

# Prevenција: Program prevencije rizika u ponašanju učenika i zaštite mentalnog zdravlja učenika

Provoditelj: Medicinska škola u Rijeci

Godina provedbe: 2022

## Kratki opis programa

Program će se provesti kroz nekoliko glavnih tema: Stvaranje suportivne školske klime među učenicima prvih razreda, kreiranje sigurne atmosfere za razredni odjel. Obilježavanje Međunarodnog dana borbe protiv zlouporabe droga i Mjesec borbe protiv ovisnosti i poticati učenike na uključivanje u aktivnosti vezane uz borbu protiv ovisnosti. Za dvije razredne grupe bit će provedeno socioemocionalno učenje.

## Sažetak programa

Specifični ciljevi programa su građenje osjećaja pripadnosti i zajedništva u razrednom odjelu, osiguravanje uvjeta za otvoren dijalog i davanje mogućnosti za slobodno izražavanje osjećaja učenika. Nadalje, raditi će se na osvještavanju važnosti neverbalnog oblika komunikacije, promovirati zdrave stilove života, promicati pozitivne životne vrijednosti. Socioemocionalno učenje obuhvaća i prepoznavanje emocionalnih ekspresija, uživanje u emocionalno stanje drugih učenika i emocionalnu regulaciju te povećanje vještina asertivnosti.

## 1. Županije provedbe

Primorsko-goranska

## 2. Datum početka i završetka programa

Datum početka: 15.01.2023

Datum završetka: 30.05.2023

## 3. Ostvaruje li program formalno partnerstvo u zajednici

ne

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

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

Mjesto provedbe programa: Rijeka

Godina u kojoj se program provodio: 2023

Broj obuhvaćenih korisnika: 125

## 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

Rizni imbenici: Sredstva ovisnosti, strah od ispitivanja, negativan utjecaj vršnjaka

Zaštitni imbenici: Zdravi stilovi života, socio-emocionalna pismenost, zdravi stilovi života, komunikacijske vještine, pripadnost školskoj zajednici, negativan utjecaj pandemije, ekonomske i gospodarske krize

## 10. Procjena potreba

Na in provedbe: U skladu s Nacionalnom strategijom suzbijanja zlouporabe droga u Republici Hrvatskoj (NN122/12), Upravni odjel za zdravstvo Primorsko-goranske županije i Nastavni zavoda za javno zdravstvo PGŽ-a provelo je istraživanje među učenicima srednjih škola, a zbog izrade preventivnih programa koji imaju za cilj sprječavanje rizika i ponašanja te zaštitu mentalnog zdravlja učenika. Prikazani rezultati prikupljeni su na uzorku od 136 učenika i učenika svih razreda (98 djevojaka i 38 mladića) u šk.god. 2019./2020. Za usporedbu su uz postotke učenika svake škole prikazani i prosječni postotci odgovora svih ispitanih učenika iz 31 srednje škole u Županiji. Rezultati pružaju mogućnost uvida u to kako učenici vide svoju školu, svoje odnose s vršnjacima, kako provode slobodno vrijeme, kako vide sami sebe, imaju li poteškoća vezanih uz psihološko/emocionalno ili socijalno funkcioniranje, kako i koliko koriste Internet, računala i smartfone, koliko su izloženi zdravstvenim rizicima imbenicima te koliko su skloni korištenju sredstava ovisnosti i kockanju.

Rezultati pokazuju da su učenici zadovoljni sa školom. Manje su zadovoljni s pravednošću ocjenjivanja. Približno polovica ispitanih učenika smatra da je ocjenjivanje u našoj školi pravedno i da svi učenici dobivaju ocjene koje zaslužuju. Potrebno jasno ponoviti kriterije ocjenjivanja. Potrebno raditi na edukaciji o metodama ocjenjivanja kod nastavnika. Učenici nemaju dojam pravednosti prilikom ocjenjivanja. Smatraju da svi učenici ne dobivaju ocjene koje zaslužuju. Većina učenika smatra da škola po mišljenju učenika potiče pozitivni osobni razvoj učenika. 60,3% učenika ističe da ih drugi učenici ogovaraju, dok 26,5% učenika govori da im se drugi učenici rugaju. 10,3% učenika ističe da im u školi pridaju podrugljive nadimke. Potrebno promovirati nenasilnu politiku škole, učiniti i osvještavati razne oblike nasilje kod učenika. Reagirati na nasilje promptno. Kreirati sigurnu i poticajnu okolinu za učenje i boravljenje u školi. 61,8% učenika ističe da je normalno u njihovom društvu da se pije pivo ili neko drugo alkoholno piće, 44,9% učenika ističe da pije kad piju i drugi.

Nadalje, 47,8% učenika ističe da nikad ne koristi cigarete i duhan dok 31,6% učenika redovito koristi. 18,4% učenika eksperimentira s cigaretama, dok ih 2,2% povremeno koristi. 10% ispitanih učenika koristi 1 do 5 cigareta, 14,2% učenika koristi 6-8 cigareta, 9,2% učenika koristi 11 do 20 cigareta dnevno. Za usporedbu 28,5% učenika drugih škola koristi redovito koristi cigarete i duhan.

34,6% učenika povremeno konzumira pivo, dok 37,5% učenika eksperimentira s pivom. 33,1% ispitanih učenika popije od jedne čaše do pola litre, dok 25% učenika popije od pola litre do litru. Litru do dvije i više popije 5,1% učenika. 42,6% učenika eksperimentira s vinom, dok 37,5% povremeno koristi vino. 47,1% učenika popije manje od pola litre vina, 11% učenika popije od pola litre do litru, dok 12,5% učenika popije od litre do više od dvije litre. 37,5% učenika povremeno koristi žestoka alkoholna pića, a 45,6% učenika eksperimentira s žestokim alkoholnim pićima. 17,6% učenika popije jedno piće, 27,9% učenika popije 2 do 3 pića, 11% učenika popije 4 do 5 pića. 31,6% učenika se napije nekoliko puta godišnje, a 15,4% učenika se napije nekoliko puta mjesečno.

10,3% učenika eksperimentira s marihuanom ili hašišem, 7,4% učenika povremeno konzumira, a 4,4% učenika redovito koristi. 2,9% učenika rijetko koristi amfetamine. 2,2% učenika eksperimentira sa sintetskim THCCom.

20% učenika je prvi put probalo lutrijske igre s manje od 15 godina, dok je 5% učenika s 15 godina prvi put probalo sportsko kladjenje i igre na automatima.

Mnoga istraživanja govore kako se rizici na ponašanja učenika najbolje preveniraju kroz aktivnosti socijalnog učenja.

Samo 26,5% učenika u školi smatra da škola pomaže da bolje razumije svoje emocije, odnosno samog sebe. Situacija u drugim školama je identična. Potrebno je uvesti program emocionalnog

opismenjavanja u školu. Socio-emocionalno učenje je proces kroz koji djeca i odrasli stječu i primjenjuju znanje, stavove i vještine potrebne da upravljaju emocijama, postavljaju i postižu pozitivne ciljeve, osjećaju i pokazuju empatiju za druge, uspostavljaju i održavaju pozitivne socijalne veze i donose odgovorne odluke (CASEL, 2016). Rezultati istraživanja idu u prilog tvrdnjama da se socijalne i emocionalne kompetencije mogu naučiti kroz programe integrirane u školski kurikulum (tzv. socijalno i emocionalno učenje, SEU). Takvi programi čine se učinkovitim načinom za smanjenje problematičnog ponašanja i emocionalnih teškoća učenika, dok istovremeno povećavaju socijalnu prilagodbu i potiču akademski uspjeh učenika (Samarin, Takšić, 2009).

Učenicima, u usporedbi s prosjekom drugih učenika srednjih škola u županiji, doživljavaju strah od neuspjeha u školi. 47,1 % učenika se boji ispitivanja u školi u usporedbi s 37,4% učenika iz drugih škola. 19,1% učenika ističe da nastavnici u njima izazivaju strah u usporedbi s 13,4% učenika iz drugih škola. Loše ocjene ih obeshrabruju za daljnje učenje te ih jako pogađa kada dobiju lošu ocjenu. Potrebno je snažiti učenike da ustraju u redovitom trudu i radu.

U anketi kojom je Medicinska škola u Rijeci ispitala 688 učenika kroz školsku godinu 2016./2017. 36% učenika istaknulo je da doživljava strah od ispitivanja. Nadalje, pri statističkoj obradi podataka pronađena je značajna razlika u faktoru „strah od škole“ obzirom na spol. Djevojke se u prosjeku više boje škole (boje se ispitivanja, neuspjeha u školi, nastavnici u njima izazivaju strah) nego mladići. Škola glavni izvor stresa za većinu učenika, s dobi učenika sve više. Isto tako djevojke osjećaju višim prosjekom nego mladići. Brajša-Žganec, Kotrla-Topić i Raboteg-Šarić (2009.) definiraju strah od škole kao strah koji se razvija kao bojazan od školskog neuspjeha vezanog uz usmeno i pismeno ispitivanje, zbog neadekvatnog odnosa učenika i učitelja ili nerealnih roditeljskih očekivanja. Strah od ispitivanja je operacionaliziran kao emocionalna uzbuđenost i kognitivna uznemirenost (zabrinutost) koje se javljaju u ispitnim situacijama i/ili pri njihovom zamišljanju odnosno anticipiranju. Pri procjeni spremnosti škole za poduzimanje aktivnosti na temu straha od ispitivanja koriste se Community readiness model donesen je sljedeći akcijski plan: Izvijestiti nastavnike o rezultatima provedene ankete među učenicima. Osvijestiti nastavnike o pojavnosti problema u školi. Promovirati literaturu koja to dobro opisuje. Javljati učenicima kroz edukaciju i osvještavanja vlastitih misli, emocija i fizičkih osjećaja.

Naglašavati temu straha od ispitivanja od strane vodstva škole. Staviti u fokus mišljenje i osjećanja učenika, naglašavati ga od strane vodstva.

Učenicima ističu da nemaju dovoljno izvannastavnih aktivnosti u kojima mogu sudjelovati.

Potrebno je ponuditi više aktivnosti u kojima bi učenicima mogli sudjelovati i time učiniti školu prepoznatljivom u lokalnoj zajednici. Potrebno aktualizirati kurikularne aktivnosti, aktivnosti školskog volonterskog kluba, povezati učenike s ustanovama i udrugama iz lokalne zajednice.

Upitnikom o online nastavi tijekom travnja 2020.godine ispitano je 453 učenika naše škole upitnikom o online nastavi. 53% učenika procjenjuje da su doživljavali stres zbog preopterećenosti zahtjevima različitih predmeta i nastavnika, savladavanja sadržaja koje ne razumiju, nedostatak slušanja predavanja uživo i neizvjesnosti o tome kada će se vratiti u školu. Istraživanjem je pronađene spolne razlike u procjenama na daljinu s nastavnicima i neizvjesnosti o tome kada će se vratiti u školu. Djevojke iskazuju veću razinu stresa od mladića. Isto tako, dobivene su statistički značajne razlike u procjenama djevojaka i mladića u cjelodnevnom provođenju vremena u istom prostoru s članovima obitelji, zabrinutosti da ne mogu ostvariti školski uspjeh kakav žele i zatvorenosti kod kuće. Mladići iskazuju značajno manje zabrinutosti i frustracija zbog postojećih ograničenja. 54% ispitanih djevojaka se osjeća vrlo nervozno i tjeskobno. Djevojke iskazuju značajno više emocionalnih poteškoća od mladića. Većina ispitanih učenika procjenjuje da se prilagodila izmijenjenim uvjetima. Većina osjeća pripadnost školi, manji strah od ispitivanja, bolje komunikacijske i socijalne vještine. Stvaranje suportivne školske klime među učenicima prvih razreda, kreiranje sigurne atmosfere za razredni odjel. Obilježavanje Međunarodnog dana borbe protiv zlouporabe droga i Mjesec borbe

protiv ovisnosti i poticati u enike na uklju ivanje u aktivnosti vezane uz borbu protiv ovisnosti. Za dvije razredne grupe biti e provedeno socioemocionalno u enje.

O ekivani rezultati: Ve i osje aj pripadnosti školi, manji strah od ispitivanja, bolje komunikacjske i socijalne vještine

### **11. Trajanje programa**

Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima: 15

### **12. Ciljevi programa**

Op i: Stvaranje suportivne školske klime me u u enicima prvih razreda, kreiranje sigurne atmosfere za razredni odjel. Obilježavanje Me unarodnog dana borbe protiv zlouporabe droga i Mjesec borbe protiv ovisnosti i poticati u enike na uklju ivanje u aktivnosti vezane uz borbu protiv ovisnosti. Za dvije razredne grupe biti e provedeno socioemocionalno u enje.

Specifi ni: Specifi ni ciljevi programa su gra enje osje aja pripadnosti i zajedništva u razrednom odjelu, osiguravanje uvjeta za otvoren dijalog i davanje mogu nosti za slobodno izražavanje osje aja u enika. Ja anje facilitatorske uloge u provo enju radionica, prezentiranje osnovnih dijelova radioni ke nastave i facilitatorskog vo enja aktivnosti. Nadalje, radit e se na osvještavanju važnosti neverbalnog oblika komunikacije, promovirat emo zdrave stilove života, promicati pozitivne životne vrijednosti. Socioemotivno u enje obuhva at e prepoznavanje emocionalnih ekspresija, uživljavanje u emocionalno stanje drugih u enika i emocionalnu regulaciju te pou avanje vještina asertivnosti.

### **13. Ciljana skupina**

Srednja škola

### **14. Korisnici programa**

Opis korisnika: U enici prvih razreda

Broj korisnika na godišnjoj bazi: 125

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

Savjetovanje, Predavanje, Tribina, Radionica

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

da

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

Da - Evaluacija procesa

### **18. Metoda evaluacije**

Upitnik

### **19. Evaluatori**

Unutarnji

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

Zadovoljstvo kod sudionika provedenom radionicom

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

Promoviran:

Sadržaj i tijek kampanje:

**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):