Prevencija: "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 unaprjeđenju socijalnih životnih vještina, kritičkog razmišljanja mladih i roditeljskih vještina, osposobljavanju stručnjaka 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 usklađen s postojećim aktivnostima usmjerenih prevenciji ovisnosti na području Splitsko – dalmatinske županije. Održivost programa osigurana je na nekoliko razina i Udruga ima postojeće resurse koji će omogućiti 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 praćenje programskih aktivnosti (psihologinja, socijalna pedagoginja, pedagoginja, voditeljica financija; troje zaposleno na neodređeno vrijeme, jedan na određeno vrijeme), kao i mlade volontere koji sudjeluju u projektima i programima za djecu i mlade (40 volontera na godišnjoj razini, različitih profesionalnih usmjerenja). Udruga intenzivno surađuje s partnerskim organizacijama na programu, Ženskim đačkim domom Split i Komercijalno – trgovačkom 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 - trgovačka škola Split, Pomorska škola Split, Ženski đački dom u Splitu

5. Dosadašnja iskustva udruge/institucije u provođenju istog ili sličnih programa
Mjesto provedbe programa: Split
Godina u kojoj se program provodio: 2025.
Broj obuhvaćenih 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

Univerzalna

8. Okruženje na koje je program primarno usmjeren
Zajednica

9. Rizični i zaštitni čimbenici na koje program cilja
Rizični čimbenici: Program cilja na umanjivanje rizika za razvoj problema ovisnosti kod mlade osobe (slabe socijalne vještine, loš nadzor roditelja i vještine postavljanja pravila i granica, pozitivna očekivanja od sredstava ovisnosti). Zaštitni čimbenici: Program cilja na jačanje zaštitnih čimbenika na razini pojedinca (razvijene socijalne vještine, negativna očekivanja i razmišljanja 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 učenicima (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% dječaka i 1,5% djevojčica prvih razreda te 5,3% dječaka i 1,3% djevojčica drugih razreda. Određeni dio učenika počinje eksperimentirati sa sintetičkim drogama već sa 14 godina. Rezultati istraživanja Rizična 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 veći dio sklon je rizičnom epizodičnom 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 problematičnog kockanja u Hrvatskoj (Ricijaš i sur., 2016) pokazuje kao je najčešća vrsta kockanja među hrvatskim adolescentima sportsko klađenje, 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 mladića 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 češće 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, učestalije kockaju mladići čiji roditelji manifestiraju manje funkcionalna roditeljska ponašanja (kroz restriktivnu kontrolu i popustljivost) i čiji roditelji znaju za djetetovo kockanje. Učestalije kockaju mladići koji imaju iskustvo velikog novčanog dobitka koji ih ujedno i potiče na daljnje kockanje. Istraživanje u okviru projekta Pozitivan razvoj adolescenata u Hrvatskoj (2018) Laboratorija za prevencijska 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 mjesečno ili češće 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 il češće 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 prevencijskih 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 prevencijskim kurikulumom. U definiranju potreba ciljne 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 vršnjačkom 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 rizični i zaštitni čimbenici. Program cilja na jačanje zaštitnih čimbenika na razini pojedinca (razvijene socijalne vještine, negativna očekivanja i razmišljanja 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). 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 uključenosti mladih u igre na sreću, potrebama ciljne 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 vršnjačkom 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 učenice suočavaju i jačanju mreže podrške učenicama u riziku. Sudjelovanje roditelja/skrbnika na radionicama roditeljskih vještina utjecalo je na jačanje povezanosti i suradnje među roditeljima učenika, osnaživanje u roditeljskoj ulozi i podršku u odgoju i odgojnim postupcima.

Održana 3 edukativna predavanja na kojima je sudjelovalo ukupno 62 odgojno – obrazovnih stručnjaka doprinijela je jačanju njihovih profesionalnih kompetencija, promociji zaštitnih čimbenika u školskom okruženju i detekciji potreba odgojno - obrazovnih stručnjaka.

Organizirana 3 sastanka s volonterima vršnjacima pomagačima s ciljem osmišljavanja sadržaja kampanje. Na sastancima sudjelovalo 13 volontera vršnjaka pomagača. 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 područja prevencijskih znanosti. Na završnoj konferenciji sudjelovalo je 47 stručnjaka i odgojno – obrazovnih djelatnika.

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

12. Ciljevi programa
Opći: Prevencija ovisnosti kod mladih srednjoškolaca unaprjeđenjem vještina mladih, roditelja i stručnjaka te aktivnim sudjelovanjem mladih u kampanjama promocije zdravih stilova življenja.
Specifični: 1. Unaprjeđenje socio-emocionalne vještine mladih, vještine kritičkog razmišljanja o normativnim uvjerenjima i vještine odupiranja socijalnom pritisku.
2. Unaprjeđenje roditeljskih vještina relevantnih za pozitivne odgojne ishode kod mladih.
3. Kompetentni odgojno - obrazovni stručnjaci za provođenje programa prevencije kockanja kod mladih i za prepoznavanje, reagiranje i komuniciranje s mladima o ponašajnim ovisnostima.
4. Povećanje 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 stručnjaci
4. Mladi - opća 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 učinka

18. Metoda evaluacije

Unutarnje praćenje provedbe programa realiziralo se putem redovitih sastanaka voditeljice i izvoditeljica programskih aktivnosti (dva puta mjesečno) i redovito vođenom statistikom broja korisnika i broja realiziranih aktivnosti koje doprinose ostvarenju cilja – broj održanih radionica Treninga socijalnih/životnih vještina i kritičkog razmišljanja, broj radionica roditeljskih vještina, broj održanih edukativnih radionica/predavanja za odgojno – obrazovne stručnjake na temu prevencije ovisnosti, broj korisnika (mladih i roditelja) uključenih u aktivnosti, broj provedenih broj promotivnih objava. Redovito je vođena dokumentacija programa - potpisne liste za programske aktivnosti, informirani pristanci, foto dokumentacija, izvadci s društvenih mreža i mrežnih stranica.

Vanjsko praćenje provedbe programa realiziralo se redovitim sastancima i kontaktima s partnerskim organizacijama Komercijalno – trgovačkom školom u Splitu i Pomorskom školom. Tijekom izvještajnog razdoblja realizirana su četiri sastanka s partnerima, te kontinuirani sastanci i telefonski kontakti s psihologinjom Komercijalno – trgovačke škole Split i psihologinjom Pomorske škole sa ciljem praćenja implementacije Treninga socijalnih/životnih vještina, vještina kritičkog razmišljanja i odupiranja vršnjačkom pritisku i radionica roditeljskih vještina.

Za potrebe procesne evaluacije, vođena je cjelokupna programska dokumentacija i statistički podaci o provedbi programa. Za potrebe evalucije učinka primijenjen je BERS – 2 upitnik (Epstein, 2004.) o ponašajnim i socio-emocionalnim kompetencijama srednjoškolaca u pre – test (na početku provedbe radionica) i post – test fazi (na kraju provedbe radionica u Komercijalno – trgovačkoj školi i u pre – test fazi u Pomorskoj školi Split. Upitnik o zadovoljstvu nakon svakog edukativnog predavanja za stručnjake, 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 pomagačima s ciljem osmišljavanja sadržaja kampanje. Na sastancima sudjelovalo 13 volontera vršnjaka pomagača. 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 najčitanijih regionalnih medija, gdje je ostvareno više od 50.000 prikaza oglasa. Na taj je način kampanja dosegla široku javnost i pridonijela većoj vidljivosti tema vezanih uz zdrave stilove življenja.

22. Ukupni proračun programa za jednu godinu provođenja (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 €