

Prevenција: Školski preventivni program

Provoditelj: Škola za modu i dizajn

Godina provedbe: 2020

Kratki opis programa

Školskim preventivnim programom nastoji se potaknuti afirmacija pozitivnih vrijednosti kod učenika. Također, učenike usmjeravamo prema destigmatizaciji mentalnog zdravlja, razvijanju svijesti o sebi, svojim interesima, otkivanjima i potrebama, izgradnji samopouzdanja, samopoštovanja i pozitivne slike o sebi. Preventivni programi pomažu učenicima da prepoznaju neprihvatljiva ponašanja (posebice nasilnika), reagiraju pravovremeno i ispravno te ih prijave, uče ih asertivnoj komunikaciji, kako da odlučno kažu ne svim oblicima ovisnosti te promiču zdrav stil života. Najveći i broj aktivnosti kao glavni cilj ima poticanje psihološke dobrobiti kod učenika.

Sažetak programa

Školski preventivni program provodi se kontinuirano tijekom nastavne godine te je uvršten u Godišnji plan i program teškog školskog kurikula. U provedbu su uključeni razrednici i stručni suradnici koji surađuju s vanjskim suradnicima, udrugama i institucijama.

Osnovne teme su:

- kvalitetno strukturiranje slobodnog vremena i zaštita zdravlja kao prevencija ovisnosti (zdravi stilovi života, stihijsko provođenje vremena, AIDS i mitovi o spolnim bolestima, prehrabene navike, higijena, moja obitelj, kamo nakon srednje, rizično ponašanje, alkohol i promet, ovisnost i posao, kockanje i klađenje, društvene mreže, reproduktivno zdravlje)
- uspješna komunikacija (asertivnost, jasne poruke) i nenasilno rješavanje sukoba (ciklus radionica o vrstama nasilja i konstruktivnim načinima suočavanja s njim)
- razvoj samopoštovanja, pozitivne slike o sebi i socijalnih vještina učenika
- promicanje mentalnog zdravlja među mladima i upoznavanje s mehanizmima otkivanja i osnaživanja mentalnog zdravlja; upoznavanje s pojmom mentalnog zdravlja kroz vršnjački dijalog i učenje uz podršku edukatora, kako bi mladi lakše prepoznali svoje emocije i naučili se nositi s njima
- jačanje kompetencija u radu s mladima sklonima rizičnim ponašanjima (namijenjeno nastavnicima i stručnim suradnicima)
- izvannastavna aktivnost "Savjetovništvo za učenike" namijenjena učenicima koji su u povećanom riziku i koji su problematično ponašanja pa su zbog toga uključeni u pedagoško-psihološki tretman
- uključivanje u aktivnosti učenika koje zadruga "Moda i dizajn" s ciljem razvijanja radnih navika, kreativnosti i poduzetništva

Suradnje:

U školskoj godini 2019./2020. je za 16 razrednih odjela organizirano predavanje udruge Stijena "Kako reći ne?" koje prati smjernice međupredmetnih tema Građanskog odgoja, a ujedno se bavi tematikom ovisnosti i poticajne kritičko promišljanje učenika o toj temi. U učenicima se ukratko objašnjava koncept ovisnosti i droga, tj. psihotropnih sredstava, na način koji je usklađen i prilagođen njihovom uzrastu. Tijekom predavanja se koriste zanimljivi i ilustrativni primjeri, a učenike se potiče na aktivno promišljanje o procesu donošenja odluka u odrastanju, vršnjačkom pritisku i izazovima adolescentnog razdoblja. Naglasak se stavlja na to da problem nije samo u ovisnosti, već je ovisnost jedan od simptoma problema s kojima se učenici svakodnevno moraju nositi, a koji su se otkrivali i u našoj analizi potreba (znatiželja, dosada, vršnjački pritisak, osobni problemi, problemi u obitelji, itd.). Ciljevi predavanja su utjecati na smanjenje broja maloljetnika koji eksperimentiraju s alkoholom i drogom, poticati razvijanje pozitivne slike o sebi kod

mladih, usmjeriti mlade prema pozitivnim životnim vrijednostima poput odgovornosti, promišljanja, razboritosti i kvalitetnog i odgovornog života u zajednici te osvijestiti mlade o na inu na koji se mogu oduprijeti pogrešnim izborima.

U školskoj godini 2019./2020. su u enici drugih razreda u sklopu projekta „Pogled u sebe – Promicanje mentalnog zdravlja“ (Dom zdravlja Zagreb – Zapad, Centar za zaštitu mentalnog zdravlja, Me unarodna udruga studenata medicine Hrvatska, Gradski ured za zdravstvo, Gradski ured za obrazovanje Grada Zagreba) bili uklju eni u ciklus od 8 radionica na satovima razrednika gdje su im studenti medicine i psihologije vršnja kom potporom podignuli svijest o važnosti mentalnog zdravlja me u mladima i upoznali ih s mehanizmima o uvanja i osnaživanja mentalnog zdravlja: Mentalno zdravlje od A do Ž; Tko sam ja?; Razum i osje aji; Kako postati ovisan o sebi?; Doživjeti stotu; Društvo i prijatelji; Za arani krug; Ljubav.

Specifi nosti:

Tijekom nastave na daljinu u školskoj godini 2019./2020. je, zbog nemogu nosti održavanja radionica u razredu, stru na suradnica psihologinja redovito pripremala materijale za satove razrednog odjela s temama: Kako prevladati krizu uzrokovanu epidemijom i potresom – psihološka potpora u enicima; Kako se motivirati za u enje?; Mladi i romanti ne veze; O gubitku u doba pandemije; Organizacija u enja i vježbe koncentracije i opuštanja; Kako prepoznati dezinformacije i lažne vijesti?; Kako napraviti dobar plan u enja?; Savjeti za slobodno vrijeme.

1. Županije provedbe

Grad Zagreb

2. Datum po etka i završetka programa

Datum po etka: 07.01.2020

Datum završetka: 23.12.2020

3. Ostvaruje li program formalno partnerstvo u zajednici

ne

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

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

Mjesto provedbe programa:

Godina u kojoj se program provodio:

Broj obuhva enih korisnika:

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. Rizici i zaštitni imbenici na koje program cilja

Rizici i imbenici: Neprimjereni oblici ponašanja:

- problemi i/ili poreme aji u ponašanju;
- nasilni oblici ponašanja (fizi ko, verbalno (emocionalno i socijalno), spolno, elektroni ko nasilje);

- vršnja ki sukobi koji ne uklju uju elemente nasilja;
- samoozlje ivanje i sli na rizi na ponašanja koja mogu biti povezana sa suicidalnim mislima/namjerama/pokušajima

Emocionalne teško e:

- nisko samopoštovanje;
- nisko samopouzdanje;
- negativna slika o sebi;
- emocionalne teško e u vidu prisutnih simptoma depresije, anksioznosti, napadaja panike i sl.

Teško e u razvoju:

- u enici s primjerenim oblikom školovanja uslijed kojeg, zbog eventualnih sniženih sposobnosti, mogu biti žrtvama emocionalnog i socijalnog nasilja od strane vršnjaka;
- slabiji školski uspjeh i teško e s u enjem.

Obiteljska dinamika i struktura:

- rastavljeni roditelji;
- narušeni obiteljski odnosi;
- jednoroditeljske obitelji;
- postojanje odre enog oblika obiteljskog nasilja (u enik kao žrtva ili svjedok);
- nedostatan nadzor roditelja/skrbnika.

Razvojne karakteristike i formiranje stavova:

- utjecaj vršnjaka i povodljivost;
- pogrešni (pozitivni) stavovi prema korištenju droga i drugih sredstava ovisnosti.

Zaštitni imbenici: Mentalno zdravlje u enika:

- destigmatizacija mentalnog zdravlja;
- vlastita odgovornost za brigu o sebi;
- visoko samopoštovanje;
- visoko samopouzdanje;
- pozitivna slika o sebi.

Zdravi životni stilovi i navike

- dobra organizacija vremena;
- bavljenje hobijima i sportom/fizi kim aktivnostima;
- volontiranje.

Razvijene komunikacijske vještine

- asertivna i konstruktivna komunikacija;
- primjereni i prosocijalni oblici ponašanja;
- socijalne kompetencije.

Školski kontekst

- dobar školski uspjeh;
- sudjelovanje u izvannastavnim aktivnostima;
- prihva enost u vršnja kom kolektivu;
- prepoznavanje u enikovih jakih strana, poticanje za ostvarenje i postizanje uspjeha u istima;
- stvaranje pozitivnog ozra ja na razini cijele Škole.

Obiteljska dinamika i struktura:

- podrška roditelja/skrbnika;

- suradnja roditelja/skrbnika i Škole (s razrednicima i stručnim suradnicima);
- pravovremen i dovoljan nadzor roditelja/skrbnika.

10. Procjena potreba

Način provedbe: Većina održanih pedagoških radionica bila je namijenjena cijelim razrednim odjelima, budući da se radi o poticanju pozitivne slike o sebi i jačanju samopoštovanja, radu na mentalnom zdravlju učenika, ukazivanju na štetnosti konzumacije droga, alkohola i drugih oblika ovisnosti – bile su provedene od strane razrednika i stručnih suradnika. Za radionice specifičnih tema, za koje je učinjen probir učenika s obzirom na specifičnost rizika i tema koje se proračunju, potrebe su procijenjene na temelju opservacije, razgovora s razrednicima i nastavnicima te uvida u eventualnu medicinsku dokumentaciju.

Očekivani rezultati: Uspješnija komunikacija koja ne rezultira sukobima, prihvatanje razgovora kao načina rješavanja problema, manji broj prijavljenih nasilnih oblika ponašanja od strane učenika, nastavnika i razrednika, izražavanje negativnijih stavova prema ovisnosti i uporabi droge i alkohola, odgovornije ponašanje prema školskim obvezama, bolji školski uspjeh i manji broj izrečenih pedagoških mjera.

11. Trajanje programa

Trajanje jednog ciklusa programa u tjednima: 23

12. Ciljevi programa

Opis: Prevencija stvaranja ovisnosti (bilo koje vrste) s naglaskom na korištenju psihoaktivnih tvari, prevencija nasilja među učenicima i drugih neprimjerenih oblika ponašanja.

Specifični: Afirmacija pozitivnih vrijednosti kod učenika, razvijanje svijesti o sebi, svojim interesima, očekivanjima i potrebama, razvijanje samopoštovanja i pozitivne slike o sebi, naučiti odlučiti se za "ne" svim ovisnostima, smanjivanje interesa za uzimanje sredstava ovisnosti, poticanje drugih na odupiranje uzimanju sredstava ovisnosti, sprječavanje samoozljeđivanja, prihvatanje zdravog stila života, odupiranje pritiscima vršnjaka, poticanje kvalitetne komunikacije (vršnjake i s nastavnicima), razvijanje suradnikih odnosa s drugima učenicima te nastavnicima i stručnim suradnicima u školi.

13. Ciljana skupina

Srednja škola

14. Korisnici programa

Opis korisnika: Korisnici su učenici Škole za modu i dizajn, 1. - 4. razreda (učenicima i učenicima, 15-19 godina, različitih zanimanja). Korisnici sudjeluju u pripremljenim predavanjima i radionicama tijekom Sata razrednog odjela.

Svi roditelji i skrbnici upoznati su na početku školske godine s preventivnim programima i temama istih.

Broj korisnika na godišnjoj bazi: 350

15. Metode korištene u programu

Savjetovanje, Predavanje, Tribina, Radionica

16. Program je evaluiran

da

17. Vrsta provedene evaluacije

Da - Evaluacija procesa i učinaka

18. Metoda evaluacije

Evaluacijski upitnik/listići, analiza dokumentacije.

19. Evaluatori

20. Najvažniji rezultati evaluacije

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

Promoviran:

Sadržaj i tijek kampanje: Visoke ocjene u procjeni korisnosti proračunskih tema za svakodnevni život, primjena naučenog u svakodnevnoj komunikaciji i interpersonalnim odnosima, izjave učesnika o osviještenosti vlastitih potreba i problema, spremnost na traženje pomoći i razgovora u stručnoj službi Škole, prihvatanje savjetovanja kao oblika rješavanja problema.

Povratne informacije učesnika preko evaluacijskih listića nakon predavanja "Kako reći ne?" iji su rezultati pokazali da su učesnici zadovoljni takvim načinom predavanja, gdje je prisutna interakcija i svjedočanstvo osobe koja je prije bila ovisnik te mu je ta ovisnost ostavila posljedice. Učesnici su navodili da im je korisno učiti sve iz "prve ruke" te su navodili da su promijenili mišljenje o opasnosti uzimanja droge i alkohola.

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):