Prevencija: #Čuvaj me [CERTIFIKAT KVALITETE RAZINE 1: PROGRAM U RAZVOJU]

Provoditelj: Zajednica Pape Ivana XXIII
Godina provedbe: 2025

Kratki opis programa

Program #Čuvaj me usmjeren je na prevenciju nastanka i razvoja ovisnosti kod osnovnoškolaca jačanjem zaštitnih čimbenika, odnosno educiranjem i učenjem socijalnih i komunikacijskih vještina putem edukativnih radionica i kampova, afirmacijom pozitivnog roditeljstva, edukacijom, javnom tribinom i savjetodavnim radom s korisnicima.

PRIMARNO OKRUŽENJE U KOJEM SE PROJEKT PROVODI: ŠKOLA

Sažetak programa

Program #Čuvaj me provodi se u školskom okruženju, uz uključivanje obiteljskog okruženja. Program je usmjeren na osnaživanje socio – emocionalnih i komunikacijskih vještina učenika šestih razreda osnovne škole, uz poticanje kritičkog mišljenja o vlastitim izborima ponašanja te na povećanje znanja i informiranosti učenika o utjecajima i negativnim posljedicama korištenja sredstava ovisnosti. Osim na učenike, program je usmjeren i na njihove roditelje, odnosno na unapređenje znanja o pozitivnom roditeljstvu i osnaživanje roditeljskih vještina. Provedbom programa se unapređuju i znanje i vještine stručnjaka o čimbenicima koji utječu na ovisničko ponašanje te o znanstveno utemeljenom kreiranju strukturiranih psihoedukativnih intervencija. Program se provodi u Osnovnoj školi Vrgorac i Osnovnoj školi Metković.

Evaluacija: Evaluacija programa #ČuvajMe provedena je od strane vanjskog evaluatora tijekom prve godine provedbe s ciljem mjerenja učinka intervencija na razvoj socijalnih i emocionalnih kompetencija kod učenika. Korišten je kvantitativni pristup evaluacije, uz primjenu prije-poslije metode (pretest – posttest dizajna) na uzorku od 131učenika iz partnerskih škola.

Dobna skupina: 11-13 godina.

Ciljana skupina: učenici 6. razreda osnovne škole, roditelji/skrbnici, stručnjaci.

Okruženje provedbe programa: škola, obitelj.

Razina/e intervencije: univerzalna prevencija.

Ključne riječi: prevencija, ovisnosti, univerzalna prevencija, socijalno-emocionalne vještine, roditeljske vještine.

1. Županije provedbe

Dubrovačko-neretvanska, Splitsko-dalmatinska

2. Datum početka i završetka programa

Datum početka: 01.01.2024
Datum završetka: 31.12.2026

3. Ostvaruje li program formalno partnerstvo u zajednici

da

4. Ako da, s kim (suradnik u provedbi)
Osnovna škola Vrgorac i Osnovna škola Metković

5. Dosadašnja iskustva udruge/institucije u provođenju istog ili sličnih programa
Mjesto provedbe programa: Vrgorac i Metković; županije: Dubrovačko-neretvanska županija i Splitskodalmatinska županija
Godina u kojoj se program provodio: 2018-2022.
Broj obuhvaćenih korisnika: U 2022. godini – 109 učenika, 32 roditelja, 9 odgojno-obrazovnih djelatnika i 41 dijete i mlada osoba s problemima u ponašanju

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. Rizični i zaštitni čimbenici na koje program cilja
Rizični čimbenici: Program #ČuvajMe osmišljen je tako da ciljano jača određene zaštitne čimbenike i reducira određene rizične čimbenike, koji su prema literaturi najrelevantniji za populaciju osnovnoškolaca (11-14 godina) i njihove obitelji. U programu smo se usmjerili na smanjenje rizičnih čimbenika poput niskih socio-emocionalnih vještina, vršnjačkog pritiska, pogrešnih normativnih uvjerenja i pozitivnih stavova o konzumaciji sredstava ovisnosti, neadekvatnog roditeljskog odgojnog stila, slabog roditeljskog nadzora i nedostatka znanja o posljedicama ovisnosti.

Zaštitni čimbenici: Istovremeno jačamo zaštitne čimbenike poput socio-emocionalne kompetencije, pozitivne slike o sebi, pozitivnog stava prema školi, osvještavanje roditeljske uloge (odgoja i komunikacije), informiranosti o rizicima i sudjelovanja u zdravim društvenim aktivnostima. Aktivnosti uključuju interaktivne radionice, edukativne kampove, edukacije za roditelje i stručnjake te savjetodavni rad. Djeca uče o emocijama, asertivnosti, odbijanju vršnjačkog pritiska i donošenju odluka. Roditelji jačaju vještine pozitivnog roditeljstva (uspostavljanja odnosa i uspješnije komunikacije) i prepoznavanja rizičnih znakova kod djece. Program kombinira školsko i obiteljsko okruženje kako bi utjecao na više razvojnih sfera. Sve intervencije prilagođene su razvojnoj dobi djece. Time se doprinosi smanjenju rizika i jačanju zaštitnih čimbenika u skladu s europskim standardima i znanstveno utemeljenim praksama.

10. Procjena potreba
Način provedbe: Program je osmišljen vodeći se smjernicama, preporukama i odredbama Nacionalnog programa za mlade za razdoblje od 2023. do 2025. godine, Programom Vlade Republike Hrvatske za razdoblje 2024.-2028. godine, Nacionalne strategije djelovanja na području ovisnosti za razdoblje do 2030. godine, Nacionalnog programa prevencije ovisnosti za djecu i mlade u odgojno – obrazovnom sustavu, te djecu i mlade u sustavu socijalne skrbi za razdoblje od 2015. do 2017. godine, Nacionalne strategije suzbijanja zlouporabe droga u Republici Hrvatskoj 2012. – 2017, Nacionalnog plana za prava djece u RH za razdoblje od 2022. do 2026., Europskog izvješća o drogama 2024. godine, Europskog istraživanja o pušenju, pijenju alkohola i uzimanju droga među učenicima“ (ESPAD) iz 2019. godine provedeno na srednjoškolcima, Istraživanja „Zlouporaba sredstava ovisnosti u općoj populaciji Republike Hrvatske“ iz 2023., Istraživanja o zdravstvenom ponašanju učenika“ (Health Behaviourin School-aged Children, HBSC) za 2017./2018. godinu.

Očekivani rezultati: Mjerljivi pokazatelji: 4 edukativno – interaktivne radionice po odjeljenju (ukupno 16 radionica

godišnje); 1 edukativno interaktivni kamp po odjeljenju (ukupno 2 edukativno interaktivna kampa godišnje); 2 javne tribine; 4 edukativno interaktivne radionice za roditelje; 2 edukacije za stručnjake; 2 izleta za učenike; savjetodavni rad; evaluacija programa (procesa i učinka-rezultati pre i post testa upitnika, evaluacijski upitnici subjektivne dobiti i dobrobiti); obuhvaćena četiri odjeljenja šestih razreda, odnosno 80 učenika godišnje edukativnim interaktivnim radionicama; obuhvaćena dva odjeljenja sedmih razreda, odnosno 40 učenika godišnje edukativnim kampovima; obuhvaćeno 8 roditelja godišnje edukativnim interaktivnim radionicama; obuhvaćeno 15 stručnjaka edukacijama; 10 mladih godišnje uključeno u savjetodavni rad; 10 roditelja godišnje uključeno u savjetodavni rad; izrađeni promotivni materijali.

Očekivani rezultati evaluacije: 1) Povećano znanje učenika o posljedicama korištenja sredstava ovisnosti (min. za 15% u odnosu na početno stanje); 2) Poboljšane socio-emocionalne vještine učenika (za 10% u odnosu na početno stanje); 3) Osnažene roditeljske kompetencije za prepoznavanje rizičnih ponašanja i komunikaciju s djecom (za 10% u odnosu na početno stanje); 4) Povećano znanje stručnjaka o čimbenicima ovisničkog ponašanja i znanstveno utemeljenoj prevenciji; 5) Veća senzibilizacija javnosti o problematici ovisnosti i mentalnog zdravlja djece i mladih.

11. Trajanje programa
Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima: 52

12. Ciljevi programa
Opći: Osigurati dosljednu i kontinuiranu provedbu intervencija u svrhu prevencije ovisnosti za učenike Osnovne škole Vrgorac i Osnovne škole Metković.

Specifični: 1. Osnaživanje socio – emocionalnih i komunikacijskih vještina uz poticanje kritičkog mišljenja učenika šestih razreda Osnovne škole – odnosi se osnaživanje vještina asertivnosti, razumijevanja emocija, odgovornosti, odupiranja pritisku vršnjaka, razvoj i održavanje vlastitog stava;
2. Povećanje znanja i informiranosti učenika šestih razreda Osnovne škole o utjecajima i posljedicama korištenja sredstava ovisnosti – odnosi se na razbijanje zabluda o korištenju sredstava ovisnosti (cigarete, alkohol, droga, kocka, internet), razvoj percepcije rizika, uvježbavanje donošenja odluka;
3. Unaprjeđenje znanja o pozitivnom roditeljstvu i osnaživanje roditeljskih vještina roditelja– odnosi se na podizanje znanja o pozitivnom roditeljstvu, osvještavanje roditeljske uloge (odgoja i komunikacije), prepoznavanja ranih znakova koji ukazuju na moguće probleme u ponašanju, kao i pravilnim načinima reagiranja na iste, te poticanje roditelja na aktivniju ulogu u životu djeteta.
4. Unaprjeđenje znanja i vještina stručnjaka o čimbenicima koji utječu na ovisničko ponašanje te o znanstveno utemeljenom kreiranju strukturiranih psihoedukativnih intervencija - odnosi se na podizanje znanja o čimbenicima koji utječu na ovisničko ponašanje te o ključnim koracima u procesu planiranja i provedbe intervencija kao i usklađivanju intervencija potrebama korisnika.

13. Ciljana skupina
Osnovna škola, Obitelj / roditelji

14. Korisnici programa
Opis korisnika: Program #ČuvajMe usmjeren je na univerzalnu prevenciju ovisnosti, a primarni korisnici su učenici šestih i sedmih razreda osnovnih škola na području Vrgorca i Metkovića. Tijekom dvije godine provedbe program će obuhvatiti ukupno 240 učenika (120 godišnje), u dobi od 12 do 13 godina, oba spola. Učenici šestih razreda (80 godišnje) uključeni su u edukativne interaktivne radionice, dok učenici sedmih razreda (40 godišnje) sudjeluju u edukativnim kampovima. Radi se o djeci iz manjih, ruralnih i pograničnih sredina, od kojih neka dolaze i iz susjednih naselja u BiH. U odrastanju se suočavaju s tipičnim izazovima adolescencije – razvojem identiteta, emocionalnom nestabilnošću i povećanim utjecajem vršnjaka – uz izraženije potrebe za osnaživanjem emocionalne pismenosti, komunikacijskih i socijalnih vještina, kao i strategija suočavanja sa stresom. U sklopu programa dodatno će biti uključeno 80 učenika godišnje u kontrolnu skupinu, bez izravne intervencije.

Roditelji učenika koji sudjeluju u edukativnim radionicama (8 roditelja godišnje, ukupno 16) i savjetodavnom radu (10 roditelja godišnje) usmjerenima na jačanje roditeljskih kompetencija, prepoznavanje emocionalnih potreba djece te rano otkrivanje rizika.

Odgojno – obrazovni djelatnici i stručnjaci iz partnerskih organizacija (9 godišnje) koji su uključeni kroz razredništvo, suradnju sa stručnim timovima i edukacije. Riječ je o osobama u dobi od 25 do 55 godina.

Djeca i mladi s poremećajima u ponašanju (10 godišnje), uključeni u individualni savjetodavni rad. Kod njih su prisutni rizični obrasci poput niskog samopouzdanja, emocionalnih teškoća i deficita u strategijama rješavanja problema, te se kroz savjetodavni dio radi na razvoju prilagodbenih, komunikacijskih i socijalnih vještina.

Program u potpunosti prilagođava aktivnosti kognitivnim i emocionalnim kapacitetima svake skupine, a svi korisnici uključeni su s obzirom na dostupnost, motivaciju i razvojne potrebe.
Broj korisnika na godišnjoj bazi: 277

15. Metode korištene u programu
Savjetovanje, Predavanje, Radionica

16. Program je evaluiran
da

17. Vrsta provedene evaluacije
Da - Evaluacija procesa i učinka

18. Metoda evaluacije
Uključenost i zadovoljstvo korisnika programa #ČuvajMe prate se kroz višestruke metode evaluacije procesa: 1) Lista provjere aktivnosti koristi se za praćenje provedbe planiranih aktivnosti i bilježenje sudjelovanja učenika, roditelja i stručnjaka u svim planiranim aktivnostima. Aktivnosti se označavaju kao izvršene neposredno po završetku, čime se osigurava transparentnost u provedbi. 2) Evidencija sudjelovanja uključuje podatke o broju prisutnih korisnika po aktivnosti putem potpisnih listi, s naglaskom na praćenje redovitosti dolazaka i aktivnog uključivanja. 3) Upitnici zadovoljstva ispunjavaju učenici, roditelji i stručnjaci po završetku radionica, edukacija i kampova, kao i sudionici savjetodavnog rada. Učenici procjenjuju zanimljivost, korisnost, jasnoću sadržaja i atmosferu radionica, uz mogućnost pisanja komentara. 4) Izravne povratne informacije prikupljaju se kroz razgovore s učiteljima, stručnim suradnicima i roditeljima tijekom i nakon provedbe aktivnosti. Posebna se pažnja posvećuje zapažanjima o angažmanu učenika.

Provedba svih aktivnosti u okviru programa #ČuvajMe sustavno se prati putem procesne evaluacije, s ciljem osiguranja dosljednosti, kvalitete i pravovremenosti realizacije programskog plana. Ključni alati i metode su: 1) Lista provjere aktivnosti (checklista) – nakon svake planirane aktivnosti, izvoditelji označavaju njezinu provedbu u unaprijed pripremljenom obrascu. Lista sadrži sve intervencijske i dodatne aktivnosti, što omogućuje pregled izvršenosti u stvarnom vremenu. 2) Redoviti sastanci stručnog tima Zajednice – sastanci se održavaju mjesečno (ili češće prema potrebi), a koriste se za pregled realizacije, prepoznavanje izazova i definiranje daljnjih koraka. Vođenje zapisnika omogućuje kontinuitet i dokumentiranje procesa. 3) Sastanci s partnerima i školama – održavaju se u svrhu koordinacije, evaluacije i usklađivanja aktivnosti u obrazovnim ustanovama, kao i prikupljanja informacija s terena o tijeku provedbe. 4) Dokumentacija i foto-materijali – služe kao dodatni dokaz o realizaciji aktivnosti te se prilažu kao dio završnih izvješća.

19. Evaluatori
Vanjski

20. Najvažniji rezultati evaluacije

Evaluacija učinkovitosti programa #ČuvajMe provedena je od strane vanjskog evaluatora tijekom prve godine provedbe s ciljem mjerenja učinka intervencija na razvoj socijalnih i emocionalnih kompetencija kod učenika. Korišten je kvantitativni pristup evaluacije, uz primjenu prije-poslije metode (pretest – posttest dizajna) na uzorku od 131 učenika iz partnerskih škola.

1) Edukativno – interaktivne radionice za učenike šestih razreda osnovnih škola – obuhvaćeno 76 učenika. Rezultati pokazuju kako je kod intervencijske skupine učenika na gotovo svim ispitanim područjima došlo je do statistički značajnog porasta znanja. Najveći efekt, odnosno najveći „porast“ znanja zabilježen je u odnosu na pojam asertivnost, načine asertivnog zauzimanja za sebe i asertivne komunikacije. Jedini aspekt na kojem nije došlo do značajnih promjena u znanju je područje definiranja ovisnosti. Navedeni podatak ne iznenađuje, s obzirom na to da je u današnjem, suvremenom shvaćanju pojma ovisnosti puno elemenata koji se uzimaju u obzir (kriteriji ovisnosti, podjela na „tradicionalne“ i bihevioralne, odnosno ponašajne ovisnosti i slično), od kojih poneki vjerojatno i nisu u potpunosti jasni djeci i mladima. Slijedom svega prethodno navedenoga, može se zaključiti kako su edukativne interaktivne radionice ostvarile svoj cilj, a to je da je kod učenika povećano znanje o sredstvima ovisnosti, te znanje o važnosti i djelotvornoj primjeni socijalno-emocionalnih vještina, koje predstavljaju temelj uspješnom i odgovornom odrastanju. Uvidom u prosječne vrijednosti odgovora, vidljivo je da učenici iskazuju visoko zadovoljstvo svim aspektima edukativne radionice, a ukupna prosječna ocjena radionica u cjelini iznosi visokih 4.65. Najveće zadovoljstvo učenici iskazuju u odnosu na izvoditelje radionice (4.82) te na atmosferu tijekom susreta (4.64), dok je najniže (i dalje vrlo visoko) zadovoljstvo u odnosu na vremenski okvir i trajanje radionica (4.35).

2) Edukativno – interaktivni kampovi za učenike sedmih razreda osnovnih škola – obuhvaćeno 28 učenika. Iz rezultata je vidljivo kako svi učenici (100%) navode kako im je kamp puno pomogao u kvalitetnijem načinu provođenja slobodnog vremena. Uvidom u rezultate, može se zaključiti kako učenici percipiraju da u velikoj mjeri (4.85) znaju prepoznati načine kako pomoći drugima, te opisati što je empatija (4.52) i altruizam (4.33).

3) Edukativne radionice za roditelje – obuhvaćeno 8 roditelja. Rezultati pokazuju kako je najveći porast znanja vidljiv je na aspektima koji se odnose na korištenje „ja-ti poruka“, stupovima roditeljstva, te ključnim vrijednostima pozitivnog roditeljstva u psihologiji. Slijedom prikazanih rezultata, jasno je kako su radionice za roditelje u velikoj mjeri pomogle roditeljima u osnaživanju svojih roditeljskih kompetencija i podizanju znanja o različitim aspektima odgoja djeteta.

4) Edukacija za stručnjake – obuhvaćeno 15 stručnjaka. Sudionici edukacije su uglavnom vrlo zadovoljni znanjima i informacijama koje su dobili pri čemu u najvećoj mjeri izražavaju zadovoljstvo danim primjerima iz prakse i iskustvima u provedbi intervencija kod djece s rizičnim ponašanjem te dobivenim znanjima o konzumaciji alkohola, psihoaktivnih supstanci i kockanju kod hrvatskih školaraca (M=4.77).

5) Javne tribine - Prva javna tribina održana je u Sinju obuhvatila je 33 sudionika, dok je druga javna tribina u Metkoviću obuhvatila 131 sudionika. Kod prve javne tribine u Sinju u najvećoj mjeri (M>4.70) sudionici izražavaju zadovoljstvo u odnosu na stručnost i pripremljenost predavača (4.93), mjesto održavanja (4.90), aktualnost iznesenog sadržaja (4.79), jasnoću predavanja (4.76) te zanimljivost predavača i održavanja pozornosti sudionika (4.72). Ukupna ocjena kvalitete javne tribine u cjelini iznosi vrlo visokih 4.76, što upućuje na iznimno zadovoljstvo sudionika. Kao i kod prve javne tribine, prosječna ocjena za kvalitetu aktivnosti druge javne tribine u Metkoviću iznosi visokih 4.76. Sudionici u najvećoj mjeri (M>4.70) izražavaju zadovoljstvo u odnosu na mjesto održavanja javne tribine (4.92), stručnost i pripremljenost predavača (4.88), odabir prezentiranih tema (4.81), te aktualnost iznesenog sadržaja (4.71).

6) Savjetodavni rad - U prvoj godini provedbe programa #ČuvajMe, u ovoj aktivnosti sudjelovalo je ukupno N=25 osoba.Od ukupnog broja korisnika savjetovanja, ukupno je bilo uključeno N=13 djece/mladih (u dobi od 6 do 15 godina; 4 djevojke i 9 mladića), te ukupno N=12 njihovih roditelja (3 muškoga, te 9 ženskoga spola). Svi roditelji su zadovoljni odnosom kojeg imaju ili razvijaju sa savjetovateljem, te percipiraju kako su im upravo oni pomogli da dođu

do željenih promjena. Osim toga, svi roditelji (100%) navode kako su (skoro) uvijek mogli iskreno i otvoreno pričati sa savjetovateljima o temama koje su ih brinule ili za koje nisu znali kako postupiti. Također, savjetodavni susreti svim roditeljima (100%) pomogli su u tome da nauče nešto novo. Nadalje, sva uključena djeca izražavaju visoko zadovoljstvo svim aspektima savjetodavnog rada. Svima (100%) je savjetovanje pomoglo da postignu promjene koje su htjeli, te su gotovo uvijek mogli otvoreno i iskreno razgovarati o temama koje su ih brinule. Savjetovatelji su djeci pomogli u tome da nauče nešto novo (M=3.87), bilo da je riječ o vještinama važnim za njihovu razvojnu dob ili pak znanjima o pojedinim temama. U odnosu na percipiranu korisnost, gotovo svi (98.5%) navode kako su im savjetodavni susreti bili (jako) korisni, dok tek manji udio njih (1.5%) navodi kako im nije bilo korisno. Uvidom u odgovore roditelja i djece uključenih u savjetovanje u ovoj prvoj godini provedbe programa „#ČuvajMe“, možemo zaključiti u prilog njihovom visokom zadovoljstvu s postignutim vlastitim pozitivnim promjenama, odnosom kojeg su razvili sa savjetovateljima te mogućnostima za učenje i usvajanje novih znanja i vještina koje će im zasigurno pomoći i u daljnjem životu.

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

Promoviran: ne
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):