

Prevenција: "Nije to moja šema - program univerzalne prevencije ovisnosti"

Provoditelj: udruga MoSt

Godina provedbe: 2025

Kratki opis programa

Program univerzalne prevencije ovisnosti kod mladih srednjoškolaca, usmjeren unaprije enju socijalnih životnih vještina, kriti kog razmišljanja mladih i roditeljskih vještina, osposobljavanju stru njaka i aktivnoj participaciji mladih u kampanjama promocije zdravih stilova življenja.

Sažetak programa

„Nije to moja šema – program univerzalne prevencije ovisnosti“ predstavlja inovativni program Udruge MoSt, kreiran na suvremenim principima prevencijske znanosti, temeljen na strateškom i operativnom planu Udruge i uskla en s postoje im aktivnostima usmjerenih prevenciji ovisnosti na podru ju Splitsko – dalmatinske županije. Održivost programa osigurana je na nekoliko razina i Udruga ima postoje e resurse koji e omogu iti da se programske aktivnosti s korisnicima provedu s novim grupama korisnika i po isteku financiranja. Udruga ima djelatnike s potrebnim znanjima i kompetencijama za provedbu i pra enje programskih aktivnosti (psihologinja, socijalna pedagoginja, pedagoginja, voditeljica financija; troje zaposleno na neodre eno vrijeme, jedan na odre eno vrijeme), kao i mlade volontere koji sudjeluju u projektima i programima za djecu i mlade (40 volontera na godišnjoj razini, razli itih profesionalnih usmjerenja). Udruga intenzivno sura uje s partnerskim organizacijama na programu, Ženskim a kim domom Split i Komercijalno – trgova kom školom Split, ali i drugim srednjim školama u županiji, u kojima provodi programe prevencije nasilja i promocije volontiranja i aktivizma mladih.

1. Županije provedbe

Splitsko-dalmatinska

2. Datum početka i završetka programa

Datum početka: 04.11.2022

Datum završetka: 03.11.2025

3. Ostvaruje li program formalno partnerstvo u zajednici

da

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

Komercijalno - trgova ka škola Split, Pomorska škola Split, Ženski a ki dom u Splitu

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

Mjesto provedbe programa: Split

Godina u kojoj se program provodio: 2025.

Broj obuhva enih korisnika: 173

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

8. Okruženje na koje je program primarno usmjeren

Zajednica

9. Rizici i zaštitni mehanizmi na koje program cilja

Rizici i mehanizmi: Program cilja na smanjivanje rizika za razvoj problema ovisnosti kod mlade osobe (slabe socijalne vještine, loš nadzor roditelja i vještine postavljanja pravila i granica, pozitivna ovisnost o okruženju od sredstava ovisnosti).

Zaštitni mehanizmi: Program cilja na jačanje zaštitnih mehanizama na razini pojedinca (razvijene socijalne vještine, negativna ovisnost o okruženju i razmišljanje o sredstvima ovisnosti, vještine odupiranja vršnjačkom pritisku), na razini obitelji (dobre vještine nadzora i uključenosti u život djeteta, dosljedno, dobno primjereno postavljanje pravila i granica, podržavajuća komunikacija u obitelji, sposobnost rješavanja obiteljskih problema, obiteljska kohezija), na razini škole (školske prilike za prosocijalni angažman) i zajednice (promocija prosocijalnih životnih stilova).

10. Procjena potreba

Način provedbe: Program podržava nacionalno zakonodavstvo i javne politike vezane uz droge, prvenstveno Zakon o suzbijanju zlouporabe droga i Nacionalnu strategiju suzbijanja zlouporabe droga za 2012-2017, koja govori o nužnosti posvećivanja pozornosti razvijanju sustava prevencije, uz ulaganje napora u osiguravanje dostupnosti preventivnih intervencija djeci i mladima kroz individualne i grupne aktivnosti za mlade, kojima je cilj usvajanje socijalnih vještina, zdravih stilova života i pozitivnih vrijednosti.

Procjene uporabe droga, potreba ciljane skupine (mladi srednjoškolci od 14 do 16 godina) i zajednice temeljene su na rezultatima epidemioloških studija o zlouporabi droga i empirijskih istraživanja s mladima na nacionalnoj i lokalnoj razini. Rezultati Europskog istraživanja o pušenju, pijenju alkohola i uzimanju droga među mladima (ESPAD) za 2019. godinu pokazuju da se Hrvatska po konzumaciji ilegalnih droga kod mladih nalazi iznad ESPAD prosjeka i da je percepcija dostupnosti sredstava (cigareta, alkohola, marihuane) u Hrvatskoj i dalje vrlo visoka. Čak 90% učenika navodi da je probalo alkohol bar jednom u životu, a 42% učenika koji su već probali alkohol su u dobi od 13 godina i mlađi. Navodi se problem ekscesivnog pijenja kod mladih i visoki udio uporabe hlapljivih inhalanata i psihoaktivnih droga. Čak 21% učenika navodi da je barem jednom u životu probalo drogu. Značajni su podatci o ponašanjima vezanim uz uporabu interneta i kockanje. Rezultati pokazuju da se čak 76% učenika kladi na sport ili životinje, kako na internetu (8,7%), tako i u tradicionalnom okruženju (22%). Također, 60% djevojaka i 47% mladića slobodno vrijeme provodi u korištenju društvenih mreža. Za analizu potreba u lokalnom kontekstu, uzeti su u obzir rezultati ESPAD-ovog istraživanja za 2011. godinu za Splitsko – dalmatinsku županiju. Rezultati ukazuju na problem podcjenjivanja negativnih učinaka povremenog pušenja i konzumacije duhana i marihuane na zdravlje, te na značajan broj učenika koji sa sredstvima ovisnosti počinju eksperimentirati u vrlo ranoj životnoj dobi: 44,3% ispitanika izjavilo je da je s 13 godina ili ranije pilo pivo, vino 34,4%, žestoka pića 18,7%, gotova miješana alkoholna pića 17,7%, a da 9,7% se opilo u toj dobi. Neki učenici dolaze veoma rano u kontakt s marihuanom, što povećava potencijalnu opasnost od razvoja psihičke ovisnosti. S 13 godina ili ranije, marihuanu je probalo 6% djevojaka i 1,5% djevojčica prvih razreda te 5,3% djevojaka i 1,3% djevojčica drugih razreda. Odrasli dio učenika počinje eksperimentirati sa sintetičkim drogama već sa 14 godina. Rezultati istraživanja Rizika na ponašanja djece i mladih u Splitsko-dalmatinskoj županiji koje je provela Služba za mentalno zdravlje NZZJZ SDŽ 2019./2020. na uzorku od 241 učenika osmih razreda i 1168 srednjoškolaca ukazuju da porast konzumacije alkoholnih pića i kanabisa raste s dobi učenika, a većina sklon je rizikom epizodnom ekscesivnom pijenju. Ispitanici smatraju kako je alkohol lako dostupan (najviše u kafićima, restoranima i diskotekama), a za kanabis smatraju da je najdostupniji na ulici. Rezultati Istraživanja o zdravstvenom ponašanju učenika (2017/2018) koja je proveo Hrvatski zavod za javno zdravstvo, također ukazuju kako intenzitet pušenja i pijenja alkohola raste dobi. Istraživanje Kockanje mladih u Hrvatskoj – učestalost igranja i zastupljenost problematiziranog kockanja u Hrvatskoj (Ričijaš i sur., 2016) pokazuje kako je najčešća vrsta kockanja među hrvatskim adolescentima sportsko kockanje, a čak 12,9% adolescenata imaju ozbiljan psihosocijalni problem vezan uz kockanje. Navodi se i podatak da je 72,9% učenika kockalo bar jednom u životu, uzrokovano zbog lake dostupnosti igara na sreću. Rezultati istraživanja "Obilježja roditeljstva i odnos roditelja prema kockanju kao prediktori

kockanja muške djece" (Maglica, 2017.) i provedenog na uzorku od 244 mladih a od 14 do 19 godina i njihovim roditeljima, ukazuju da roditelji procjenjuju kockanje kao manje ozbiljan rizik u odnosu na alkohol, cigarete i drogu, roditelji češe i komuniciraju s djecom o ovisnostima vezanim uz konzumiranje sredstava ovisnosti (alkohol, cigarete, droge), te rizicima ponašajnih ovisnosti kojima su djeca svakodnevno izložena (Internet i video igre), nego o kockanju. Također, u istalije kockaju mladi i iji roditelji manifestiraju manje funkcionalna roditeljska ponašanja (kroz restriktivnu kontrolu i popustljivost) i iji roditelji znaju za djetetovo kockanje. U istalije kockaju mladi i koji imaju iskustvo velikog novanog dobitka koji ih ujedno i potiče na daljnje kockanje. Istraživanje u okviru projekta Pozitivan razvoj adolescenata u Hrvatskoj (2018) Laboratorija za preventijska istraživanja Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta, provedeno s adolescentima u dobi od 14 do 19 godina, pokazuje da 72,2% učenika i 69,1% učenica konzumira alkohol jednom mjesecno ili češe i te, a 16,6% učenika i 13% učenica konzumira marihuanu. Od igara na sreću, najzastupljenije su sportske kladionice (20,5% učenika i 7,8% učenica). U sportske kladionice jednom tjedno ili češe odlazi 15,5% učenika, a čak 37,7% učenika je to učinilo u zadnja 3 mjeseca.

Opis potreba ciljane skupine (mladi srednjoškolci od 14 do 16 godina) i odabir intervencije temelje se na suvremenim znanstvenim spoznajama iz područja preventijskih znanosti i smjernicama za kreiranje preventivnih programa. Rezultati istraživanja ukazuju na potrebu preventivnog djelovanja, a struktura, sadržaj i provedba intervencije usklađeni su s EDPQS, Minimalnim standardima prevencije ovisnosti za djecu i mlade u odgojno-obrazovnom sustavu (2017), Europskim preventijskim kurikulumom. U definiranju potreba ciljane skupine mladih i okruženja je sudjelovao programski tim Udruge i izvoditeljice iz partnerskih organizacija koje imaju uvid u potrebe mladih i ustanove iz koje dolaze. Ciljna skupina mladih od 14 do 16 godina odabrana je zbog specifičnosti razdoblja srednje adolescencije koje prolaze. Najistaknutiji razvojni zadaci u toj fazi su traženje ravnoteže između nezavisnosti i odgovornosti, promjene u moralnom rasuđivanju, razvoj novih odnosa s vršnjacima; mijenja se njihov odnos s članovima obitelji i razvijaju novu ulogu u društvu, propitkuju norme i postavljena pravila, a u ovom razdoblju prolaze i kroz povećane stresove, kao što je prelazak iz osnovne u srednju školu ili preseljenje u drugu sredinu; što može biti praćeno emocionalnim i socijalnim teškoćama. Programske aktivnosti Trening socijalnih/životnih vještina i kritičkog razmišljanja, radionice osmišljavanja i provedba kampanje promocije zdravih stilova življenja, usmjerene su povećanju socioemocionalnih vještina, vještina kritičkog razmišljanja, vještina odupiranja vršnjakom pritisku, preispitivanju normativnih uvjerenja i aktivnoj participaciji mladih u rješavanje problema u zajednici, što odgovara na njihove razvojne potrebe i izazove s kojima se suočavaju u toj dobi. Obzirom na promjene koje se događaju u obitelji, uključivanje roditelja/skrbnika u radionice roditeljskih vještina značajnih za razdoblje adolescencije, doprinijeti će stvaranju uvjeta u kojima mladi mogu ostvariti svoje razvojne zadatke. U procjeni potreba su uzeti u obzir rizici i zaštitni mehanizmi. Program cilja na jačanje zaštitnih mehanizama na razini pojedinca (razvijene socijalne vještine, negativna očekivanja i razmišljanja o sredstvima ovisnosti, vještine odupiranja vršnjakom pritisku), na razini obitelji (dobre vještine nadzora i uključivosti u život djeteta, dosljedno, dobno primjereno postavljanje pravila i granica, podržavajuća komunikacija u obitelji, sposobnost rješavanja obiteljskih problema, obiteljska kohezija), na razini škole (školske prilike za prosocijalni angažman) i zajednice (promocija prosocijalnih životnih stilova). Program je usklađen s postojećim programima prevencije ovisnosti na području Splitsko – dalmatinske županije. U partnerskim organizacijama se ne provodi sveobuhvatne aktivnosti usmjerene prevenciji ovisnosti, a program obuhvaća edukaciju odgojno obrazovnih stručnjaka/voditelja za provođenje programa prevencije kockanja/klađenja mladih „Tko zapravo pobjeđuje“ Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu, što je u skladu s rezultatima istraživanja o uključivosti mladih u igre na sreću, potrebama ciljane skupine i područja Splitsko – dalmatinske županije u kojoj se edukacija provodi po prvi put. Navedeno će omogućiti implementaciju programa u minimalno deset srednjih škola na području županije sa mladima od 14 do 16 godina. Očekivani rezultati: Ukupno je u programske aktivnosti uključeno 43 mladih, učenica i učenika Komercijalno – trgovačke škole u Splitu i Pomorske škole u Splitu.

S učenicima je provedeno ukupno 12 radionica treninga socijalnih/životnih vještina kritičkog razmišljanja na teme osobne odgovornosti, razumijevanja i izražavanja emocija, odupiranja vršnjakom pritisku, razvoja vještina kritičkog razmišljanja i razvoja pozitivnih odnosa; što je doprinijelo jačanju njihovih socioemocionalnih kompetencija i osobnih kapaciteta i snaga. Provođenje Treninga socijalnih/životnih vještina u Komercijalno – trgovačkoj školi i Pomorskoj školi je doprinijelo razvoju pozitivne školske klime, jačanju preventivnih aktivnosti unutar škole, detekciji potreba i poteškoća

s kojima se u enice suo avaju i ja anju mreže podrške u enicama u riziku. Sudjelovanje roditelja/skrbnika na radionicama roditeljskih vještina utjecalo je na ja anje povezanosti i suradnje me u roditeljima u enika, osnaživanje u roditeljskoj ulozi i podršku u odgoju i odgojnim postupcima.

Održana 3 edukativna predavanja na kojima je sudjelovalo ukupno 62 odgojno – obrazovnih stru njaka doprinijela je ja anju njihovih profesionalnih kompetencija, promociji zaštitnih imbenika u školskom okruženju i detekciji potreba odgojno - obrazovnih stru njaka.

Organizirana 3 sastanka s volonterima vršnjacima pomaga ima s ciljem osmišljavanja sadržaja kampanje. Na sastancima sudjelovalo 13 volontera vršnjaka pomaga a. Kampanja „Zdravi stilovi življenja“ predstavljena je putem mrežnih stranica Udruge MoSt, gdje su objavljene kratke poruke koje su promovirale važnost zdravih navika, tjelesne aktivnosti i brige o mentalnom zdravlju.

Organizirana završna konferencija „Nije to moja šema – program univerzalne prevencije ovisnosti“. Na konferenciji su prikazani rezultati aktivnosti trogodišnjeg programa te su održana 3 predavanja iz podru ja prevencijskih znanosti. Na završnoj konferenciji sudjelovalo je 47 stru njaka i odgojno – obrazovnih djelatnika.

11. Trajanje programa

Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima: 52

12. Ciljevi programa

Op i: Prevencija ovisnosti kod mladih srednjoškolaca unaprje enjem vještina mladih, roditelja i stru njaka te aktivnim sudjelovanjem mladih u kampanjama promocije zdravih stilova življenja.

Specifi ni: 1. Unaprje enje socio-emocionalne vještine mladih, vještine kriti kog razmišljanja o normativnim uvjerenjima i vještine odupiranja socijalnom pritisku.

2. Unaprje enje roditeljskih vještina relevantnih za pozitivne odgojne ishode kod mladih.

3. Kompetentni odgojno - obrazovni stru njaci za provo enje programa prevencije kockanja kod mladih i za prepoznavanje, reagiranje i komuniciranje s mladima o ponašajnim ovisnostima.

4. Pove anje prilike za participaciju mladih u kampanjama promocije zdravih stilova življenja.

13. Ciljana skupina

Srednja škola, Odrasli, Obitelj / roditelji

14. Korisnici programa

Opis korisnika: 1. Mladi srednjoškolci (14 - 16 godina)

2. Roditelji/skrbnici

3. Odgojno - obrazovni stru njaci

4. Mladi - op a populacija

Broj korisnika na godišnjoj bazi: 173

15. Metode korištene u programu

Predavanje, Radionica

16. Program je evaluiran

da

17. Vrsta provedene evaluacije

Da - Evaluacija procesa i u inka

18. Metoda evaluacije

Unutarnje pra enje provedbe programa realiziralo se putem redovitih sastanaka voditeljice i izvoditeljica programskih aktivnosti (dva puta mjese no) i redovito vo enom statistikom broja korisnika i broja realiziranih aktivnosti koje doprinose ostvarenju cilja – broj održanih radionica Treninga socijalnih/životnih vještina i kriti kog razmišljanja, broj radionica roditeljskih vještina, broj održanih edukativnih radionica/predavanja za odgojno – obrazovne stru njake na temu prevencije ovisnosti, broj korisnika (mladih i roditelja) uklju enih u aktivnosti, broj provedenih broj promotivnih objava. Redovito je vo ena dokumentacija programa - potpisne liste za programske aktivnosti, informirani pristanci, foto dokumentacija, izvadci s društvenih mreža i mrežnih stranica.

Vanjsko pra enje provedbe programa realiziralo se redovitim sastancima i kontaktima s partnerskim organizacijama Komercijalno – trgova kom školom u Splitu i Pomorskom školom. Tijekom izvještajnog razdoblja realizirana su etiri sastanka s partnerima, te kontinuirani sastanci i telefonski kontakti s psihologinjom Komercijalno – trgova ke škole Split i psihologinjom Pomorske škole sa ciljem pra enja implementacije Treninga socijalnih/životnih vještina, vještina kriti kog razmišljanja i odupiranja vršnja kom pritisku i radionica roditeljskih vještina.

Za potrebe procesne evaluacije, vo ena je cjelokupna programska dokumentacija i statisti ki podaci o provedbi programa. Za potrebe evaluacije u inka primijenjen je BERS – 2 upitnik (Epstein, 2004.) o ponašajnim i socio-emocionalnim kompetencijama srednjoškolaca u pre – test (na po etku provedbe radionica) i post – test fazi (na kraju provedbe radionica u Komercijalno – trgova koj školi i u pre – test fazi u Pomorskoj školi Split. Upitnik o zadovoljstvu nakon svakog edukativnog predavanja za stru njake, odgojno – obrazovne djelatnike.

19. Evaluatori

Unutarnji

20. Najvažniji rezultati evaluacije

Rezultati BERS - 2 upitnika ukazuju na pozitivan utjecaj socioemocionalnih kompetencija kod mladih srednjoškolaca.

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

Promoviran: da

Sadržaj i tijek kampanje: Organizirana 3 sastanka s volonterima vršnjacima pomaga ima s ciljem osmišljavanja sadržaja kampanje. Na sastancima sudjelovalo 13 volontera vršnjaka pomaga a. Kampanja „Zdravi stilovi življenja“ predstavljena je putem mrežnih stranica Udruge MoSt, gdje su objavljene kratke poruke koje su promovirale važnost zdravih navika, tjelesne aktivnosti i brige o mentalnom zdravlju. Osim vlastitih komunikacijskih kanala, kampanja je dodatno promovirana putem oglasa na Dalmatinskom portalu, jednom od naj itanijih regionalnih medija, gdje je ostvareno više od 50.000 prikaza oglasa. Na taj je na in kampanja dosegla široku javnost i pridonijela ve oj vidljivosti tema vezanih uz zdrave stilove življenja.

22. Ukupni prora un programa za jednu godinu provo enja (HRK)

26.677,28 €

23. Izvori financiranja

Vlastita sredstva (HRK):

Gradsko financiranje (HRK):

Županijsko financiranje (HRK):

Nacionalno financiranje (HRK):

Drugi izvori (HRK): 3.000,00 €