

# Prevenција: "Trening životnih vještina"

Provoditelj: Nastavni zavod za javno zdravstvo Osje ko - baranjske županije

Godina provedbe: 2022

## Kratki opis programa

Strukturirani program univerzalne preventivne intervencije namijenjen učenicima 6. razreda s ciljem učenja životnih vještina, promicanja socijalnih, emocionalnih, kognitivnih, ponašajnih i moralnih kompetentnosti, prevencije svih oblika poremećaja ponašanja, prevencije zlorabe alkohola i drugih psihoaktivnih tvari.

Provodi se u ciklusu od 8 tematskih radionica prema unaprijed pripremljenom materijalu.

## Sažetak programa

Temeljno polazište je očekivanje da će učenici u dobi od 12 god. (učenici 6. razreda) kognitivno i emocionalno u prosjeku dovoljno zreli za razumijevanje i usvajanje sadržaja radionica, te da će im isti omogućiti osnaživanje kapaciteta za suočavanje sa izazovima svakodnevice, uključujući i rizici na ponašanja. Rizici nisu imbenici definirani u cilju programa.

Procjena potreba usklađena sa Nacionalnom strategijom suzbijanja zlorabe droga i Nacionalnom strategijom zaštite mentalnog zdravlja.

Temeljem stručnog iskustva i znanstvenih spoznaja rana prevencija jačanjem socijalnih kompetencija se pokazala učinkovitom i efikasnom. Program se provodi u suradnji s stručnim službama škola u kojima se ne provode drugi programi kontinuirane prevencije ovisnosti i drugih rizicnih ponašanja.

U školskoj godini 2021./22., obzirom na organizacijske kapacitete program se provodio u 3 škola.

U školskoj godini 2022./23. program se provodi u 4 osnovne škole

Procesna evaluacija planirana i izvršena.

## CILJ:

- učenje životnih vještina
- promicanje socijalnih, emocionalnih, kognitivnih, ponašajnih i moralnih kompetentnosti
- prevencija svih oblika poremećaja ponašanja
- prevencija zlorabe alkohola i drugih psihoaktivnih tvari
- prevencija delikventnog ponašanja

Ciljevi programa su promjene koje će iskusiti sudionici kao posljedicu uključivosti u program.

## CILJANA GRUPA I KORISNICI:

- učenici 6. razreda (3+4) osnovne škole - uzrast koji još nije u doticaju s rizicima, suradljiv i u razvojnom smislu u prosjeku nedovoljno stečenih i razvijenih socijalnih kompetencija
- radionice se provode tijekom nastavnog procesa (sat razredne zajednice)

## AKTIVNOSTI:

- ciklus radionica, ukupno 8 u svakom 6. razredu u 3+4 osnovne škole na području grada
- Osijeka
- trajanje radionice: 45 minuta
- izradba i tiskanje radnih listova (tzv. radna bilježnica za učenike, cca 200)
- priprema radionica
- završna evaluacija

#### TEME RADIONICA:

- 1.SAMOPOŠTOVANJE
- 2.RAD S EMOCIJAMA
- 3.RAD S AGRESIJOM
- 4.ZDRAVLJE
- 5.STRES
- 6.ORGANIZACIJA VREMENA
- 7.KAKO REŠAVATI PROBLEME
- 8.OVISNOSTI

#### NAČIN PROVEDBE:

-rad radionice u malim grupama u razredu, u trajanju od 45 minuta (na satu razredne zajednice)

#### OSUŠTAVLJENI REZULTATI:

- usvajanje novih socijalnih vještina, znanja i spoznaja (razumijevanje i prepoznavanje)
- emocija, empatija, suradnja, sukobi, zdravlje, stres...)
- smanjenje broja mladih s poremećenim ponašanjima
- smanjenje potražnje mladeži za sredstvima ovisnosti

#### PREDVIĐENI POČETAK I ZAVRŠETAK PROVEDBE PROJEKTA:

- školska godina 2021./2022. god. (listopad 2021. - svibanj 2022. god.)
- školska godina 2022./23. god. (listopad 2022. - svibanj 2023. god.)

#### PODRUČJE PROVEDBE PROGRAMA:

- učenici šestih razreda 3 osnovne škole (šk. god. 2021./22.) i u 4 osnovne škole (šk. god. 2022./23.) na području grada Osijeka
- cca 150-200 učenika

#### EVALUACIJA:

Tijekom školske godine 2021./2022. u projektu „Trening životnih vještina“ sudjelovali su učenici šestih razreda iz 3 osnovne škole: Osnovne škole „Retfala“ Osijek, Osnovne škole Vladimira Beca Osijek i Osnovne škole „Dobriša Cesari“ Osijek. Obuhvaćeno je ukupno 7 razreda, a u navedenom periodu održano je ukupno 56 radionica s 8 različitih tema.

Maksimalan broj učenika po radionici za sva tri razreda je 122. Ukupan broj (N=846) odnosi se na ukupan broj učenika tijekom svih osam radionica zajedno. Prosječan ukupan broj učenika po radionici je M=105,75.

Do kraja izvještajnog razdoblja u školskoj godini 2022./23. u projektu „Trening životnih vještina“ sudjeluju učenici 6. razreda, iz 4 osnovne škole: OŠ „Dobriša Cesari“ Osijek, OŠ „Retfala“ Osijek, OŠ Vladimira Beca Osijek, Prosvjetni centar Maršala Tita. Održano je ukupno 21 radionica.

#### 1. Županije provedbe

Osječko-baranjska

#### 2. Datum početka i završetka programa

Datum početka: 01.10.2021.

Datum završetka: 31.12.2022.

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

da

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

u enici 6 razreda osnovnih škola, razrednici

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

Mjesto provedbe programa: grad Osijek

Godina u kojoj se program provodio: 2021. i 2022.

Broj obuhva enih korisnika: 200

#### **6. Je li program originalno autorsko djelo nositelja ili je preuzet za korištenje uz dozvole autora**

Izvor programa: Preuzeti program

Originalni naziv programa na jeziku s kojeg je preuzet: Nastavni Zavod za javno zdravstvo Rijeka

#### **7. Razina preventivnih intervencija**

Univerzalna

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

Škola

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

Rizici i imbenici: - emocionalna nestabilnost

- sklonost eksperimentiranju s različitim psihoaktivnim tvarima

- nedostatan i nerazvijen centar za kontrolu

- utjecaj vršnjake skupine

odgojni pristup roditelja - prezaštivanje

Zaštitni imbenici: - jačanje i osnaživanje socijalnih kompetencija

- jačanje samopouzdanja

- psihoedukacija

#### **10. Procjena potreba**

Način provedbe: - analiza dostupnih podataka

- neposredno stručno, profesionalno iskustvo

Osobinski rezultati: - usvajanje i primjena socijalnih vještina

- jačanje emocionalne inteligencije

- odgovorno donošenje odluka

#### **11. Trajanje programa**

Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima: 42

#### **12. Ciljevi programa**

Općeniti: - učenje životnih vještina

- promicanje socijalnih, emocionalnih, kognitivnih, ponašajnih i moralnih kompetentnosti

- prevencija svih oblika poremećaja ponašanja

- prevencija zlorabe alkohola i drugih psihoaktivnih tvari

- prevencija delikventnog ponašanja

Specifični: - promjene koje će iskusiti sudionici kao posljedicu uključenosti u program:

- osnaživanje

- pozitivna slika o sebi

- iskorištenost kreativnih i intelektualnih potencijala

- odgovorno donošenje odluka

### **13. Ciljana skupina**

Osnovna škola

### **14. Korisnici programa**

Opis korisnika: učenici 6. razreda osnovnih škola

Broj korisnika na godišnjoj bazi: 200

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

Radionica

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

da

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

Da - Evaluacija procesa

### **18. Metoda evaluacije**

evaluacijski upitnik

### **19. Evaluatori**

Unutarnji

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

Tijekom školske godine 2021./2022. u projektu „Trening životnih vještina“ sudjelovali su učenici šestih razreda iz 3 osnovne škole: Osnovne škole „Retfala“ Osijek, Osnovne škole Vladimira Beca Osijek i Osnovne škole „Dobriša Cesari“ Osijek. Obuhvaćeno je ukupno 7 razreda, a u navedenom periodu održano je ukupno 56 radionica s 8 različitim temama.

Maksimalan broj učenika po radionici za sva tri razreda je 122. Ukupan broj (N=846) odnosi se na ukupan broj učenika tijekom svih osam radionica zajedno. Prosječan ukupan broj učenika po radionici je M=105,75.

Do kraja izvještajnog razdoblja u školskoj godini 2022./23. u projektu „Trening životnih vještina“ sudjeluju učenici 6. razreda, iz 4 osnovne škole: OŠ „Dobriša Cesari“ Osijek, OŠ „Retfala“ Osijek, OŠ Vladimira Beca Osijek, Prosvjetni centar Matara. Održano je ukupno 21 radionica.

### **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 provođenja (HRK)**

#### **23. Izvori financiranja**

Vlastita sredstva (HRK):

Gradsko financiranje (HRK):

Županijsko financiranje (HRK):

Nacionalno financiranje (HRK):

Drugi izvori (HRK):