

Prevenција: #mentalnojevažno

Provoditelj: Zavod za javno zdravstvo Varaždinske županije

Godina provedbe: 2024

Kratki opis programa

Projekt #mentalnojevažno je projekt univerzalne i indicirane prevencije ovisnosti kojim se nastoji senzibilizirati i obuhvatiti prvenstveno djeca i mladi Varaždinske županije, ali i odraslo stanovništvo i usmjeren je na:

- 1.senzibilizacija javnosti za važnost mentalnog zdravlja kao nedjeljivog segmenta ukupnog zdravlja svake osobe
- 2.senzibilizacija javnosti za probleme mentalnog zdravlja te skidanje stigme vezane za mentalne probleme
- 3.senzibilizacija javnosti za posljedice pandemije na mentalno zdravlje opće populacije, a posebno ranjivih skupina
- 4.edukacija o najčešćim poteškoćama mentalnog zdravlja djece i mladih, odraslih i starijih osoba
- 5.informiranje javnosti o djelatnosti Odjela za zaštitu mentalnog zdravlja i mogućnostima ostvarivanja različitih vidova stručne pomoći

CILJNE SKUPINE:

-opća populacija

-djeca i mladi, i njihovi roditelji

AKTIVNOSTI (kojima će se realizirati ciljevi)

-rad u savjetovalištim Zavoda za javno zdravstvo - podrška i tretman vezano za različite probleme mentalnog zdravlja

-organizacija stručnih skupova vezano za problematiku mentalnog zdravlja

-izrada edukativnih materijala o najčešćim problemima mentalnog zdravlja i ovisnosti te načinima pomoći – publikacija „Nepušenje – moj izbor“

-edukativna predstava „MREŽA“ u suradnji s Udrugom Hepatos i RI teatrom

Sažetak programa

UVOD I DEFINICIJA PROBLEMA

Problemi mentalnog zdravlja tijekom zadnjeg desetljeća po svojoj zastupljenosti dolaze u prvi plan i predstavljaju jedan od najvećih javno-zdravstvenih izazova današnjice, a u postpandemijsko vrijeme posljedice na mentalno zdravlje mnogostruko su veće.

https://web2020.ffzg.unizg.hr/covid19/wp-content/uploads/sites/15/2020/06/Kako-smo_Preliminarni-rezultati_brosura.pdf

Opća populacija

Situacija nakon globalne zdravstvene krize zbog pandemije korona-virusom stavila je probleme mentalnog zdravlja u središte brige za zdravlje zbog mnogostrukih posljedica i značajnog pogoršanja mentalnog zdravlja opće populacije, a posebno ranjivih skupina.

Generalno gledajući došlo je do porasta socijalne anksioznosti među djecom i mladima i novih izazova vezano uz korištenje digitalnih tehnologija u većoj mjeri i posljedične ovisnosti. Podaci vidljivi već sada, kao i podaci iz prethodnih epidemija i postpandemijskog razdoblja, ukazuju na ozbiljne i zabrinjavajuće posljedice koje se očituju u povećanom broju samoubojstava, postraumatskom stresu, opsesivno-kompulzivnom poremećaju, depresiji, nesanicu i dr. Nadalje, gubitak posla i financijske poteškoće tijekom globalne ekonomske krize povezuju se s dugotrajnim

propadanjem mentalnog zdravlja. Zbog svega navedenog očekuje se značajan val pojačanih potreba vezanih za mentalno zdravlje i dugo nakon završetka pandemije. Posljedice pandemije sve su vidljivije na socio-ekonomskom planu u smislu povećanja ekonomske nesigurnosti zbog nezaposlenosti, siromaštva i sl. Gubitak posla spada među 10 najstresnijih životnih događaja, a dugotrajna nezaposlenost može biti psihološki destruktivna i značajno narušiti mentalno zdravlje. Posljedica može biti socijalna isključenost koja često ima spiralni efekt tj. isključenost iz jednog područja može imati za posljedicu isključenost iz drugih područja. Zbog svega toga možemo očekivati sve veći broj korisnika socijalnih usluga i među populacijom ovisnika te drugih korisnika usluga Odjela za zaštitu mentalnog zdravlja. Socijalna problematika izuzetno je osjetljivo područje te korisnici u početku zaziru od bilo kakvog traženja pomoći, no uz pravilan pristup stvara se odnos povjerenja, obzirom na pruženu pomoć za koju nisu niti znali da je mogu ostvariti.

Djeca i mladi

Istraživanja pokazuju da sve veći broj djece osnovnoškolske i srednjoškolske dobi pokazuje razne poteškoće mentalnog zdravlja koje ih ometaju u normalnom odrastanju, prilagodbi i stjecanju odgovarajućih razvojnih iskustava. Poteškoće mentalnog zdravlja djece i mladih najčešće očituju se kao emocionalne poteškoće (anksioznost, depresija), poteškoće u prehrani, poteškoće u ponašanju, problemi u odnosima s vršnjacima. Post - pandemijske okolnosti donijele su u prvi plan i probleme koje se odnose na PTSP, reakcije na gubitak, probleme prilagodbe, probleme ovisnosti te povećani rizik od suicida.

Unatoč sve raširenijim problemima, poteškoće mentalnog zdravlja djece i mladih vrlo su često neprepoznate ili neliječene. Obitelj predstavlja djetetu prvo i bazično okruženje koje može znatno pridonijeti razvijanju zdravih osnova razvoja ili pak utjecati nepovoljno na postojeće biološke osnove. Mnogi roditelji, međutim, osjećaju nesigurnost vezano za svoje roditeljske vještine, posebno u zahtjevnijim razdobljima djetetovog odrastanja. Različiti oblici edukacije za roditelje imaju za cilj osnažiti roditelje, omogućiti da postaju bolji roditelji svojoj djeci te tako povećati vjerojatnost da povoljno utječu na njihovo (i svoje) mentalno zdravlje. Dosadašnja iskustva u okviru projekta PRAM i drugih aktivnosti za roditelje, govore u prilog potrebe za što sustavnijom edukacijom roditelja. Valja istaknuti da je kvalitetna i rana intervencija kod djece s poteškoćama u mentalnom zdravlju najbolja prevencija ovisnosti, kako supstancijskih, tako i bihevioralnih, budući da se u oba smjera djeca i mladi patogenetski razvijaju u okviru samo – medikacije neprepoznatih, a perzistirajućih problema. Procjenjuje se da takve djece ima u populaciji od 14- 20% , što znači svako 5. – 6. dijete koje pohađa OŠ i SŠ (podaci prije pandemije). Također, u radu sa studentskom populacijom (mlađi punoljetnici i mladi odrasli) uočili smo brojne probleme prilagodbe na studij, mjesto studiranja, i nezadovoljstvo izborom studija što također generira potrebu za intervencijama prema ovoj populaciji.

CILJEVI PROJEKTA

- 1.senzibilizacija javnosti za važnost mentalnog zdravlja kao nedjeljivog segmenta ukupnog zdravlja svake osobe
- 2.senzibilizacija javnosti za probleme mentalnog zdravlja te skidanje stigme vezane za mentalne probleme
- 3.senzibilizacija javnosti za posljedice pandemije na mentalno zdravlje opće populacija, a posebno ranjivih skupina
- 4.edukacija o najčešćim poteškoćama mentalnog zdravlja djece i mladih, odraslih i starijih osoba
- 5.informiranje javnosti o djelatnosti Odjela za zaštitu mentalnog zdravlja i mogućnostima ostvarivanja različitih vidova stručne pomoći

CILJNE SKUPINE :

- opća populacija
- djeca i mladi, i njihovi roditelji

AKTIVNOSTI (kojima će se realizirati ciljevi)

- rad u savjetovalištim Zavoda za javno zdravstvo - podrška i tretman vezano za različite probleme mentalnog zdravlja
- organizacija stručnih skupova vezano za problematiku mentalnog zdravlja
- izrada edukativnih materijala o najčešćim problemima mentalnog zdravlja i ovisnosti te načinima pomoći – publikacija „Nepušenje – moj izbor“
- edukativna predstava „MREŽA“ u suradnji s Udrugom Hepatos i RI teatrom

PROJEKT FINANCIRA: ZZJZ VŽ iz vlastitih sredstava (stručno vodstvo i provedba projekta, rad u savjetovalištu),
Varaždinska županija (realni troškovi za izvođenje edukativne predstave)

1. Županije provedbe

Varaždinska

2. Datum početka i završetka programa

Datum početka: 01.01.2024

Datum završetka: 31.12.2024

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: područje Varaždinske županije ;

Godina u kojoj se program provodio: 2024..

Broj obuhvaćenih korisnika: okvirno 1000

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

Indicirana

8. Okruženje na koje je program primarno usmjeren

Obitelj

9. Rizični i zaštitni čimbenici na koje program cilja

Rizični čimbenici: neadekvatne roditeljske vještine

negativni vršnjački pritisak

utjecaj društvenih mreža i tehnologije

nisko znanje o problemima i posljedicama ovisnosti

Zaštitni čimbenici: pozitivni vršnjački pritisak

autoritativni model odgoja

racionalno korištenje ekrana i društvenih mreža te tehnologije

povećanje znanja i kreiranje stava prema sredstvima ovisnosti

10. Procjena potreba

Način provedbe: analiza stanja i dostupnih podataka te izvješća , opservacije odgojno obrazovnih i drugih relevantnih stručnjaka

Očekivani rezultati: kreiranje pozitivnog vršnjačkog utjecaja

razvoj kompetentnijeg roditeljstva

povećati znanje o problematici različitih oblika ovisnosti i znanje o dostupnim oblicima skrbi

11. Trajanje programa

Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima:

12. Ciljevi programa

Opći:

Specifični:

13. Ciljana skupina**14. Korisnici programa**

Opis korisnika:

Broj korisnika na godišnjoj bazi:

15. Metode korištene u programu**16. Program je evaluiran**

ne

17. Vrsta provedene evaluacije

Ne

18. Metoda evaluacije**19. Evaluatori****20. Najvažniji rezultati evaluacije****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 provođenja (HRK)**23. Izvori financiranja**

Vlastita sredstva (HRK):

Gradsko financiranje (HRK):

Županijsko financiranje (HRK):

Nacionalno financiranje (HRK):

Drugi izvori (HRK):