



**NASTAVNI ZAVOD ZA
JAVNO ZDRAVSTVO**

PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE



KRIZA MENTALNOG ZDRAVLJA: DJECA I MLADI 2030.?!

Konferencija: Kriza mentalnog zdravlja, Djeca i mladi 2030.?!



**NASTAVNI ZAVOD ZA
JAVNO ZDRAVSTVO**

PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

Kriza mentalnog zdravlja: Djeca i mladi 2030.?!

Opatija, 9. i 10. listopada 2023.

KNJIGA SAŽETAKA

PROGRAMSKI/ORGANIZACIJSKI ODBOR

Predsjednik

doc. dr. sc. Darko Roviš, prof. soc. ped.

Članovi/ce

Ena Baus, mag.psych.

Sanja Ćosić, prof.dipl.psiholog

Ines Jakovčić, univ.spec.psych.

Ines Lazarević Rukavina, univ.spec.oec.

Andrea Mataija Redžović, prof. psih., univ. spec.

Ksenija Petrović Ljubotina, mag.prim.educ.

Zrinka Selestrin, mag.paed.soc.

Martina Semitekolo, bacc.oec.

Daina Udovicich Corelli, mag.psych.

ORGANIZATOR

Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

VOLONTERKE

Klara Babić Praljak

Bruna Gričar

Nora Perić

Ana Tukša

studentice psihologije, Filozofski fakultet Sveučilišta u Rijeci



Pod pokroviteljstvom
Ureda predsjednika
Republike Hrvatske

SPONZORI I DONATORI



GRAD
RIJEKA



REPUBLIKA HRVATSKA
Ministarstvo
zdravstva



TURISTIČKA ZAJEDNICA
KVARNERA
Raznolikost je lijepa



GRAD
OPATIJA



Grad
Delnice



Općina Matulji



GRAD
KASTAV



Općina
Viškovo



Dezinsekcija®
RIJEKA

Konferencija: Kriza mentalnog zdravlja, Djeca i mladi 2030.?!

ISBN: 978-953-7603-05-2

CIP zapis je dostupan u računalnome katalogu Sveučilišne knjižnice Rijeka
pod brojem 150629046.

Sadržaj

PROGRAM KONFERENCIJE	7
SAŽECI IZLAGANJA	14
POSTER PREZENTACIJE	41

Konferencija: Kriza mentalnog zdravlja, Djeca i mladi 2030.?!

9. i 10. listopada 2023., Opatija

Nakon krize-Kriza!

Iako su stručnjaci i prije pandemije Covid-19 najavljivali rastući problem mentalnog zdravlja, posebice kod djece i mladih, čini se kako je kriza uzrokovana pandemijom dodatno katalizirala promjene koje već neko vrijeme vidimo u mentalnom zdravlju. Porast broja ambulantnih izvanbolničkih prijama kao hospitalizacija, čak i do 300%, koji je uslijedio nakon pandemije pokazuje kako najveći teret pandemije podnose ranjivi pojedinci i skupine sa slabim mentalnim zdravljem i problemima mentalnog zdravlja. Mentalno zdravlje ključni je resurs za nositi se sa promjenama i krizama koje postaju naša svakodnevnica. Ekonomska kriza, eksplozija nasilja, ratne migracije i rastuća demografska promjena, daljnje ubrzanje digitalizacije i primicanje društvu umjetne inteligencije, neminovno (će) jača društvene razlike i procjep između onih koji imaju društvene i osobne resurse i onih koji zaostaju.

Procjene Svjetske zdravstvene organizacije govore kako u godini dana, u Europi od mentalnih poremećaja oboli visokih 38% stanovništva, a loše mentalno zdravlje čini 22% EU teret disabiliteta mjereno kroz godine života prevedene u nesposobnosti (Years Lived with Disability -YLD). Čak 20% školske djece suočeno je s mentalnim poteškoćama svake godine. Ovo će za koju godinu moguće biti konzervativne procjene. Činjenica kako 50% svih mentalnih poremećaja počinje prije 14. godine, a čak 75 % prije 18. godine, ukazuje kako je zaštita mentalnog zdravlja djece i mladih javnozdravstveni i opći društveni prioritet. Nema zdravlja bez mentalnog zdravlja, a bez zdravlja pojedinca, nema ni zdravog društva pa ni ekonomskog prosperiteta.

Pozivamo Vas na dvodnevnu konferenciju pod nazivom „Kriza mentalnog zdravlja: Djeca i mladi 2030?!“ koja će se održati 9 i 10. listopada 2023. u Opatiji. Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije priprema dinamičan program konferencije s mnogo uvažених sudionika iz Republike Hrvatske, Slovenije i Srbije te bi nam bilo iznimno drago da i Vi budete s nama i sudjelujete u radu konferencije.

Ravnatelj NZZJZPGŽ

Doc.dr.sc. Željko Linšak, dipl.sanit.ing.

PROGRAM KONFERENCIJE

Kriza mentalnog zdravlja: Djeca i mladi 2030?!

9. i 10. listopada 2023., Opatija

GRAND HOTEL 4 OPATIJSKA CVIJETA / HOTEL ROYAL

PONEDJELJAK 09. 10. 2023.

9:00 – 10:00 Registracija DVORANA ROYAL

10:00 – 10:45 Otvaranje konferencije DVORANA ROYAL

doc. dr. sc. Željko Linšak, dipl. sanit. ing., ravnatelj NZZJZPGŽ

doc. dr. sc. Darko Roviš, prof. soc. ped., Nastavni Zavod za javno zdravstvo
Primorsko-goranske županije

Isječak iz predstave „Mreža: Nema natrag“, Kazalište mladih Rijeka

10:45 – 12:00 Okrugli stol DVORANA ROYAL

KRIZA MENTALNOG ZDRAVLJA!? DVORANA ROYAL

1) Davorka Osmak Franjić, prof. psihologije, savjetnica pravobraniteljice za djecu

2) prof. dr. sc. Danijela Štimac Grbić, dr. med. specijalist javnog zdravstva,
Hrvatski Zavod za javno zdravstvo

3) Alma Rovis Brandić, mag. soc. ped., Agencija za odgoj i obrazovanje

4) Karla Mušković, dr. med., Grad Rijeka

12:00 – 12:30 Pauza za kavu DVORANA ROYAL

Otvaranje izložbe Tea Todorović „Pisma sebi i dr.“

12:30 – 14:00 Pozvana predavanja DVORANA ROYAL

1) Nema krize bez krize mentalnog zdravlja

prof. dr. sc. Nataša Jokić-Begić, prof. Psihologije Filozofski fakultet u Zagrebu -
Katedra za zdravstvenu i kliničku psihologiju

2) Samoozljeđivanje i suicid kod djece i mladih

prim. Ljubica Paradžik, dr. med., specijalist psihijatar, subspecijalist dječje i
adolescentne psihijatrije, Psihijatrijska bolnica za djecu i mladež, Zagreb

14:00 – 15:00 Ručak RESTORAN CAMELLIA 4 CVIJETA

**Blok 1 INTERSEKTORSKA SURADNJA KONGRESNI CENTAR
DVORANA B**

15:00 – 16:30

**Jedino s drugima možemo daleko - o razvoju i provedbi programa
PoMoZiDa - dr. sc. Ljiljana Muslić, prof. psihologije, Hrvatski zavod za javno
zdravstvo**

**Ulaganja UNICEF-a u mentalno zdravlje djece i mladih u Republici
Hrvatskoj - Marijana Muhić, voditeljica odjela za mlade, Ured UNICEF-a RH**

Probir mentalnog zdravlja YP CORE u Primorsko-goranskoj županiji

**2022./23., iskustva i izazovi - prim. Nataša Dragaš-Zubalj, dr. med., univ. spec.
sanit. publ. spec. školske medicine, Nastavni Zavod za javno zdravstvo
Primorsko-goranske županije**

**"U svakoj mladoj osobi postoji točka dobra..." Iskustva iz rada salezijanaca
u Rijeci - don Mihovil Kurkut, voditelj oratorija**

Blok 2 IZAZOVI U RADU S DJECOM I MLADIMA DVORANA ROYAL

15:00 – 16:30

**Važnost i načini rada s udomiteljima i posvojiteljima kao preduvjet
uspješnosti psihoterapijskog rada s djetetom - Tatjana Gjurković., dipl.
psiholog, TA psihoterapeut, Centar Proventus**

Susret umjetnosti i geštalt psihoterapije - Daina Udovicich Corelli, klinička psihologinja, Gestalt psihoterapeutkinja, Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

Poremećaji iz spektra autizma iz ambulante dječjeg psihijatra - Jelena Čupković Premuš, spec. dječje i adolescentne psihijatrije, Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

Prikaz rada Grupe za kockare u Centru za ovisnosti NZJZPGŽ - Danijela Krnić Turkalj, dipl. psihologinja, Sandra Marinić, dipl. psihologinja, Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

Rad s LGBTQ+ mladima - dr. sc. Jasminka Juretić, dipl. psih., Sveučilište u Rijeci, Sveučilišni savjetovališni centar - Mia Mudri, mag. psych., Centar za pružanje usluga u zajednici Izvor, Selce

Blok 3 PREVENTIVNI PROGRAMI

KONGRESNI CENTAR DVORANA A

15:00 – 16:30

Unaprijeđenje sustava kvalitete u sustavu preventivnih programa u Republici Hrvatskoj - Josipa-Lovorka Andreić, struč. spec. crim., Hrvatski zavod za javno zdravstvo

Ulaganja u znanstveno utemeljene programe prevencije Agencije za odgoj i obrazovanje - Alma Rovis Brandić, mag. paed. soc., Agencija za odgoj i obrazovanje

RASTIMO ZAJEDNO - Ivana Sošić Antunović, prof. psihologije

PROMEHS kurikulum: Znanstveno i stručno utemeljena podrška odgajateljima i učiteljima u osnaživanju dobrobiti i mentalnog zdravlja djece i mladih u odgojno-obrazovnom kontekstu - prof. dr. sc. Sanja Tatalović Vorkapić, prof. psihologije, Učiteljski fakultet u Rijeci

Implementacija programa jačanja otpornosti djece predškolske dobi „RESCUR: Na valovima“ u Rijeci i Splitu: Prikaz istraživanja povezanosti obiteljskog korištenja digitalnih tehnologija i izlaganja djece istima s razvojem socioemocionalnih vještina i problemima u ponašanju djece -
Zrinka Selestrin, mag .paed. soc., Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

Razvoj implementacijskog modela Treninga Životnih

Vještina, 2005. – 2023. - doc. dr. sc. Darko Roviš, prof. soc. ped., Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

16:30 – 17:00 Izvještaji iz skupina DVORANA ROYAL

17:00 Završetak

UTORAK 10. 10. 2023.

9:00 – 10:30 Okrugli stol DVORANA ROYAL

INTERNET I NASILJE: UZROK ILI ARENA

- 1) dr. sc. Lana Petö Kujundžić, sutkinja Visokog kaznenog suda i predsjednica Udruge obiteljskih sudaca
- 2) Brankica Janković, Poverenik za zaštitu ravnopravnosti, Vladin ured u Beogradu, Srbija
- 3) Višnja Ljubičić, dipl. iur, Pravobraniteljica za ravnopravnost spolova
- 4) Matej Košir, Institut Utrip, Slovenija
- 5) Ana Fabijan, psihologinja, UZOR, Rijeka
- 6) Lorena Zec, mag. psych, SOS Rijeka

10:30 – 10:50 Pauza za kavu DVORANA ROYAL

Prezentacija aplikacije OnMyMind

10:50 – 12:30 Pozvana predavanja DVORANA ROYAL

- 1) **Ovisnost o internetu i druge zamke iza ekrana** - Irena Rojnić Palavra, dr. med., specijalist psihijatrije, uži specijalist alkoholizma i drugih ovisnosti, univ. mag. admin. sanit., Dnevna bolnica za ovisnosti o internetu i video igricama
- 2) **Utjecaj tehnologije na mentalno zdravlje djece i mladih, Gdje smo danas?** - Kristina Krulić Kuzman, magistra psihologije, edukantica dječje i adolescentne integrativne psihoterapije te ACT praktičarka

12:30 – 13:00 Zaključak konferencije DVORANA ROYAL - doc. dr. sc. Darko Roviš, prof. soc. ped., Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

13:00 – 14:00 PARALELNE RADIONICE

Radionica 1 KONGRESNI CENTAR DVORANA B

Konstelacije za tijelo i um - Borivoj Starčević, dr. med., Ines Lazarević Rukavina, univ. spec. oec., Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

13:00 – 14:00

Radionica 2 KONGRESNI CENTAR DVORANA A

NAM - emotivna higijena koja se temelji na spoznaji tibetanske neuroznanosti - Igor Mošič

13:00 – 14:00

Radionica 3 DVORANA ROYAL

Napadi panike - kako možemo pomoći? - Ines Jakovčić, univ. spec. psych., psiholog-psihoterapeut, Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko goranske županije

14:00 – 15:00 Ručak

RESTORAN CAMELLIA 4 CVIJETA

Trening Životnih Vještina (samo za provoditelje)

15:00 – 15:30 Uvod u Trening Životnih vještina

15:30 – 15:45 Mindfulness za djecu i učitelje

15:45 – 16:15 Implementacija TŽV u razredu

16:15 – 16:30 Pauza

16:30 – 17:15 Radionice za učitelje

17:15 – 18:00 Radionice za učitelje

SAŽECI IZLAGANJA

09. 10. 2023.

OKRUGLI STOL

Davorka Osmak Franjić, prof. psih., savjetnica pravobraniteljice za djecu

Ured pravobraniteljice za djecu

KAKO UNAPRIJEDITI ZAŠTITU MENTALNOG ZDRAVLJA DJECE U MLADIH U HRVATSKOJ – PERSPEKTIVA UREDA PRAVOBRANITELJICE ZA DJECU

Ured pravobraniteljice za djecu kontinuirano se bavi pitanjem zaštite mentalnoga zdravlja djece. Već godinama u zaštiti mentalnog zdravlja djece i mladih ne vidimo pomake koji bi pridonijeli poboljšanju stanja.

U izlaganju će biti govora o prijedlozima Ureda pravobraniteljice za djecu čija bi realizacija mogla dugoročno i sustavno pridonijeti poboljšanju stanja u području zaštite mentalnog zdravlja djece: o potrebi da se djeci i mladima osigura psihološka prva pomoć u školama, koju bi djetetu trebali pružiti educirani odgojno-obrazovni radnici; zatim o potrebi stručne psihološke pomoći koju će pružati psiholozi u sustavu obrazovanja, socijalne skrbi i zdravstva, koji moraju biti dostupni svakom djetetu, neovisno o tome gdje živi te psihijatrijska pomoć dječjih i adolescentnih psihijatara, u slučaju kad je to potrebno.

Bit će govora o preporukama UN-ovog Odbora za prava djeteta upućenima Republici Hrvatskoj u Zaključnim primjedbama/komentarima o objedinjenom petom i šestom periodičkom izvješću Republike Hrvatske (2022), kao i o preporukama djece i mladih Europske mreže mladih savjetnika pravobranitelja za djecu (ENYA2018) donesenim u okviru projekta Neka mladi govore o mentalnom zdravlju.

Ključne riječi: dječja prava; mentalno zdravlje; preporuke UN-ovog Odbora za prava djeteta; preporuke ENYA

ZAKLJUČCI OKRUGLOG STOLA:

KRIZA MENTALNOG ZDRAVLJA!?

Stručnjaci već 10 do 15 godina upozoravaju na porast problema mentalnog zdravlja. Kada se radi se problematici depresivnosti, posebno kod djevojaka u dobi od 15 godina, bilježi se porast od gotovo 100%. Povrh toga, zadnjih mjeseci svjedočimo izvješćima o velikom porastu

problema mentalnog zdravlja nakon Covid-19 pandemije. U izvješćima se navodi porast hospitalizacija djece i mladih zbog pokušaja suicida od 300%! Tu su i drugi pokazatelji, poput statistike u NZZJZPGŽ u Savjetovalištu za mlade u kojem se bilježi porast broja dolazaka 2019.-2022. između 30 i 40%.

Postojeća mreža službi za mentalno zdravlje, koja je izvorno krenula kao niz centara za prevenciju ovisnosti, širila je djelatnost i broj timova za skrb o mentalnome zdravlju. Uz lokalne programe prevencije, odnedavno se provode zaista vrlo vrijedni nacionalni programi, poput probira mentalnog zdravlja učenika kroz školsku medicinu te programa jačanja mentalno-zdravstvene pismenosti za odgojno obrazovne djelatnike „PoMoZi Da“. Donesena je nova Nacionalna strategija za mentalno zdravlje, kao i određeni akcijski planovi za mlade. Najavljeno je novo zapošljavanje psihologa u školama, ustrojavanje mobilnih timova, „povratak“ psihologa u domove zdravlja, povećanje timova službi za mentalno zdravlje u ŽZZJZ. U najavi su novi programi, odnosno umrežavanje na europskoj razini i primjene europskih modela dobre prakse u RH. Jedan od njih je i europski projekt IMPLEMETAL u koji je uključen HZJZ.

S druge strane, s obzirom na to da 20 % ljudi u RH živi na rubu siromaštva te (uključujući 110 000 djece), raspravljalo se o tome koliko su u RH ujednačeni pristup uslugama zdravstvene zaštite i preventivnim programima, kao i kvaliteta obrazovanja. Koliko RH osigurava pravo djece na zdravlje, rast, učenje, razvoj sposobnosti i talenata, pravo na odrastanje u obitelji, sigurnost i zaštićenost? Koliko su roditelji u mogućnosti pružiti djeci sigurno i stabilno, podražavajuće obiteljsko okruženje, od ekonomskih uvjeta, roditeljskih vještina do stabilnosti obiteljskog života? Jedan od zaključaka okruglog stola jest da je važno usmjeriti napore ka osnaživanju roditelja.

Ured pravobraniteljice za djecu proveo je istraživanje "Participacija djece u školama". Rezultati pokazuju da djeca doživljavaju velik stres u školi, posebice vezan uz ocjenjivanje, upisa i dr., zbog čega su u planu Centri potpore u školama.

Agencija za odgoj i obrazovanje, osim što brine o prevenciji, brine i o pritužbama unutar sastava. Neke od njih su usko vezane i uz mentalno zdravlje djece i mladih, koje je ponekad nedovoljno zaštićeno. Unatrag 20 godina promijenile su se definicija i poimanje prevencije, kao i kvaliteta preventivnih programa u školama. Pozitivno je to što danas postoji niz modernih preventivnih programa programa utemeljenih na dokazima, kao npr. program Vještine za adolescenciju koji koordinira AZOO. Budući da službe za mentalno zdravlje ne mogu u tretman

zaprimiti 15% od ukupne populacije koliko čine rizična/ranjiva djeca, s njima je potrebno raditi unutar škola, a samo dio uputiti na kliničku obradu. U skladu s time raspravljalo se o tome imaju li škole dovoljno stručnih suradnika za odgovore na izazove mentalnog zdravlja danas, a kao rješenje se nametnulo omogućavanje stručnjacima više vremena za izravan rad s djecom i rasterećenje od administrativnih obveza.

Raspravljalo se i o lokalnoj samoupravi, gdje i kako Grad Rijeka prepoznaje problem mentalnog zdravlja. Grad kroz svoj socijalni program brine o ranjivim skupinama, kao i kroz programe udruga i organizacija koje financira koje se bave prevencijom ovisnosti, radom s ugroženim obiteljima do nasilja i dr. Zadnjih dvadesetak godina razvijeni su brojni lokalni programi prevencije i modeli rada s ranjivim skupinama, u okviru ZZJZ, Udruge TERRA, UZOR-a, Moje mjesto pod suncem i drugih. Izrađen je kurikulum za Građanski odgoj te je razvoju i novi Zdravstveni odgoj, a Grad odnedavno ima web stranicu naziva "SVE JE OK", gdje se mladi javljaju sa svojim problemima mentalnog zdravlja i mogu od stručnjaka dobiti pomoć i podršku.

POZVANA PREDAVANJA

prof.dr.sc. Nataša Jokić-Begić

Odsjek za psihologiju, Filozofski fakultet, Zagreb

NEMA KRIZE BEZ KRIZE MENTALNOG ZDRAVLJA

Kriza mentalnog zdravlja se prati kroz čitavo 21. stoljeće, no zadnjih godina je nadmašila sva crna predviđanja. U izlaganju će biti prikazan dualni model mentalnom zdravlju koji naglašava kako svi ljudi imaju rizik za razvoj psihičkih poremećaja ali i kapacitete za psihičku dobrobit i blagostanje. Brojni su rizični čimbenici koji mogu dovesti do psihičkih smetnji i poremećaja. Neke od njih nosimo biološki i oni su univerzalno prisutni, no još veći broj rizičnih čimbenika nosi suvremeni socijalni kontekst. Zdravstvena kriza, prijetnja ratom i ekonomskim krahom, digitalizacija i rizik kojeg nosi sa sobom, sve se to očituje u visokim razinama stresa koji prati moderno društvo. Dok odrasli ljudi, zahvaljujući svojoj dobi, akumuliranim iskustvima i ostvarenim uspjesima lakše brode kroz turbulenciju modernog vremena, djeca i mladi trpe velike posljedice. To se očituje čestini i ozbiljnosti psihičkih smetnji s kojima se mladi javljaju po psihološku pomoć. U predavanju će biti dani sasvim konkretni savjeti o tome kako odrasli mogu pomoći mladima da žive što kvalitetnije u ovim „zanimljivim“ vremenima.

Ključne riječi: *mentalno zdravlje, djeca i mladi, krizna vremena*

prim. Ljubica Paradžik, dr. med., specijalist psihijatar, subspecijalist dječje i adolescentne psihijatrije

Psihijatrijska bolnica za djecu i mladež, Zagreb

SAMOOZLJEĐIVANJE I SUICID KOD DJECE I MLADIH

Nesuicidalno samoozljeđivanje (NSSO) i suicidalno ponašanje ubrajaju se u direktna samoozljeđujuća ponašanja. NSSO podrazumijeva namjerno i direktno nanošenje štete vlastitom tijelu bez suicidalne namjere, pri čemu ozljedu osoba nanosi sama sebi. Prevalencija NSSO u općoj populaciji je 17-18 %, u kliničkoj 50 %, uz češću zastupljenost kod djevojčica i najčešću metodu rezanje. Funkcije NSSO su: regulacija emocija, antisocijalna, antisuicidalna, uspostavljanje interpersonalne granice, interpersonalni utjecaj, samokažnjavanje te želja za senzacijom.

Suicidalna ponašanja su povezana s namjerom oduzimanja vlastitog života. Uključuju suicidalne ideje, planove, pokušaj suicida i počinjeni suicid. Incidencija pokušaja suicida dostiže vrhunac tijekom srednjeg i kasnog adolescentskog doba. Prevalencija pokušaja suicida među djecom i adolescentima je 6,0%. Djevojke češće pokušavaju, a mladići češće počinju suicid. Najčešća metoda pokušaja suicida je ingestija medikamenata, dok su metode počinjenja suicida vješanje, vatreno oružje i samootrovanje.

Najznačajniji rizici suicida su prethodni pokušaj suicida, psihopatologija (veliki depresivni poremećaj, bipolarni poremećaj, poremećaj ponašanja, zlouporaba sredstava ovisnosti), komorbidna stanja, disfunkcionalne crte ličnosti, psihičke bolesti i suicidalna ponašanja u obitelji, nedostatak socijalne podrške te dostupnost smrtonosnih sredstava.

U radu s djecom i adolescentima te roditeljima i skrbnicama od iznimne je važnosti pravovremeno prepoznavanje direktnog autoagresivnog ponašanja, uključivanje u preventivne i tretmanske intervencije uz neophodnost dostupnosti zdravstvene zaštite.

Ključne riječi: *adolescenti, djeca, NSSO, suicidalno ponašanje*

Blok 1 INTERSEKTORSKA SURADNJA

dr.sc. Ljiljana Muslić, prof. psih.

Hrvatski zavod za javno zdravstvo, Služba za promicanje zdravlja, Odjel za promicanje mentalnog zdravlja

**JEDINO S DRUGIMA MOŽEMO DALEKO – O RAZVOJU I PROVEDBI
PROGRAMA POMOZI DA**

Edukativni program PoMoZi Da je program mentalnozdravstvenog opismenjavanja odgojno-obrazovnih djelatnika (OOD) u sklopu nacionalnog programa promicanja zdravlja Živjeti zdravo Hrvatskoga zavoda za javno zdravstvo. Program je razvijen na temelju koncepta mentalnozdravstvene pismenosti (MZP), istraživanja MZP odgojno-obrazovnih djelatnika (OOD) i primjera dobre prakse u svijetu. Program je nastao s ciljem promicanje mentalnog zdravlja djece i mladih u školama, poticanja ranog prepoznavanja psihičkih teškoća te jačanja kompetencija i spremnosti OOD u pružanju inicijalne podrške. Razvijen je u razdoblju od 2018. do 2020. godine razvijen, a 2020. započinje njegova provedba u partnerstvu sa županijskim zavodima za javno zdravstvo i u suradnji s Agencijom za odgoj i obrazovanje i CARNET-om, sufinancirana sredstvima Europskoga socijalnog fonda.

Opisom faza razvoja od faze formulacije programa i projektiranja intervencija do provedbe i evaluacije programa prikazat ćemo kako su načela multidisciplinarnosti, multisektorijalnosti i participacije dionika odnosno ciljane skupine usmjeravala razvoj edukativnoga programa PoMoZi Da, osiguravala da njegovi formulirani ciljevi i ishodi budu stvarni izraz potreba ciljane populacije, pružala jamstvo njegove kvalitete, olakšavala provedbu i pružala smjernice njegovom daljnjem unaprjeđivanju i osiguranju održivosti.

Ključne riječi: *program PoMoZi Da, mentalnozdravstvena pismenost, multidisciplinarnost, multisektorijalnost*

Marijana Muhić, voditeljica odjela za mlade

Ured UNICEF-a RH

**PUKOTINE – DIGITALNA PLATFORMA ZA PROMOCIJU POZITIVNOG
RAZVOJA I MENTALNOG ZDRAVLJA ADOLESCENATA I MLADIH U
HRVATSKOJ**

Adolescencija je ključno razdoblje kada mladi moraju istraživati na svom putovanju ka odgovornoj odraslosti, noseći se s preplavljujućim iskustvima i osjećajima nesigurnosti, dok istovremeno ovladavaju novim kompetencijama koje će ih pratiti tijekom cijelog života. U području promocije mentalnog zdravlja te programa za mlade sve je više dokaza da je online pristup učinkovit, ima mogućnost širokog obuhvata populacije, a štedi brojne ljudske i materijalne resurse. Svrha Internet intervencija nije zamjena ljudskog i osobnog kontakta već nadopuna postojećih i povećanje kvalitete.

Program PUKOTINE ostvaren je kroz suradnju Laboratorija za prevenciju Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta, umjetničkog kolektiva BoliMe te FamilyLab Hrvatska, uz podršku Ureda UNICEF-a za Hrvatsku. Ideja se temelji na teorijskom okviru pozitivnog razvoja adolescenata i mladih koji se fokusira na njihove snage, kompetencije i pozitivne ishode koji su mogući kada mladi tijekom odrastanja imaju iskustva bivanja s podržavajućim odraslima i zajednicama. Cilj online platforme Pukotine.hr je biti prostor podrške adolescentima i mladima u svim koracima koje prate odrastanje. Okupljeni tim otvara prostor za komunikaciju tema koje okupiraju adolescente, mlade, ali i starije generacije. Kroz generiranje tematski bliskog sadržaja od strane stručnjaka i mladih, PUKOTINE postaju prostor u kojem se mladi osjećaju sigurnije i zaštićenije identificirajući se međusobno. Sadržaje i aktivnosti osmišljava grupa znanstvenika, psihoterapeuta i kreativaca, kroz znanstveno-utemeljeni pristup i aktivnu participaciju mladih. Kako bi teme koje mlade zanimaju, tište ih i inspiriraju bile obrađene na mladima atraktivan način koriste se zanimljivi vizuali, društvene mreže i kvalitetni video materijali.

Nataša Dragaš-Zubalj, dr.med., univ.spec.sanit.publ., spec. školske medicine

Nastavni zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

**PROBIR MENTALNOG ZDRAVLJA YP CORE U PRIMORSKO-GORANSKOJ
ŽUPANIJI 2022./23., ISKUSTVA I IZAZOVI**

Probir mentalnog zdravlja se u Republici Hrvatskoj provodi s YP CORE testom među učenicima osnovne i srednje škole od 2019.godine s pauzom u vrijeme pandemije. Cilj ovog rada je bio prikazati rezultate provedenog probira, osvijestiti stručnu, ali i širu javnost o mentalnim poremećajima u djece i mladih te potrebi i mogućnostima intervencije. Probir se prema potrebi nadopunjava intervjuom s učenicom i roditeljima te dodatnim upitnicima, kao što je primjerice klinička procjena zadovoljstva. U radu su prikazani rezultati provedenog probira među učenicima 8.r.OŠ i 1.r.SŠ u šk.g.2022./2023. U našoj su se populaciji djece i mladih vrijednosti ≥ 17 (za dječake) i ≥ 20 (za djevojčice) u probiru te pozitivna čestica 4 pokazale važnim elementima u detekciji mentalnih poremećaja. U šk.g.2022./2023. je procjena učinjena kod 1791 učenika 8.r.OŠ te 896 učenika 1.r.SŠ u Primorsko-goranskoj županiji. Među osmašima je bilo 4,7% učenika i 12,5% učenica čiji su rezultati probira bili pozitivni. Oko 4,4 % učenika i 11 % učenica je imalo pozitivne pokazatelje na čestici 4 (suicidalnost). Među učenicima 1.r SŠ je bilo „pozitivno“ 6,6 % mladića i 13,8% djevojaka, a na čestici 4 oko 4,9% mladića i 11% djevojaka. U kliničkoj procjeni zadovoljstva u obje generacije su veću kritičnost prema sebi pokazale djevojčice. Kao jedan od glavnih izvora problema se pokazala škola. Dio „probranih“ učenika je već bio uključen u psihoterapijske tretmane, a najveći broj učenika je prošao savjetovanje u školskoj ambulanti. Rezultati koje smo dobili u istraživanju na populaciji naših učenika je u prosjeku na razini Republike Hrvatske. Predmnijevali smo da će djevojčice pokazati veću razinu suptilnosti, pa nas razlike u rezultatima među spolovima nisu iznenadile. Očekivali smo da će zbog prethodnog pandemijskog razdoblja biti veći broj učenika s poremećajima u mentalnom zdravlju, nego u vrijeme prije pandemije, što je potvrđeno. Problem na koji opetovano nailazimo je intervencija u sustavu.

Zaključno, provedeni probir je ukazao da su mentalni poremećaji među mladima prisutni i da je stigmatizacija istih manja nego ranije. Potrebna je senzibilizacija društva, kako bi se ranom detekcijom i intervencijom spriječile ili na vrijeme liječile bolesti mentalnog zdravlja te prevenirale posljedice. Nesporna je intersektorska suradnja, kao i algoritmi postupanja, koje intenzivno stvaramo.

don Mihovil Kurkut, voditelj oratorija Rijeka

Marta Radić, soc. ped.

“U SVAKOJ MLADOJ OSOBI POSTOJI TOČKA DOBRA...”

ISKUSTVA IZ RADA SALEZIJANACA U RIJECI

Danas salezijanci djeluju u više od 130 zemalja svijeta i nastavljaju odgojni san svoga utemeljitelja svetog Ivana Bosca da nitko na ovom svijetu nije siročić, da svaki mladić i djevojka u sebi ima točku otvorenu dobru i da je uloga svakog odgajatelja tu točku prepoznati i podržati. Više od sto godina salezijanci su prisutni u Rijeci i dijele sudbinu i povijest ovoga grada. Trenutno djeluju kroz srednju školu (tristotinjak učenika), dvije župe te kroz specifično odgojno iskustvo zvano Oratorij. Počevši od same djece i mladih, njihova slobodnog vremena, onoga što oni vole i žele, odgojitelji (redovnici i laici) s mladima stvaraju odnos i započinju hod. Osluškuju znakove koje mladi upućuju i pokušavaju zajedno s njima odgovoriti na razne izazove.

Iskustvo Oratorija predstaviti ćemo kroz dva konkretna primjera: hod srednjoškolaca volontera/animatora: kako formiramo one mlade koji su spremni odvojiti malo svoga vremena i sposobnosti kako bi brinuli o drugima, o ambijentu, o slabijima i potrebnijima. Ovakva iskustva mogu pokrenuti i nahraniti jedan život. Mladi djelujući za druge i pripadajući jednoj skupini rastu i uče.

U drugom primjeru kroz istinitu priču jedne konkretne djevojčice Kristine (izmišljeno ime) želimo prikazati sve potrebe koje prepoznajemo, načine na koje djelujemo i izazove s kojima se suočavamo. Oba primjera za nas su poticaj da se otvorimo, preispitamo, napravimo i veće korake prema institucijama i stručnjacima koji nam u ovome mogu pomoći. Ne zaboravljajući nikada da nismo mi ti koji imamo rješenje, nego smo pozvani ostati prisutni, biti blizu i brinuti se o onima koji su nam povjereni.

U Oratoriju mladi imaju priliku biti dio skupine vršnjaka, imati vršnjake-mentore, razvijati vještine - od sportskih do socijalnih i životnih, imati oko za potrebe drugih i dati svoj (mali) doprinos za zajednicu. Podijelit ćemo s vama i naše planove za budućnost.

Blok 2 IZAZOVI U RADU S DJECOM I MLADIMA

Tatjana Gjurković, mag. psych, psihoterapeutkinja za djecu i odrasle, TA edukatorica i supervizorica (TSTA), RPT-S

VAŽNOST I NAČINI RADA S UDOMITELJIMA I POSVOJITELJIMA KAO PREDUVJET USPJEŠNOSTI PSIHOTERAPIJSKOG RADA S DJETETOM

Iako je rad sa roditeljima uvijek važan za uspješnost psihoterapijskog rada sa djecom i mladima, u ovom izlaganju osvrnut ću se na posebno ranjivu skupinu - djecu izdvojenu iz biološke obitelji koja su udomljena ili posvojena. Udomitelji i posvojitelji imaju velikih izazova u odgoju i integraciji udomljene i posvojene djece iz brojnih razloga, a jedan od značajnih je onaj u nerazumijevanju važnosti utjecaja traume na udomljenu i/ili posvojenu djecu te neprikladna očekivanja od njih. Stoga, prema mojem iskustvu, važno je razviti kvalitetan odnos sa udomiteljima i posvojiteljima na temelju kojeg se lakše postiže dekontaminacija njihovih uvjerenja ključnih za uspješnost tretmana s djetetom. Kroz izlaganje ću kroz primjere nerealističnih uvjerenja udomitelja/posvojitelja sa kojima sam radila prezentirati kako je prethodno razvijen odnos doprinio da promijene početna uvjerenja te kako je isto utjecalo na psihoterapijski rad sa djecom.

Ključne riječi: *psihoterapija, udomiteljstvo, posvojenje, terapijski odnos*

Daina Udovicich Corelli, klin. psih., gestalt psihoterapeut

Nastavni Zavod za javno zdravstvo PGŽ

SUSRET UMJETNOSTI I GEŠTALT TERAPIJE

Geštalt terapija je kreativna terapija u kojoj u dijalogu i kontaktu terapeuta i klijenta dolazi do eksperimentiranja novih načina bivanja u svijetu. U ovom izlaganju prikazat ću rad s klijenticom akademskom umjetnicom. Koristile smo umjetnost kao način izražavanja boli i projekcija te istraživanje autentičnog bića. Umjetničko iskustvo je projekcija, identifikacija s objektom. Spoj stvarnosti i imaginacije nazivamo umjetnošću. Terapija je također umjetnost te potrebno puno intuicije i senzitivnosti od strane terapeuta. Biti umjetnik znači i biti dobar terapeut i djelovati holistički. Umjetnost i ljubav čine esencijalni dio uspješne geštalt terapije. Terapija je nalik umjetničkom stvaranju u kojem je ljudski život medij.

Ključne riječi: *geštalt, umjetnost, terapija*

Jelena Čupković Premuš, dr. med., spec. dječje i adolescentne psihijatrije

Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

POREMEĆAJI IZ SPEKTRA AUTIZMA IZ AMBULANTE DJEČJEG PSIHIJATRA

Poremećaji iz spektra autizma spadaju u neurorazvojne poremećaje koji se manifestiraju od ranog djetinjstva i perzistiraju u adolescenciji i odrasloj dobi, stabilnog su kliničkog tijeka kroz vrijeme. Unutar samog poremećaja iz spektra autizma razlikujemo nekoliko podkategorija vezano uz moguće pridružene teškoće kako bi se jasnije opisala klinička slika osobe iz spektra. Uzrok autizma je nepoznat, smatra se da je u pitanju multifaktorijalna etiologija. Prevalencija je 1 na 44, češći je kod dječaka 3-4 na 1. Poremećaj karakterizira perzistentni deficit u sposobnosti iniciranja i održavanja socijalnih interakcija i komunikacija, kao i niz ponavljajućih, ograničenih i nefleksibilnih obrazaca ponašanja, aktivnosti i interesa. Javljaju se u ranom djetinjstvu, ali simptomi se mogu potpuno manifestirati tek kasnije tijekom odrastanja kada socijalni zahtjevi prevazilaze ograničene kapacitete. Dijagnostičku obradu autizma provodi tim koji čini dječji psihijatar, neuropedijatar, psiholog, edukacijski rehabilitator, logoped, radni terapeuti i po potrebi drugi suradnici. Bitan je interdisciplinarni pristup i suradnja. Dječji psihijatar je važan u postavljanju dijagnoze autizma, djeca i mladi dolaze na prve i kontrolne preglede, prati se njihov razvoj, preveniraju se i liječe sekundarni psihijatrijski komorbiditeti, uz neizostavno savjetovanje i rad s roditeljima. U ambulanti dječje psihijatrije pri NZZJZ odvijaju se i grupe podrške za adolescente s poremećajem iz spektra autizma.

Sandra Marinić, dipl. psih., gestalt psihoterapeut

Daniela Krnić Turkalj, dipl. psih. - prof.

Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

PRIKAZ RADA GRUPE ZA KOCKARE U CENTRU ZA OVISNOSTI NZJZPGŽ

Kockanje ili klađenje predstavljaju aktivnosti koje podrazumijevaju igranje za novac ili ulaganje nečeg vrijednog u događaj čiji ishod ovisi o određenom stupnju rizika. Ponuda, dostupnost i medijska promocija igara na sreću u RH značajno

se povećala posljednjih godina što je posljedično dovelo i do većeg broja ovisnika o kockanju. Kada uzbuđenje zbog igre prevlada sve ostalo, igrač je prešao granicu između igrača i ovisnika. U adolescenciji psihosocijalni razvoj osobe je još u tijeku te mladi čine posebnu skupinu unutar kockarske populacije. Iskustvo kockanja može biti vrlo uzbudljivo i zabavno te sa sobom donosi i mogućnost osvajanja novca što adolescentima može biti iznimno privlačno. Ovisnost o kockanju ozbiljno je stanje koje može ozbiljno narušiti kvalitetu života samog ovisnika kao i njemu bliskih osoba. Iako liječenje može biti izazovno, mnogi ljudi koji se bore s tim problemom pronašli su pomoć kroz profesionalni tretman. U ovom izlaganju željeli bismo prikazati naša iskustva u grupnom radu s osobama ovisnima o kockanju, obzirom na izazove i poteškoće s kojima se susrećemo u radu. Grupni tretman se smatra boljom metodom za postizanje terapijskih ciljeva jer grupa služi kao okolina sa jačom potporom, ohrabrujućim obrascima i motivacijama za promjenom.

Ključne riječi: kockanje, adolescencija, ovisnost, grupna terapija

dr. sc. Jasminka Juretić, dipl. psih.

Sveučilište u Rijeci, Sveučilišni savjetovanišni centar

Mia Mudri, mag. psych.

Centar za pružanje usluga u zajednici Izvor, Selce

RAD S LGBTQ+ MLADIMA

U svakodnevnom se životu osobe istospolne seksualne orijentacije, biseksualne, transrodne i rodno varijantne osobe (nadalje u tekstu LGBTQ+ osobe) susreću s različitim seksualnim predrasudama koje proizlaze iz heteroseksizma društva u kojem živimo. Mlade LGBTQ+ osobe su, što zbog same pripadnosti LGBTQ+ zajednici što zbog razvojnog razdoblja u kojem se nalaze, izložene još većem riziku od predrasuda, a posljedično i diskriminaciji i nasilju. Razdoblje puberteta i adolescencije je samo po sebi izazovno za bilo koju osobu, a kada tome pridodamo da su različiti oblici i načini na koji se homo/bi/transfobija izražavaju, LGBTQ+ mladi dolaze u situacije da moraju izdržati dodatni teret u procesima razvoja vlastitog identiteta i procesa coming outa. Niz je razloga zbog kojih je važno u radu s LGBTQ+ (mladim) osobama njegovati afirmativni pristup. Ovim ćemo izlaganjem odgovoriti na pitanja što točno znači afirmativni pristup, kako njegovati sigurnu i inkluzivnu sredinu te što moramo prepoznati i znati u radu s LGBTQ+ mladima kako bismo osigurali da se oni/e osjećaju sigurnije te da znaju na koji način mogu potražiti različite oblike psihosocijalne podrške.

Ključne riječi: LGBTQ+, afirmativna terapija, inkluzivnost, psihosocijalna podrška

Blok 3 PREVENTIVNI PROGRAMI

Josipa-Lovorka Andreić, struč. spec. crim.

Željko Petković, univ.spec.crim.

Hrvatski zavod za javno zdravstvo

UNAPREĐENJE SUSTAVA KVALITETE PREVENTIVNIH PROGRAMA U REPUBLICI HRVATSKOJ

Prateći napredak u području znanosti o prevenciji, razumijevanju etiologije i razumijevanju onoga što djeluje u prevenciji, u Republici Hrvatskoj prepoznata je potreba za razvojem i provedbom intervencija utemeljenih na dokazima. Već gotovo dva desetljeća europski strateški dokumenti prepoznaju važnost učinkovitosti programa prevencije ovisnosti, što je kasnije rezultiralo i razvojem raznih standarda kvalitete u području prevencije droga i ovisnosti. U radu će se prikazati ulaganja u unaprjeđenje sustava kvalitete u području prevencije ovisnosti uz implementaciju postojećih standarda poduzeta na temelju strateškog okvira, a koja obuhvaćaju različite aktivnosti usmjerene na 'mapiranje' postojećih preventivnih intervencija, ulaganja u jačanje stručnih kapaciteta prevencijskih praktičara i donositelja odluka, ulaganja u istraživanja i evaluacije, izgradnju sustava certifikacije programa prevencije ovisnosti, ulaganja u standarde te u zagovaranje, implementaciju i širenje dokazano učinkovitog programa prevencije „Imam stav“.

Rezultati sugeriraju da je perspektiva potrebe, ali i implementacije programa prevencije utemeljene na dokazima sve važnija, uz potrebu daljnjeg razvoja i usklađivanja preventivnog sustava na različitim razinama i različitim okruženjima.

Ključne riječi: prevencija, droga, kvaliteta, dokazi, ulaganja, preventivni sustav

Alma Rovis Brandić, mag. paed. soc., viša savjetnica za socijalne pedagoge i preventivne programe

ULAGANJA AGENCIJE ZA ODGOJ I OBRAZOVANJE U ZNANSTVENO UTEMELJENE PROGRAME PREVENCIJE

Ključni dokumenti u odgojno-obrazovnom sustavu definiraju obveze svih odgojno-obrazovnih ustanova na izradu Školske preventivne strategije (u nekim dokumentima se naziva i Školskim preventivnim programom). Agencija za odgoj i obrazovanje je javna ustanova nadležna za obavljanje stručnih i savjetodavnih poslova u odgoju i obrazovanju te u okviru svojih ovlasti osmišljava stručna usavršavanja. Preventivna strategija/politika Agencije usmjerena je implementaciji znanstveno evaluiranih preventivnih programa, uz nastojanje da se osposobi veći broj trenera za pojedine programe kako bi navedeni programi postali dostupni odgojno-obrazovnim ustanovama, sukladno njihovoj procjeni potreba. Uz programe koje implementira, Agencija izrađuje stručna mišljenja i/ili podržava kvalitetne preventivne programe drugih dionika.

Prevenzijska znanost usmjerena je prevenciji neprihvatljivih ponašanja i promociji mentalnog zdravlja, stoga programe zaštite mentalnog zdravlja ubrajamo u preventivne programe. Programi zaštite mentalnog zdravlja koje Agencija podržava su program PoMoZiDa Zavoda za javno zdravstvo, PROMEHS kurikulum Učiteljskog fakulteta u Rijeci te platforma Pukotine, 5C koja je nastala iz projekta Pozitivan razvoj adolescenata u RH Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta. Program razvoja otpornosti RESCUR: na valovima primjeren je djeci predškolske dobi i učenicima razredne nastave. Provode se dva socijalnopedagoška programa EMICA – razvoj emocionalnih vještina i La(r)a - trening socijalnih vještina. Svim školama je dostupan kraći program Razvoj pozitivne slike o sebi primjeren učenicima 5. razreda. NZJZ Primorsko-goranske županije implementira program Trening životnih vještina. U dvije županije ZZJZ Služba za prevenciju ovisnosti implementira program Imam stav (Unplugged). Od 2019. godine u hrvatske škole se implementira program LQ Vještine za adolescenciju. U suradnji i uz značajnu podršku UNODC-ja osposobljeno je 12 nacionalnih i 2 senior trenera. Od ove školske godine tim stručnjaka s Edukacijsko-rehabilitacijskog fakulteta započeo je s implementacijom programa Alati za moderno doba. Provodi se i program Za sigurno i poticajno okruženje u školama kojeg je nositelj UNICEF. U srednjim školama provode se programi: LQ Vještine za djelovanje, Tko zapravo pobjeđuje, Nasilje u mladenačkim vezama te SNEP – prevencija seksualnog nasilja.

Ivana Sošić Antunović, psih.

RASTIMO ZAJEDNO

Jedan od temeljnih načina prevencije poteškoća mentalnog zdravlja djece jest ulaganje u edukaciju roditelja o načinima optimalnog poticanja dječjeg razvoja. Preventivni programi usmjereni poticanju pozitivnog roditeljstva još od najranije dobi pokazali su se iznimno značajnim. Roditelji imaju potrebu i pravo na podršku u ostvarivanju roditeljstva, koju društvo osigurava na općoj razini (primarna prevencija u sektorima zdravstvene i socijalne skrbi), a na specifičan način u odgojno-obrazovnim ustanovama. Jedan od najznačajnijih programa prisutnih u Hrvatskoj je program “Rastimo zajedno”, koji se provodi u dječjim vrtićima još od 2008. godine, a danas se roditeljima nudi i u Obiteljskim centrima, udrugama i savjetovalištim. Na izlaganju će biti prezentiran razvoj i značaj ovog dokazano kvalitetnog programa, način i ciljevi njegovog provođenja, različite inačice programa “Rastimo zajedno” (namijenjene roditeljima djece s teškoćama, očevima, roditeljima koji podižu djecu u zahtjevnijim okolnostima itd.) te neki primjeri dobre prakse. Naglasit će se važnost međuresorne suradnje u osiguravanju dostupnosti podrške roditeljstvu svim roditeljima koji to trebaju.

Ključne riječi: prevencija, predškolski odgoj, Rastimo zajedno, preventivni programi, roditeljstvo

prof. dr. sc. Sanja Tatalović Vorkapić

Učiteljski fakultet u Rijeci, Sveučilište u Rijeci

PROMEHS KURIKUL: ZNANSTVENO I STRUČNO UTEMELJENA PODRŠKA ODGAJATELJIMA I UČITELJIMA U OSNAŽIVANJU DOBROBITI I MENTALNOG ZDRAVLJA DJECE I MLADIH U ODGOJNO-OBRAZOVNOM KONTEKSTU

PROMEHS kurikulum za mentalno zdravlje djece i mladih od 3. do 18. godine u odgojno-obrazovnom kontekstu kreiran je prema planu istoimenog projekta PROMEHS (Promocija mentalnog zdravlja u vrtićima i školama), te je nastao kao rezultat vrlo intenzivne, trogodišnje međunarodne kolaboracije sedam Europskih država: Grčke, Hrvatske, Italije (voditelj projekta), Latvije, Malte, Portugala i Rumunjske. Riječ je o Erasmus+ KA3 projektu koji se

provodio od veljače 2019. do kolovoza 2022. godine. Iz Hrvatske su bili uključeni znanstvenici Učiteljskog fakulteta Sveučilišta u Rijeci i predstavnici obrazovnih politika Odjela gradske uprave za odgoj i školstvo Grada Rijeke i Upravnog odjela za odgoj i obrazovanje Primorsko-goranske županije. Ova će prezentacija obuhvatiti prikaz nastajanja kurikula u vidu odgovora na iznimno izraženu potrebu za kvalitetnom i sustavnom podrškom dobrobiti i mentalnom zdravlju djece, mladih i odgojno-obrazovnih djelatnika u vrtićima i školama, a polazeći od pristupa cijeloj školi/vrtiću temelji se na suvremenom CASEL-ovom modelu socijalno-emocionalnog učenja, psihološkoj otpornosti i prevenciji rizičnih ponašanja. Kurikul koji je kreiran u suradnji s uključenim vrtićima i školama Primorsko-goranske županije znanstveno je testiran kvazi-eksperimentalnim nacrtom, te će biti prikazani rezultati koji su jasno ukazali na statistički značajno povećanje različitih varijabli u području mentalnog zdravlja djece i mladih uključenih u projekt, te njihovih odgajatelja i učitelja. S obzirom na to, u travnju ove godine Sveučilištu u Rijeci prijavljen je novi projekt, te je ostvareno financiranje programa mikro kvalifikacije odgojno-obrazovnog rada za unapređenje mentalnog zdravlja i dobrobiti. Prvi ciklus kreće od ljetnog semestra 2024. godine pri Učiteljskom fakultetu u Rijeci, a namijenjen je pružanju podrške kompetencijama suvremenih odgajatelja i učitelja, te će također biti prezentiran u okviru ovog predavanja.

Ključne riječi: dobrobit, kompetencije odgajatelja i učitelja, Kurikul za mentalno zdravlje djece i mladih, odgojno-obrazovni sustav, PROMEHS

Zrinka Selestrin, mag. paed. soc.

Nastavni zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

**PROGRAM JAČANJA OTPORNOSTI DJECE PREDŠKOLSKE DOBI „RESCUR:
NA VALOVIMA“ U RIJECI I SPLITU – POVEZANOST DJEČJEG KORIŠTENJA
DIGITALNIH TEHNOLOGIJA U OBITELJSKOM OKRUŽENJU S RAZVOJEM
SOCIOEMOCIONALNIH VJEŠTINA I PROBLEMIMA U PONAŠANJU**

Predavanje će se usmjeriti na trenutni prikaz nacionalne i međunarodne statistike u vidu problematike utjecaja digitalnih tehnologija na djecu predškolske dobi te dosadašnja znanstvena saznanja o navedenoj problematici. Drugi dio predavanja predstaviti će planirani projekt Nastavnog Zavoda za javno zdravstvo PGŽ-a, tj. implementaciju univerzalnog preventivnog programa jačanja otpornosti djece predškolske dobi "RESCUR: Na valovima" u Rijeci i Splitu u predškolske ustanove kao i evaluacija navedenog programa. Pored toga, bit će predstavljeno planirano istraživanje u sklopu navedenog projekta na temu povezanosti obiteljskog korištenja digitalnih tehnologija i roditeljskih ponašanja u vezi kontrole izlaganja digitalnim tehnologijama s razvojem socijalno-emocionalnih vještina te problemima u ponašanju predškolske djece. Prikazat će se plan istraživanja, kao i glavni cilj, prateći istraživački problemi, svrha i doprinos istraživanja.

Ključne riječi: digitalne tehnologije; otpornost; RESCUR; socijalno-emocionalne vještine, problemi u ponašanju

doc. dr. sc. Darko Roviš, prof. soc. ped.

Nastavni zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

**PROGRAM PROMOCIJE MENTALNOG ZDRAVLJA I PREVENCIJE RIZIČNIH
PONAŠANJA „TRENING ŽIVOTNIH VJEŠTINA“**

Trening životnih vještina univerzalni je školski program promocije mentalnog zdravlja i prevencije rizičnih ponašanja vezanih uz ovisnosti i nasilje, koji se temelji na razvoju osobina i uvježbavanju vještina koje su se u pokazale važnim preventivnim čimbenicima. Namijenjen je učenicima od trećeg do sedmog razreda koji, uz vodstvo dodatno educiranog učitelja, nastavnika ili stručnog suradnika, sudjeluju u interaktivnim radionicama čija je svrha pružiti

kontekst i podršku za osobni razvoj te usvajanje niza vještina (komunikacijske, socijalne, odlučivanje, rješavanje problema, samoovladavanje i dr.), koje unapređuju razinu osobne kompetentnosti za suočavanje sa svakodnevnim osobnim i socijalnim izazovima. Da bi bilo moguće stjecati vještine, radionice sadrže, osim kraćih izlaganja proveditelja, demonstracije vještina, igranja uloga, grupne rasprave, rad u malim grupama, analizu konkretnih životnih situacija, praktične zadatke i sl. Osim toga, razrednici na raspolaganju imaju i set vježbi disanja u svrhu opuštanja učenika opuštanje te vježbi za njihovo fokusiranje pažnje. Ciklus provedbe u svakoj od generacija obuhvaća osam do dvanaest radionica te završava izradom razrednog projekta vezanog uz neku od obrađenih tema. Dio zainteresiranih škola dobije priliku prezentirati navedene projekte široj javnosti na Dan nepušenja, 31. svibnja, kada NZJZPGŽ organizira druženje i izložbu učeničkih radova na riječkome Korzu.

Na razini škole provediteljima pomoć i podršku pružaju školsko koordinatori programa, dok su djelatnici NZJZPGŽ zaduženi za pripremu radnih materijala koji su osigurani svim provediteljima i učenicima, edukaciju, superviziju i evaluaciju programa.

Evaluacija provedbe programa iz 2010. godine u 6. i 7. razredima u Primorsko-goranskoj županiji pokazala je smanjenje konzumiranja sredstva ovisnosti od 30-50 % u školama koje su program provele u cijelosti i kvalitetno. Posljednje ispitivanje NZJZPGŽ s učenicima svih 8. razreda osnovnih škola iz 2018. godine u usporedbi s 2007. godinom pokazuje kako je broj učenika koji su do osmog razreda probali pušiti prepolovljen s 47% na 22%, dok je konzumiranje alkohola smanjeno za trećinu - sa 71% u 2007. godini na 50% u 2018. godini. Najrizičniji oblici ponašanja poput pušenja prije 7. razreda smanjeni su pak za 60%, dok je učestalo pijenje alkohola (10 i više puta u zadnjih 12 mjeseci) smanjeno čak i do 70% !

S obzirom na kontinuitet provedbe (18 godina), sveobuhvatnost (preko 90% učenika PGŽ) te intenzitet i kontinuiranost rada s učenicima (40-ak školskih sati ukupno tijekom perioda od 3, do 7. razreda), može se reći da se radi o rijetkom primjeru sustavnog i sveobuhvatnog preventivnog programa u Republici Hrvatskoj ostvarenom u suradnji zdravstvenog i obrazovnog sustava. Četiri hrvatske županije prepoznale su ovaj program te se provodi u Zadarskoj, Međimurskoj, Šibensko-kninskoj i Krapinsko-zagorskoj županiji te u gradu Umagu. Na inicijativu Ureda za suzbijanje zlouporabe droga Vlade Republike Hrvatske, program je uvršten u Europsku bazu uspješnih projekta kao hrvatski primjer dobre prakse.

UTORAK 10. 10. 2023.

OKRUGLI STOL

INTERNET I NASILJE: UZROK ILI ARENA

dr. sc. Lana Petö Kujundžić

sutkinja Visokog kaznenog suda i predsjednica Udruge obiteljskih sudaca

KRIZA MENTALNOG ZDRAVLJA DJECE I PRAVOSUĐE PRILAGOĐENO DJECI

Ozbiljan socijalni i zdravstveni izazov je kriza mentalnog zdravlja među djecom u Hrvatskoj. Međutim, djeci možemo pomoći u socijalnim i zdravstvenim ustanovama, ali i kroz obrazovni sustav, a na koncu i kroz pravosuđe prilagođeno djeci. Naime, ukoliko dijete u sukobu sa zakonom počinu kazneno djelo zbog svojih psiholoških i emocionalnih problema i bori se sa depresijom, anksioznošću, suicidalnim mislima, poremećajima prehrane i stresom, mora dobiti adekvatnu pomoć kroz odgojne mjere. Ujedno, dijete žrtva kaznenih djela treba biti zaštićeno i trebamo mu garantirati da ne će biti sekundarne viktimizacije i da će uslijediti odgovarajuća terapija. Nedostatak resursa, kao što je broj psihologa u timovima socijalne skrbi, ali i dječjih bolnica za ambulantno ili hospitalno liječenje djece te smještaj u posebnu odgojnu ustanovu, koja u Hrvatskoj postoji samo u zakonu, ali ne i u stvarnosti, onemogućava vođenje brige o djeci kako je zamišljeno kao svrha postupka prema djeci. Sve više djece u sukobu sa zakonom i djeca žrtve pokazuju neke zdravstvene probleme, a koji su se i pojačali za vrijeme izolacije u doba pandemija COVID-19, što je zahtjevno u odnosu na postupanje prema djeci kako bi im pomogli da prihvate svoju odgovornost, ali tako da im pružimo adekvatnu podršku. Pravosuđe kroz uprave, Ministarstva pravosuđa i uprave i Ministarstva rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike, bi trebali osigurati provođenje odgojnih mjera i liječenje mentalnih poremećaja među djecom u sukobu sa zakonom. Izvan zavodske odgojne mjere i zavodske odgojne mjere trebaju pojačati pristup stručnjacima za mentalno zdravlje. Multidisciplinarni pristup u maloljetničkom sudovanju treba zaživjeti kako bismo pomogli djeci i to kako u početku kroz pojedinačnu procjenu djeteta tako i u izvršavanju odgojnih mjera pa i u izvršavanju maloljetničkog zatvora.

Ključne riječi: djeca u sukobu sa zakonom, odgojne mjere, pojedinačna procjena, posebna odgojna ustanova

Brankica Janković, dipl. iur., poverenik za zaštitu ravnopravnosti

Vladin ured u Beogradu, Srbija

U savremenim uslovima, deca i mladi su naročito izloženi nasilju na internetu. Ono što predstavlja glavni problem sa sprovođenjem bilo kog zakona i kažnjavanjem počinioca za digitalno nasilje je i činjenica da je u pojedinim slučajevima jako teško dokazati da je bilo sajber nasilja. Dodatan problem predstavlja i ulazak u trag nasilnicima na internetu. Kada je u pitanju Republika Srbija digitalno nasilje se prijavljuje posebnom tužilaštvu za visokotehnoški kriminal Republike Srbije, a od 2017. godine uspostavljen je i Nacionalni kontakt centar za bezbednost dece na internetu radi kontinuiranog savetovanja dece, roditelja, učenika i nastavnika, o prednostima, rizicima i bezbednim načinima korišćenja interneta. Takođe, obrazovno-vaspitne ustanove su u obavezi da postupaju u slučajevima svih oblika nasilja, uključujući i digitalno nasilje, a svaki oblik nasilja kom su izložene učenice i učenici može se prijaviti na SOS liniju Ministarstva prosvete, nauke i tehnološkog razvoja Republike Srbije. Međutim, u praksi se situacija pogoršava svake godine, a žrtava digitalnog nasilja, fizičkog nasilja, svedoka nasilja, diskriminacije ili svedoka diskriminacije je sve više, posebno među mladima. Podaci iz Alternativnog izveštaja o položaju i potrebama mladih u Republici Srbiji 2022. godine, koji svake godine objavljuje Krovne organizacije mladih Srbije, govore da je procenat mladih koji je bio izložen digitalnom nasilju povećan sa 37% na 40%, dok je 66% njih reklo da su izloženi nekom obliku diskriminacije. Diskriminacija na osnovu starosnog doba godinama je u vrhu i po broju pritužbi koje Poverenik za zaštitu ravnopravnosti dobija. Kako bi se zaštita od diskriminacije približila svima, pa i deci i mladima obrazac pritužbe štampan je i u formatu pristupačnom deci, a radi lakše komunikacije i obavljanja poslova koji se odnose na diskriminaciju dece, zaposleni su prošli odgovarajuću obuku za rad sa decom koja se Povereniku mogu direktno obraćati. Imajući u vidu da ova institucija ne postupa samo u individualnim slučajevima konstatujući probleme, već i proaktivno ukazuje na njih istovremeno nudeći moguća rešenja, Poverenik je u skladu sa zakonskim ovlašćenjima u decembru 2021. godine izradio Poseban izveštaj o diskriminaciji dece i kroz različite preporuke predložio moguća rešenja za uočene probleme.

Višnja Ljubičić, dipl. iur.

Ured pravobraniteljice za ravnopravnost spolova

Rodno utemeljeno kibernetičko nasilje, iako je novija pojava u zakonodavnoj praksi, predstavlja od prije poznat kontinuitet nasilja prema ženama koje se, prilagođeno novim tehnologijama, iz stvarnog svijeta 'prelijeva' u onaj virtualni. Karakterizira ga visok postotak tamnih brojki, uz nedostatak sustavnog prikupljanja statističkih podataka, pravodobne regulacije te učinkovitog progona počinitelja. Ono u konačnici ostavlja ozbiljne posljedice na društvo, posebice na same žrtve, negativno utječući na njihovo fizičko i mentalno zdravlje te razvoj i dobrobit. U ekstremnim situacijama raste rizik i od suicida. Sve navedeno, na što ukazuju i analize Pravobraniteljice za ravnopravnost spolova, dodatno ugrožava borbu za ravnopravnost spolova, jer, kako su žrtve ovog oblika nasilja većinom žene, odnosno djevojčice, gubitak je višestruk.

Pravobraniteljica sustavno djeluje u području prevencije i zagovaranja učinkovitog suzbijanja ovog oblika nasilja, kroz rješavanje individualnih pritužbi, istraživanja, predlaganje odgovarajućih zakonodavnih rješenja te kroz osvještavanje. Upravo je na inicijativu institucije Pravobraniteljice kazneno djelo „Osvetničke pornografije“, odnosno kazneno djelo „Zlouporebe snimke spolno eksplicitnog sadržaja“ (članak 144.a Kaznenog zakona), izmjenama navedenog Zakona iz 2021. uvršteno kao zasebno kazneno djelo, čime Hrvatska postaje jedna od rijetkih europskih država s ovakvom zakonskom regulativom. 2023. Pravobraniteljica je u suradnji s partnerima iz Hrvatske, Španjolske i Portugala kao nositeljica započela provedbu EU projekta „Podizanje svijesti o rodno uvjetovanom kibernetičkom nasilju i zagovaranje sigurnijeg online okruženja za žene i djevojčice“. Zaključci proizašli iz dugogodišnje prakse Pravobraniteljice ukazuju na činjenicu da je, uzimajući u obzir specifičnosti današnjeg digitalnog okruženja, radi suzbijanja ovih oblika nasilja i pružanja odgovarajuće zaštite i podrške žrtvama, potrebno osigurati učinkovitu i pravovremenu prevenciju, uz uspostavljeni sustav praćenja statističkih podataka i dosljednu primjenu pravnog okvira. Osvještavanje i edukacija, posebice mladih, ali i predstavnika/ca ključnih dionika, ostaje prioritet.

Ključne riječi: *rodno utemeljeno kibernetičko nasilje, mentalno zdravlje žena i djevojčica, Pravobraniteljica za ravnopravnost spolova, sigurnije online okruženje, prevencija, edukacija, osvještavanje, statistički podaci*

ZAKLJUČCI OKRUGLOG STOLA:

INTERNET I NASILJE: UZROK ILI ARENA

Pitanje nasilnog ponašanja potrebno je sagledati kroz vremenski kontinuum, a ne samo kao jučerašnji ili današnji problem. U skladu s time, prevenciju nasilnoga ponašanja, utemeljenu na znanosti te svrhovitu, treba provoditi dosljedno i kontinuirano. Jedino pravovremenom akcijom, prije no što mladi uđu u adolescenciju i prije pojave nasilnog ponašanja, moguće je osigurati pozitivne ishode. U tom je kontekstu navedena Rezolucija o ranoj prevenciji, kao strateški dokument kojim je istaknuta važnost prevencije svih oblika neprilagođenih ponašanja.

Vezano uz tretman i tretmanske intervencije usmjerene na prevenciju ponavljanog nasilničkog ili bilo kojeg drugog neprihvatljivog oblika ponašanja, izuzetno je važan individualizirani pristup počinitelju i suradnja s multidisciplinarnim timom. Nadalje, istaknuta je važnost percepcije osoba u tretmanu; da bismo ostvarili dobre ishode neophodno je prepoznati da i maloljetnici u sukobu sa zakonom i djeca-žrtve trebaju i zaslužuju pomoć i podršku, koju smo im kao odrasli dužni pružiti.

Osim toga, na okruglom stolu istaknut je trend porasta seksualnog nasilja među adolescentima, posebice nad djevojkama, koje se događa preko društvenih mreža, različitih mobilnih aplikacija, videoigara i sl. koje zlorabe tzv. predatori. Zabrinjavajući su podaci o osvetničkoj pornografiji, koja je dosegla vrhunac u zadnjih 10 godina. No, s druge strane, barem je promijenjena zakonska regulativa kojom osvetnička pornografija postaje kazneno djelo.

Jedan od zaključaka okruglog stola je da roditelji nerijetko svojim ponašanjem u "online" i "offline" svijetu nasilnom komunikacijom pružaju štetan model te dio njih nije pozitivan uzor djeci i mladima.

Istaknuta je važnost skrbi o svim dimenzijama zdravlja djece i mladih: fizičkom, socijalno-emocionalnom, duhovnom i intelektualnom. No, u svakodnevnom životu djece i mladih u okviru odgojno-obrazovnih institucija veći se naglasak daje na obrazovni aspekt, a nedovoljno na socijalno-emocionalni dio i razvoj. Na kraju je ostalo otvoreno pitanje koliko mladi imaju znanja za život, neovisno o razini obrazovanja?

POZVANA PREDAVANJA

Irena Rojnić Palavra, dr. med., univ. mag. admin. sanit., specijalist psihijatrije, uži specijalist alkoholizma i drugih ovisnosti

OVISNOST O INTERNETU I DRUGE ZAMKE IZA EKRANA

Svjetska zdravstvena organizacija nedavno je uvrstila gaming disorder među korice 11. revizije Međunarodne klasifikacije bolesti i srodnih zdravstvenih problema, i to u spektar bolesti ovisnosti (disorders due to substance use or addictive behaviours). Kriteriji za postavljanje ove dijagnoze uključuju gubitak kontrole nad igranjem videoigara, prioritet dan igranju videoigara nad ostalim aktivnostima do razine da ono postaje važnije od drugih interesa i dnevnih obveza te nastavljanje ili pogoršavanje ponašanja vezanog uz igranje videoigara unatoč pojavi negativnih posljedica. U neformalnom kontekstu, gaming disorder se često opisuje kao podtip ovisnosti o internetu.

Izlaganje će imati formu sustavnog pregleda temeljnih spoznaja o ovoj ovisnosti, s kojom se prema procjenama bori 6 % svjetske populacije (American Society of Addiction Medicine, 2020.) te 3.4 % srednjoškolske populacije u Hrvatskoj (Vejmelka et al., 2017.). Uvodno ćemo reći nešto o ovisnostima općenito, a potom ćemo se usredotočiti na ovisnost o internetu i videoigrama. Govorit ćemo o javnozdravstvenim i epidemiološkim pokazateljima, rizičnim čimbenicima, dijagnostici, kliničkoj slici, najčešćim karakteristikama ličnosti i komorbiditetima te tretmanu, s posebnim osvrtom na iskustva rada u Klinici za psihijatriju Sveti Ivan. Osvrnut ćemo se i na druge zamke iza ekrana poput utjecaja digitalnih medija na učenje i akademski uspjeh, digitalne demencije, nasilja na internetu i drugih rizičnih ponašanja te virtualnih prijetnji. Nakon nekoliko prikaza „slučajeva“ iz kliničke prakse, izlaganje ćemo zaključiti otvaranjem nekih pitanja i dvojbi filozofskog karaktera te slobodnom diskusijom. Zašto je internet tako privlačan?

Ključne riječi: ovisnost, internet, videoigre, gaming disorder, liječenje, virtualno nasilje, rizična ponašanja

Kristina Krulić Kuzman, mag. psych., edukantica dječje i adolescentne integrativne psihoterapije te ACT praktičarka

UTJECAJ TEHNOLOGIJE NA MENTALNO ZDRAVLJE DJECE I MLADIH, GDJE SMO DANAS?

Jeste li znali da se na Instagramu više od 65 000 fotografija objavi svakih 60 sekundi ili da se u istom tom vremenu na Youtube postavi više od 300 sati video sadržaja? Znete li o tehnologiji i sigurnosti dovoljno da vas ovakvi podaci ne zabrinjavaju ili da se ne zapitate na koji način zaštititi djecu u virtualnom okruženju od brojnih opasnosti i izazova? Unatoč svim opasnostima i izazovima, možete li zamisliti svoj život bez tehnologije? Svjesni činjenice da je tehnologija postala sastavni i neizbježni dio života djece i mladih, ne iznenađuje činjenica da su odrasli zabrinuti za utjecaj tehnologije na život i zdravlje djece i mladih. Cilj ovog predavanja je upoznati sudionike s rizičnim ponašanjima djece i mladih na internetu, utjecajem online tehnologije na mentalno zdravlje djece i mladih, ulogom odraslih u zaštiti djece i mladih u virtualnom okruženju i dostupnim alatima koji u tome mogu biti od pomoći.

PARALELNE RADIONICE

RADIONICA 1

Borivoj Starčević, dr. med.

Ines Lazarević Rukavina, univ.spec.oec.

PRIKAZ PRIMJENJIVOSTI KONSTELACIJA I KONSTELACIJSKOG RADA U PSIHOTERAPIJSKOM RADU I SVAKODNEVNOM ŽIVOTU

Konstelacije su psihoterapijska metoda primjenjiva u svim segmentima života. Vrlo su učinkovite i za njima se poseže kada to preporuči terapeut ili kada osoba (klijent) osjeti da bi taj oblik rada pridonio njenom najvišem dobru. Koriste se u terapijskom radu u Europi i svijetu, jer su njihova primjenjivost i učinkovitost neograničene. Konstelacije su bezvremenske i djeluju iz takozvanog Konstelacijskog Polja, u kojemu se svjesno ili nesvjesno svi nalazimo. Uz pomoć voditelja konstelacija one izrone na površinu ili spuste u realnost poveznicu s problemom koju osoba/klijent ima i zbog kojeg je poželio raditi na taj način. Konstelacije „ne osuđuju i ne prosuđuju“, one daju uvijek stvaran prikaz, korijen ili pozadinu problema, koji

osoba (klijent) ne može vidjeti, jer nerijetko uzrok problema leži u transgeneracijskom „nasljeđu“. Kada znamo gdje leži uzrok problema, onda na njemu možemo raditi i olakšati ga, "skinuti teret s leđa" klijenta. Svaka konstelacija vodi konstelatora i odabrane učesnike u smjeru i način koji nitko ne zna, u smislu da ne postoje gotova rješenja ili nešto što možemo očekivati ili mislimo da će se dogoditi. Zahvalnost i poniznost neke su od ključnih riječi koje rabimo, jer kao ljudi ne znamo. Konstelacije znaju. Spremnosću i otvorenosću za takav oblik rada možemo puno pridonijeti, kako nama samima, tako i našem obiteljskom sustavu i iscjeljenju na svim razinama. No, preduvjet je da priznamo ono što jest - tek onda se problem ili zapetljaj može raspetljati, što će uvelike pridonijeti boljitku pojedinca i njegovog obiteljskog te poslovnog okruženja.

Cilj radionice bio je približiti sudionicama svijet konstelacija te "jezik srca i duše" kojim one govore. Koriste se u individualnoj terapiji (klijent i konstelator nasamo) ili uz pomoć grupe, kao na održanoj radionici.

Ključne riječi: *konstelacije, psihoterapija, individualna terapija, grupna terapija*

RADIONICA 2

Igor Mošič

NAM EMOTIVNA HIGIJENA: KAKO SVAKI DAN UČINITI OSOBNIM ISKUSTVOM NENASILJA I LJUBAVI?

Namjera prezentacije: Pružiti najsuvremenije razumijevanje NAM Emotivne Higijene kao elegantnog i praktičnog modela za kultiviranje i održavanje unutarnjeg mira, ljubavi i sretnog života za zauzete ljude koji nemaju puno slobodnog vremena. Razlog i koristi od prezentacije: NAM (Neuroplasticity Activation Modeling) je tehnologija emotivne higijene razvijena na temelju tibetanske neuroznanosti. NAM je podržan od moderne medicine i neuroznanosti jer je praktična pomoć za svakodnevni život. Ljudski um je primarni objekt promatranja NAM Emotivne Higijene. Um upravlja svim našim akcijama, a našim umom upravljaju naše emocije. Pozitivne emocije nas osnažuju, a negativne emocije nas iscrpljuju i čine nesretnima. Kada je um nesretan sva ljepota života nestaje. Zbog toga, NAM Emotivna Higijena predstavlja nov i svjež način korištenja ljudske inteligencije za transformiranje negativnih emocija i osiguranje mentalne dobrobiti. Uvod u "NAM Emotivnu Higijenu" ćemo zaključiti jednostavnim

modelom meditacije. Ponavljanje i zbližavanje s modelom NAM Emotivne Higijene ostat će vam na raspolaganju i pomoći da svaki vaš dan bude osobno iskustvo nenasilja i ljubavi.

RADIONICA 3

Ines Jakovčić, univ. spec. psych., psiholog-psihoterapeut

Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

NAPADI PANIKE – KAKO MOŽEMO POMOĆI?

U svom svakodnevnom radom s mladima prije ili kasnije ćete se vjerojatno susresti s onima koji doživljavaju panični napad u vašoj prisutnosti. Kako prepoznati panični napad i kako reagirati kad se to događa neka su od pitanja na koja ćemo pokušati odgovoriti iz perspektive kognitivno-bihevioralne terapije. Radionica je namijenjena nastavnicima/ama, stručnim suradnicima i svima onima koji rade s mladima.

POSTER PREZENTACIJE

Matija Čale Mratović, dr. med.

Zavod za javno zdravstvo Dubrovačko-neretvanske županije

dr. sc. Silva Capurso

Opća bolnica Dubrovnik

HIGHER LEVELS OF DEPRESSION IN FEMALE ADOLESCENTS DURING COVID-19

The COVID-19 pandemic has changed the lifestyle and habits of adolescents around the world.(1) During the pandemic, adolescents were exposed to numerous stressors related to schooling, frequent self-isolation, precautions, their illness or family members illnesses, and the disease in the beginning of pandemic often ended in severe clinical picture or death. The study was conducted on a sample of 1115 adolescents of all high schools of Dubrovnik Neretva County with the aim of understanding the association between the COVID-19 pandemic and the mental health of adolescents. The data were collected through an online questionnaire and analyzed in the SPSS 21 statistical package. Descriptive analysis, t-test, Pearson correlation and hierarchical regression analysis were used from data analysis. The study used a questionnaire of three blocks: socio-demographic data, questions about the COVID-19 pandemic, and depression, anxiety and stress scales (DASS).

Adolescent girls in the sample had higher values than normal on all three measures. In adolescents, there are no elevated values in the three aspects. There is a low but significant positive association between depression and anxiety in the experience of the death of a close person. Anxiety is positively associated with the number of self-isolations, the number of close people who have recovered from COVID-19, hospitalization of a close person due to the COVID-19 pandemic, and death of a close family member. The results are compliant with numerous other world surveys conducted in the EU and the US. (5,6,7)

Key Words: Mental health, adolescents, depression, anxiety, COVID-19.

Mirela Tuhtan, dipl. bibliotekar

Mia Host, dipl. psih. – prof.

OŠ „Drago Gervais“ Brešca

KAKO BITI BOLJI, PROJEKT RAZVOJA MORALNIH VRLINA UČENIKA

Projekt "Kako biti bolji" je projekt razvoja moralnih vrlina učenika kroz koji se obrađuju teme empatije, odgovornosti, poštenja i poštivanja drugih. Temeljen je na rezultatima istraživanja i teorijskim postavkama iz razvojne psihologije, a osmišljen s ciljem razvoja životnih vještina važnih za uspješno nošenje sa zahtjevima odrastanja i snalaženja u socijalnim situacijama, stvaranja kvalitetnih odnosa s drugima te osobnog rasta i razvoja učenika. Projekt je zamišljen na razini primarne, odnosno univerzalne prevencije budući da sudjeluju cijeli razredi, odnosno, tijekom generacija, svi učenici naše škole. Cilj je u potpunosti spriječiti ili odgoditi početak javljanja nepoželjnog ponašanja, pružajući svim sudionicima znanja i vještine neophodne za rješavanje problema. Provedbu projekta započeli smo u 2014./2015. školskoj godini te se kontinuirano provodi već desetu godinu za redom. U projektu sudjeluju učenici 3. razreda, uz voditeljice projekta, školsku psihologinju Miu Host i školsku knjižničarku Mirelu Tuhtan. U opisivaju moralnog razvoja dva su vodeća pravca: kognitivističko-razvojni modeli i teorije o utjecaju okoline i učenja. Uvažavajući navedene teorijske postavke, radionica je osmišljena na način da priča služi kao povod za razgovor, kroz koji se dođe do prepoznavanja ili uočavanja moralnog problema.

Učenicima se zatim prikazuje animirani video uradak u kojem se kroz dijalog likova objašnjava poučavana vrлина. Nakon gledanja videa slijedi rasprava te definiranje vrline. Postavljanjem pitanja voditelj povezuje temu s iskustvima učenika iz svakodnevnog života. Učenicima se zatim zadaju problemski zadaci kako bi mogli kroz neposredno iskustvo uvježbavati poučavanu vrlinu u manjim grupama. Uvježbano ponašanje prikazuju pred razredom kroz igranje uloga. Po završetku projekta učenici bolje vladaju navedenim pojmovima i samokritičnije gledaju na vlastito neprimjereno ponašanje te ostvaruju bolje međusobne odnose.

Ključne riječi: moralne vrline, empatija, odgovornost, poštenje, poštivanje drugih

Karmen Korda Orlović, mag. paed. soc.

Hrvatski Zavod za javno zdravstvo

**PHYSICAL ACTIVITY AND SYMPTOMS OF DEPRESSION AND ANXIETY IN
CHILDREN AND ADOLESCENTS - A LITERATURE REVIEW**

Mental health problems are increasingly affecting children and adolescents. It is estimated that approximately 4% of the population aged 5 to 19 years suffer from depressive disorders, while almost 10% have issues with anxiety disorders (age 0 to 19). Physical activity encompasses any body movement that requires energy expenditure and it affects both physical and mental health. A sedentary lifestyle has become ubiquitous, with as many as 81% of adolescents not being sufficiently active, failing to meet the global recommendations for minimum levels of physical activity set by the WHO. The aim of this paper is to gain insight into the relationship between physical activity and symptoms of depression and anxiety in children and adolescents. A literature review was conducted according to predefined criteria, and the synthesis of the most important findings in this field was performed. It was determined that there is evidence that physical activity positively influences the mental health of children and adolescents, particularly having a positive impact on depression symptoms. Still, Physical activity is perceived as a non-stigmatizing intervention with very limited side effects, making it a valuable tool for enhancing mental health and addressing mental health issues, particularly among children and adolescents who often hesitate to seek help. Additionally, physical activity appears to serve as an effective mental health prevention and promotion strategy. However, additional research is necessary to fully understand the exact mechanisms and relationships underlying the impact physical activity has on the symptoms of depression and (especially) anxiety in children and adolescents.

**Ksenija Petelin, prof. ped., univ. spec., dječja i adolescentna integrativna
psihoterapeutkinja**

OŠ „Petar Zrinski” Čabar

Tanja Jakovac, prof. ped., realitetna psihoterapeutkinja

OŠ „Ivan Goran Kovačić” Vrbovsko

volonterke Savjetovališta „Izvor” GDCK Delnice

**PSIHOTERAPIJSKA PEDAGOGIJA- POGLED S PSIHOTERAPIJSKE I
PEDAGOŠKE PERSPEKTIVE (STUDIJA SLUČAJA)**

The poster describes work with a 12.5 year old boy at the end of the 6th grade of elementary school. Psychotherapeutic work was held at the „Izvor“ Counseling Center of the Red Cross in Delnice, and it ended when the boy finished 8th grade. The reasons why the parents had come for psychotherapy included: academic underachievement, failure to fulfill school obligations, difficulties with anger management, acting out, rough behavior towards his younger sister and struggling with failure. Parents had brought reports from different professionals which included: neurologist, ophthalmologist, orthodontist, orthopedist, and psychiatrist. The boy had also been involved in speech therapy and had been monitored by a psychologist. The poster also presents the pedagogical perspective in the context of school. The boy was being educated with adjustments to teaching and working methodologies. He had difficulties in mastering mathematics and Croatian but excelled in English. He did not socialise with peers, was not involved in extracurricular activities. Through continuous psychotherapeutic work, the boy gained confidence, started practicing bowling. He has improved his relationship with his sister, and his performance in school has improved. The boy has allowed himself to try new things, has gained better socio-emotional and communication skills, although there are still issues with resistance in working with parents. Good collaboration has been established with the school the boy attends. Schools and their work should use approaches of psychotherapeutic pedagogy, with a priority on satisfying students and teachers while considering their physical and mental predispositions.

Key words: psychotherapeutic pedagogy, integrative psychotherapy, pedagogy, school

Zrinka Selestrin, mag. paed. soc.

Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

**THE MEDIATING EFFECT OF PARENTAL MEDIATION STRATEGIES ON THE
RELATIONSHIP BETWEEN PARENTS' DIGITAL TECHNOLOGY USE AND
SOCIAL-EMOTIONAL SKILLS AND BEHAVIORAL PROBLEMS OF
PRESCHOOL CHILDREN**

In recent years, digital technology use of preschool children is rapidly increasing (Hooft Graafland, 2018). Parents play a key role in determining the manner, type and amount of digital technology use, given that they spend a significant amount of time with their children and determine the rules, environment and exposure of children to digital content. In particular, parents' use of digital technology and their attitudes about media have been shown to be determinants of children's use of digital technology. Also, parents' attitudes and beliefs towards their child's use of digital technology were strong indicators of the amount of time their child spent with different digital technologies (Cingel and Krcmar, 2013). All of the above raises the question of the possible positive or negative effects of digital technologies on children's development, the answer to which has been sought for decades. The inconsistency of research results on the effects of digital technology on children's development makes it difficult to work in practice with children and parents and make correct recommendations. Accordingly, there is a need to conduct researches on the use of digital technology and the impact of parental practices on their use, so that all further preventive interventions and recommendations could be the result of scientific research and grounded evidence. Since the literature on this issue, especially the domestic literature, is extremely deficient, there is a lack of insight into the current knowledge about the use of digital technology by preschool children.

In accordance with this, the purpose of this doctoral thesis is a better understanding of the theory of parental mediation and its basic assumptions, as well as a better understanding of the integration of the social-cognitive theory and the theory of planned behavior into the basic theory. In addition, the purpose is to investigate the predictive value of parental behaviors in relation to the regulation of the use of digital technology and the determinants of problems underlying the lack of social-emotional skills and internalized and externalized behavioral problems in preschool children. The research will try to find out whether certain parental mediation strategies act as a mediator of parental habits, attitudes and beliefs about the use of

digital technologies in relation to the time spent on the screen, social-emotional skills and internalized and externalized behavioral problems in children.

Keywords: *parental mediation, digital technology, preschool, social-emotional skills, behavioral problems*

Saša Uljančić, prof. rehab., mag. med. techn.

Porastom svijesnosti o neurorazličitosti, danas gotovo da nema škole i razreda u kojemu nije barem jedan učenik s ADHD-om. Provedeno istraživanje je imalo za svrhu utvrditi kako roditelji procjenjuju podršku obrazovnog i zdravstvenog sustava. Google Forms upitnik, osmišljen za ovo istraživanje je ispunilo 96 roditelja učenika s ADHD-om, osnovnih i srednjih škola a proslijeđen im je putem Facebook grupa. Dobiveni podatci su obrađeni statističkim paketom JASP, deskriptivnom statistikom, korelacijama, Mann-Whitney U testom i hi-kvadrat testom. Gotovo 80% učenika se školuje po redovitom programu uz individualizirane postupke. Učenici s ADHD-om se 4 puta češće upućuju na ponavljanje razreda i dobivaju 1,7 puta više negativnih odgojnih mjera od učenika bez teškoća i 2,3 puta češće ponavljaju razred i dobivaju 2,9 puta više negativnih odgojnih mjera od učenika s teškoćama a više od 30% učenika dobiva negativne bilješke u e-dnevnik vezane uz ponašanje (nepažnja, hiperaktivnost i impulzivnost) svakodnevno, više puta ili jednom tjedno. Pomoćnika u nastavi ima 64% ispitanika a 2/3 učenika povremeno ili stalno ima podršku izvan škole. Što su roditelji zadovoljniji stručnom službom škole to su zadovoljniji provođenjem prilagodbe po Rješenju i suradnjom s učiteljima i nastavnicima te što su zadovoljniji suradnjom s učiteljima i nastavnicima to su zadovoljniji provođenjem prilagodbe po Rješenju. Iako znanje o ADHD-u opisuju kao vrlo dobro gotovo polovica roditelja nije upoznata s pravima. Ovo istraživanje unatoč ograničenjima ukazuje na potrebu pojačane stručne podrške u školama i edukacije kako roditelja tako učitelja i nastavnika ali i bolju informiranost od strane zdravstvenih djelatnika.

Nevenka Vlah, univ.mag.sanit.publ.

Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

Kristina Vlah, studentica

Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta u Zagrebu

Helena Glibotić-Kresina, dr.med., spec. javnog zdravstva

Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

Fakultet zdravstvenih studija Sveučilišta u Rijeci

Silvia Mohorić, dr.med.

Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

Sandro Kresina, dr.med.

Nastavni Zavod za javno zdravstvo Primorsko-goranske županije

Medicinski fakultet Sveučilišta u Rijeci

INFLUENCE OF CHILD GROUP SPORTS INVOLVEMENT ON DEVELOPMENTAL OUTCOMES

Movement is innate to humans and engaging in sports healthy and desirable; correspondingly, early sports involvement is beneficial for physical, psychological, and emotional health. Here, we aimed to assess how sports involvement affects child development. By analyzing the available literature, we found that most young people spend their leisure time in an unstructured way, by socializing with friends in cafés, leading 30% of them to boredom and risky behavior. By including children and young people in sports activities, their free time becomes more structured, their health and socialization positively influenced, and risky and delinquent activities are being prevented. Their needs for belonging, socialization and fun are being met, improving their self-image. Additionally, positive skills, such as innovativeness, risk-taking, confidence, and responsibility for themselves and their teams, are being developed. Negative team sports influences are usually tied to poor environments, where sport ceases to encourage safe and positive development owing to the overambition of coaches and parents, who place results, competitiveness, and success above education, knowledge, and skill and moral value development. By implementing prevention programs that focus on recreational sports, such negative influences can be avoided. Recreational sports, as a form of structured leisure time,

teach children how to properly act towards themselves and others, have positive influences on physical, psychological, and emotional developmental outcomes, and act as a strong protective factor against undesirable behaviors, but only in safe, supportive, and fun environments. Thus, local policies need to focus on financing and ensuring adequate conditions for accessible recreational sports programs.

Keywords: *group sports, recreational sports, developmental outcomes, youth health, prevention programs*