

# Mentorski program sa svrhom prevencije ovisnosti

# NAJBOLJI JA

Tena Zalović, magistra socijalne pedagogije  
Centar za nestalu i zlostavljaju djecu

Centar za nestalu i zlostavljaju djecu

J.J. Strossmayera 1/1  
31000 Osijek, Croatia  
Tel: +385 31 272 943

VOLONTERSKI  
centar Osijek

VLADA REPUBLIKE HRVATSKE  
Ured za suzbijanje  
zloupotrebe droga

REPUBLIKA HRVATSKA  
Ministarstvo  
zdravstva

## Sažetak

Cilj poster prezentacije Najbolji ja - mentorski program sa svrhom prevencije ovisnosti je predstaviti mentorski program i rezultate projekta "Najbolji ja - sveobuhvatni program selektivne prevencije ovisnosti kod djece i mladih" koji se provodio tijekom 2018. i 2019. godine. Projekt „Najbolji ja“ se usmjerio na prevenciju svih oblika ovisnosti kod djece i mladih s problemima u ponašanju. Točnije, u projekt su se primarno uključili korisnici tretmana poludnevnog boravka u okviru Centra za nestalu i zlostavljaju djecu, Centra za pružanje usluga u zajednici Klasje i korisnika Doma za odgoj djece i mladeži Osijek. Također, s obzirom na nedostatak sličnih programa, tijekom projekta javila se potreba za uključivanjem korisnika Centra za socijalnu skrb Osijek. Projekt je uključivao program mentoriranja putem kojeg su mladi volonteri (u dobi od 16 do 35 godina) postali mentori (po uzoru na program „Veliki brat/velika sestra“) djeci u socijalnom riziku, odnosno s problemima u ponašanju. Mentori su s djecom radili na razvoju socijalnih vještina i ispunjavanju slobodnog vremena kvalitetnim aktivnostima, a sve to s ciljem prevencije ovisnosti. U projektu je sudjelovalo ukupno 42 mentorska para koji su uglavnom izražavali veliko zadovoljstvo sudjelovanjem u projektu. Prošlogodišnji mentorski programi (Postani mi legos; Postali smo legosi, postani i ti; Najbolji ja – mentorski program sa svrhom selektivne prevencije ovisnosti) ostvarili su veliki uspjeh te je u program mentoriranja bilo uključeno više od 80 djece s problemima u ponašanju. Uočen je veliki odaziv i interes volontera za mentoriranjem, a mentorski program je prepoznat od strane lokalne zajednice i stručnjaka kao uspješna metoda u prevenciji rizičnog ponašanja.

## Osnovni podaci o korisnicima

Djeca i mladi u riziku i s problemima u ponašanju – korisnici Centra za nestalu i zlostavljaju djecu (poludnevnih boravaka i Savjetovališta za djecu, mlade i obitelji), Centra za pružanje usluga u zajednici Klasje (smještaja i poludnevnog boravka), Doma za odgoj djece i mladeži Osijek (smještaja) i Centra za socijalnu skrb Osijek (po preporuci stručnog djelatnika). Dob korisnika je od 9 do 18 godina, a zastupljeniji je muški spol.

Volonteri/mentori – mlade osobe bez obzira na spol u dobi od 16 do 35 godina koji su prošli selekcijski postupak i zadovoljili sve uvjete koji su potrebni za sudjelovanje u projektu. Ukupan broj prijava bio je 55, dok je volonter-mentor postalo 42 osobe, većinom ženskog spola.

## Ciljevi

Opći cilj projekta „Najbolji ja – sveobuhvatni program selektivne prevencije ovisnosti kod djece i mladih“ bila je selektivna prevencija ovisnosti o alkoholu, pušenju i psihoaktivnim tvarima kod djece i mladih u riziku na području Osječko – baranjske županije u skladu s Europskim standardima za kvalitetnu prevenciju zloupotrebe droga.

Kroz provođenje treninga socijalnih vještina i edukativnih radionica na temu ovisnosti s djecom i mladima, zatim kroz educiranje volontera o specifičnostima problema u ponašanju i ovisnostima i pružanjem podrške volonterima i djeci, upoznavanje volontera-mentora s djecom (korisnicima navedenih ustanova), a potom i uspostavljanje mentorskog odnosa te organizacijom aktivnosti za kvalitetno provođenje slobodnog vremena radilo se na ostvarenju općeg cilja, tj. prevenciji svih oblika ovisnosti. Ujedno se informiralo javnost i stručnjake o važnosti prevencije ovisnosti i zdravim životnim navikama te o rezultatima programa Najbolji ja.

## Zaključci

1 Preventivnim djelovanjem u okviru mentorskog programa „Najbolji ja“ nastoji se obuhvatiti što širi raspon rizičnih čimbenika te se nastoje jačati zaštitni čimbenici (npr. razvijanje i jačanje socijalnih vještina, razvijanje stavova protiv zloupotrebe sredstava ovisnosti, poticanje odabira zdravih životnih stilova, kvalitetno ispunjavanje slobodnog vremena) s ciljem suzbijanja i sprječavanja pojave ovisnosti među djecom i mladima te smanjivanja rizičnih ponašanja djece i mladih vezano uz eksperimentiranje sa sredstvima ovisnosti.

## Metode i aktivnosti

**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** sudjelovali su u projektu kroz druženje s mentorima s ciljem kvalitetnog provođenja slobodnog vremena i razvijanja socijalnih vještina te u grupnim radionicama organiziranim u sklopu ovog projekta. Na temelju utvrđenih potreba interesa, razvojnih specifičnosti, rizičnih i zaštitnih čimbenika za uključenu djecu i mlade izrađena su 42 individualna plana i programa za mentorske parove.

Mentorskim su parovima omogućene različite aktivnosti u koje se mogu uključiti kao i preuzimanje mobilne aplikacije putem koje djeca mogu unaprijediti svoje socijalne vještine. Mentori su se u organizirane aktivnosti mogli uključiti samostalno ili grupno, s ostalim mentorskim parovima.

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

	Muški spol	Ženski spol	Mješoviti par	Ukupno
Djeca i mladi	32	10	/	42
Volonteri	8	34	/	42
Mentorski par	8	10	24	42

## Pouratne informacije od sudionika

96% djece navodi da bi željeli i dalje sudjelovati u mentorskom programu.

Smatram da je dijete imalo koristi jer je efikasno utrošilo svoje vrijeme te se maknulo od svakidašnje okoline i po prvi puta sudjelovalo u nekim aktivnostima. **Mentorica.**

Projekt se treba nastaviti jer uvijek ima pozitivnih iskustava i uspješno uspostavljenih odnosa između mentora i djeteta u kojem se barem u jednom kratkom periodu djetetu uspjelo pokazati nešto novo, izdvojiti ga iz dosadašnjih sredina i smjestiti u nove situacije, iskustva u kojima je mogao sagledati stvari iz drugačije perspektive. **Mentorica.**

Mnogo djece, ali i mentora je dobilo priliku ovim projektom da budu bolja verzija sebe. **Mentorica.**

Smatram da se projekt treba nastaviti jer pruža i mentorima i djeci specifično iskustvo i znanje koje drugačije ne bi mogao steći. Također djeca u mentoru mogu naći pozitivan uzor, zaobići potencijalne negativne utjecaje i inspirirani i okruženi pozitivnim utjecajima odrastati u pravom pravcu. Na mentoru je da bude model poželjnog ponašanja kako bi pomogao djetetu. **Mentorica.**

Najbolje su mi bile aktivnosti: karting, kuglanje, kava, pričanje zezanje... **Dijete.**

Mislim, da je ovaj projekt dosta pozitivno utjecalo na dijete jer je mogao sudjelovati u aktivnostima za koje prije nije imao mogućnosti. Naučio se odnositi i ponašati prema drugim ljudima s poštovanjem. **Mentor.**

Dijete je zaista imalo veliku korist od ovog projekta. Pomogli smo mu oko završetka škole i oko problema kod kuće. **Mentorica.**

Što ste korisno naučili tijekom sudjelovanja u projektu? Da treba poštivati druge, sklapati prijateljstva, više se družiti, lijepo se ponašati, nove vještine (izrađivati keramiku, voziti karting, socijalne vještine i sl.). **Djeca.**

2 Sam naziv programa „Najbolji ja“ vođen je idejom o osnaživanju i unaprijeđenju socijalne kompetencije mlade osobe kroz primjenu novih vještina i znanja u životu te odabiru zdravih životnih stilova koji isključuju konzumaciju sredstava ovisnosti.

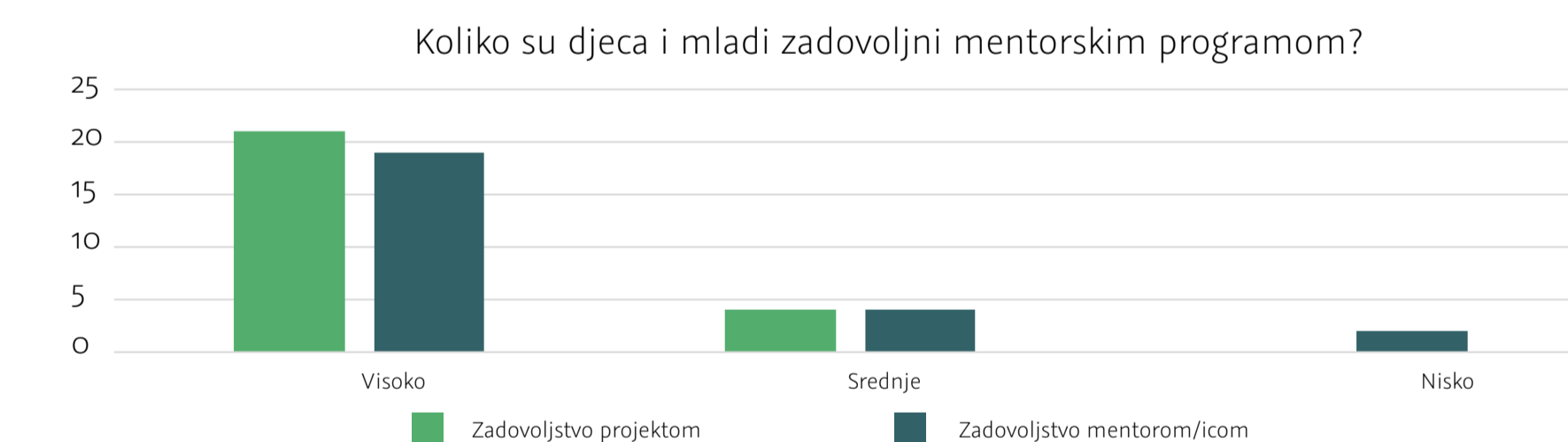
3 Uključivanjem u program, volonteri-mentori stekli su iskustvo u radu s djecom te su imali priliku unaprijediti svoje kompetencije.

## Rezultati

- Djeca i mladi su unaprijedili svoje socijalne vještine, znanje o štetnosti ovisnosti. Također, informirali su se o zdravim životnim navikama te su na kvalitetan način provodili slobodno vrijeme što je pretpostavka uspješne prevencije ovisničkog ponašanja
- Izrađen je sveobuhvatni program selektivne prevencije ovisnosti kod djece i mladih u riziku „Najbolji ja“
- Priključene su 42 prijave za sudjelovanje djece u mentorskom programu „Najbolji ja“ te je 42 volontera zadovoljilo je kriterije selekcije i bilo uključeno u mentorski program „Najbolji ja“
- Mentorskim parovima je omogućeno sudjelovanje u 24 različite aktivnosti slobodnog vremena: društvene igre, kino, bazeni, kafić, kuglanje, sportska dvorana, grupna druženja (foto izazov, piknik), tenis, izrada keramike, kazalište, gledanje nogometne utakmice, karting, maksenal, gledanje filma, kviz, biljar, penjanje na umjetnu stijenu, muzej, vrtlarjenje, paintball, adrenalinski park, mačevanje)
- Održano je 29 grupnih aktivnosti u sklopu strukturiranog provođenja slobodnog vremena za mentorske parove
- Tijekom projekta su se kontinuirano održavali individualni susreti između mentora i djece (zaprimito 230 izvještaja o susretima tijekom 8 mjeseci provedbe projekta)
- Održano je 11 grupnih podrški na kojima je sudjelovalo ukupno 29 volontera
- Mentori-volonteri i djeca izrazili su zadovoljstvo organizacijom i provedbom aktivnosti u okviru mentorskog programa

## Rezultati evaluacije

U evaluaciji projekta je sudjelovalo ukupno 25 djece i mladih koji su ispunili evaluacijski upitnik nakon 8 mjeseci sudjelovanja u mentorskom programu.

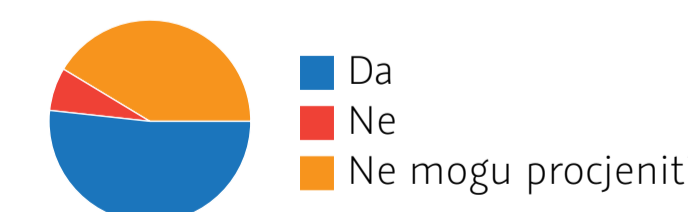


U evaluaciji projekta je sudjelovalo ukupno 29 volontera-mentora koji su ispunili evaluacijski upitnik nakon 8 mjeseci sudjelovanja u mentorskom programu.



Volontere smo pitali sljedeće pitanje:

Opći cilj projekta "Najbolji ja" je prevencija svih oblika ovisnosti kod djece i mladih kroz mentorski program, edukativne radionice i trening socijalnih vještina. Smatrate li da je kod djeteta ostvaren nekakav napredak po tom pitanju?



4 Međuljudski odnosi su važni! Program mentoriranja „Najbolji ja“ uključuje jedan na jedan mentorstvo između mentora/volontera (mlade odrasle osobe) i mentoriranog (djeteta ili adolescenta) koje se odvija u okruženju zajednice. Odnos između odraslog mentora i djeteta je najvažniji dio intervencije, jer upravo učinkovito uparivanje mentora i mentoriranog može dovesti do brige i podrške u odnosu, što može biti presudno za pozitivne učinke ove intervencije kod djece i mladih.