoditelj: Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

Godina provedbe: 2019

## Kratki opis programa

Program se sastoji od 8,10 ili 11 radionica za vježbanje socijalnih i komunikacijskih vještina u 3., 4., 5.,6. i 7. razreda. NZJZPGŽ educira učitelje i stručne suradnike za provedbu programa. Školski djelatnici provode program u svojim razredima.

## Sažetak programa

Nakon 15 godina provedbe program je u suradnji s djelatnicima iz škola adaptiran i modificiran kako bi im više odgovarao potrebama lokalne zajednice.

Prilagođen je broj i raspored tema, sadržaj pojedini vježbi i radnih zadataka, uvedene su nove programske aktivnosti, prilagođena je vizualna oprema programa i dr.

Program obuhvaća provedbu radionica koje se tiču važnih rizicima i zaštitnih mehanizama:

- Slika o sebi i samopouzdanje,
- Donošenje odluka,
- Pušenje,
- Alkohol,
- Marihuana,
- Utjecaj medija,
- Anksioznost,
- Suočavanje s ljutnjom,
- Komunikacijske vještine,
- Socijalne vještine,
- Asertivnost,
- Rješavanje sukoba.

Program se provodi sa učenicima 3.,4.,5.,6.,7. razreda.

Provode ga razrednici na satu razrednika.

NZJZPGŽ priprema radne materijale za učitelje i učenike, organizira četverodnevnu edukaciju, monitoring i evaluaciju te promociju programa u javnosti.

U školi postoji školski koordinator programa, najčešće stručni suradnik koji prati provedbu programa, potiče redovitost, hospitira na satovima, izvještava učiteljsko vijeće o provedbi, prikuplja izvješća o provedbi programa i dr.

NZJZPGŽ za sve suradnike koji u cijelosti provedu program u dogovorenim rokovima osigurava pravo na isplatu simboličnog honorara.

Provedba radionica završava do mjeseca travanj/svibnja kada se sa školama i učenicima organizira javno obilježavanje Svjetskog dana nepušenja 31. svibnja.

## 1. Županije provedbe

Primorsko-goranska

## 2. Datum početka i završetka programa

Datum početka: 1.01.2019.

Datum završetka: 31.12.2019.

## 3. Ostvaruje li program formalno partnerstvo u zajednici

da

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

Osnovne škole PGŽ

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

Mjesto provedbe programa: Primorsko-goranska županija

Godina u kojoj se program provodio: 2019.

Broj obuhvaćenih korisnika: 9881

## 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

Škola

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

Rizici i mehanizmi: Rani kontakt s drogom, niska samokontrola, manjak asertivnosti, nedostatak socijalnih i komunikacijskih vještina, nisko samopoštovanje, neadekvatno suočavanje sa stresom, negativan pritisak vršnjaka

Zaštitni mehanizmi: Razvijanje komunikacijskih i socijalnih vještina, vježbanje asertivnosti, razvijanje vještina odupiranja vršnjakovog pritiska, vještina rješavanja sukoba

uspješno suočavanje sa intenzivnim negativnim emocijama i stresom, razvijanje pozitivnog prijateljstva, vježbanje odupiranja pomoću tehnika Stani, razmisli, kreni; osvještavanje utjecaja reklama i ostalih medijskih utjecaja

## 10. Procjena potreba

Način provedbe: Provedeno istraživanje u Primorsko-goranskoj županiji, analiza dostupnih podataka, razgovori sa školama, posjeti školama, stalna komunikacija sa školama putem maila i telefona

Očekivani rezultati: Smanjenje rizika ponašanja vezanih uz zloupotrebu droga, razvijanje zdravog životnog stila

## 11. Trajanje programa

Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima: 52

## 12. Ciljevi programa

Opći: - smanjiti porast konzumiranja sredstava ovisnosti od 6. prema 8 razredu za 30 %

- povećati kompetentnost nastavnika za rad s djecom na ovoj tematici

Specifični: razviti visoko samopoštovanje, samopouzdanje i samokontrolu

2.razviti i uvježbati komunikacijske i socijalne vještine

3.uvježbati vještine suočavanja s pritiskom vršnjaka te vještine odbijanja droga

4.promovirati anti-ovisničke norme

- 5.povećati znanje o neposrednim posljedicama rizičnog ponašanja  
6.pružiti informacije o efikasnom suočavanju sa socijalnom anksioznošću

### **13. Ciljana skupina**

Osnovna škola

### **14. Korisnici programa**

Opis korisnika: Učenici 3,4,5,6,7 razreda PGŽ

Broj korisnika na godišnjoj bazi:

### **15. Metode korištene u programu**

Radionica

### **16. Program je evaluiran**

da

### **17. Vrsta provedene evaluacije**

Da - Evaluacija procesa

### **18. Metoda evaluacije**

Online upitnik, hospitacije, posjeti školama uz evaluacijske razgovore s provoditeljima i koordinatorima programa

### **19. Evaluatori**

Unutarnji

### **20. Najvažniji rezultati evaluacije**

Smanjenje rizičnog ponašanja vezanih uz zloupotrebu droga

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

Promoviran: da

Sadržaj i tijek kampanje: Obilježavanje završetka jednogodišnjeg ciklusa radionica javno na Korzu uz prisustvo medija na Svjetski dan nepušenja; sudjelovanje u emisijama RI kanala, novinski članci u Novom Listu, predstavljanje programa na više stručnih skupova

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

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

Vlastita sredstva (HRK):

Gradsko financiranje (HRK):

Županijsko financiranje (HRK):

Nacionalno financiranje (HRK):

Drugi izvori (HRK):