

# NAJBOLJI JA

## SVEOBUHVAJNI PROGRAM SELEKTIVNE PREVENCIJE OVISNOSTI



### O projektu

**Projekt „Najbolji ja - sveobuhvatni program selektivne prevencije ovisnosti“** (2020. – 2022.) je **program selektivne prevencije svih vrsta ovisnosti kod djece i mladih u riziku** na području **Osječko-baranjske i Vukovarsko-srijemske županije**. Usmjeren je na rizične i zaštitne čimbenike, normativna uvjerenja, razvoj vještina te objektivno informiranje o sredstvima ovisnosti. Projekt se provodi u skladu s Europskim standardima za kvalitetnu prevenciju zlouporabe droga te uključuje interaktivne metode i evaluaciju. Korisnici projekta su **djeca i mladi u riziku i djeca s problemima u ponašanju** kojoj je potrebno individualno pristupiti. Individualan pristup ostvaren je kroz uključivanje u već postojeći mentorski program čime se doprinijelo unaprjeđenju njihova znanja o štetnosti ovisnosti i zdravim načinima života, unaprjeđenju njihovih socijalnih kompetencija te širenju izbora za uključivanje u aktivnosti kvalitetnog provođenja slobodnog vremena. Program se temelji na Hirschijevoj teoriji socijalne kontrole, gdje se polazi od pretpostavke da do devijantnog ponašanja dolazi radi prekida ili slabljenja veza između pojedinca i društva. S obzirom na to, podrška odraslih te međusobno povjerljiv odnos između mentora i djeteta mogu omogućiti osjećaj bolje društvene prihvaćenosti i podrške te smanjiti rizik upuštanja u različite vrste ovisnosti.

**Ključne riječi:** prevencija ovisnosti, djeca i mladi, rizični i zaštitni čimbenici

### Ciljevi programa

Opći cilj projekta „Najbolji ja – sveobuhvatni program selektivne prevencije ovisnosti“ je selektivna prevencija svih vrsta ovisnosti kod djece i mladih u riziku na području Osječko – baranjske i Vukovarsko – srijemske županije u skladu s Europskim standardima za kvalitetnu prevenciju zlouporabe droga. Kroz provođenje treninga socijalnih vještina i edukativnih radionica na temu ovisnosti s djecom i mladima te kroz educiranje volontera o specifičnostima problema u ponašanju i ovisnostima te pružanjem podrške volonterima i djeci, upoznavanjem volontera – mentora s djecom, uspostavljanjem mentorskog odnosa te provođenjem strukturiranog slobodnog vremena radilo se na ostvarenju općeg cilja, tj. prevenciji svih oblika ovisnosti.

### Korisnici i aktivnosti programa

#### Volonteri

Kroz projekt su kao mentori uključeni volonteri - mlade osobe od 18 do 35 godina, koji imaju mogućnost dugoročno volontirati na području Osijeka i Vinkovaca. Volonteri su nakon prijave prolazili selekcijski postupak (intervju, psihologijsko testiranje, uvid u kaznenu evidenciju), a nakon toga dvodnevnu edukaciju koja obuhvaća teme: volontiranje, uspostavljanje mentorskog odnosa, prevencija ovisnosti te socijalne vještine. Nakon edukacije slijedilo je uparivanje mentorskih parova te je zadatak mentora bio kvalitetno provoditi slobodno vrijeme s djecom, razvijati njihove socijalne vještine te ih usmjeravati u zdrave životne navike, ukazujući na štetnost sredstava ovisnosti. Volonteri su kroz mentorski projekt dobili iskustvo u radu s djecom i mladima s problemima u ponašanju te su unaprijedili svoje kompetencije.

#### Djeca i mladi

Djeca i mladi osnovnoškolske (7 – 14 godina) i srednjoškolske dobi (14 – 18 godina) korisnici Centra za nestalu i zlostavljano djecu (poludnevnog boravka u Osijeku i u Vinkovcima), Centra za pružanje usluga u zajednici Klasje (poludnevnog boravka), Doma za odgoj djece i mladeži Osijek (smještaja) i Centra za

socijalnu skrb Osijek (po preporuci stručnog djelatnika). Radi se o korisnicima koji ispoljavaju rizične oblike ponašanja ili imaju probleme u ponašanju te su iz tog razloga korisnici socijalnih usluga poludnevnog boravka, institucionalnog smještaja ili savjetovanja. Sudjelovali su u aktivnostima programa: trening socijalnih vještina, tematske radionice te druženje s mentorima s ciljem kvalitetnog provođenja slobodnog vremena. Na temelju utvrđenih potreba interesa, razvojnih specifičnosti, rizičnih i zaštitnih čimbenika za uključenu djecu i mlade izrađeni su individualni planovi i programi za mentorske parove.

#### Mentorski parovi

Mentorskim parovima omogućene su različite aktivnosti u koje se mogu uključiti. Mentori su se u organizirane aktivnosti mogli uključiti samostalno ili grupno, s ostalim mentorskim parovima. Osim toga, rad mentora praćen je od strane stručnih djelatnika psihologa koji provode aktivnosti organizacijom redovitih grupnih susreta mentora radi praćenja odnosa, rješavanja nedoumica i poteškoća prilikom stvaranja odnosa s korisnicima.

Aktivnosti za mentorske parove: bazeni, kino, kazalište, utakmice, tenis, kuglanje, društvene igre, izrada keramike, ZOO, biljar, paintball, karting i sl.

Broj korisnika prema spolu:

	Ženski spol	Muški spol	Ukupno
<b>Djeca i mladi</b>	33 (40%)	49 (60%)	82
<b>Volonteri</b>	33 (92%)	3 (8%)	36

Broj mentorski parova: 36

### Rezultati provedbe aktivnosti

- Ukupno 93 volonterske prijave za sudjelovanje u programu od početka provedbe projekta.
- Ukupno 36 volontera mentora uključeno u mentorski program.
- Uključeno 82 djece i mladih u aktivnosti programa.
- Organizirano 36 grupnih aktivnosti u sklopu strukturiranog provođenja slobodnog vremena za djecu i mlade u riziku te mentorske parove (8 u 2020. godini, 21 u 2021. godini i 6 u 2022. godini).
- Proveden trening socijalnih vještina na kojem je sudjelovalo 39 djece te 10 volontera.
- Preko 100 susreta mentora i djece u 2022. godini.
- 10 grupa podrške za volontere-mentore (5 online, 5 uživo).
- Organizirana individualna podrška volonterima-mentorima.
- Provedeno ukupno 13 edukativnih radionica za djecu i mlade.
- Izrađen priručnik Mentorski program u funkciji prevencije ovisnosti.

### Rezultati evaluacije sudjelovanja u programu

Sukladno evaluacijskom upitniku primijenjenom prije i poslije pohađanih radionica socijalnih vještina, može zaključiti kako su radionice socijalnih vještina utjecale pozitivno na djecu. Pogotovo u izjavama poput „Poštujem dogovorena pravila“, „Izgubim se u svojim mislima dok netko drugi priča“ , „Drugima pokazujem svoje pozitivne osobine“, „Rado surađujem s drugima u timskom radu“, „Kada se s nekim upoznajem, ističem svoje loše strane“, „Lakše mi je obaviti nešto sam/a, nego kada surađujem s drugima“. Isto tako upitnik pokazuje da djeca i dalje trebaju pohađati treninge socijalnih vještina zbog negativnijih rezultata u izjavama kao što su „Kada sam ljut/ ljuta, ne znam to reći na miran način“ i „Drugima dajem do znanja svoje stavove i mišljenja“.

Upitnici zadovoljstva pokazali su najveći stupanj zadovoljstva sudjelovanjem u mentorskom programu kao i zadovoljstvo vezano uz druženje s mentorom. Kao nedostatak djeca i mladi su naveli da u grupnim aktivnostima djeca previše pričaju, a kao korisne stvari koje su naučili izdvajaju između ostalog: „kako raditi na sebi i više voljeti sebe“, „kako se bolje slagati s drugima“, „kako biti svoj“, „prava djece“, „puno zanimljivih stvari“ itd.

U evaluaciji programa sudjelovalo je ukupno 15 djece i mladih te 14 volontera-mentora koji su ispunili upitnik nakon minimalno 6 mjeseci sudjelovanja u mentorskom programu.

**80% djece i mladih** koje je sudjelovalo navodi da im je sudjelovanje u aktivnostima bilo odlično ili vrlo dobro, dok **svi volonteri** koji su sudjelovali u evaluaciji navode da su iznimno zadovoljni projektom te su projekt ocijenili s odličnim.

### Zaključci

1. Preventivnim djelovanjem u okviru mentorskog programa „Najbolji ja“ nastoji se obuhvatiti široki raspon rizičnih čimbenika te jačati zaštitne čimbenike poput socijalnih vještina, stavova protiv zlouporabe sredstava ovisnosti, poticanje zdravih životnih stilova te kvalitetno ispunjavanje slobodnog vremena, a sve s ciljem suzbijanja i sprečavanja pojave ovisnosti među djecom i mladima te smanjivanja rizičnih ponašanja djece i mladih vezano uz eksperimentiranje sa sredstvima ovisnosti
2. Program „Najbolji ja“ vođen je idejom o osnaživanju i unaprjeđenju socijalne kompetencije mlade osobe kroz primjenu novih vještina i znanja u životu te odabiru zdravih životnih stilova.
3. Program „Najbolji ja“ doprinosi razvoju kompeticija volontera – mentora koji su stekli iskustvo rada s djecom te su na taj način unaprijedili svoje vještine.
4. Međuljudski odnosi su ključan dio programa prevencije ovisnosti. „Najbolji ja“ uključuje mentorstvo jedan na jedan između volontera-mentora i mentoriranog (djeteta ili adolescenta) koje se odvija u okruženju zajednice. Mentorski odnos je stoga najvažniji dio intervencije s obzirom da kroz odnos se očituju briga i podrška djetetu, što može biti presudno za pozitivan učinak kod djece i mladih.