

# Prevenција: Trening za velike učenike (trening socijalnih vještina; 5. i 6. razredi)

Provoditelj: Udruga PET PLUS

Godina provedbe: 2019

## Kratki opis programa

Trening socijalnih vještina za učenike 5. i 6. razreda osnovne škole. Ove projektne aktivnosti nalaze se na kontinuumu aktivnosti vezanih za univerzalnu prevenciju razvoja problema u ponašanju kod djece i mladih, odnosno razvoja neprihvatljivih ponašanja. Kod univerzalne prevencije karakteristično je kako se primjenjuje na široku populaciju djece bez obzira na vrstu ili izdvajanja viskorigi ne djece, dok se u isto vrijeme posvećuje posebna pozornost utjecaju intervencija na one s povećanim rizikom. Kroz ove radionice djeci je omogućen rast na emotivnom i psihosocijalnom planu što im pomaže da se razvijaju u odgovornog odraslog pojedinca koji razumije sebe i svoje ponašanje. Trening socijalnih vještina je po svojoj temeljnoj definiciji preventivna, ranointerventna ili tretmanska intervencija koja se provodi samostalno ili u kombinaciji s drugim intervencijama; ovisno o procijenjenim potrebama korisnika.

## Sažetak programa

Trening socijalnih vještina usmjeren je na poticanje poželjnog ponašanja, uklanjanje nepoželjnog ponašanja i osiguravanje mogućnosti isprobavanja socijalnih vještina u različitim situacijama kako bi se ohrabrilo djecu i mlade da novonaučene vještine koriste u različitim stvarnim situacijama – odnosno kako bi generalizirali naučene tehnike i metode.

Trening socijalnih vještina kroz projektne aktivnosti odvija se na tri razine primjenom strukturiranog učenja. Ono se odnosi na usvajanje ili učenje socijalnih vještina, poticanje primjene ili vježbanje socijalnih vještina te omogućavanje generalizacije odnosno prijenosa vještina u ostale socijalne situacije.

Kroz projektne aktivnosti s djecom radi se na unapređenju te usvajanju vještina na područjima odnosa s vršnjacima (socijalne interakcije, socijalna participacija, empatija, druženje s vršnjacima, uspostavljanje odnosa s vršnjacima), upravljanja sobom (samokontrola, socijalna nezavisnost, socijalna odgovornost, tolerancija na frustraciju, razumijevanje vlastitih emocija, vrijednosti i ciljeva), asertivnosti (asertivno ponašanje, iniciranje druženja, komunikacijski stilovi), društvene osvještenosti (sposobnosti razumijevanja drugih ljudi i njihovih različitih izbora/ponašanja, razumijevanje postojanja društvenih normi ponašanja te prepoznavanje obitelji, škole i lokalne zajednice kao izvora podrške) i odgovornog donošenja odluka (vještine vezane za to kako donijeti izbore vezane za vlastito ponašanje i socijalne interakcije u različitim okruženjima, realna procjena vlastitog ponašanja i posljedica koje svako ponašanje donosi).

## 1. Županije provedbe

Grad Zagreb

## 2. Datum početka i završetka programa

Datum početka: 01.09.2019

Datum završetka: 29.02.2020

## 3. Ostvaruje li program formalno partnerstvo u zajednici

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

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

Mjesto provedbe programa: Grad Zagreb, grad Požega

Godina u kojoj se program provodio: 2012.. - 2019.

Broj obuhvaćenih korisnika: >3000

## 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 imbenici na koje program cilja

Rizici imbenici: - konzumacija psihoaktivnih tvari

- izostajanje s nastave
- delinkventno ponašanje
- vršnjačko nasilje
- skitnja
- kockanje i konzumacija cigareta
- disciplinski problemi
- slab školski uspjeh

Zaštitni imbenici: - jačanje samopouzdanja i samopoštovanja

- stvaranje i jačanje pozitivne slike o sebi
- vještine empatije
- pozitivan stav prema školi

## 10. Procjena potreba

Način provedbe: Prema rezultatima iz raznih studija (Cunliffe, 1992; McMahon i Wells, 1998; Takahashi i Kosaka, 2003, Lane i sur., 2005; Maag, 2005) vidljivo je kako provedba treninga socijalnih vještina ima značajan utjecaj na poboljšanje socijalnih interakcija, pozitivnu prilagodbu zajednici, smanjenje agresivnosti i ometajućih ponašanja učenika u razredu, poboljšanje samopoštovanja te manju zastupljenost depresije i anksioznosti. Djeca s razvijenim i usvojenim socijalnim vještinama bolje upravljaju frustracijom i bijesom i suraduju s vršnjacima. Ova djeca i mladi ukazuju na povećana prosocijalna ponašanja kako što su ljubaznost, empatija i dijeljenje i imaju pozitivan odnos prema školi (Durlak i drugi, 2011). Smatramo kako provedbom projektnih aktivnosti te posebice igranjem uloga i generalizacijom naučenih vještina u svakodnevnim socijalnim situacijama također pozitivno utjecati na jačanje i razvoj samopouzdanja kod učenika, razvoju osjećaja uspješnosti i pozitivne slike o sebi.

Očekivani rezultati: - učenici su usvojili vještine upravljanja svojim ponašanjima i emocijama.

- učenici su usvojili vještine razumijevanja perspektive druge osobe i ostvarivanja socijalnih interakcija s vršnjacima.
- učenici su usvojili vještine potrebne za donošenje zdravih prosocijalnih izbora.
- smanjena pojavnost neprihvatljivih ponašanja djece i mladih
- učenici su ostvarili bolje rezultate na skalama samopouzdanja, empatije, upornosti, povezanosti, uspješnog rješavanja konflikta, asertivnosti i komunikacijskih vještina.
- učenici ostvaruju bolje rezultate na skalama pozitivnih stavova prema sebi i drugima.
- učenici su usvojili prosocijalna ponašanja i unaprijedili kvalitetu odnosa s vršnjacima i drugim bitnim ljudima.
- smanjena pojavnost poremećaja u ponašanju i rizikih ponašanja kod učenika.
- ojačano mentalno zdravlje učenika i smanjena pojavnost emocionalnih poremećaja.
- unaprijeđen odnos prema školi i školskim obavezama.

## 11. Trajanje programa

Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima: 12

## 12. Ciljevi programa

Opis: - upoznavanje sebe i svladavanje vještina upravljanja svojim ponašanjima i emocijama

- usvajanje vještine razumijevanja perspektive druge osobe i ostvarivanja socijalnih interakcija s vršnjacima
- usvajanje vještina potrebnih za donošenje zdravih prosocijalnih izbora vezanih za osobne i društvene odluke
- prevencija neprihvatljivog ponašanja djece i mladih

Specifični: - usvajanje vještina koje posljedično djeluju na rast samopouzdanja, empatije, upornosti, povezanosti, uspješnog rješavanja konflikta, asertivnosti te komunikacijskih vještina

- usvajanje pozitivnih stavova u odnosu prema samom sebi i prema drugim ljudima
- usvajanje prosocijalnih ponašanja i poboljšanje kvalitete odnosa s vršnjacima i drugim bitnim ljudima
- smanjiti pojavnosti problema u ponašanju i rizika njih ponašanja kod učenika
- jačanje mentalnog zdravlja učenika te smanjenje pojavnosti emocionalnih poremećaja
- unaprijeđenje odnosa prema školi i školskim obavezama

## 13. Ciljana skupina

Osnovna škola

## 14. Korisnici programa

Opis korisnika: U sklopu projekta „Mali trening za velike učenike“ bilo je uključeno više od 50 učenika oba spola u dobi od 11 i 12 godina. Učenicima su pohađali 5. i 6. razred OŠ „Vladimir Nazor“ na području gradske četvrti Maksimir.

Učenicima su sudjelovali u projektnoj aktivnosti ciklusa treninga socijalnih vještina kojom se djelovalo na reduciranje jednog ili više rizika za jedan ili više problema ponašanja u populaciji učenika 5.-ih i 6.-ih razreda mavedne partnerske osnovne škole. Kroz navedenu projektnu aktivnost, učenicima su usvojili tehnike i vještine koje će im pomoći u što lakšem i uspješnijem savladavanju izazovnih socijalnih situacija. Na ovaj način usvojili su vještine koje se koriste tijekom cjeloživotnog razdoblja te će djelovati na razvoj društveno odgovornog i mentalno osnaženog pojedinca, člana lokalne zajednice.

Broj korisnika na godišnjoj bazi: 50

## 15. Metode korištene u programu

Radionica

## 16. Program je evaluiran

da

## 17. Vrsta provedene evaluacije

Da - Evaluacija procesa

## 18. Metoda evaluacije

- kontrola provedbenih aktivnosti
- usmeni feedback

## 19. Evaluatori

Unutarnji

## 20. Najvažniji rezultati evaluacije

Procesna evaluacija sastojala se od kontrole provedbe aktivnosti, provodili su je voditelj projekta i koordinator.

Aktivnosti su se odvijale uspješno, uz manje poteškoće (štrajk). Poteškoće su uspješno savladane te nisu utjecale na uspješnost provedbe.

Evaluacija u inka nije imala svoj službeni oblik te rezultati iste nisu evidentirani. Zadovoljstvo radionicama evaluirano je usmenim putem preko povratnih informacija uklju enih. Voditelj projekta izvještava o uspješno provedenim radionicama i iznimnom zadovoljstvu u enika.

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

Promoviran:

Sadržaj i tijek kampanje: Aktivnosti programa su promovirane na web stranici udruge ([www.petplus.hr](http://www.petplus.hr)) i na Facebook stranici (Udruga PET PLUS).

## **22. Ukupni prora un programa za jednu godinu provo enja (HRK)**

15 000

## **23. Izvori financiranja**

Vlastita sredstva (HRK):

Gradsko financiranje (HRK): 15 000

Županijsko financiranje (HRK):

Nacionalno financiranje (HRK):

Drugi izvori (HRK):