

# Prevenција: uvaj svoje zdravlje

Provoditelj: Comunita Mondo Nuovo

Godina provedbe: 2018

## Kratki opis programa

Opis i cilj projekta je spriječiti daljnje riziko ponašanje i konzumiranje sredstava ovisnosti te pojavu ovisnosti kod djece i mladih s poremećajima u ponašanju na području Zadarske županije. Izravni korisnici projekta su djeca i mladi s poremećajima u ponašanju od kojih pojedini eksperimentiraju sa sredstvima ovisnosti i pokazuju sklonost i rizikom ponašanjima. Neizravni korisnici projekta su roditelji izravnih korisnika projekta.

## Sažetak programa

Mjesto provedbe projekta je Zadarska županija-grad Zadar i grad Benkovac i Šibensko-kninska županija-mjesto Nuni .

Izravni korisnici projekta djeca i mladi s područja Zadarske županije s poremećajima u ponašanju. To su djeca i mladi koji eksperimentiraju sa sredstvima ovisnosti ili su u riziku od eksperimentiranja sa sredstvima ovisnosti, zanemaruju svoje svakodnevne obveze, roditelji i škola primjećuju negativnu promjenu u ponašanju ili imaju određene psihološke probleme (tjeskoba, napadi panike, depresija) koji nisu nužno povezani s eksperimentiranjem sa sredstvima ovisnosti.

Neizravni korisnici projekta su roditelji djece i mladih s poremećajima u ponašanju.

Aktivnosti koje se provode u sklopu projekta su:

- individualni rad s djecom i mladima s poremećajima u ponašanju u Savjetovalištu zajednice Mondo Nuovo u Zadru;
- radionice socijalnih vještina s djecom i mladima s poremećajima u ponašanju u Savjetovalištu zajednice Mondo Nuovo u Zadru;
- individualni rad s roditeljima djece i mladih s poremećajima u ponašanju u Savjetovalištu zajednice Mondo Nuovo u Zadru;
- individualni rad s djecom i mladima s poremećajima u ponašanju u Savjetovalištu zajednice Mondo Nuovo u Benkovcu,
- radionice socijalnih vještina s djecom i mladima s poremećajima u ponašanju u Savjetovalištu zajednice Mondo Nuovo u Benkovcu;
- individualni rad s roditeljima djece i mladih s poremećajima u ponašanju u Savjetovalištu zajednice Mondo Nuovo u Benkovcu;
- organiziranje slobodnog vremena djece i mladih s poremećajima u ponašanju u gradu Zadru-teretana za zdrav stil života;
- organiziranje slobodnog vremena djece i mladih s poremećajima u ponašanju u gradu Benkovcu-teretana za zdrav stil života;
- priprema i tisak promo materijala (kemijske olovke i notesi);
- upoznavanje lokalne zajednice s projektom uvaj svoje zdravlje povodom Mjeseca borbe protiv ovisnosti i Meunarodnog dana ovisnosti i podjela promo materijala i edukativnog materijala,
- upravljanje projektom-zajednički sastanci sa partnerom;
- evaluacija projekta.

## 1. Županije provedbe

Zadarska

## 2. Datum početka i završetka programa

Datum početka: 01.01.2018

Datum završetka: 31.12.2018

### **3. Ostvaruje li program formalno partnerstvo u zajednici**

da

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

Zavod za javno zdravstvo Zadar i Dom za odgoj djece i mladeži Zadar

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

Mjesto provedbe programa: Zadar, Benkovac

Godina u kojoj se program provodio: 2018.

Broj obuhvaćenih korisnika: 23

### **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**

Selektivna

### **8. Okruženje na koje je program primarno usmjeren**

Zajednica

### **9. Rizici i zaštitni faktori na koje program cilja**

Rizici i faktori: Neinformiranost mladih o štetnosti i posljedicama konzumiranja sredstava ovisnosti, osjećaj manje vrijednosti, teškoća u komunikaciji, nedostatak samopouzdanja, problemi u obitelji, konzumiranje sredstava ovisnosti, rizik od razvoja ovisnosti

Zaštitni faktori: Informiranost o štetnosti i posljedicama konzumiranja sredstava ovisnosti, prepoznavanje rizičnih situacija, usvojene komunikacijske vještine, razvijena pozitivna slika o sebi, prihvaćanje zdravih stilova života, komunikacija u obitelji

### **10. Procjena potreba**

Način provedbe: Na temelju dugogodišnjeg rada s ovisnicima o drogi, alkoholu i kocki i na temelju dugogodišnjeg rada s članovima obitelji ovisnika te na temelju analize literature i izvještaja.

Očekivani rezultati: -20 korisnika će završiti radionice socijalnih vještina;

-djeca i mladi s poremećajima u ponašanju će usvojiti socijalne i komunikacijske vještine;

-djeca i mladi s poremećajima u ponašanju razviti će pozitivnu sliku o sebi i preuzeti odgovornost za vlastito ponašanje,

-djeca i mladi s poremećajima u ponašanju koristiti će svoje potencijale i svoju kreativnost i na taj način će više eksperimentirati sa sredstvima ovisnosti;

-da će djeca i mladi s poremećajima u ponašanju dobiti informaciju o štetnosti i negativnim posljedicama konzumiranja sredstava ovisnosti,

-20 djece i mladih s poremećajima u ponašanju organizirati će svoje slobodno vrijeme kroz teretanu i odlaske u kino

-da će roditelji djece i mladih s poremećajima u ponašanju usvojiti komunikacijske vještine,

-da će roditelji djece i mladih s poremećajima u ponašanju steći potrebna znanja o sredstvima ovisnosti.

### **11. Trajanje programa**

Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima: 12

## 12. Ciljevi programa

Opis: Opredjeljeni cilji projekta je spriječiti daljnje rizično ponašanje i konzumiranje sredstava ovisnosti te pojavu ovisnosti kod djece i mladih s poremećajima u ponašanju na području Zadarske županije.

Specifični: razvijanje pozitivne slike o sebi djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-razvijanje odgovornosti za vlastito ponašanje djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-poticanje i razvijanje mašte i kreativnosti djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-razvijanje razumijevanja vlastitih osjećaja i potreba djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-usvajanje socijalnih i komunikacijskih vještina djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-postizanje učinkovite socijalne integracije djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-razvijati svijest kod djece i mladih da su osobe s puno potencijala i da se ti potencijali trebaju razvijati u pozitivnom, a ne u negativnom smislu;

-usvajanje informatičkog znanja djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-organiziranje slobodnog vremena djece i mladih s poremećajima u ponašanju;

-upoznati djecu i mlade s poremećajima u ponašanju koliko je štetno i opasno po život konzumiranje sredstava ovisnosti;

-upoznati roditelje djece i mladih s poremećajima u ponašanju sa svim negativnim posljedicama konzumiranja sredstava ovisnosti,

-usvajanje komunikacijskih vještina roditelja djece i mladih s poremećajima u ponašanju

## 13. Ciljana skupina

Osnovna škola, Srednja škola, Visokoobrazovne ustanove, Obitelj / roditelji

## 14. Korisnici programa

Opis korisnika: Djeca i mladi s poremećajima u ponašanju s područja Zadarske županije su izravni korisnici projekta:

-osobe muškog i ženskog spola bez obzira na vjeru, rasu i nacije;

-učenici osnovne škole i učenici od prvog do četvrtog razreda srednje škole;

- od 9-18 godina starosti,

-mlade nezaposlene osobe od 18-24 godine starosti;

-izražen interes za programe prevencije svih oblika ovisnosti.

Broj korisnika na godišnjoj bazi: 20

## 15. Metode korištene u programu

Savjetovanje, Radionica, Organiziranje slobodnog vremena-odlasci u teretanu i kino

## 16. Program je evaluiran

da

## 17. Vrsta provedene evaluacije

Da - Evaluacija procesa i uinka

## 18. Metoda evaluacije

Analiza dokumentacije, nadzor, neposredno opažanje i upitnik.

## 19. Evaluatori

Unutarnji

## 20. Najvažniji rezultati evaluacije

Radionice socijalnih vještina provedene su s korisnicima Doma za odgoj djece i mladeži Zadar s obzirom da se pokazalo da su djeca iz odgojnih institucija rizična skupina djece upravo zbog izdvajanja iz obiteljskog okruženja, odrastanja u nepovoljnim socijalnim prilikama te veće razine dostupnosti sredstava ovisnosti u odgojnim institucijama.

Radionice za djecu i mlade imale su za cilj razvijanje znanja o štetnosti sredstava ovisnosti i poboljšanje socijalnih vještina koje su se pokazale značajnima za prevenciju ovisnosti kod korisnika odgojnih institucija kao i problema u ponašanju koji su povezani s manjkom socijalnih vještina. Nedostatak socijalnih vještina rizičan je imbenik za uključivanje u rizična ponašanja tijekom adolescencije kod konzumacije alkohola, pušenja cigareta i korištenja droga, odnosno mladi sa slabije razvijenim socijalnim vještinama češće konzumiraju sredstva ovisnosti. Naime, utvrđilo se da mladi koji konzumiraju sredstva ovisnosti to rade zbog očekivanja pozitivnih socijalnih ishoda za sebe: prihvatnost od vršnjaka i porast samopouzdanja.

Na kraju programa radionica provedena je evaluacija radionica kako bi se dobio uvid u zadovoljstvo učenika provedenim radionicama i njihovih sudjelovanjem. Učenici su (na skali od 1-5) vrlo dobrom ocjenom ocijenili radionice u cjelini kao i određene komponente izvođenja radionica (zanimljivost tema radionica, jasnoća i razumljivost prezentiranih tema, organizacija radionica). Izrazili su zadovoljstvo osobnom angažiranošću i uključenošću u radionice, dok su nešto skeptičniji stav imali prema mogućnosti primjene naučenih vještina i znanja u praksi. Takav ishod je očekivan s obzirom da se radi o djeci koja većinom dolaze iz disfunkcionalnih obitelji u kojima su uglavnom prisutni socijalno neprihvatljivi oblici ponašanja od strane okoline koja ih okružuje. Sudjelovanje na radionicama nije izazvalo neugodne emocije kod učenika, osim određene dosade kod pojedinih, te većinom navode pozitivne emocionalne ishode sudjelovanjem na radionicama. Najviše im se svidjela međusobna komunikacija i suradnja tijekom grupnog rada, dok kao eventualni nedostatak radionica pojedini sudionici navode uvođenje fizičkih aktivnosti (sport i sl.). Rezultati evaluacije koriste se se prilikom buduće provedbe radionica socijalnih vještina s ovakvom korisnom skupinom s ciljem poboljšanja samog programa i zadovoljstva korisnika.

Na početku ciklusa radionica u Benkovcu učenici su ispunjavali Anketni upitnik kako bi se dobio uvid u njihovo inicijalno poznavanje sredstava ovisnosti i izloženost istima. Kao razloge konzumiranja sredstava ovisnosti kod djece i mladih navode pritisak vršnjaka, potrebu da se "uklope" u društvo i osjećaju prihvateno ("popularno", "cool"), nezadovoljstvo, samostalno, neprihvatnost i depresiju. Najraširenijim sredstvima ovisnosti među mladima smatraju alkohol, cigarete i marihuanu, ali su upoznati i sa tzv. novijim oblicima ovisnosti (Internet, mobitel, video igrice, društvene mreže). Manji postotak učenika (30%) smatra cigarete i marihuanu "lakšim" drogama dok teže posljedice pripisuju konzumiranju ostalih droga (heroin, kokain, ecstasy i sl.). Ostali dio anketiranih učenika (70%) ne smatra ispravnom podjelom droga na "lakše" i "teže". Učenici koji su imali iskustvo konzumiranja određenih sredstava ovisnosti (njih 40%) navode da su eksperimentirali sa alkoholom i cigaretama. Dostupnost ostalih droga im nije omogućena te nisu upoznati sa načinima uspostavljanja kontakta sa osobama koje bi im mogle pribaviti drogu u njihovom bližem okruženju. U slučaju da netko od njihovih vršnjaka ima problem s ovisnošću savjetovali bi mu da potraži pomoć stručne osobe (psiholog, psihijatar), dok manji dio učenika (20%) smatra da je to njihov osobni odabir i ne bi se miješali. Učenici smatraju da ne raspolažu sa dovoljno informacija o sredstvima ovisnosti i posljedicama korištenja istih, te se informiraju sami ili preko medija (Internet, Tv). Ostale informacije dobivaju preko rodbine, prijatelja, škole i stručnih osoba. Učenici ne provode dovoljno vremena u razgovoru sa roditeljima o problemu ovisnosti, već povremeno ili uopće ne razgovaraju s roditeljima o toj problematici. Razgovor (s roditeljima, stručnim osobama i sl.) navode kao jednu od bitnih aktivnosti u prevenciji ovisnosti kod djece i mladih. Osim razgovora, preventivnim aktivnostima smatraju i školske programe usmjerene na informiranje o posljedicama konzumiranja droga, komunikaciju sa stručnim osobama, kao i bavljenje sportskim aktivnostima.

Na kraju ciklusa radionica učenici su popunjavali Završni upitnik kako si se ispitalo teorijsko znanje koje su usvojili na radionicama. Upitnikom je ispitivana usvojenost znanja iz sljedećih područja: asertivna komunikacija, donošenje odluka, postavljanje ciljeva, regulacija emocija, altruizam, empatija, stilovi ponašanja itd. Također se jednim dijelom upitnika ispitivala usvojenost informacija o sredstvima ovisnosti koje su im prezentirane tijekom radionica (znakovi i posljedice konzumiranja sredstava ovisnosti, fizička i psihička ovisnost, oblici ovisnosti i sl.).

Provedena je i Evaluacija radionica kako bi se dobio uvid u to kako su učenici bili zadovoljni sa provođenjem radionica i vlastitim sudjelovanjem na istima. Prosječna ocjena (na skali od 1-5) kojom su ocijenili radionice u cjelini je odlična što ukazuje da su izuzetno zadovoljni sudjelovanjem na radionicama. Također su i ostale komponente ocijenili prosječnom odličnom ocjenom, a to su: zanimljivost i odabir tema radionica, jasnoća i razumljivost prezentiranih tema, organizacija i pripremljenost radionica. Sudjelovanje na radionicama potaknulo je pozitivne osjećaje kod učenika i osjećaj pripadnosti grupi što se pozitivno odrazilo na njihovu osobnu angažiranost i sudjelovanje na radionicama.

U enici su vještine i znanja koja su stekli na radionicama ocijenili u potpunosti primjenjivima u praksi. Koriste i usvojene socijalne vještine u društveno primjerene odgovore na socijalne situacije. To će im osobito koristiti u svakodnevnim odnosima s vršnjacima s obzirom da se nalaze u životnom razdoblju u kojem su pod povećanim utjecajem vršnjaka i njihovih skupina. Na radionicama im se najviše svidio grupni rad, usvajanje novih informacija na zabavan način, praktični zadaci, igre. Kao eventualni nedostatak radionica navode nedostatan broj sudionika i uvođenje još više poučnih igara i primjera. Povratna informacija od strane učenika izuzetno je bitna kao smjernica za poboljšanje programa radionica te će se navedeni eventualni nedostaci uzeti u obzir prilikom buduće provedbe radionica socijalnih vještina.

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

Promoviran: ne

Sadržaj i tijek kampanje:

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

150 000, 00

## **23. Izvori financiranja**

Vlastita sredstva (HRK): 5 000, 00

Gradsko financiranje (HRK): 30 000, 00

Županijsko financiranje (HRK): 10 000, 00

Nacionalno financiranje (HRK): 28 800, 00

Drugi izvori (HRK):