

Prevenција: „Snažni, zdravi, sigurni i povezani“

Provoditelj: Služba za zaštitu mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolni liječenje ovisnosti

Godina provedbe: 2023

Kratki opis programa

Programom se osigurava kontinuitet i nadograđuju mjere osnaživanja lokalnih resursa u funkciji prevencije i suzbijanja ovisnosti te promicanja zdravih stilova života svih stanovnika Ličko-senjske županije, s posebnim naglaskom na djecu, mlade i njihove roditelje, kao i nastavak umrežavanja i međusektorske suradnje iz prethodnih godina i projekata.

Sažetak programa

Specifični cilj programa jest osnažiti stručnjake savjetovališta ZZJZ LSŽ stručne voditelje lokalnih klubova liječenih alkoholičara, djelatnike odgojno-obrazovnih ustanova (dječjih vrtića) i provoditelje novouvedenih oblika podrške, te im pružiti alate za preventivni rad s djecom i mladima te njihovim roditeljima. Programom će se aktivnosti namijenjene osnaživanju za preventivni rad stručnjaka koji izravno rade s djecom i mladima te njihovim roditeljima proširiti i na osoblje dječjih vrtića Ličko-senjske županije i to uključivanjem u validiranu edukaciju za poznavanje i primjenu koncepta transakcijske analize (psihoterapijski pravac) pod nazivom TAPATE program. TAPATE program je specifično osmišljen za pojedince koji žele isprobati primjenu koncepta transakcijske analize (TA) u sklopu svog redovnog rada u klijenta/odgajatelja/stručnog suradnika.

Provođenje TAPATE-a je proces u kojem sudionici učestvuju, a potom primjenjuju razne koncepte transakcijske analize u praksi i time pospješuju vlastito razumijevanje ljudskog ponašanja. Tijekom sudjelovanja izrađuju mape dokaza primjene koncepta u praksi te prolaze proces samoprocjene i evaluacije. Program se provodi radionicima, sudionici dobiju razumijevanje koncepta, ali i mogućnost rada na sebi kroz vježbe i samoprocjenu. Procesom provedbe TAPATE-a rukovodi se uz podršku Europskog udruženja za transakcijsku analizu (EATA) s ciljem prepoznavanja kompetentne primjene TA koncepta u svim onim slučajevima u kojima provoditelji ne teže zadobivanju profesionalne akreditacije. Pri završetku programa svi sudionici prilažu dokaze o radu koji se evaluiraju od strane hrvatske Udruge za transakcijsku analizu (UTA) te dobivaju potvrde o sudjelovanju. Ciklus radionica provest će se kroz 8 susreta. Koncepti koji će se obraditi na radionicama su: ego stanja, psihološke igre, stroukovi, životne pozicije, reket osjećaji, driver ponašanja, driver ponašanja, zabrane. Veliki grupni rad je deset sudionika. Voditeljica radionica je Maja Matković, prof. edukologinje, specijalizantica transakcijske analize. Uvođenje metoda transakcijske analize u izravni savjetovališni rad i stručni nadzor kvalitete praktične primjene metoda TA provodit će se putem redovitih supervizijskih sastanaka kojima će prisustvovati psihologinja ZZJZ LSŽ, a koje će provoditi licencirana TA trenerica i supervizorica Jelena Vrsaljko (PTSTA).

Nastavit će se i partnerska suradnja na senzibiliziranju i informiranju javnosti o problemu ovisnosti u Ličko-senjskoj županiji i promicanju zdravih stilova života, jačanje svijesti o odgovornosti odraslih u prakticiranju postupaka zaštite djece i mladih pa će se u sklopu toga provesti i aktivnosti informiranja javnosti i promocije programa i to organiziranjem štandova i javnih tribina ili gostovanja na radio postajama i u novinama na temu prevencije ovisnosti, osvještavanja potrebe zaštite djece i mladih kroz dosljednu primjenu zakonskih odredbi o ograničavanju dostupnosti legalnih sredstava ovisnosti osobama mlađim od 18 godina te među punoljetnim osobama promicanja svijesti o vrijednosti umjerenog konzumiranja alkohola. Tribine i štandovi provest će se u okviru obilježavanja značajnih datuma kao što su Dan borbe protiv alkoholizma, Dan borbe protiv zlouporabe droga te Mjesec borbe protiv ovisnosti. Nositelj ove grupe aktivnosti bit će klub liječenih alkoholičara – KLA Gospić u suradnji sa Zavodom za javno zdravstvo Ličko-senjske županije.

Prilikom našeg prijašnjeg rada unutar „Treninga prestanka pušenja“ došli smo do spoznaje da je motiviranje za prestanak pušenja uspješnije u direktnom kontaktu s pušačima, a manje preko posrednika kao što su zaposlenici medicinskih ustanova. Naime, prestanak pušenja zahtjevna je zadaća, koju najčešće treba ponoviti više puta da bi se konačno prestalo pušiti. U prosjeku pušači imaju oko 7 neuspješnih pokušaja različitog trajanja, dok konačno

ne postignu dugotrajnu ili stalnu apstinenciju. Prilikom pokušaja prestanka pušenja postoje dvije vrste imbenika koji ometaju sam prestanak pušenja. Na prvom mjestu to je potreba za nikotinom, kao vrlo adiktivnom tvari, koja je glavni psihoaktivni sastojak duhana. Potreba za nikotinom nakon prestanka pušenja nije dugotrajna, ona nestaje relativno brzo, a bivše puša e prema ponovnom po etku konzumiranja duhana vode tzv. okida i, odnosno ponašanja i navike povezani s pušenjem. Kroz „Trening prestanka pušenja“ puša e uz motiviranje za prestanak pušenja detaljno upoznajemo s procesom prestanka pušenja, okida ima i aktivnostima kojima mogu eliminirati u inak okida a, tako da je ve a vjerojatnost da e ustrajati u apstinenciji.

Cilj centra za psihološko savjetovanje je pružiti studentima podršku u svladavanju osobnih poteško a u svrhu poboljšanja kvalitete života i pove anja efikasnosti studiranja.

1. Županije provedbe

Li ko-senjska

2. Datum po etka i završetka programa

Datum po etka: 01.01.2023

Datum završetka: 31.12.2023

3. Ostvaruje li program formalno partnerstvo u zajednici

da

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

KLA

5. Dosadašnja iskustva udruge/institucije u provo enju istog ili sli nih programa

Mjesto provedbe programa: Li ko senjska županija

Godina u kojoj se program provodio: 2023

Broj obuhva enih korisnika: 20000

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

Zajednica

9. Rizici i zaštitni imbenici na koje program cilja

Rizici i imbenici: a)Koliko je korisnika obuhva eno?

Edukativno-promotivnim aktivnostima putem radio emisija obuhva ena je op a populacija gra ana – prema podacima dobivenim od lokalnih radio postaja o opsegu slušanosti njihova programa, procjenjujemo da se može doprijeti do cca 20.000 slušatelja.

Aktivnostima za osnaživanje institucionalnih i stru nih kapaciteta klubova lije enih alkoholi ara i njihovim aktivnijim uklju ivanjem u provedbu edukativno-promotivnih aktivnosti u proteklom razdoblju obuhva ena je 1 udruga (KLA Gospi kao organizacija civilnog društva), kao i njegovi lanovi sa svojim obiteljima (klubovi lije enih alkoholi ara imaju do 12 lanova), a aktivnostima za informiranje i senzibiliziranje javnosti putem štanda obuhva eno je izme u 100 i 200 posjetitelja (precizan broj nije mogu e navesti zbog izraženije dinamike dolazaka i odlazaka posjetitelja štanda), na javnih tribinama i predavanjima registrirano je do 60 posjetitelja (upisivanje na listu sudionika je bilo dobrovoljno i zbog osjetljivosti tematike, neki sudionici odbili su staviti svoj potpis).

Na predstavljanju TAPATE edukacije za dje je vrte i prate eg priručnika bilo je 15 sudionika.

U ciklus radionica TAPATE programa za odgajatelje dje jem vrte u bilo je uključeno 16 polaznika, a u U eni kom domu 5 polaznika i polaznica.

Za Trening prestanka pušenja prijavila su se 4 kandidata, jedan sudionik je ciklus Treninga uspješno završio.

Istraživa ki izvještaji izra eni su za 20 škola te su im svima dostavljeni.

Broj korisnika koji su vidjeli informativno-promotivne materijale objavljene na web stranicama, društvenim mrežama nije bilo mogu e precizno procijeniti.

Zaštitni imbenici:

10. Procjena potreba

Na in provedbe: Organizacija štanda i tribina, edukacija kroz sudjelovanje na Lošinjskoj ljetnoj školi alkoholizma, sudjelovanje i logistika pomo u organizaciji i provedbi svih ostalih javnih doga anja i okupljanja – Dan borbe protiv alkoholizma, Dan borbe protiv zlouporabe droga, Mjesec borbe protiv ovisnosti. Senzibiliziranje i motiviranje lokalne zajednice za pokretanje i osnivanje lokalne udruge za prevencije svih oblika ovisnosti.

O ekivani rezultati: Održavanje senzibiliteta javnosti na problem ovisnosti i mobilizacija odraslih radi stvaranja sigurnijeg okruženja koje e štititi mlade sužavanjem prilika za zlouporabu sredstava ovisnosti, odvra ati ih i demotivirati ili barem im pomo i da odgode trenutak prvog eksperimentiranja s legalnim drogama.

-Osnaženi, informirani i educirani odgojitelji u dje jim vrte ima nakon završene TAPATE edukacije.

-Osnaženi i kompetentniji stru ni voditelji KLA i savjetovališta.

-Održavanje informiranosti lokalne zajednice o dostupnim resursima psihosocijalne pomo i i podrške te konkretnim programima za odvikavanje od ovisnosti o nikotinu - dostupna usluga Treninga prestanka pušenja na podru ju Li ko-senjske županije.

- lanovi KLA su spremni za osnivanje nove inicijative i pokretanje udruge koja bi pokrivala širi spektar oblika ovisnosti, a ne samo ovisnost o alkoholu.

11. Trajanje programa

Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima:

12. Ciljevi programa

Op i:

Specifi ni: Specifi ni cilj programa jest osnažiti stru njake savjetovališta ZZJZ LSŽ stru ne voditelje lokalnih klubova lije enih alkoholi ara, djelatnike odgojno-obrazovnih ustanova (dje jih vrte a) i provoditelje novouvedenih oblika podrške, te im pružiti alate za preventivni rad s djecom i mladima te njihovim roditeljima.

Programom e se aktivnosti namijenjene osnaživanju za preventivni rad stru njaka koji izravno rade s djecom i mladima te njihovim roditeljima proširiti i na osoblje dje jih vrte a Li ko-senjske županije i to uključivanjem u validiranu edukaciju za poznavanje i primjenu koncepata transakcijske analize (psihoterapijski pravac) pod nazivom TAPATE program. TAPATE program je specifi no osmišljen za pojedince koji žele isprobati primjenu koncepata transakcijske analize (TA) u sklopu svog redovnog rada u itelja/odgajatelja/stru nog suradnika.

Provo enje TAPATE-a je proces u kojem sudionici u e, a potom primjenjuju razne koncepte transakcijske analize u praksi ime pospješuju vlastito razumijevanje ljudskog ponašanja. Tijekom sudjelovanja izra uju mape dokaza primjene koncepata u praksi te prolaze proces samoprocjene i evaluacije.

Program se provodi radioni ki, sudionici dobiju razumijevanje koncepata, ali i mogu nost rada na sebi kroz vježbe i samoprocjenu. Procesom provedbe TAPATE-a rukovodi se uz podršku Europskog udruženja za transakcijsku analizu (EATA) s ciljem prepoznavanja kompetentne primjene TA koncepata u svim onim slu ajevima u kojima provoditelji ne teže zadobivanju profesionalne akreditacije. Pri završetku programa svi sudionici prilažu dokaze o radu koji se evaluiraju od strane hrvatske Udruge za transakcijsku analizu (UTA) te dobivaju potvrde o sudjelovanju. Ciklus radionica provest e se kroz 8 susreta. Koncepti koji e se obraditi na radionicama su: ego stanja, psihološke igre, stroukovi, životne pozicije, reket osje aji, driver ponašanja, driver ponašanja, zabrane. Veli ina grupe za rad je deset sudionika. Voditeljica radionica je Maja Ma ek, prof. edu –reh, specijalizantica transakcijske analize. Uvo enje metoda transakcijske analize u izravni savjetovališni rad istru ni

nadzor kvalitete praktične primjene metoda TA provoditi se putem redovitih supervizijskih sastanaka kojima će prisustvovati psihologinja ZZJZ LSŽ, a koje će provoditi licencirana TA trenerica i supervizorica Jelena Vrsaljko (PTSTA).

Nastaviti će se i partnerska suradnja na senzibiliziranju i informiranju javnosti o problemu ovisnosti u Ličko-senjskoj županiji i promicanju zdravih stilova života, jačanje svijesti o odgovornosti odraslih u prakticiranju postupaka zaštite djece i mladih pa će se u sklopu toga provesti i aktivnosti informiranja javnosti i promocije programa i to organiziranjem štandova i javnih tribina ili gostovanja na radio postajama i u novinama na temu prevencije ovisnosti, osvještavanja potrebe zaštite djece i mladih kroz dosljednu primjenu zakonskih odredbi o ograničavanju dostupnosti legalnih sredstava ovisnosti osobama mlađim od 18 godina te među punoljetnim osobama promicanja svijesti o vrijednosti umjerenog konzumiranja alkohola. Tribine i štandovi provesti će se u okviru obilježavanja značajnih datuma kao što su Dan borbe protiv alkoholizma, Dan borbe protiv zlouporabe droga te Mjesec borbe protiv ovisnosti. Nositelj ove grupe aktivnosti bit će klub liječenih alkoholičara – KLA Gospić u suradnji sa Zavodom za javno zdravstvo Ličko-senjske županije.

Prilikom našeg prijašnjeg rada unutar „Treninga prestanka pušenja“ došli smo do spoznaje da je motiviranje za prestanak pušenja uspješnije u direktnom kontaktu s pušačima, a manje preko posrednika kao što su zaposlenici medicinskih ustanova. Naime, prestanak pušenja zahtjevna je zadaća, koju najčešće treba ponoviti više puta da bi se konačno prestalo pušiti. U prosjeku pušači imaju oko 7 neuspješnih pokušaja različitog trajanja, dok konačno ne postignu dugotrajnu ili stalnu apstinenciju. Prilikom pokušaja prestanka pušenja postoje dvije vrste imbenika koji ometaju sam prestanak pušenja. Na prvom mjestu to je potreba za nikotinom, kao vrlo adiktivnom tvari, koja je glavni psihoaktivni sastojak duhana. Potreba za nikotinom nakon prestanka pušenja nije dugotrajna, ona nestaje relativno brzo, a bivše pušače prema ponovnom početku konzumiranja duhana vode tzv. okidači, odnosno ponašanja i navike povezani s pušenjem. Kroz „Trening prestanka pušenja“ pušače uz motiviranje za prestanak pušenja detaljno upoznajemo s procesom prestanka pušenja, okidačima i aktivnostima kojima mogu eliminirati u svakom okidaču, tako da je veća vjerojatnost da će ustrajati u apstinenciji.

Cilj centra za psihološko savjetovanje je pružiti studentima podršku u svladavanju osobnih poteškoća u svrhu poboljšanja kvalitete života i povećanja efikasnosti studiranja.

13. Ciljana skupina

Opća populacija, Visokoobrazovne ustanove, Obitelj / roditelji

14. Korisnici programa

Opis korisnika: Učenici 6.stih razreda bit će pripremani za ulogu vršnjaka pomagača – 28 učenika opća populacija građana – u okviru aktivnosti senzibiliziranja i informiranja javnosti o problemu ovisnosti putem tribina, štandova, i medijskih istupa djeluje se na kvalitetu života svih građana Ličko-senjske županije - broj korisnika u ovoj skupini procjenjuje se na 20.000

Roditelji – roditelji djece polaznika dječjeg vrtića izravno će sudjelovati u TAPATE radionicama – procjena 10 roditelja
Studenti svih akademskih godina koji studiraju u LSŽ bit će korisnici savjetovališta – 150 studenata
udruge i građanske inicijative – kroz osnaživanje institucionalnih i strukovnih kapaciteta klubova liječenih alkoholičara povećava se njihova vidljivost i kapacitet za održivo djelovanje na planu prevencije ovisnosti kao i rehabilitacije liječenih ovisnika te njihovim obiteljima - do dvije udruge bit će obuhvaćene programom

Broj korisnika na godišnjoj bazi:

15. Metode korištene u programu

Savjetovanje, Predavanje, Tribina, Radionica, Medijska kampanja

16. Program je evaluiran

da

17. Vrsta provedene evaluacije

Da - Evaluacija procesa

18. Metoda evaluacije

U projektnom prijedlogu navedeni su indikatori za procesnu evaluaciju. U tablici 2.2. navedeni su postignuti rezultati u provedbi ovog projekta. Vrednovanje se provodi interno, a organizacija prijavitelj zadužena je za monitoring cjelokupnog projektnog ciklusa.

19. Evaluatori

Unutarnji

20. Najvažniji rezultati evaluacije

Procesna evaluacija provodi se prema indikatorima navedenim uz specifične ciljeve u projektnom prijedlogu, odnosno u odnosu na očekivane rezultate te na vremenski raspored provedbe aktivnosti. U odnosu na ove parametre vrednuje se izvedba. Rezultati procesne evaluacije ukazuju da su u proteklom razdoblju većinom provedene planirane aktivnosti, koje su nužan preduvjet za nastavak provedbe u narednom izvještajnom razdoblju, a analiza iskaza u evaluacijskim listama sudionika ukazuju da su isti u pravilu zadovoljni prikazanim sadržajima, smatraju ih korisnim te bi ih preporučili ili drugim potencijalnim korisnicima. Nešto niža razina zadovoljstva registrirana je kod sudionika radionica koje se provode putem online platformi, što se može protumačiti nedovoljnom kvalitetom uslijed nedostatka osobnog kontakta.

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

Promoviran: da

Sadržaj i tijek kampanje: Pružene su usluge informiranja, senzibiliziranja, edukacije na temu prevencije i liječenja ovisnosti, kao i usluge psihoedukacije, savjetovanja i informiranja odraslih korisnika oba spola koji su za time iskazali potrebu.

Informativno-edukativne aktivnosti su bile namijenjene najširoj populaciji radi usmjeravanja pozornosti na problem ovisnosti te mogući nastup prevencije u LSŽ, informiranja o dostupnim uslugama za pomoć, na poticanje za prelazak i usvajanje zdravijih životnih stilova.

Promocija Treninga prestanka pušenja putem radio spota i promotivnih plakata i letaka namijenjena je svim stanovnicima LSŽ koji su pušači i koji razmišljaju o mogućnosti ili su se odlučili na prestanak pušenja. Tim putem ih se informira o postojanju i dostupnosti usluge na području LSŽ kao i potiče pušače na promišljanje o prestanku pušenja te ih se motivira na donošenje odluke i uključivanje u Trening.

Anketnim istraživanjem iz prve godine provedbe su dobiveni podaci o aktualnom stanju problema konzumacije sredstava ovisnosti među mladima u LSŽ te su na temelju njih ove godine izrađena pojedinačna izvješća za škole. Pojedinačna istraživanja izvješća predstavljaju materijal za stručne timove u školama na temelju kojega mogu razvijati i prilagoditi svoje planove i programe prevencije u školskom mikro-okruženju.

TAPATE treningom informirani su i educirani odgojitelji u dječjim vrtićima i u obitelji kod kuće za primjenu koncepta TA u svakodnevnom radu sa svojim korisnicima putem kojih mogu unaprijediti svoje djelovanje na planu jačanja zaštitnih faktora u prevenciji rizika njihovog ponašanja. Radi održivosti naučenog i lakšeg korištenja i primjene u budućem radu polaznici mogu koristiti priručnik „Upoznavanje sebe kroz transakcijsku analizu“

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

180000

23. Izvori financiranja

Vlastita sredstva (HRK):

Gradsko financiranje (HRK):

Županijsko financiranje (HRK):

Nacionalno financiranje (HRK): 180000

Drugi izvori (HRK):