

mreža  
mladih  
hrvatske  
croatian  
youth  
network



# trenirajmo prevenciju





**Izdavač:**

Mreža mladih Hrvatske,  
platFORMATrenera MMH

**Urednica:**

Sunčana Kusturin

**Autori i autorice:**

Emina Bužinkić  
Martina Horvat  
Sunčana Kusturin  
Nikola Buković  
Lidija Burić  
Cvijeta Senta  
Anamarija Sočo  
Mirela Travar  
Ana Preveden

**Lektor:**

Karlo Kralj

**Grafičko oblikovanje:**

ACT Printlab Čakovec



**Brošuru je financijski podržalo Ministarstvo  
obitelji, branitelja i međugeneracijske solidarnosti  
kroz projekt: "Ovisni o pozitivnoj promjeni"**

**Stavovi autora/ica ne odražavaju nužno stavove  
Mreže mladih Hrvatske.**

ISBN 978-953-7805-00-5

UVOD .....	4
platFORMATrenera MMH .....	7
OPĆENITO O PREVENCIJI OVISNOSTI .....	14
PRIJEDLOZI RADIONICA I TRENINGA „Mala škola plivanja“ .....	18
• OVISNOSTI I ŠTO S NJIMA .....	20
• AKTIVIZAM .....	31
• SUDJELOVANJE MLADIH U RAZVOJU ZAJEDNICE I PROCESIMA DONOŠENJA ODLUKA .....	38
• IMAŠ VIJEĆE, ŠTO ĆEŠ S NJIM? .....	44
• RAZVOJ NEFORMALNIH OBRAZOVNIH PROGRAMA U UDRUGAMA MLADIH .....	52
PRILOZI .....	61
• PRILOG 1.: OVISNOSTI - Pozicijski dokument Mreže mladih Hrvatske o problemu ovisnosti i zloporabe sredstava ovisnosti .....	62
• PRILOG 2.: MALI POJMOVNIK POLITIKE ZA MLADE I JAVNOG ZAGOVARANJA .....	74
• PRILOG 3.: MALI POPIS VAŽNE LITERATURE I POPIS KORISNIH INTERNET STRANICA O POLITICI ZA MLADE .....	78
• PRILOG 4.: Standardi kvalitete .....	89
• PRILOG 5.: Upitnik o konzumiranju sredstava ovisnosti	
POPIS KORIŠTENE I PREPORUČENE LITERATURE .....	91

# UVOD



Mreža Mladih Hrvatske već duži niz godina provodi brojne aktivnosti koje potiču mlade na aktivno sudjelovanje u različitim aspektima društvenog života. Mladi se tako uključuju u različite umjetničke, sportske, edukativne i slične aktivnosti, a ujedno i sami pokreću mnoge inicijative kojima poboljšavaju kvalitetu svog života i života mladih ljudi općenito.

Možda se sad pitate o tome kakve veze ima aktivno sudjelovanje u društvu s prevencijom ovisnosti. Ukoliko je tome tako, evo i odgovora. Naime, aktivni mladi (oni koji promišljaju i komentiraju svijet oko sebe, koji poduzimaju nešto, koji brinu o drugima...) u puno su manjem riziku od razvoja ovisničkih ponašanja. Osim možda od razvoja ovisnosti o aktivizmu. No, to je posve drugačija, poprilično zdrava priča. Štoviše, MMH je objavila i publikaciju „Zarazi se aktivizmom“ koja se bavi tom temom.

Slijedom tih aktivnosti Mreža je održala i ciklus edukacija za predstavnike vijeća učenika kroz koje su mladi upoznati s politikom za mlade, ulogama vijeća učenika te problemom ovisnosti. Kao rezultat tih predavanja, iz njihovih je ruku proizišao Pozicijski dokument o ovisnostima. Sve informacije o tom procesu i njegovim rezultatima možete pročitati u brošuri: „Oda-beri obrazovanje, a ne ulicu: Kako smo mi to učinili?“ koja je dostupna kao i sve druge Mrežine publikacije na web stranici [www.mmh.hr](http://www.mmh.hr)

Paralelno sa time javila se potreba da se oformi i platforma trenera koja bi omogućavala članicama Mreže i drugim organizacijama mladih da lakše dođu do trenera i da na taj način unapređuju svoje kompetencije. Platforma je nazvana platFORMAT (platFORMATrenera) i od jeseni 2010. aktivno radi.

Prva zajednička aktivnost trenera ove Platforme bila je kreirati radionice koje na različite načine doprinose prevenciji ovisnosti, primijeniti ih u praksi i onda ih opisati za ovu brošuru. Na ovaj način trenerska platforma MMH želi potaknuti i inspirirati članice Mreže i druge aktere u području rada sa mladima na samostalno organiziranje različitih radionica i treninga sa ciljem prevencije ovisnosti.

Stoga, ovu brošuru čine osnovne sažete informacije o prevenciji ovisnosti te prijedlog nekoliko radionica koje joj na različite načine doprinose. Želja nam je pružiti vam sveobuhvatan pogled na područje prevencije ovisnosti. Također, želimo vam da s vremenom i sami modificirate ili kreirate radionice koje bi mogle doprinosti razvoju zdravog i produktivnog okruženja za mlade.

Koordinatorica platFORMATrenera MMH:  
Mr. spec. Sunčana Kusturin, dipl. soc. radnik

# platFORMATrenera MMH



## platFORMATrenera MMH

Mreža mladih Hrvatske je savez udruga koji na teritoriju Republike Hrvatske okuplja nacionalne saveze za mlade i lokalne udruge mladih i za mlade. Mreža mladih Hrvatske kao heterogena platforma programski povezuje raznorodne organizacije (zagovaračke, kulturne, ekološke, manjinske i sl.) kojima je u zajedničkom interesu razvijati politike za mlade (tzv. youth policy) – kako na nacionalnoj, tako i na regionalnim/lokalnim razinama.

U posljednjih nekoliko godina članske organizacije Mreže su u više navrata iskazale potrebu za izgradnjom svojih kapaciteta u raznim područjima (npr. timski rad, komunikacijske vještine, zagovaranje, umrežavanje, volontiranje, politika za mlade, aktivizam mladih, savjeti mladih). Zaposlenice i zaposlenici Mreže nisu mogli u potpunosti odgovoriti na sve zahtjeve pa se tako rodila ideja o kreiranju trenerske platforme.

Trenerska platforma oformljena je u travnju 2010. godine, a u listopadu iste godine postavljene su osnovne odrednice njenog funkcioniranja:

### CILJEVI

#### Opći cilj osnivanja:

- Podizanje stupnja kvalitete i kvantitete edukativnih aktivnosti koje Mreža mladih pruža svojim članicama, ali i široj zainteresiranoj zajednici.

#### Specifični ciljevi:

- U odnosu na dostupnost:
  - definirati veću grupu trenera/ica kompetentnih za provođenje treninga iz navedenih područja
  - kreirati on-line popisa trenera/ica
  - povećati dostupnost informacija o trenericama i trenerima koji mogu odgovoriti na potrebe članica i šire javnosti

- U odnosu na kvantitetu:
  - povećati broj trenera i trenerica
  - organizirati treninge za mlade, neiskusne trenere/ice
  - proširiti opseg tema o kojima su treneri/ice kompetentni
  - držati edukacije u skladu s novim potrebama članica Mreže
- U odnosu na kvalitetu:
  - definirati područja unapređenja kompetencija trenerica i trenera
  - osigurati edukacije i mehanizme unapređenja kompetencija trenerica i trenera
  - pružiti podršku u procesu trenerskog rada

## KORISNICI I KORISNICE PLATFORME

- udruge - članice Mreže mladih
- jedinice lokalne samouprave
- zainteresirane ostale udruge i/ili škole, neorganizirani mladi...

## ČLANICE I ČLANOVI PLATFORME

U prvoj fazi kreiranja Platforme pozvano je desetak trenerica i trenera koji su dosad surađivali s Mrežom i koji su procijenjeni kao iznimno kompetentni za prorađivanje raznovrsnih područja vezanih uz mlade. U kasnijim fazama razvoja razgovarat će se o povećanju broja članova i članica te proceduri primanja novih članica i članova.

### Prava članova/ica Platforme

- pravo da me se pita
- pravo odbijanja posla
- pravo na podršku
- pravo na trenersku autonomiju
- poštovanje dogovorenih obveza

- pravo na diskrecijsku odluku o (ne)održavanju treninga ukoliko se bitno promjene prethodno dogovoreni uvjeti

### **Obveze članova Platforme**

- poštovanje dogovorenih obveza
- poštovanje pravila o izvještavanju
- prijenos znanja stečenih provođenjem edukativnih aktivnosti kroz Mrežu (izvješća, mailing lista)
- osiguranje povjerljivosti informacija (honorari, osobni podaci)
- otvorenost prema suradnji, odnosno timskom radu
- usavršavanje
- poštovanje standarda trenerskog rada i etike
- volontersko održavanje barem jedne poludnevne ili cjelodnevne aktivnosti svakih godinu dana, i to nakon što je trener/ica odradio/la najmanje jedan plaćeni posao

### **VIZIJA**

Vizija trenerske platforme u uskoj je vezi s vizijom MMH koja glasi “Mladi aktivni građani”, stoga rad trenerske platforme uvelike doprinosi ostvarenju vizije Mreže. Zbog toga je vizija trenerske platforme definirana uže te je usmjerena na sam razvoj platforme u narednih nekoliko godina. Vizija platforme je:

*Razvojno inkluzivna platforma za osnaživanja mladih.*

### **MISIJA**

Misija trenerske platforme je doprinijeti podizanju kapaciteta i osnaživanju članica i drugih struktura Mreže, samih mladih te svih relevantnih dionika u području djelovanja mladih i za mlade.

Misija se ostvaruje kroz razvoj i provedbu edukacijskih programa, sadržaja i alata prilagođenih potrebama svih dionika i utemeljenih na principima neformalnog učenja.

## **AKTIVNOSTI platFORMAT-a**

### **Usmjerene unapređenju trenerskih kompetencija članica i članova bazena te jačanju kvalitete rada Platforme:**

- mailing lista namijenjena razmjeni trenerskih alata i spoznaja, informacija o edukacijama za trenere i za razmjenu relevantnih informacija o radu Mreže i Platforme
- studijski posjet
- trening za trenerice/e-članove/ice bazena i suradnice/ike bazena
- podrška sustručnjaka i sustručnjakinja
- godišnji rezidencijalni sastanci za planiranje i evaluaciju rada omogućavanje sudjelovanja na edukacijama u organizaciji drugih dionika

### **Usmjerene unapređenju kompetencija dionika:**

- edukativni elementi/aktivnosti postojećih projekata Mreže
- kreiranje projekata i apliciranje na natječaje
- moderiranja i facilitiranja događanja
- predavanja/izlaganja na skupovima
- kreiranje ponude treninga o sljedećim temama:
  - Politika za mlade i savjeti mladih
  - Participacija i aktivizam u zajednici te donošenje odluka
  - Javno zagovaranje
  - Strateško planiranje
  - Pisanje projektnih prijedloga i upravljanje projektima
  - Izgradnja mira i nenasilna komunikacija
  - Komunikacija, timski rad, donošenje odluka

- Evaluacija i monitoring
- Upravljanje financijama
- Suzbijanje diskriminacije
- Menadžment volontera
- Interkulturalnost
- EU građanstvo
- Rad sa mladima
- promocija
- uključivanje u relevantne aktivnosti zagovaranja kvalitete i priznavanja vrijednosti neformalnog obrazovanja
- izrada i objava brošura, priručnika i drugih alata
- kreiranje specifičnih individualnih ponuda za zainteresirane dionike
- analiza potreba organizacija-članica

## **SPECIFIČNOSTI platFORMAT-a**

- rad trenera i trenerica utemeljen na iskustvu i znanjima iz direktnog rada u području djelovanja mladih i za mlade
- fokus na mlade koji se vidi kroz ciljne grupe korisnika i metodologiju prilagođenu mladima
- kontinuirano ulaganje u razvoj trenerskih kompetencija

## **FINANCIRANJE RADA:**

- Naplata usluga  
Članice koje iskazuju potrebu za edukativnim aktivnostima uglavnom imaju osigurana sredstva za realizaciju istog te bi treneri za taj posao bili honorirani. S obzirom na to da je važno osigurati samoodrživost Platforme, dio sredstava koje naručitelji edukativne aktivnosti uplate, izdvojiti će se i za funkcioniranje Platforme te rada Mreže. Izdvojena sredstva za samoodržanje Platforme koristiti će se za sljedeće troškove:

honorar koordinatorice Platforme, troškovi edukacijskih aktivnosti za trenere/ice, troškovi trenerskih alata.

- **Apliciranje na natječaje**

Za dio aktivnosti (poput edukacije za trenere, honorara koordinatorice Platforme, trenerske alate te troškove organizacije treninga za manje iskusne trenere/ice) sredstva će se tražiti i preko natječaja. Apliciranje na natječaje obavljat će zaposlenici Mreže uz manju podršku koordinatorice Platforme.

# OPĆENITO O PREVENCIJI OVISNOSTI



## OPĆENITO O PREVENCIJI OVISNOSTI

Prevenirati nešto značilo bi sprečavati da do nečeg dođe. No, u pojedinim teorijama prevencije ona se spominje i u kontekstu sprečavanja daljnjeg rasta ili razvoja neke pojave. U kontekstu prevencije ovisnosti to bi značilo da se ona može provoditi s:

- onim mladima koji nisu nikada bili u dodiru s nekim od sredstava ovisnosti
- onim mladima koji još nisu počeli konzumirati sredstva ovisnosti, ali su izloženi riziku od započinjanja konzumacije
- onim mladima koji su već počeli koristiti neko od sredstava ovisnosti.

Ovisno o ciljanoj populaciji razlikuju se i opći ciljevi prevencije:

- da do konzumacije uopće ne dođe
- da mladi smanje konzumaciju
- da se spriječe posredni negativni učinci konzumacije (širenje bolesti)
- da mladi prestanu konzumirati sredstvo ovisnosti

Postavlja se pitanje o tome na što sve mislimo kada koristimo izraz „sredstvo ovisnosti“. Općenito, ljudi mogu postati ovisni o mnogočemu. Zapravo, sredstvo ovisnosti je sve bez čega mislimo da ne možemo i što često okupira naš um u nekom značajnom vremenskom periodu. Slijedom toga, ljudi mogu biti ovisni o ljubavi, obitelji, čokoladi, kućnom ljubimcu. Posljedice tih ovisnosti mogu imati jednako ozbiljne posljedice kao i ovisnost o heroinu. Situacija u kojoj je osoba ovisna o partneru/ici te je u strahu od samoće može je dovesti do toga da u ljubavnom odnosu trpi mnoga zlostavljanja.

Međutim, bez obzira na ozbiljnost „konzumacije“ gore navedenih sredstava ovisnosti, pod prevencijom ovisnosti najčešće mislimo na prevenciju od konzumacije sljedećih sredstava ovisnosti:

- duhan
- alkohol
- opojne droge
- kockanje i klađenje
- u novije vrijeme: video-igrice, Internet, Facebook...

Neka od ovih sredstava ovisnosti u našoj se kulturi percipiraju kao manje opasna pa mladi često po prvi puta dolaze u kontakt s njima (npr. s alkoholom) unutar svojih obitelji. O nekim sredstvima ovisnosti, među kojima je i Internet, još uvijek se ne priča dovoljno, a mlade se ne educira o njihovom odgovornom korištenju.

Prevenciju u velikoj mjeri otežava to što određena sredstva ovisnosti konzumiraju roditelji, to što neki roditelji potiču svoju djecu da ih konzumiraju („pravo muško mora piti“) i to da dio roditelja još uvijek nema dovoljno znanja o sredstvima ovisnosti ili živi u uvjerenju da njihovo dijete nikako ne može biti u kontaktu s nekim od sredstava ovisnosti. Prevencija postaje gotovo nemoguća kad tome pribrojimo činjenicu koja nam govori o tome da među mladima kruži velik broj krivih informacija o pojedinim sredstvima ovisnosti („droga čisti pluća“) te da uzori mladih i društvo u cjelini zapravo toleriraju njihovu konzumaciju.

No, kako mi čvrsto vjerujemo da se stvari mogu mijenjati, popisali smo nekoliko područja kojima bi se prevencija mogla baviti:

- utjecaj na **zakonodavstvo** u svrhu smanjenja dostupnosti alkohola i cigareta (npr. pooštavanje kazni za prodaju cigareta ili alkohola maloljetnicima)
- **edukacija roditelja** o posljedicama konzumacije sredstava ovisnosti i načinima na koje mogu biti prepoznati prvi znakove ovisnosti
- jačanje **životnih vještina** mladih kako bi naučili brinuti o svom zdravlju, zadovoljavati svoje potrebe na načine koji ga ne ugrožavaju i kako bi se znali oduprijeti pritiscima vršnjaka i društva općenito

- mijenjanje **navika i običaja društva**, odnosno ukidanje ili smanjenje navike konzumacije sredstva ovisnosti pri obilježavanju važnih datuma (npr. da proslave u poslovnom okruženju budu bezalkoholne)
- kreiranje **okruženja** koje ne potiče konzumaciju sredstva ovisnosti (npr. nepušenje u školama i oko njih)
- mijenjanje **percepcije društva** o tome što je „cool“ i što je prihvatljivo ponašanje (npr. očekivano prihvatljivo ponašanje muškaraca)
- organiziranje **aktivnosti slobodnog vremena** koje podržavaju i promiču zdrav život i aktivizam mladih

Gore navedena područja prevencije usmjerena su na različita područja djelovanja, a za kvalitetnu prevenciju važno je multidisciplinarno pristupanje ovom problemu u svrhu sveobuhvatnog, a ne tek djelomičnog utjecaja na problem.

U Hrvatskoj je prevencija ovisnosti posebno razrađena u dokumentu „Nacionalni program prevencije ovisnosti za djecu i mlade u odgojno-obrazovnom sustavu te djecu i mlade u sustavu socijalne skrbi 2010.-2014.“.

Sadržaj Nacionalnog programa čine:

- programi prevencije ovisnosti za djecu predškolske dobi i djecu školske dobi
- programi prevencije ovisnosti za studente visokih učilišta
- program prevencije ovisnosti za djecu i mlade u sustavu socijalne skrbi
- evaluacijski kriteriji za preventivne programe
- standardi prevencije ovisnosti kojima je cilj unaprjeđenje preventivne
- strategije u Republici Hrvatskoj.

Program je dostupan na:

[http://www.uredzadroge.hr/upload/File/Dokumenti/Nacionalni%20program%20prevencije%20ovisnosti/Nacionalni\\_program\\_prevencije\\_ovisnosti\\_s\\_koricom.pdf](http://www.uredzadroge.hr/upload/File/Dokumenti/Nacionalni%20program%20prevencije%20ovisnosti/Nacionalni_program_prevencije_ovisnosti_s_koricom.pdf)

Kao posebno učinkoviti programi prevencije pokazali su se programi koji nisu usmjereni samo na usvajanje znanja, već i na razvoj socijalnih vještina i kompetencija koje pomažu da se osoba odupre utjecajima.

Za kraj, osnovna ideja prevencije leži u priči o plivanju.

Jednom ne tako davno u jednoj ne tako dalekoj zemlji postojala je mirna rijeka i igralište pored rijeke. Djeca i mladi su voljeli to igralište i ono je voljelo njih, no često se događalo da su lopte završavale u rijeci i da su djeca i mladi zbog mnogih zgoda i nezgoda stradavala u rijeci. Gradske vlasti su se zabrinule i izgradile visoki zid oko igrališta. No, hodanje po zidu je zabavno, neobično, izazovno... I tako je to išlo.... Gradske vlasti su smišljale mnogo toga, ali ništa nije riješilo problem. Tada su odlučili obratiti se profesoru Baltazaru koji je nakon mnogo hodanja amo-tamo došao do vrlo jednostavnog rješenja: **NAUČITI IH PLIVATI!**

# PRIJEDLOZI RADIONICA I TRENINGA

*Mala škola plivanja“*



### *„Mala škola plivanja“*

## **OVISNOSTI I ŠTO S NJIMA**

Prevenција ovisnosti usmjerava se na slabljenje rizičnih faktora i jačanja faktora zaštite. Konkretnije, to znači da se, primjerice, smanjuje dostupnost sredstava ovisnosti; da se mijenja stupanj društvene tolerancije prema konzumiranju alkohola i drugih sredstava ovisnosti; da se jačaju socijalne vještine mladih kako bi se oni lakše mogli oduprijeti pritisku društva, posebice vršnjaka. Skupinu mladih koja je u većoj mjeri izložena rizicima čine mladi smješteni u različite oblike domova za odgoj. Pripadnici i pripadnice te skupine najčešće odrastaju u okruženju koje ima liberalne stavove o ovisnostima, a s dolaskom u dom susreću se s brojnim vršnjakinjama i vršnjacima koji konzumiraju cigarete ili alkohol. Također, ova populacija mladih je iznimno povodljiva pa tako zbog želje za zauzimanjem položaja i afirmacijom u skupini vršnjakinja i vršnjaka često nekritički promišlja o problemu ovisnosti te slijepo slijedi „uzore“.

S obzirom na specifičnosti ove populacije, odnosno probleme s koncentracijom i fokusiranjem, ova radionica je podijeljena u dva dijela koja se primjenjuju u istoj grupi, ali s razmakom od tjedan dana.

**OPĆI CILJ:** Doprinijeti prevenciji ovisnosti mladih

### **SPECIFIČNI CILJEVI 1. RADIONICE:**

- dobivanje uvida u stavove i obrasce ponašanja koji su vezani uz konzumiranje nekog od sredstava ovisnosti
- poticanje kritičkog promišljanja i sagledavanja problema ovisnosti (posebice mitova o ovisnosti)

## SPECIFIČNI CILJEVI 2. RADIONICE:

- dobiti uvid u posljedice konzumiranja sredstava ovisnosti
- jačati vještine odupiranja vršnjacima i vršnjakinjama te nošenja s posljedicama odupiranja

## PROGRAM RADA

Radionica 1.

- Predstavljanje i upoznavanje
- Mitovi o ovisnostima
- Patato, patato
- Osobno iskustvo i statistika o konzumaciji sredstava ovisnosti
- Spjalice
- Ispitivanje potreba
- Evaluacija

Radionica 2.

- Crtanje lika
- Igranje uloga
- Odgovaranje na pitanja
- Evaluacija

## NAZIV AKTIVNOSTI: Predstavljanje i upoznavanje

### Ciljevi:

- predstaviti voditeljice, sadržaj i način rada.  
potaknuti bolje upoznavanje sudionika.

**Potrebno vrijeme:** 15 min

### Opis aktivnosti:

Voditeljice predstavle sebe i program rada. Sudionike i sudionice se zamoli da kažu svoje ime i jednu stvar koju vole raditi u svoje slobodno vrijeme. Sudionicama i sudionicima se kaže da hodaju u krug i da počnu hodati kao:

- pijana osoba
- osoba koja je pod utjecajem marihuane
- osoba koja je pušač
- osoba koja je izgubila u kladionici
- osoba koja je dobila u kladionici
- osoba koja je ovisna o video-igricama

**Potreban materijal:** -

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Mitovi o ovisnostima**

### **Ciljevi:**

- dobiti uvid u stavove i znanje o ovisnostima.
- potaknuti na razmjenu mišljenja i stavova te kritičko promišljanje o mitovima.
- dati točne informacije o ovisnostima.

**Potrebno vrijeme:** 20min

### **Opis aktivnosti:**

Na suprotne krajeve sobe postaviti natpis “slažem se” i natpis “ne slažem se”. Unaprijed pripremiti niz od 7 do 10 tvrdnji koje predstavljaju mitove o ovisnostima. Voditelji/ice čitaju tvrdnju po tvrdnju, a sudionice/ici se razmještaju po sobi ovisno o stupnju slaganja s tvrdnjom. Sudionici/ice se nakon svake tvrdnje potiču na obrazloženje svog stava, a na kraju diskusije voditelji/ice predstave i lijepe istinitu tvrdnju temeljenu na činjenicama ispod tvrdnje koju su rekli. Na kraju se može upitati sudionice/ike o tome znaju li i oni za neki mit te se o njemu također svi izjašnjavaju pozicioniranjem u prostoru i diskusijom.

Prijedlozi mitova:

- Osoba može biti ovisna o mnogim stvarima, a ne samo o drogama.
- Osoba koja je ovisna može imati psihičke, ali i fizičke reakcije, ukoliko ne uzme sredstvo ovisnosti.

- Osobe ovisne o opojnim drogama zahvaljujući napretku medicine dugo žive.
- U većini droga se uživa, a većina ih ne izaziva veće probleme.
- Nešto nije u redu s mladima koji se drogiraju.
- Mlade koji uzimaju drogu treba izbaciti iz škole.
- Trebalo bi pooštriti zakone o drogama.
- Odrasli trebaju najprije pogledati svoje ponašanje prije nego se počnu žaliti na mlade.
- Dileri droga su zli ljudi.
- Korištenje droge može biti zabavno.
- Umjereno uzimanje kokaina je OK.
- Osobama ovisnima o heroinu treba omogućiti besplatno dobivanje šprica i igala.
- Ljudi koji koriste heroin ili kokain ne zaslužuju pomoć nego kaznu.
- Mladi bi o drogama trebali razgovarati sa svojim roditeljima.
- Uzimanje droga je znak slabosti karaktera osobe koja je uzima.
- Policiji treba dati više ovlasti za pretres kod traženja droge.
- Dio privlačnosti droga je i to što one nisu dozvoljene.
- Potrebna je sustavnija edukacija mladih o štetnosti droga.

**Potreban materijal:** ispisani mitovi i točne informacije te natpisi “slažem se”, “ne slažem se”.

**Napomena:** Važno je da voditelj/ice ne nameću svoje mišljenje nego da potiču grupu da sama dolazi do odgovora. Dobro je da ispisani mitovi i točne tvrdnje ostanu zalijepljeni na zidovima i nakon radionice kako bi ih i drugi mladi vidjeli i kako bi se podsjećali na to i tijekom dužeg vremenskog perioda.

## NAZIV AKTIVNOSTI: Patato, patato

### Ciljevi:

- podizanje stupnja energije u grupi
- razvoj dobre atmosfere

**Potrebno vrijeme:** 10 min

### Opis aktivnosti:

Stolicama se ogradi dio prostorije unutar kojeg će se odvijati aktivnost. Svi sudionici/ica anjske strane kruga dodirne jednom ili dva puta nekog od učesnica/ika. Samo jednu osobu se dodirne dva puta i on/ona preuzima ulogu Blooda-a. Ostali sudionici/ice su Patatoi. Patatoi hodaju unutar kruga i kada nekog dotaknu/susretnu šapnu "patato-patato". Ako je osoba koju su susreli također Patato ona odgovara šaptom "patato-patato". Ako su susreli Blooda on/a šapće "BLOOD" na vrlo zastrašujući način. U tom trenutku Patato glumi da umire ispuštajući krik te izlazi iz kruga. Cilj Blooda je da eliminiira sve Patatoe, a cilj Patatoa je da ostane zadnji u igri.

Potrebni materijal: stolice, povezi za oči

**Napomena:** Jedan od voditelja/ica neka ne igra kako bi mogao/la pratiti igru i brinuti o sigurnosti sudionika.

## NAZIV AKTIVNOSTI: Osobno iskustvo i statistika o konzumaciji sredstva ovisnosti

### Ciljevi:

- dobiti uvid u stupanj konzumacije i vrste sredstava koja sudionice/ici konzumiraju
- pružiti uvid u realne podatke o učestalosti konzumacije sredstava ovisnosti

**Potrebno vrijeme:** 20min

### Opis aktivnosti:

Učesnicima/ama se daje kratki upitnik u kojem ih se propituje o njihovim konzumentskim navikama te o njihovom mišljenju o tome koliko su takve navike učestale u općoj populaciji.

Nakon toga, svi predaju ispunjene upitnike voditeljicama/ima koje/i ih na kraju lijepi na zid. O pitanjima iz upitnika vodi se rasprava, a voditelji prikazuju jedan po jedan statistički podatak o učestalosti konzumiranja sredstava ovisnosti među mladima. Statistički podaci za Hrvatsku mogu se pronaći u publikaciji Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo „Ponašanje u vezi sa zdravljem u djece školske dobi 2005/2006.“

**Potreban materijal:** upitnik, statistički podaci, olovka

**Napomena:** Važno je da upitnici budu kreirani jednostavno, razumljivo i vizualno dojmljivo te da omogućuju anonimnost. Na taj način sprečava se povodaenje za onim što su drugi rekli ili napisali te je veća vjerojatnost za dobivanjem istinitih odgovora. Dobro je da ispisane statistike ostanu zalijepljene na zidovima i nakon radionice kako bi ih i drugi mladi vidjeli.

**Prilog:** upitnik o o konzumiranju sredstava ovisnosti (PRILOG 5)

## NAZIV AKTIVNOSTI: Spajalice

### Ciljevi:

- podizanje stupnja energije u grupi
- razvoj dobre atmosfere

### Opis aktivnosti:

Svaki sudionik/ica dobiva po jednu spajalicu. U jednoj ruci drže spajalicu, a drugu ruku drže iza leđa. Zadatak je što prije spojiti sve spajalice, odnosno od njih napraviti krug ne ispuštajući spajalicu iz ruke. Voditelj/ica mjeri vrijeme. Jednom kad je ovaj zadatak ispunjen, zadatak je učiniti obrnuto –ne ispuštajući svoju spajalicu što prije rastaviti stvoreni krug.

## NAZIV AKTIVNOSTI: Ispitivanje potreba

**Ciljevi:** Dobiti uvid u konkretna pitanja sudionica/ika vezana uz područje ovisnosti na koja žele dobiti odgovor na sljedećoj radionici.

**Potrebno vrijeme:** 5 min

**Opis aktivnosti:** Sudionici/ice se zamole da na papir napišu pitanja vezana uz područje ovisnosti na koja traže odgovor na sljedećoj radionici. Prikupljena pitanja se uzimaju u obzir pri modifikaciji sljedeće radionice.

**Potreban materijal:** papir i olovka

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Evaluacija**

### **Ciljevi:**

- dobiti uvid u korisnost i ishode radionice
- završiti aktivnost na zabavan i motivirajući način

**Potrebno vrijeme:** 10min

### **Opis aktivnosti:**

Faza1.: Sudionice/ici stanu u krug, a u središte kruga se postavlja stolica. Na stolicu može sjesti bilo tko i reći neku tvrdnju o radionici (npr. "Radionica je bila dosadna."). Sudionice/ici koji se slažu s tvrdnjom približe se stolici, a oni koji se ne slažu odmiču se od stolice.

Faza 2.: Voditelji/ice pripreme tvrdnje o ishodima učenja tijekom radionice i iščitavaju ih. Sudionici/ice nakon svake tvrdnje izražavaju svoje slaganje ili neslaganje podizanjem, odnosno spuštanjem palca.

Potreban materijal: tvrdnje o ishodima radionice, stolica

**Potreban materijal:** papir i olovka

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Crtanje lika**

**Cilj:** Informirati o posljedicama konzumacije sredstva ovisnosti.

**Potrebno vrijeme:** 15min

### **Opis aktivnosti:**

Pripreme se papirići s ispisanim nazivima različitih sredstava ovisnosti (npr. alkohol, cigarete, marihuana, kokain, klađenje, kompjuterske igrice, čokolada). Može biti i nekoliko papirića s istim sredstvom ili mogu biti samo dva sredstva ovisnosti. Možete odabrati ona dva koja su u najvećoj mjeri zastupljena među sudionicama/icima. Svaki sudionik/ica izvlači po jedan papirić i dobiva po jedan A4 papir. Na vrhu papira svaki sudionik/

Svaki sudionik/ica izvlači po jedan papirić i dobiva po jedan A4 papir. Na vrhu papira svaki sudionik/ica crta kako izgleda glava osobe koja je teški ovisnik o sredstvu ovisnosti navedenom na papiriću. Važno je da se na crtežu vide posljedice konzumacije zadanog sredstva. Nakon što je dovršio/la svoj crtež, sudionica/ik preklapa gornji dio papira s donjim tako da se ne vidi što je nacrtano i tako da preklopljeni dio papira završava točno tamo gdje prestaje crtež. Tada svi sudionici/ice daju crtež i izvučeni papirić osobi koja sjedi lijevo od njih. Ta osoba ima zadatak nacrtati trup (od vrata do struka) osobe ovisne o navedenoj ovisnosti, a da pritom ne vidi prethodno nacrtanu glavu te osobe. Isti se proces ponavlja pri crtanju nogu. Kad je sve nacrtano, sudionice/ici grupiraju crteže prema sredstvu ovisnosti te se poslije toga povede diskusija o posljedicama ovisnosti koje se nalaze na crtežima i o onim posljedicama ovisnosti koje nedostaju. Ono što nedostaje može se usput upisivati na crteže ili na poseban list papira. Poseban se naglasak stavlja na posljedice koje su odmah vidljive – npr. žuti prsti kod pušača.

Ova se aktivnost može provesti tako da se sudionici/ice mogu podijeliti u dvije ili tri grupe pa svaka grupa ima zadatak da na velikom papiru nacrtaju ovisnu osobu i upiše/ucrta posljedice konzumacije određenog sredstva. Na kraju se sudionicama i sudionicima može dati popis posljedica konzumacije tog sredstva ovisnosti kako bi se provjerilo ono što još nedostaje na crtežu.

**Potreban materijal:** papiri, olovke

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Igranje uloga**

### **Ciljevi:**

- unaprijediti vještine odupiranja nagovaranju vršnjaka i vršnjakinja
- osvijestiti posljedice odupiranja vršnjakinjama/vršnjacima
- razmijeniti strategije nošenja s posljedicama

**Potrebno vrijeme:** 45 min

## Opis aktivnosti:

Faza 1.: Voditelji/ice pripreme nekoliko situacija u kojima netko nagovara mladu osobu na konzumaciju nekog sredstva ovisnosti. Sudionike/ice se podijeli na tri nejednaka djela. Prvi dio su oni koje se nagovara i njih ima najmanje (2 osobe). Drugi dio čine oni koji nagovaraju i to je najbrojnija grupa (5 osoba). Treću grupu čine neodlučni (3 osobe). Voditelji/ice ulaze u grupe onih koji nagovaraju i onih koje se nagovara kako bi prema potrebi unijele/i dinamiku u razgovor. Zadatak je da svi prema inspiraciji glume svoje uloge i pokušaju se obraniti ili nagovoriti one druge. Neodlučni ovisno o argumentima mogu prijeći na jednu ili drugu stranu. Primjer situacije može biti: „Ti ne pušiš, a dolaziš u društvo koje većinom puši.“

Nakon odigrane situacije razgovara se o sljedećim pitanjima:

- Kako je kome bilo? (mogu izreći to po grupama)
- Što ste zamijetili o tome koje metode nagovora se primjenjuju (ispisati na papir)?
- Što ste zamijetili o tome kako su se sudionice/ici branile/i, tj. odupirale/i nagovoru (ispisati na papir)?
- Što je imalo najveći utjecaj na neodlučne (ispisati na papir)?
- Jeste li i vi ikada bili u sličnoj situaciji? Kako ste postupili i iz kojih razloga ste tako postupili? Što bi vam tada moglo pomoći?

Faza 2.: Sudionicima/ama se predstavljaju još neke ideje o tome kako se oduprijeti nagovorima. Primjeri načina odupiranja:

### 25 COOL NAČINA DA KAŽEŠ "NE!" DROGI

- "Imaš olovku? Zapiši ovo ... Ne!"
- "Ne, ja sam ionako dovoljno otkvačen(a)!"
- "Reći ću ti polako da možeš razumjeti: Nnnneeee!"
- "Ako već želim izgledati glupo, radije ću postati pantomimičar."
- "Ne želim živjeti kao ti!"
- "Ne, alergičan(na) sam na to!"
- "Nemam vremena za drogu."
- "Ne danas, ne sutra, možda - nikad!"

- “Više mi se sviđaju moje smeđe oči nego tvoje crvene!”
- “Ne, ja ne razgovaram s nepoznatim ljudima, nepoznati!”
- “Koji dio rečenice “Ne!” nisi razumio?”
- “Kako se kaže “ne!” na tvom planetu?”
- “Ne, sam/a se sebi sviđam ovakav(va) kakav(va) jesam.”
- “Ne, droga je tako staromodna.”
- “Ne, hvala, ionako jedem previše brze hrane.”
- “Zaobiđi me!”
- “Ne, ali ako mi nudiš čokoladu...”
- “Žao mi je, držim dijetu koja zabranjuje drogu.”
- “Ne želim završiti u jednom od onih dokumentaraca o narkicima.”
- “Uh... čekaj da razmislim... NE!”
- “Prošeći!”
- “Ne, imam planove sa svojim životom!”
- “Ne, to nije moj stil!”
- “Ne, hvala, stvarnost mi je zanimljivija!”
- “Ne. To je moj konačan odgovor!”

Preuzeto sa: <http://klub.posluh.hr/droga/tisak/20000514.htm>

Faza 3.: Potiče se razgovor o tome što se događa ukoliko se mladi odupru nagovorima i kako se mogu nositi s nekim posljedicama.

Faza 4.: Ovisno o vremenu, može se na isti način, uz izmijenjene grupe, obraditi još neku situaciju.

**Potrebna materijal:** opis situacije, primjeri odupiranja nagovorima

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Odgovaranje na pitanja**

**Cilj:** Dati odgovore na pitanja koja zanimaju sudionike/ice.

**Potrebno vrijeme:** 20min

**Opis aktivnosti:**

Voditelji/ice odgovaraju na pitanja koja su mladi postavili na prethodnoj radionici. Pri odgovaranju uključuju i mlade, odnosno, njih prve pozivaju da odgovore na pitanja. Voditelji/ice daju svoje mišljenje tek na kraju. Također, mlade se poziva da postave i pitanja koja nisu postavili na prethodnoj radionici.

**Potreban materijal:** -

**NAZIV AKTIVNOSTI: Evaluacija**

**Cilj:** Dobivanje uvida u edukativni utjecaj radionica na sudionice/ike.

**Potrebno vrijeme:** 10min

**Opis aktivnosti:**

Sudionice/ike se zamoli da kažu kako im je bilo tijekom radionice. Nakon toga, voditelji/ice podijele sudionicama/icima podijele upitnike.

**Potreban materijal:** upitnik

**Napomena:** Važno je da upitnik bude kratak i razumljiv.

**Napomena za cijelu radionicu:**

*S obzirom na specifičnost situacije, ukoliko je to potrebno, voditelji/ice mogu dogovoriti pravila s grupom. Međutim, mislimo da bi dogovaranje pravila odmah na početku radionice moglo izazvati otpor zbog vjerojatne opće odbojnosti prema bilo kakvim oblicima pravila. Bilo bi ih dobro dogovoriti u trenu kad ponašanje članova počne ometati edukativni proces te kad i sami učesnici/ice uvide da im to smeta.*

**AKTIVNOST SU KREIRALE I REALIZIRALE:**

*Anamarija Sočo i Sunčana Kusturin, 29. 11. i 08. 12. 2010. – 6 mladih iz završnih razreda srednje škole smještenih u Domu za odgoj djece i mladeži u Župančičevoj, Zagreb*

## AKTIVIZAM

„Mlade treba aktivno uključiti u sve segmente društvenog života, kao i u procese donošenja odluka – osobito u one koji se izravno tiču njihovog života. Aktivnost mladih, interes za društveno djelovanje i aktivizam, značajan je resurs koji treba poticati i koji može djelovati kao zaštitni čimbenik protiv svih društveno nepoželjnih ponašanja, ali i zloporabe opojnih droga te razvoja ovisnosti.

Radi što uspješnije prevencije problema ovisnosti, kao i drugih društvenih problema, ključno je osigurati „lepezu“ različitih kreativnih i društveno korisnih aktivnosti koje bi kroz različite sadržaje zaintrigirale mlade ljude, omogućile njihovo uključivanje i aktivno sudjelovanje te time pridonijele razvoju socijalnih vještina mladih, stvaranju kvalitetnih obrazaca komunikacije i učinkovitih strategija socijalnog funkcioniranja. Na ovaj se način razvijaju osobni potencijali mlade osobe, što ima preventivnu ulogu vezano uz ovisnost, ali i uz druge društvene probleme. Aktivno uključivanje mladih u društvo i njihova participacija u donošenju odluka te rješavanju društvenih problema zaštitni je čimbenik koji pridonosi razvoju vještina mlade osobe i kojeg je potrebno podržati i poticati. Aktivne i društveno angažirane mlade osobe mogu značajno pridonijeti borbi protiv problema ovisnosti, jednako kao i rješavanju drugih društvenih problema.“

*(preuzeto iz „Pozicijskog dokumenta Mreže mladih Hrvatske o problemu ovisnosti i zloporabe sredstava ovisnosti“, Zagreb, 2009.)*

Jednodnevni trening o aktivizmu kreiran je za 15-20 srednjoškolaca.

### CILJEVI:

- upoznati sudionike/ice s pojmom aktivizma i različitim oblicima organiziranja mladih;
- osvijestiti sudionice/ike o važnosti sudjelovanja mladih u društvenim procesima u zajednici;

- osnažiti i potaknuti sudionike/ice za/na aktivno sudjelovanje u rješavanju društvenih pitanja u njihovim lokalnim zajednicama.

## **PROGRAM RADA:**

- Uvod i upoznavanje
- Predstavljanje programa rada, ciljeva i metodologije rada
- Djetelina očekivanja
- Dogovor o radu
- „Teorijski“ uvod u aktivizam
- PAUZA
- Vježba – aktivan/na – pasivan/na?
- PAUZA ZA RUČAK
- Energizer 1,2,3
- Oblici i načini uključivanja mladih – pojmovnik
- Film „Centar za mlade u Kninu“
- PAUZA
- Vježba: građanski aktivizam u mojoj zajednici?
- Usmena i pismena evaluacija

## **PROGRAM RADA:**

**Cilj:** Međusobno upoznavanje samih sudionica i sudionika te trenera/ica na interaktivan i zabavan način.

**Potrebno vrijeme:** 20 min

**Opis aktivnosti:** Nakon kratkog uvoda u radionicu i predstavljanja trenera, slijedi igra upoznavanja: IME-ŽIVOTINJA. Sudionici/ice prema prethodno dogovorenom redoslijedu brzo izgovaraju vlastito ime i naziv životinjske vrste s istim početnim slovom (npr. Ivan – Iguana), prije toga ponovivši imena i životinje prethodnih sudionika/ica.

Potreban materijal/oprema: Za provođenje ove aktivnosti nije potrebam nikakav dodatni materijal ili oprema.

## NAZIV AKTIVNOSTI: Predstavljanje programa rada, ciljeva i metodologije rada

**Cilj:** Upoznati sudionike/ice s programom rada, ciljevima i metodologijom rada trenera/ica u svrhu lakšeg predočavanja onoga što ih očekuje te izgradnje vlastitih očekivanja.

**Potrebno vrijeme:** 15 min

**Opis aktivnosti:** Treneri/ice sudionike/ice upoznaju s planiranim programom rada, metodologijom rada koja će biti korištena i ciljevima koje namjeravaju ostvariti provođenjem ove radionice. Program rada i ciljevi pritom trebaju biti uredno i čitko ispisani na flipchart papiru kako bi ih sudionice/ici i trenerice/i za vrijeme cijelog trajanja radionice mogli pratiti i eventualno prilagođavati interesima i dinamici grupe.

**Potrebna materijal/oprema:** flipchart, flomasteri (markeri), ljepljiva krep-traka

## NAZIV AKTIVNOSTI: Djetelina očekivanja

**Cilj:** Upoznati očekivanja svih sudionika/ica te samih trenera/ica. Prema potrebi i mogućnostima, u skladu s iskazanim očekivanjima sudionika/ica, prilagoditi dijelove programa i/ili metodologije rada radionice.

**Potrebno vrijeme:** 25 min

Opis aktivnosti: Flomasterom iscrutati na flipchart papiru konture djeteline sa četiri lista. U svaki list ispišite po jedno od sljedećih pitanja: Što očekujem od treninga?, Što očekujem od trenera/ica?, Što očekujem od sebe?, Što ne bih volio/voljela da se dogodi? Nadalje, podijelite svakom sudioniku/ici po nekoliko post-it papirića u različitim bojama, s time da se na post-it papiriću određene boje odgovara baš na određeno od četiriju pitanja. Također, važno je da se na jedan post-it papirić piše po jedno očekivanje. Nako što svi sudionici/ice ispišu svoja očekivanja, treneri/ice trebaju grupirati očekivanja koja su slična te ih sve pročitati i prokomentirati. I ovaj je flipchart papir važno zalijepiti na zid tako da bude vidljiv i

dostupan svim sudionicima/icama i trenerima/icama tijekom cijelog vremena trajanja radionice.

**Potreban materijal/oprema:** flipchart papir, flomasteri (markeri), post-it papirići različitih boja, ljepljiva krep-traka

### **NAZIV AKTIVNOSTI: Dogovor o radu**

**Cilj:** Postignuti dogovor o radu konsenzusom kako bi osigurali nekršenje dogovora.

**Potrebno vrijeme:** 15 min

**Opis aktivnosti:** Na flipchart papiru zapisati neke stvari za koje sudionice/ici izjave da im je važno da se poštuju tijekom trajanja radionice. Važno je da se svi sudionici/ice slože s ovim popisom. Ovaj se Dogovor također mora zalijepiti na zid kako bi ga svi mogli pročitati u svakom trenutku i po potrebi ga mijenjati, dopunjavati, kratiti, itd.

**Potreban materijal/oprema:** flipchart papir, flomasteri (markeri), ljepljiva krep traka

### **NAZIV AKTIVNOSTI: „Teorijski“ uvod u aktivizam**

**Cilj:** Upoznati sudionike/ice s pojmom aktivizma.

**Potrebno vrijeme:** 15 min

**Opis aktivnosti:** Putem PowerPoint prezentacije će se, uz kratko usmeno izlaganje trenera/ica, sudionicima/icama dati kratak „uvod u aktivizam“ i teorijska podloga vježbama koje ćemo izvoditi u nastavku radionice.

**Potrebni materijal/oprema:** računalo, projektor

### **NAZIV AKTIVNOSTI: Vježba – aktivan/na– pasivan/na?**

**Cilj:** Potaknuti sudionike/ice da sami procijene i prepoznaju vlastitu ulogu u društvu/lokalnoj zajednici.

**Potrebno vrijeme:** 45 min

**Opis aktivnosti:** Nakon kratkog teorijskog uvoda o aktivizmu, treneri/ice će ukratko pojasniti vježbu Aktivan/na – pasivan/na? Treneri/ice će pripremiti nekoliko tvrdnji, a sudionice/ici će biti zamoljeni da se na osnovu vlastite razine slaganja s iznesenom tvrdnjom pozicioniraju u prostoriji. Na primjer, ukoliko se s tvrdnjom Građani kao članovi zajednice imaju najjasniji i možda najtočniji pregled potreba i prioriteta svoje zajednice i trebaju sami donositi odluke o pitanjima koja ih se tiču, sudionik/ica slaže, stat će na lijevi kraj prostorije; ukoliko se pak ne slaže, stat će na desni kraj prostorije. Ovisno o tome koliko je blizak/ska određenoj tvrdnji, u toj će se mjeri približiti određenom kraju prostorije. Nakon svake tvrdnje slijedi kratka rasprava i zatim prilika za promjenu položaja sudionika/ica unutar prostorije, ovisno o tome je li se i u kojoj mjeri njihov stav prema toj tvrdnji promijenio. (Preuzeto i prilagođeno prema: Putokaz za djelotvoran rad lokalne zajednice, Odraz, 2001., str. 37)

**Potrebni materijal/oprema:** papir, flomasteri (markeri), ljepljiva krep-traka

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Energizer 1,2,3**

**Cilj:** Podignuti razinu energije kod sudionica/ika nakon pauze.

**Potrebno vrijeme:** 5 min

**Opis aktivnosti:** Sudionice/ici se podijele u parove. Najprije naizmjenično broje do tri (svaka osoba izgovara po jedan broj – 1,2,3), zatim umjesto jednog broja pljesnu rukama (1, pljesak, 3), a nakon nekog se vremena po izboru para dodaje i neki glasovni element umjesto jednog broja (npr. 1, pljesak, „Ole!“).

**Potrebni materijali/oprema:** Nije potrebna nikakva oprema niti materijal.

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Oblici i načini uključivanja mladih – pojmovnik**

**Cilj:** Upoznati sudionike/ice s različitim oblicima i mogućnostima organiziranja mladih.

**Potrebno vrijeme:** 20 min

**Opis aktivnosti:** Kroz kratak teorijski dio pojasniti oblike organiziranja mladih, načine i mogućnosti njihova djelovanja te dati teorijski okvir onome o čemu se kroz vježbu Aktivan/na – pasivan/na? razgovaralo. Ovim se putem sudionici/ice uvode u sljedeću aktivnost: film u kojem se predstavlja jedna konkretna inicijativa mladih ljudi.

**Potrebni materijali/oprema:** flipchart papir, računalo, projektor, flomasteri (markeri)

## **NAZIV AKTIVNOSTI: „Centar za mlade u Kninu“**

**Cilj:** Potaknuti sudionike/ice za/na aktivno sudjelovanje u rješavanju društvenih pitanja u svojim lokalnim zajednicama.

**Potrebno vrijeme:** 35 min

**Opis aktivnosti:** Gledanje kratkog filma nakon kratkog uvoda o tome kako je i zašto snimljen. Nakon odgledanog filma povede se kratak razgovor o onome što je viđeno.

**Potrebni materijali/oprema:** projektor, računalo.

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Vježba: građanski aktivizam u mojoj zajednici?**

**Cilj:** Primijeniti prethodno usvojena znanja na praktičnom primjeru iz lokalne zajednice.

**Potrebno vrijeme:** 45 min

**Opis aktivnosti:** Kroz razgovor pronaći jednu akciju građanki/a iz lokalne sredine s kojom su svi sudionici/ce upoznati/e. Na tri flipchart papira se ispišu tri pitanja: Što je bilo loše u tim akcijama?, Što je bilo dobro?,

Koji su vaši prijedlozi za unaprjeđenje? (Što se dalo napraviti kako bi akcija bila bolja?). Sudionice/ici se podijele u tri skupine, nakon čega imaju 10 minuta da odgovore na pitanja. Glazbena playlista, na kojoj se pjesme mijenjaju svake dvije minute, određuje u kojem trenutku grupe moraju zamijeniti mjesta i odgovarati na pitanje koje se nalazi na sljedećem flipchart papiru. To će omogućiti da svaka grupa nekoliko puta dobije priliku odgovarati na sva tri postavljena pitanja. Nakon završene vježbe, slijedi prezentacija napisanog i kratka rasprava.

**Potrebni materijali/oprema:** flipchart papir, flomasteri (markeri), računalo

### **NAZIV AKTIVNOSTI: Usmena i pismena evaluacija**

**Cilj:** Dobiti povratnu informaciju od sudionica/ika o tome u kojoj im je mjeri bilo korisno ono što su na radionici imali priliku čuti i naučiti.

**Potrebno vrijeme:** 20 min

**Opis aktivnosti:** Nakon kratkog evaluacijskog kruga sudionici/ice ispunjavaju evaluacijske listiće. Evaluacijska pitanja:

- Koliko ti je ovo danas bilo korisno?
- Što ti se sviđelo?
- Što je moglo biti bolje?

**Potrebni materijali/oprema:** evaluacijski listići, kemijske olovke.

#### **AKTIVNOST SU KREIRALI I REALIZIRALI:**

*Nikola Buković i Ana Preveden, 05. 11. 2010. za 12 mladih srednjoškolaca Istarske županije, Grada Pule*

# **SUDJELOVANJE MLADIH U RAZVOJU ZAJEDNICE I PROCESIMA DONOŠENJA ODLUKA**

Mladi se nalaze u životnom razdoblju pojačanog rizika za konzumaciju sredstava koja stvaraju ovisnost i pod snažnim su utjecajem okoline. U tom smislu, nužno je osmisliti i sustavno provoditi kvalitetne preventivne programe koji će mlade ljude osnažiti za pronalazak vlastitog identiteta i interesa te afirmirati njihove afinitete i pozitivne primjere. Edukacijom o aktivnom sudjelovanju mladih u društvu i motiviranjem mladih osoba na sudjelovanje u procesima rješavanja lokalnih problema, stvara se kvalitetna osnova za prevenciju ovisnosti raznih vrsta. Imajući na umu to da su mladi resurs zajednice, čija kreativnost i inovativnost, ali i mladenački entuzijizam, osiguravaju energične i vitalne procese razvoja zajednice, važno je u ranoj dobi prepoznavati njihove potencijale i omogućiti im kvalitetno informiranje, obrazovanje i osnaživanje za aktivan doprinos i odgovorno građansko djelovanje u zajednici. Radionica 'Sudjelovanje mladih u razvoju zajednica i procesima donošenja odluka' teži poticanju učenika/ica srednjih škola na aktivan doprinos društvu. Radionica u trajanju od tri i pol sata kreirana je za 25 srednjoškolskih učenika i učenica.

## **OPĆI CILJEVI:**

- Približiti sudionicima/ama važnost građanskog sudjelovanja, odnosno sudjelovanja mladih u razvoju zajednice.
- Osnažiti sudionice/ike na razumijevanje vlastite uloge i vlastitog doprinosa te potaknuti sudjelovanje mladih kao resursne skupine.
- Upoznati sudionike/ice o načinima na koje mogu sudjelovati. Predstaviti sudionicama/ima relevantne procese i izvore informacija.

## **SPECIFIČNI CILJEVI:**

- Upoznati sudionike/ice s procesom neformalnog iskustvenog učenja.
- Pratiti usklađenost rada s trenerskim standardima i razvijati metodologiju rada s mladima.

## **PROGRAM:**

- Uvod u radionicu
- Upoznavanje trenera/ica i sudionika/ica
- Drvo očekivanja
- Dogovor o radu
- Oluja ideja
- Analiza okoline – prilike i nedostaci za mlade u mom gradu
- Janko Strižić – donošenje odluka
- Presentacija rada udruge mladih – uključenost mladih u rješavanje lokalnih problema
- Evaluacija

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Uvod u radionicu**

**Cilj:** Upoznati sudionike/ice s programom, ciljevima i načinom rada.

**Potrebno vrijeme:** 10 min

**Opis aktivnosti:** Usmena prezentacija trenerica o sadržaju programa, ciljevima radionice i metodologijom rada.

**Potrebna materijal:** Papir i marker

**Prilog:** Tiskani program radionice

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Upoznavanje trenera/ica i sudionika/ica**

**Cilj:** Međusobno upoznavanje trenera/ica (njihove motivacije i iskustva u radu s mladima) i sudionika/ica.

**Potrebno vrijeme:** 20 min

**Opis aktivnosti:** Nakon usmene prezentacije, trenerice se predstave i opišu vlastitu motivaciju i iskustvo u radu s mladima te pokušaju sudionicima/ama približiti vlastiti angažman. Sudionice/i se predstavljaju kroz vježbu u parovima. Po dvije osobe (okrenute jedna prema drugoj) trebaju se predstaviti jedna drugoj i reći svoje ime te jesu li su aktivni u nekim organizacijama ili inicijativama mladih. Vježba traje 5 minuta, a zatim u krugu svatko predstavlja svog partnera/icu.

**Potrebna materijal:** /

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Drvo očekivanja**

**Cilj:** Ispitati očekivanja sudionica/ica od radionice spram prijenosa znanja, sadržaja, informacija i vještina.

**Potrebno vrijeme:** 15 min

**Opis aktivnosti:** Treneri/ice zamole sudionike/ice da uzmu po dva šarena papira i na svaki napišu odgovor na dva postavljena pitanja: 1. Što želiš naučiti da stekneš mogućnost/vještinu da se aktivno uključiš u promjenu

u svojoj zajednici – školi, kvartu, gradu? i 2. Što te sve zanima? U međuvremenu, treneri/ice će na veliki papir nacrtati stablo koje će se puniti granama (šarenim papirima). Nakon što svi sudionici/ice nalijepe svoje šarene papire, treneri/ice će ih iščitati na glas cijeloj grupi; treneri/ice će se osvrnuti na očekivanja te će na njih odgovoriti u što većoj mjeri  
**Potreban materijal:** 1 veliki papir, 2 flomastera u boji, pedesetak manjih šarenih papira, krep-traka

### **NAZIV AKTIVNOSTI: Oluja ideja**

**Cilj:** Identificirati oblike i načine sudjelovanja mladih u društvu.

**Potrebno vrijeme:** 5 min

**Opis aktivnosti:** Treneri/ice zamole sudionice/ike da se prisjete raznih načina sudjelovanja mladih u društvu tako da ih se potakne da reagiraju brzo i asocijativno. Sve što treneri/ice čuju zapisuju na veliki papir. Ova vježba služi kao uvod u temu.

**Potreban materijal:** 1 marker i 1 veliki papir

### **NAZIV AKTIVNOSTI: Analiza okoline – prilike i nedostaci za mlade u mom gradu?**

**Cilj:** Potaknuti sudionike/ice da promisle o načinima uključivanja mladih u procese donošenja odluka u svojim zajednicama, da razmisle o svojoj informiranosti o modelima uključivanja mladih u procese donošenja odluka u svojim zajednicama te da identificiraju ključne nedostatke i prilike.

**Potrebno vrijeme:** 45 min

**Opis aktivnosti:** Sudionike/ice se podijeli u 3 manje grupe te im se da uputa da ispitaju, zapišu, a kasnije i prezentiraju zajedničke odgovore na navedena dva pitanja. Trebaju se dogovoriti o osobi/ama koja će (ili koje će) prezentirati zaključke njihove grupe. Pitanja:

Što sve prepoznaješ kao sudjelovanje mladih u razvoju zajednica i donošenju odluka bitnih za razvoj te zajednice?

Što sve postoji u zajednici, a u čemu ti sudjeluješ?

Prva grupa istražuje odgovore na pitanja spram države, druga grupa spram grada, a treća spram škole.

**Potreban materijal:** 4 flipchart papira, markeri, krep traka

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Janko Strižić – donošenje odluka**

**Cilj:** Potaknuti sudionike/ice da kroz gledanje animiranog filma i uloge likova identificiraju načine, oblike i praksu zajedničkog procesa donošenja odluka te povežu to sa situacijama u svakodnevnom životu, odnosno da pokušaju opisati kako bi teкао proces dogovaranja o rješavanju nekog problema u njihovoj zajednici.

Potrebno vrijeme: 45 min

**Opis aktivnosti:** Trenerice sudionicima/icama prikažu crtani film 'Janko Strižić' ili 'Shaun the Sheep - Bath Time' ([http://www.myvideo.de/watch/1744032/Shaun\\_the\\_Sheep](http://www.myvideo.de/watch/1744032/Shaun_the_Sheep)). Nakon odgledanog animiranog filma, sa sudionicima/icama se povede diskusija o situacijama i ponašanjima koja su prepoznali kao povezana sa sudjelovanjem u procesu donošenja odluka; kako su postigle rezultat i kakav je rezultat bio? Također, sudionike/ice se navodi da to povežu sa svakodnevnim životom!

**Potreban materijal:** animirani film, računalo, projektor i zvučnici

**Napomena:** Trener/ica zapisuje pojedine dijelove iz diskusije na veliki papir

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Presentacija rada udruge mladih – uključenost mladih u rješavanje lokalnih problema**

- Presentirati sudionicama/ima kreativne i korisne načine uključivanja u život zajednice te rješavanje lokalnih problema i zadovoljavanje interesa mladih.

- Prezentirati rad lokalne organizacije mladih i motivirati sudionike/ice na uključivanje u rad organizacije.

**Potrebno vrijeme:** 30 min

**Opis aktivnosti:** Na ovaj dio radionice možete pozvati lokalnog gosta koji će prezentirati rad lokalne udruge mladih/za mlade. Na radionici koju smo mi realizirale gostovala je Vesna Vilus iz udruge Domaći kako bi prezentirala rad Domaćih – udruge za kreativni razvoj Karlovca i njihovog Centra za mlade Na Gazi. Prikazala je kraći film o radu udruge i uključivanju mladih u kreiranje Gradskog programa za mlade te je predstavila internetsku stranicu i forum za mlade te aktivnosti Centra za mlade u koje se učenici/e mogu uključiti. Nakon toga se pokreće diskusija.

**Potrebna materijal:** promotivni film, računalo, projektor i zvučnici

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Evaluacija**

**Cilj:** Provjeriti u kojoj su mjeri očekivanja s početka radionice ispunjena te dobiti povratnu informaciju od sudionika o kvaliteti i razumljivosti prezentiranog sadržaja i procesu rada.

**Potrebno vrijeme:** 15 min

**Opis aktivnosti:** sudionicima/ama se podijele post-it papirići u boji te ih se zamoli da na njih napišu u kojoj mjeri su im se ispunila očekivanja te kako im je bilo tijekom radionice.

**Potrebna materijal:** post-it šareni papirići, veliki papir i krep traka (ukoliko se evaluacijski papirići lijepe)

### **AKTIVNOST SU KREIRALE I REALIZIRALE:**

*Cvijeta Senta i Emina Bužinkić, 10.11. 2010. za 25 mladih srednjoškolaca Gimnazije Karlovac.*

## **IMAŠ VIJEĆE, ŠTO ĆEŠ S NJIM?**

U društvu i među ljudima koji se bave mladima i rade s njima, vlada opći konsenzus o tome kako većina mladih ne koristi konstruktivno svoje slobodno vrijeme, kako ih se treba više aktivno uključiti u život zajednice te kako ih treba obrazovati (formalno i neformalno) da postanu aktivni građani koji će promišljati odluke i sudjelovati u njihovu donošenju. Također, zbog toga što iz sličnih razloga mladi posežu za sredstvima ovisnosti, trebale bi se primjenjivati slične metode gore navedenima. Mlade treba aktivno uključiti u život zajednice, obrazovati ih kako bi imali više izbora pri odabiru aktivnosti u svoje slobodno vrijeme te kako bi postali aktivni građani koji doprinose kvaliteti života svoje zajednice.

Radionica "Imaš Vijeće, što ćeš s njim?", želi potaknuti članove učeničkih vijeća da iskoriste potencijal koje ono ima te da od njega stvore jedan od ključnih alata za komunikaciju i suradnju sa svojim školskim kolegama/icama, za edukativne aktivnosti i naposljetku kao moguću zagovaračku platformu za promjene.

### **CILJEVI:**

- dodatno informiranje o učeničkim vijećima i ulozi učenica/ika u aktivnom životu zajednice
- upoznavanje sudionica/ika s primjerima dobre prakse rada učeničkih vijeća
- podizanje svijesti o ovisnosti unutar učeničke populacije
- aktivno promišljanje o učeničkom angažmanu u prevenciji ovisnosti

## PROGRAM RADIONICE:

- Uvod i upoznavanje
- Upoznavanje učenica/ika s osnovnim pojmovima vezanima uz politiku za mlade i ostalim pojmovima relevantnima za učenička vijeća (podjela sudionika/ica u 2 grupe)
- Plenarno predstavljanje definiranih pojmova, diskusija
- Kratko upoznavanje učenika s institucionalnim okvirom djelovanja mladih; predstavljanje ključnih dokumenata javnih politika za mlade (Zakon o savjetima mladih) te upoznavanje s člankom 71. Zakona o odgoju i obrazovanju u osnovnim i srednjim školama
- Pauza
- Predstavljanje primjera dobre prakse
- Predstavljanje prijedloga Deklaracije Vijeća učenika Grada Zagreba o problemu ovisnosti
- Diskusija
- Evaluacija (usmena i pismena)

*Napomena: U stvarnoj provedbi, ova je radionica trajala tri sata. Ukoliko voditelji/ice imaju na raspolaganju više vremena, preporučljivo je da se u program, prije diskusije i evaluacije, ubaci vježba „Mitovi i istine“.*

## NAZIV AKTIVNOSTI: Uvod i upoznavanje

### Ciljevi:

- Međusobno upoznavanje učenica/ika
- Upoznavanje učenika/ica i trenera/ica

**Potrebno vrijeme:** 20 min

### Opis aktivnosti:

- U ovoj igri upoznavanja svaki trener/ica uzme po nekoliko (6 ili 7) post-it papirića i na svakom papiriću napiše po jedan podatak o sebi – bilo iz privatnog, bilo iz profesionalnog života. Papirići se potom pomiješaju, a učenici/ice dobivaju zadatak da nalijepe papirić na trenera/trenericu

ovisno o tome što misle na koga se odnosi podatak zapisan na papiriću.

- Kasnije treneri/ice čitaju post-it papiriće koji su bili nalijepljeni na njima te elaboriraju jesu li učenice/ici pogodili/e.

**Potreban materijal:** Post-it papirići, marker ili kemijska olovka

**Napomena:** Treneri/ice ne moraju nužno iščitavati papiriće zalijepljene na sebi, već u svrhu bolje zabave mogu iščitavati tekst papirića zalijepljenih na partneru/partnerici.

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Upoznavanje učenika s osnovnim pojmovima vezanima uz politiku za mlade i relevantnima za učenička vijeća**

**Cilj:** Ispitati koja je razina znanja i informiranosti sudionica/ika o učeničkim vijećima i politici za mlade.

Potrebno vrijeme: 25 min

**Opis aktivnosti:** Podijeliti učenice/ike u dvije grupe. Na PowerPoint prezentaciji prikazati dvije kolone pojmova vezanih uz politiku za mlade i učenička vijeća. Svaka grupa učenika/ica zasebno osmišljava definicije za predstavljene pojmove. Treneri/trenerice pomažu učenicima/ama ako je to potrebno.

Prijedlog pojmova za 1. grupu: javna politika, organizacije mladih, udruga za mlade, top – down pristup, lokalna zajednica

Prijedlog pojmova za 2. grupu: politika za mlade, udruga mladih, vijeće učenika, bottom – up pristup, civilno društvo

**Potreban materijal:** računalo, projektor, dva velika bijela papira (po mogućnosti A1 ili A3 format), nekoliko raznobojnih markera

**Napomena:** /

- Umjesto programa PowerPoint može se koristiti koji drugi program za izradu prezentacija.
- Ako računalo i/ili projektor nisu dostupni, pojmovi u dvije kolone se mogu zapisati na papir i prezentirati na flip chartu ili zalijepiti na zid.

**Prilozi:** popis pojmova korištenih u vježbi

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Plenarno predstavljanje definiranih pojmova, diskusija**

### **Ciljevi:**

- definirati pojmove kroz procesni rad
- podizanje razine znanja o politici za mlade i učeničkim vijećima

**Potrebno vrijeme:** 20 min

### **Opis aktivnosti:**

Nakon što su u dvije grupe definirali pojmove, učenici/ice ih plenarno prezentiraju. Treneri/trenerice im daju svoje sugestije i komentare na njihove definicije te im se na unaprijed pripremljenim papirima pokazuju točne definicije. Slijedi diskusija.

**Potreban materijal:** materijal iz prethodne aktivnosti, papiri s točno definiranim pojmovima

### **Napomena:**

- Umjesto programa PowerPoint može se koristiti koji drugi program za izradu prezentacija.
- Ako računalo i/ili projektor nisu dostupni, pojmovi u dvije kolone mogu biti zapisani na flipchart papiru ili zalijepljeni na zidu.

**Prilozi:** Popis s točno definiranim pojmovima (PRILOG 2.)

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Kratko upoznavanje učenica/ika s institucionalnim okvirom djelovanja mladih, predstavljanje ključnih dokumenata javnih politika za mlade (Zakon o savjetima mladih) te upoznavanje s člankom 71. Zakona o odgoju i obrazovanju u osnovnim i srednjim školama**

### **Ciljevi:**

- Ukratko upoznati učenike s institucionalnim okvirom djelovanja mladih, predstaviti im prednosti poznavanja institucionalnog okvira (za kvalitetnije djelovanje i zagovaračke aktivnosti).
- Posebno predstaviti zakonski okvir učeničkih vijeća i ispitati njihova znanja, mišljenja i stavove prema članku 71. kojim se utvrđuje sastav i opseg djelovanja vijeća učenika/ika u osnovnim i srednjim školama

**Potrebno vrijeme:** 25 min

### **Opis aktivnosti:**

- Trener/ica kratko objasni učenicima što znači institucionalni okvir te im objasni taj okvir u hrvatskom kontekstu. Svima se podijeli Zakon o savjetima mladih.
- Posebno osvrtnje na Zakon o odgoju i obrazovanju u osnovnoj i srednjoj školi s napomenom važnosti tog Zakona.
- Na PowerPoint prezentaciji se učenicama/ima posebno prezentira članak 71. te ih se navodi da izraze svoja mišljenja, stavove i eventualne nedoumice oko tog članka.

**Potrebna materija:** fotokopije Zakona o savjetima mladih, računalo, projektor, PowerPoint prezentacija

### **Napomena:**

- Umjesto programa PowerPoint može se koristiti koji drugi program za izradu prezentacija.
- Ako računalo i/ili projektor nisu dostupni, pojmovi u dvije kolone mogu biti zapisani na flipchart papiru ili zalijepljeni na zidu.

## NAZIV AKTIVNOSTI: Predstavljanje primjera dobre prakse

### Ciljevi:

- Navesti učenice/ike da, vidjevši pozitivne primjere, promisle o svojoj ulozi unutar Vijeća i o načinu na koji bi tu ulogu mogli učiniti proaktivnom.
- Navesti učenike/ice na razmišljanja o promjenama koje su dostižne. Prikazati primjere lokalne, nacionalne i europske prakse.

**Potrebno vrijeme:** 30 min

**Opis aktivnosti:** Treneri/ice učenicama/ima puštaju dva filma sa primjerima dobre prakse:

- edukativni film o vijeću učenika jedne bjelovarske škole pod nazivom „Drugačija škola“
- promidžbeni film o OBESU-ovoj kampanji Lights on the Rights, dostupan na web stranici: <http://www.youtube.com/watch?v=ZJoiWK-f0Ks>

**Potrebni materijal:** računalo (s programom za reprodukciju filmova), projektor; ili TV s DVD/DIVX – reprodukcijским uređajem

## NAZIV AKTIVNOSTI: Predstavljanje Prijedloga Deklaracije Vijeća učenika Grada Zagreba o problemu ovisnosti

### Ciljevi:

- Navesti učenike da promisle o svojoj ulozi unutar Vijeća učenika te o načinima na koje bi tu ulogu mogli učiniti proaktivnom.
- Inspirirati učenice/ike na aktivan/aktivniji angažman unutar učeničkog vijeća.

**Potrebno vrijeme:** 20 min

**Opis aktivnosti:**

- Treneri/ice učenicima/ama usmeno predstavljaju tijekom nastajanja Deklaracije te njezin sadržaj.
- Učenicima/ama se predstavlja publikacija u kojoj se taj dokument nalazi

**Potreban materijal:** primjerak publikacije

Napomena: poželjno je imati publikaciju i u elektronskom formatu kako bi se dijelovi mogli prezentirati na računalu pomoću projektoru

**Prilozi:** publikacija u pdf formatu, dostupna na:

[http://www.mmh.hr/admin/ckfinder/userfiles/files/Odaberi%20obrazovanje,%20ne%20ulicu\\_Kako%20smo%20mi%20to%20ucinili.pdf](http://www.mmh.hr/admin/ckfinder/userfiles/files/Odaberi%20obrazovanje,%20ne%20ulicu_Kako%20smo%20mi%20to%20ucinili.pdf)

## NAZIV AKTIVNOSTI: Diskusija

**Cilj:** Potaknuti učenice/ike na aktivno promišljanje o njihovoj ulozi u okviru učeničkog vijeća, ali i izvan vijeća, te u drugim oblicima organiziranja mladih i široj zajednici.

Potrebno vrijeme: 40 - 60 min

**Opis aktivnosti:**

Referirajući se na predstavljene primjere dobre prakse i pozicijski dokument, kroz pitanja potaknuti diskusiju o mogućnostima djelovanja unutar učeničkog vijeća, o iskorištenosti tih mogućnosti, o zagovaračkim kapacitetima te o želji i volji za promjenom.

**Potreban materijal:** /

**Napomena:** Poželjno je da treneri/ice facilitiraju diskusiju.

## NAZIV AKTIVNOSTI: Evaluacija

**Ciljevi:**

- Uvidjeti koliko su učenici i učenice zadovoljni/nezadovoljni radionicom te
- Dobiti povratne informacije od učenica i učenika

**Potrebno vrijeme:** od 15 – 30 min \*ovisno o broju sudionika/ika jer se preporučuje napraviti i kratku usmenu evaluaciju, tzv. završni krug

**Opis aktivnosti:**

- „Završni krug“ – kratka usmena evaluacija svakog sudionika/ice pri čemu se sjedi u krugu
- Pismena evaluacija – sudionici/ice ispunjavaju kratki evaluacijski upitnik

**Potrebna materijal:** unaprijed pripremljeni evaluacijski upitnici u dovoljnoj količini

**Napomena:** poželjno je da se u „završni krug“ uključi i sfera doživljaja radionice (je li bilo iscrpljujuće, obogaćujuće i sl.)

*AKTIVNOST SU KREIRALI I REALIZIRALI: Nikola Buković i Mirela Travar, 18.11.2010. za 16 članova i članica Vijeća učenika Gimnazije Sisak*

## **RAZVOJ NEFORMALNIH OBRAZOVNIH PROGRAMA U UDRUGAMA MLADIH**

Radionica u nastavku pomaže organizacijama mladih u pripremi kvalitetnijih neformalnih obrazovnih programa. Ukoliko se netko pita koja je povezanost teme neformalnog obrazovanja i prevencije, zajedno ćemo zaplivati do jednostavne poveznice. Neformalno obrazovanje doprinosi našem osobnom razvoju, razvoju životnih vještina potrebnih za uspješno suočavanje s izazovima. Razvijene vještine, pak, doprinose našoj zaštiti od svih rizika, među kojima su i ovisnosti. Usto, neformalno obrazovanje je kvalitetan način provođenja vremena.

Udruge mladih, klubovi mladih, organizacije za mlade u svom svakodnevnom radu direktno i indirektno rade na prevenciji ovisnosti kroz organizirano provođenje slobodnog vremena, kreativno izražavanje i poticanje volonterstva. U Hrvatskoj ne postoje razvijeni standardi kvalitete rada organizacija mladih iako su ove aktivnosti zaživjele unutar organizacija te su prepoznate i od mjerodavnih institucija. Upravo je zbog toga kreirana ova radionica namijenjena predstavnicama i predstavnicima članskih organizacija Mreže mladih Hrvatske, no ona može koristiti i drugim organizacijama koje se bave neformalnom edukacijom. Radionicom se promovira cjeloživotno učenje, osobito učenje kroz neformalne obrazovne programe.

„Cjeloživotno učenje definira se kao aktivnost učenja tijekom života sa ciljem unapređivanja znanja, vještina i sposobnosti unutar osobne, građanske, društvene i poslovne perspektive. U kontinuitetu cjeloživotnog učenja više dolaze do izraza neformalno i informalno obrazovanje i učenje. Neformalno učenje je integralni dio koncepta cjeloživotnog učenja i

jedno od ključnih usmjerenja obrazovanja za 21. stoljeće te odgovor na izazove koje uzrokuju brze promjene svijeta. Termin "cjeloživotno obrazovanje" označava kontinuirano učenje od »kolijevke do groba«. Ideja cjeloživotnog obrazovanja potječe iz pretpostavke da je čovjek najveće bogatstvo društva i da zato u njega treba ulagati. Neformalno učenje promiče osobni razvoj. Neformalni je okvir način za razvijanje vlastitih potencijala, interesa i talenata. Isto tako ono promiče zapošljavanje. Ono potiče prepoznavanje interesa za budući poziv i odabir željenog radnog mjesta. Cjeloživotno učenje promiče aktivno građanstvo, civilno društvo i demokraciju, mir i integriranu Europu. Ono je instrument za postizanje veće društvene jednakosti i pravde." (Maravić, J. 2003)

## CILJEVI:

- stjecanje znanja o europskim standardima kvalitete aktivnosti neformalnog učenja mladih
- upoznavanje s europskim i hrvatskim dokumentima, inicijativama i procesima oko prepoznavanja ishoda neformalnog učenja kroz rad mladih
- analiza postojećih aktivnosti samih organizacija mladih u odnosu na standarde
- promišljanje o pozicioniranju MMH te revidiranju smjernica usvojenih na Skupštini MMH u 2009. godini.

## PROGRAM RADA:

- Uvod
- Razumijevanje važnosti neformalnog učenja
- Prikaz EU procesa prepoznavanja učinaka neformalnog i informalnog učenja te europskih standarda kvalitete
- Aktivnost prepoznavanja lokalnog doprinosa udruga mladih razvoju i učenju

- Prikaz hrvatskih i regionalnih procesa prepoznavanja neformalnog i informalnog učenja te europskih standarda kvalitete
- Pauza
- Podizanje i osiguranje kvalitete neformalnih obrazovnih programa
- Evaluacija

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Odaberimo svoju poziciju**

### **Ciljevi:**

- predstavljanje facilitatora/ica i programa radionice
- međusobno upoznavanje sudionica/ika

### **Aktivnosti:**

- predstavljanje facilitatora/ica (odakle dolaze i njihova povezanost s temom i MMH)
- predstavljanje ciljeva i programa radionice na flip chart papiru
- upoznavanje sudionica/ika navođenjem vlastitog imena i naziva organizacije iz koje dolaze
- Svaka sudionica/ik pozicionira se u prostoru i u odnosu na druge sudionike/ice 3 puta po tome kako doživljava različite karakteristike: udaljenost mjesta iz kojeg dolazi u odnosu na ono u kojem se trening održava, dolazi li iz organizacije koja djeluje lokalno ili nacionalno, prema vlastitoj ulozi u organizaciji ukoliko su u središtu članovi/ice upravnih tijela organizacije

**Potrebno vrijeme:** 20 min

**Potrebni materijal:** ljepljiva traka, prostor bez stolica u kojem se sudionice/ici mogu raširiti

## NAZIV AKTIVNOSTI: Mapiranje najvrednijih znanja i načina njihovih stjecanja

### Ciljevi:

- stjecanje uvida u vlastite procese učenja
- razumijevanje pojmova formalno, neformalno i informalno učenje

**Potrebno vrijeme:** 20 min

### Opis aktivnosti:

- Individualni rad: Svatko napiše maksimalno 3 važne stvari koje je naučio/la kroz život (npr. hodati, pisati, svirati gitaru, zbrajati i oduzimati, ljubiti se...). Svaka "stvar" zapisuje se na poseban post-it papirić.
- Lijepljenje ispisanih papirića (svi u isto vrijeme, bez objašnjavanja) na izvor naučenog. Na zidu su postavljeni papiri s izvorima (ljudi, lokacije, situacije) – npr. u školi, na tečaju, na poslu, kroz udругu, volontiranjem, u svoje slobodno vrijeme, kroz obitelj, druženjem, preko medija, putujući, od prijatelja ili drugih važnih osoba, sam od sebe.
- Kratki uvid u to gdje se najviše događa učenje koje smatramo jako važnim; input o učenju i obrazovanju te o 3 forme učenja s obzirom na mjesto i metodologiju (formalno, neformalno i informalno)

**Potrebna materijal:** nekoliko flipchart papira, markeri, škare, ljepljiva traka, A4 papiri, post-it papirići (oko 75 papirića), flomaster za svakog su-

## NAZIV AKTIVNOSTI: Prikaz europskih procesa prepoznavanja učinaka neformalnog i informalnog učenja te europskih standarda kvalitete

**Cilj:** Upoznavanje s europskim procesima prepoznavanja učinka neformalnog i informalnog učenja te s europskim standardima kvalitete (dokumenti Vijeća Europe, Europske Unije, Europskog foruma mladih).

**Potrebno vrijeme:** 10 min

**Opis aktivnosti:** Presentacija koja obrađuje ključne korake i dokumente Vijeća Europe i Europske komisije vezane uz prepoznavanje važnosti rada mladih i njegovog doprinosa učenju te profesionalnom i osobnom razvoju mladih.

- Europski sustav za kvalifikaciju i certificiranje trenera u području rada s mladima
- Policy Paper on Youth organisations as non-formal educators – recognising our role (Europski forum mladih – European Youth Forum)
- Youth work portfolio (Vijeće Europe)
- Youthpass (Europska komisija).

**Opis aktivnosti:** Potreban materijal: računalo i projektor, flipchart papiri s ispisanim standardima – oblijepljeni po sobi, primjeri dokumenata i priručnika za razgledavanje tijekom pauze

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Slagalice (Puzzle)**

**Cilj:** Osvijestiti proces neformalnog učenja kao načina stjecanja raznih vještina, znanja, stavova i vrijednosti mladih kroz angažman u organizaciji i sudjelovanje u aktivnostima udruga mladih.

**Potrebno vrijeme:** 30 min

**Opis aktivnosti:**

- Sudionice/ike se papirićima podijeli u 3 grupe.
- Svaka grupa dobije zadatak složiti slagalice na kojima je prikaz setova kompetencija neformalnog obrazovanja priznatih u europskim okvirima. U procesu slaganja puzzle, potrebno je prodiskutirati u kojim situacijama, aktivnostima i na koji način bi mladi taj element mogli dobiti/razviti kroz aktivnosti organizacija mladih (praktični primjeri).
- U grupama sudionice/ici pripreme prezentaciju slagalica uz naglasak na predstavljanje onih kompetencija za koje su se složile/i da se prenose mladima kroz njihove organizacije.
- Presentacija rada svake grupe s rezultatima (koje kompetencije mladi dobivaju kroz rad njihovih organizacija).

**Potreban materijal:** slagalice sa setom kompetencija koje se stječu kroz neformalno obrazovanje u radu mladih (slagalice se izrađuju od priloga 1), papiri, olovke/kemijske, 3 ljepila za papir, flipchart papiri na koje će se zalijepiti slagalice

### **NAZIV AKTIVNOSTI: Obrisi (alternativna aktivnost)**

**Cilj:** Osvijestiti proces neformalnog učenja kao načina stjecanja raznih vještina, znanja, stavova i vrijednosti mladih kroz angažman u organizaciji i sudjelovanje u aktivnostima udruga mladih.

**Potrebno vrijeme:** 30 min

**Opis aktivnosti:** Sudionice/ice se podijeli u 3 grupe. Svaka grupa dobije zadatak nacrtati obris jednog člana/ice grupe u prirodnoj veličini te u njega upisati vještine, znanja i stavove oko kojih su se u grupi složili da se razvijaju kroz angažman u organizaciji. U procesu je potrebno prodiskutirati u kojim situacijama, aktivnostima i na koji način mladi taj element razvijaju kroz aktivnosti organizacija mladih (praktični primjeri).

**Potreban materijal:** veliki papiri i pasteले

### **NAZIV AKTIVNOSTI: Prikaz Hrvatskih i regionalnih procesa prepoznavanja neformalnog i informalnog učenja te Europskih standarda kvalitete**

**Cilj:** Upoznavanje s hrvatskim i regionalnim procesima prepoznavanja učinka neformalnog i informalnog obrazovanja te s nekim postojećim standardima kvalitete.

**Potrebno vrijeme:** 10 min

**Opis aktivnosti:**

**Prezentacija koja obrađuje:**

- Standarde rada mladih u Estoniji i Srbiji
- Nacionalni program za mlade

- Nacionalni kvalifikacijski okvir
- Smjernice MMH o neformalnom obrazovanju

Potreban materijal: funkcionalno računalo i projektor, primjer standarda kvalitete rada mladih u Estoniji i Srbiji.

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Samoprocjena aktivnosti organizacije**

### **Cilj:**

- Procijeniti kvalitetu neformalnih oblika obrazovanja u vlastitoj organizaciji.
- Utvrditi mogućnosti djelovanja samih organizacija na osiguravanju i podizanju standarda neformalnih obrazovnih programa.

**Potrebno vrijeme:** 40 min

### **Opis aktivnosti:**

- Predstavljanje standarda kvalitete neformalnog obrazovanja kroz rad mladih uz kratko objašnjenje listića (lista standarda kvalitete rada mladih).
- Samoprocjena aktivnosti u koje sam uključen ili za koje znam da moja organizacija provodi prema tim standardima kvalitete:
- Svaki sudionik/ica dobije listu sa standardima te individualno procijeni koliko je neki od standarda prisutan u planiranju, provedbi i evaluaciji tih aktivnosti (lista za provjeru - checklist).
- U parovima ili trojkama podijele svoje procjene.
- U grupi rasprave o najčešće ispunjenim standardima kvalitete i onima koji nisu toliko često prisutni te se identificiraju slabe točke aktivnosti organizacija.

**Potreban materijal:** upitnik sa standardima (PRILOG 4.), A4 papiri, pisačke

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Identificiranje potreba organizacije za dostizanje standarda kvalitete**

**Cilj:** Procijeniti kvalitetu neformalnih oblika obrazovanja u vlastitoj organizaciji.

**Potrebno vrijeme:** 45 min

### **Opis aktivnosti:**

Rasprava u kojoj mladi prema uputama facilitatora/ice obilaze stolove i u manjim grupama raspravljaju o četirima temama:

- Što organizacije mogu same napraviti?
- Što organizacije mogu napraviti kroz lokalnu suradnju?
- Što organizacije mogu napraviti na nacionalnoj razini kroz suradnju unutar MMH?
- Koji oblici podrške trenera/ica iz trenerske platforme MMH su potrebni organizacijama?

Na svakom je stolu A4 papir s temom te prazan flipchart papir i 2-3 markera. Svakih 10-15 min grupa od 5-6 sudionika kreće se od jednog do drugog stola. Facilitator/ica daje znak kad je vrijeme isteklo i kad treba promijeniti stol. Pri dolasku do stola grupa raspravi i napiše na flipchart papiru što konkretnije prijedloge. Kad se grupe vrate za svoj početni stol, prođu kroz sve skupljene prijedloge i komentare te identificiraju 3 najvažnije i najrealnije ideje za period od godinu dana. Slijedi kratko predstavljanje rezultata.

**Potrebna materijal:** 4 flipchart papira, olovke/kemijske olovke

## **NAZIV AKTIVNOSTI: Evaluacija**

**Potrebno vrijeme:** 15 min

**Cilj:** Dobiti povratnu informaciju o treningu.

### **Opis aktivnosti:**

Na trima post-it papirićima (različitih boja) svaki sudionik/ica komentira radionicu uz 3 oblika komentara:

- Svidjelo mi se...
- Promijenio/la bih...
- Ključna riječ...

Kad svi dovrše zadatak, papirići se polijepe na zid. Sudionike se potakne da pogledaju što su izrazile kolegice i kolege. U završnom krugu svatko kaže svoju povratnu informaciju. Za detaljniju povratnu informaciju poželjno je i planirano koristiti evaluacijske upitnike.

**Potreban materijal:** pisaljke, post-it papirići u 3 boje

***AKTIVNOST SU KREIRALI I REALIZIRALI:** Martina Horvat i Lidija Burić, 18.12.2010. u Rijeci za predstavnike/ce organizacija mladih koje su članice i suradnice Mreže mladih Hrvatske.*

# PRILOZI



## **PRILOG 1.: OVISNOSTI – Pozicijski dokument Mreže mladih Hrvatske o problemu ovisnosti i zlorabe sredstava ovisnosti**

Pušenje cigareta, pijeње alkoholnih pića i korištenje ostalih sredstava ovisnosti među mladima sve je izraženiji javnozdravstveni problem i tema rasprave kako među roditeljima, odgajateljima i učiteljima, tako i među stručnjacima (Petričević i suradnici).

Mreža mladih Hrvatske, krovna organizacija mladih i članica Europskog foruma mladih, želi skrenuti pozornost na problem ovisnosti i zlorabu sredstava ovisnosti među mladima upravo iz perspektive mladih osoba.

Ovaj pozicijski dokument odnosi se na zlorabu svih vrsta sredstava ovisnosti, uključujući duhan, alkohol i opojne droge. Smjernice pozicijskog dokumenta mogu se primijeniti i na probleme vezane uz druge oblike ovisnosti i kompulzivna ponašanja kojima se ovaj pozicijski dokument izričito ne bavi, kao što je ovisnost o kocki (klađenje) koja značajno pogađa i mlade osobe.

Pozicijskim dokumentom naglašava se važnost ulaganja društvenih resursa u prevenciju ovisnosti i poboljšanje kvalitete života svih mladih osoba do navršene 30. godine života. Međutim, posebno se ističe važnost preventivnih aktivnosti usmjerenih na zaštitu maloljetnih mladih osoba od alkohola, duhana i drugih sredstava ovisnosti, kao i nužnost omogućavanja aktivnog uključivanja mladih u borbu protiv problema ovisnosti te u proces donošenja odluka i rješavanje ostalih problema u zajednici.

### **OPIS PROBLEMA**

Prema definiciji Svjetske zdravstvene organizacije droga je svaka tvar koja nakon unošenja u organizam može modificirati jednu ili više njegovih funkcija. Droge su dakle psihoaktivne tvari ili smjese tvari koje djeluju na centralni živčani sustav i izazivaju promjene u doživljavanju i ponašanju. Droge mogu biti ljekovite te se rabiti u medicinske svrhe, ali postoje

i opojne droge ili sredstva ovisnosti koje se zlorabe s ciljem promjene psihičkog i/ili fizičkog stanja. Psihoaktivni učinak opojnih droga može utjecati na osjet boli, stanje budnosti, izazvati halucinacije ili uzrokovati različite smetnje u motoričkim funkcijama, mišljenju, ponašanju, zapažanju ili raspoloženju. Pri kontinuiranoj zlorabi opojnih droga razvija se bolest ovisnosti te dolazi do mnogobrojnih zdravstvenih i socijalnih problema.

Ovisnost je prema definiciji Svjetske zdravstvene organizacije psihičko, a često i fizičko stanje koje nastaje međudjelovanjem osobe i sredstva ovisnosti. Obilježavaju ga ponašanje i drugi psihički procesi koji uključuju prisilu za povremenim ili redovitim uzimanjem sredstva ovisnosti da bi se doživio njegov učinak ili da se izbjegne nelagoda zbog odsutnosti takvog sredstva. Temeljno je obilježje ovisnosti o psihoaktivnim tvarima postojanje većeg broja kognitivnih, ponašajnih i fizioloških simptoma koji utječu na nastavak uzimanja psihoaktivnih tvari usprkos značajnim problemima vezanima uz njihovu uporabu. Ovisnost može dovesti do prekida, smanjenja ili značajnih promjena čitavog niza društvenih, poslovnih ili rekreacijskih aktivnosti. Pojedinaac može prekinuti s hobijima ili socijalnim aktivnostima kako bi sam ili u društvu drugih ovisnika uzimao sredstvo ovisnosti. Premda možda i uoči ulogu psihoaktivne tvari u vlastitim psihičkim i fizičkim problemima, ovisna osoba nastavit će s uzimanjem tvari.

Zlorabu sredstava ovisnosti prati tendencija negiranja štetnih učinaka tih sredstava. Primjer za to je već ovisnost o legalnom sredstvu ovisnosti duhanu čiji konzumenti često negiraju štetne učinke duhana. Čini se da je glavni motivirajući faktor u ovisnosti žudnja za postizanjem onih učinaka konzumacije sredstava ovisnosti koje konzument doživljava poželjnima. Ta žudnja raste uzimanjem sredstava ovisnosti izazivajući jačanje motivacije za traženjem podražaja povezanih s njom. Mehanizmi djelovanja sredstava ovisnosti ukazuju na ključnu ulogu učenja i formiranja navika u pomaku od kontroliranog prema kompulzivnom uzimanju sredstava

prevalencijom, tj. učestalošću zloporabe sredstava ovisnosti među mladima. Mladi najčešće konzumiraju duhan i alkohol. Nakon pušenja i pijenja alkohola marihuana je u većini europskih zemalja, pa tako i u Hrvatskoj, najraširenije sredstvo ovisnosti koje pripada u ilegalne droge i podliježe zakonskim sankcijama. Rasprave u javnosti koje su se vodile i još se vode o legalizaciji i štetnosti marihuane prilično su zbunjujuće za mlade ljude. Prema istraživanju Zloporabe opojnih droga među adolescentima grada Zagreba (Galić i suradnici, Centar za prevenciju ovisnosti Grada Zagreba, 2001.) tijekom srednje škole više od polovine adolescenata proba neku od ilegalnih droga, a gotovo svi probaju duhan i alkohol. Dobiveni podaci upućuju da je marihuanu barem jednom u životu konzumiralo 14% učenika osmih razreda, dok se taj broj kod učenika četvrtih razreda srednjih škola penje na 53%. Utvrđeno je i da je 11% učenika srednjih škola do završetka školovanja barem jednom probalo ecstasy. Dob prvog eksperimentiranja za sva sredstva ovisnosti smanjuje se u odnosu na podatke iz ranijih istraživanja.

U lipnju 2007. godine u Međimurskoj je županiji provedeno istraživanje „Stavovi, navike i korištenje sredstava ovisnosti u mladima Međimurske županije“. Istraživanje je provedeno na uzorku slučajno odabranih učenika sedmih i osmih razreda svih osnovnih škola i drugih razreda srednjih škola u Međimurskoj županiji, a potaknuo ga je Tim za zdravlje Međimurske županije u sklopu programa Rukovođenje i upravljanje za zdravlje u lokalnoj zajednici» koji je vezan uz javnozdravstveni prioritet «Prekomjerno pijenje i pušenje u mladima». Rezultati su pokazali da je pušenje cigareta i pijenje alkohola najzastupljeniji način korištenja sredstava ovisnosti. U drugom razredu srednje škole 76,3% mladića i 66,2% djevojaka redovito pije alkohol, a tri puta i više u životu je bilo pijano 66,3% mladića i 47,7% djevojaka. Od ostalih sredstava ovisnosti najzastupljenije je korištenje sredstava za smirenje, inhalacijskih sredstava i marihuane. Sve su manje razlike među spolovima. I kod ispitanika se kao i drugdje u Hrvatskoj i Europi uočava kombiniranje različitih

sredstava ovisnosti a unatoč relativno dobroj informiranosti nedovoljno je poimanje štetnosti sredstava ovisnosti i njihovog rizika po zdravlje.

ESPAD (European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs) istraživanje provedeno u trideset europskih zemalja uključujući i Hrvatsku pokazalo je stalni trend porasta pijenja alkohola, pušenja cigareta i korištenja ostalih psihoaktivnih sredstava Republici Hrvatskoj. Podaci na uzorku 6328 učenika prvih i drugih razreda srednjih škola iz Republike Hrvatske pokazuju da je 69,5% anketiranih mladih osoba jednom u životu pušilo duhan, njih 93,4% pilo alkohol od čega se 60,6% napilo, 22,2% je pušilo kanabis, 3,4% je uzelo ecstasy, a 2,5% je probalo kokain. Istraživanje upućuje na raširenost konzumacije alkohola i duhana među maloljetnim osobama kojima bi s obzirom na dob i važeće hrvatske propise ova sredstva ovisnosti trebala biti nedostupna. Naročito je izražen porast pušenja duhana kod djevojaka. Istraživanje također ukazuje na neke obrasce konzumacije alkohola koji se konzumira jednom tjedno ili nekoliko puta mjesečno, ali često do faze pijanstva. Svaki drugi mladić i svaka četvrta djevojka u dobi od 15 godina bili su pijani najmanje 3 ili više puta u životu. Također je u drastičnom porastu pijenje 6 ili više puta u posljednjih mjesec dana, što ukazuje da se ne radi o ponekom popijenom pivu nego o razvijanju navike. Rizik pijenja alkohola povećava se s dobi, naročito kod mladića, ali sve je izraženija i pojava pijenja alkohola među djevojkama. Uporaba marihuane također je u stalnom porastu i kod mladića i kod djevojaka.

Navedeni podaci upućuju na to da su maloljetne mlade osobe dobna skupina u pojačanom riziku za povremeno isprobavanje sredstava ovisnosti, koje može prerasti u redovito uzimanje i razvoj ovisnosti. Znatno veći broj osoba proba drogu nego što ih postane ovisnicima, ali su ranija životna dob i spremnost na eksperimentiranje sa sredstvima ovisnosti povezane s povećanim rizikom za razvoj ovisnosti. Važno je naglasiti da su osobe koje uzimaju jedno sredstvo ovisnosti višestruko rizične i za uzimanje drugih sredstava, kao i za druge oblike rizičnih ponašanja

Istraživanje Zloporabe opojnih droga među adolescentima grada Zagreba potvrdilo je povezanost pušenja i pijenja sa zloporabom ilegalnih droga na način da je utvrđeno da je među učenicima koji puše i piju alkohol njih 67% probalo marihuanu i 36% teže droge, dok je kod učenika koji puše duhan i marihuanu te piju alkohol njih čak 62% probalo i teže droge. Kod mladih koji ne puše i ne piju značajno je rjeđe i eksperimentiranje s ilegalnim drogama.

Naročito je zabrinjavajuća laka dostupnost psihoaktivnih sredstava. Istraživanje provedeno u Međimurskoj županiji pokazuje da mladi smatraju da su im sredstva ovisnosti lako dostupna. Unatoč zabrani prodaje maloljetnicima mladi ispitanici navode da bez problema mogu nabaviti i cigarete i alkoholna pića, a mnogi srednjoškolci smatraju lako dostupnim i ilegalna sredstva ovisnosti. Na pitanje koliko bi im vremena trebalo da nabave jedan joint mladi ispitanici odgovaraju da im treba najviše 10-20 minuta (Petričević i suradnici).

Istražujući motivaciju zloporabe sredstava ovisnosti među mladima Galić i suradnici pronalaze da mladi koji nikad nisu uzeli sredstvo ovisnosti kao najčešći razlog zloporabe navode afirmaciju među vršnjacima, dok oni koji su ga uzeli kao glavni razlog navode hedonizam.

Kao dodatne motive za zloporabu sredstava ovisnosti literatura ističe: želju za iskušavanjem novog, dosadu, transformaciju uloge obitelji, utjecaj vršnjačkih skupina, osjećaj otuđenosti, opiranje utjecaju i autoritetu odraslih, težnja za dokazivanjem zrelosti kroz kopiranje ponašanja i navika odraslih, radoznalost te želju za potvrđivanjem. Razmišljanje o posljedicama, osobito dugoročnim, kod maloljetnih osoba je slabije razvijeno. Pozitivna očekivanja od uzimanja droga u kombinaciji s nepriznavanjem rizika stvaraju pogodnu situaciju za eksperimentiranje. Ako se to ne prepozna i ne zaustavi, eksperimentiranje može prerasti u učestalije uzimanje te u ovisnost (Petričević i suradnici). Jedno od malobrojnih istraživanja usmjereno na stavove samih konzumenata opojnih droga (uzorak od 1075 konzumenata) pod nazivom Stavovi o dekriminalizaciji i legalizaciji droga

pokazuje da konzumiranje bilo koje legalne droge (alkohola, cigarete ili lijekova) statistički značajno utječe na stavove o dekriminalizaciji i legalizaciji droga na način da ispitanici koji imaju iskustva sa konzumiranjem legalnih droga češće zauzimaju pozitivan stav prema dekriminalizaciji i legalizaciji posjedovanja droga te su spremniji preći s konzumacije legalnih na ilegalne droge.

Zato sastavni dio borbe protiv ovisnosti treba imati u fokusu aktivnosti kojima se nastoji utjecati na smanjenje konzumacije kako ilegalnih, tako i legalnih sredstava ovisnosti. Na smanjenje učinkovitosti strategija kojima se nastoji boriti s problemom ovisnosti negativno utječe primjena dvostrukih standarda (i odašiljanja dvostrukih poruka) kad su u pitanju sredstva ovisnosti. Dvostruke poruke uključuju nazivanje nekih sredstava ovisnosti „lakim drogama“ ili fokusiranje samo na ilegalna sredstva ovisnosti, a zanemarivanje opasnosti legalnih sredstava ovisnosti.

Sama činjenica da velik broj ljudi konzumira legalna sredstva ovisnosti, koja isto tako uzrokuju psihičke i fizičke probleme te probleme u funkcioniranju u široj i užoj socijalnoj sredini, bez sankcija i kontrole potkrepljuje spomenutu tezu. Zamjetno je da se tek u zadnjih nekoliko godina počelo usmjeravati na problem zlorabe legalnih sredstava ovisnosti, prvenstveno alkohola i cigareta, koje se zabrinjavajuće često konzumiraju među svim dobnim skupinama te koje su čak i maloljetnim mladim osobama u Republici Hrvatskoj dostupne unatoč zakonskim propisima kojima ih se nastoji zaštititi. Kratkotrajna i neuspjela provedba Zakona o zabrani pušenja u javnim prostorima primjer je pokušaja zaštite ljudi od sredstava ovisnosti koji se pokušao provesti jednostranom voljom zakonodavca bez šireg društvenog konsenzusa. Također je nezadovoljavajuće da su u slučaju navedenog zakona zdravstveni argumenti i dobrobit ljudi dobili manje medijskog prostora i prikazani su manje značajnima od ekonomskih argumenata, iz čega proizlazi da je interes s čovjeka pomaknut prema interesu za profit, što osobito otežava borbu s problemom ovisnosti. Svakodnevno iskustvo pokazuje da se na sličan način zbog

ekonomskih i drugih interesa nedovoljno učinkovito provode propisi o zabrani prodaje alkohola i duhanskih proizvoda mlađima od 18 godina. Pri razvoju efikasnih i sveobuhvatnih strategija za borbu protiv zloporabe sredstava ovisnosti nužno je uključivanje svih društvenih aktera i njihov zajednički doprinos. Bez razvijanja šireg društvenog konsenzusa i doprinosa različitih društvenih grupa u segmentima u kojima svaka od grupa može pridonijeti zasigurno nema konstruktivnih, kvalitetnih i dugoročnih rješenja. Pritom mehanizmi prisile postaju učinkoviti tek kad su zadnji u nizu ostalih društvenih aktivnosti i reakcija, nakon drugih edukativnih i preventivnih strategija.

Važna socijalna skupina koja može postati resurs u borbi protiv zloporabe sredstava ovisnosti jesu i sami mladi, ako se njihovi potencijali i snažan utjecaj na vršnjake mobiliziraju na pravi način. Manji broj aktivnosti usmjerenih na borbu protiv zloporabe sredstava ovisnosti prepoznaje mogućnost pozitivnog utjecaja vršnjaka, ali upravo su iz takvih aktivnosti proizašle su neke kvalitetne brošure koje su pisali mladi za mlade o štetnosti konzumacije duhana, alkohola i drugih sredstava ovisnosti.

Još jedna socijalna skupina čija iskustva mogu pridonijeti boljem razumijevanju problema ovisnosti jesu i sami konzumenti opojnih droga, koji su često također mlade osobe. Većina državnih institucija i tijela ne razmatra mišljenja konzumenata koji imaju direktno iskustvo s uporabom droga, nego ih stigmatizira i na taj način samo produbljuje postojeću socijalnu distancu i njihov marginalizirani položaj. Važna društvena skupina koja često ima vrlo malo informacija o ilegalnim sredstvima ovisnosti, a učestalo konzumiraju legalna sredstava ovisnosti, su roditelji mladih osoba. Roditelji također učestalo prihvaćaju eksperimentiranje s duhanom i alkoholom kod svoje djece. Važnost edukacije roditelja sve je češće prepoznata pa se kroz niz edukativnih projekata policije, zdravstva, škola, drugih institucija i organizacija civilnog društva sve češće organiziraju edukativne aktivnosti za roditelje te se takve aktivnosti trebaju nastaviti širiti i razvijati jer roditelji svojim stavovima i postupcima utječu na mlade.

Kao čimbenik koji dodatno utječe na stavove i aktivnosti vezane uz problem ovisnosti treba naglasiti utjecaj samog društva i važnost postojanja šireg društvenog konsenzusa u ozbiljnom pristupanju problemu ovisnosti. Analizirajući iskustva ostalih država možemo zaključiti da ovisno o političkom interesu dolazi do preokreta u „mjerama“ koje se poduzimaju protiv problema ovisnosti, ali osviještenost samih građana i građanki i njihovi zahtjevi prema upravnim i zakonodavnim tijelima također igraju značajnu ulogu. Međutim, ozbiljna prepreka sustavnoj borbi protiv problema ovisnosti svakako je ekonomski interes od proizvodnje i prodaje legalnih sredstava ovisnosti (duhana i alkohola) te opasnost od korupcije zbog izuzetno velike količine novca koje generira ilegalno tržište narkotika (McAllister, Brant-Zawadzki, i sur., 2001.).

### **PREVENCIJA OVISNOSTI I TRETMAN OVISNIKA**

Postoje čimbenici u osobnosti same osobe, njezinoj obitelji ili okolini koji povećavaju vjerojatnost za zlorabu opojnih droga, a nazivamo ih rizičnim čimbenicima. Da bi prevencija bila učinkovitija, potrebno je poznavati etiologiju zlorabe sredstava ovisnosti i različite čimbenike koji povećavaju rizik zlorabe opojnih droga i razvijanje ovisnosti. Biopsihosocijalni model (prema: Zarevski i suradnici) definira čimbenike koji utječu na eksperimentiranje s drogama i razvoj ovisnosti kao: psihološke čimbenike (vještine suočavanja sa stresom, temperament i crte osobnosti), socijalne čimbenike (utjecaj vršnjačke skupine, šire zajednice i medija, dostupnost droge i slično) i biološke čimbenike (genetske dispozicije). Ako je u socijalnom okruženju droga dostupna te postoje neki rizici na razini psiholoških i bioloških karakteristika, povećava se vjerojatnost da će osoba krenuti s eksperimentiranjem, a zatim i postati ovisna. Međutim, postoje i oni čimbenici koji utječu na smanjenje rizika, a nazivamo ih ZAŠTITNIM čimbenicima. Cilj prevencije je ojačati zaštitne čimbenike i neutralizirati rizike. Dakle, usmjeriti se u cijelosti na osobu i njezine individualne potrebe kako bismo osnažili jake strane osobe i neutralizirali

Za uspješno organiziranje preventivne aktivnosti dodatno je važno poznavati probleme i potrebe lokalne zajednice u kojoj se preventivna aktivnost planira provesti, kao i ostvarivanje partnerstva i povezivanje napora vladinih tijela i organizacija civilnog društva kako bi se osiguralo njihovo simultano i koherentno djelovanje koje je u tijeku s društvenim promjenama i potrebama zajednice. U tom smislu potrebno je zajednički s mladima, njihovim obiteljima, lokalnim vlastima, institucijama i organizacijama civilnog društva razvijati kreativne programe i projekte koji bi imali za cilj osnažiti osobu i doprinijeti ukupnoj kvaliteti njezinog života. Važno je na razini lokalne zajednice osigurati savjetovališne centre i druge sustave podrške kojima je cilj pomoći osobi s bilo kakvim pitanjima i problemima s kojima je suočena, a koje ne može sama riješiti.

Na nacionalnoj razini, trebalo bi sustavno senzibilizirati javnost kroz javne diskusije i edukacije te poticati izradu i distribuciju preventivno-edukativnih materijala. Zatim je potrebno usmjeriti potrebne ljudske i materijalne resurse na prevenciju zlorabe svih sredstava ovisnosti te na detekciju i pravovremeno pružanje pomoći onima u potrebi. Kreiranje preventivnih mjera i tretmana za mlade s ovisničkim ponašanjem treba biti utemeljeno na znanstvenom pristupu, odnosno na dokazima o učinkovitosti programa; moraju ga strukturirano kreirati i izvoditi stručnjaci uz aktivno uključivanje samih korisnika i njihovu povratnu informaciju sukladno kojoj će se programi revidirati. Nadalje, programi trebaju biti dostupni svima, trebaju sadržavati raznolike aktivnosti koje mogu odgovoriti na potrebe različitih osoba i biti provedeni tako da se njima poštuje individualnost osobe. Ne možemo očekivati ozbiljnije uspjehe u suočavanju s problemom ovisnosti bez aktivnog uključivanja i suradnje nadležnih institucija sa svim društvenim grupama i bez stavljanja fokusa na osiguravanje kvalitete života i razvoj socijalnih vještina svih, a osobito mladih kako bi postali kompetentni, odgovorni i aktivni članovi društva.

## **POZICIJA MREŽE MLADIH HRVATSKE O PROBLEMU OVISNOSTI I ZLOPORABE SREDSTAVA OVISNOSTI**

Neosporan je štetan učinak svih sredstava ovisnosti, od onih legalnih kao što su duhan i alkohol do opojnih droga, na mladu osobu i njezinu socijalnu sredinu. Zbog nepovratne štetnosti sredstava ovisnosti potrebno je maksimizirati društvene napore kako do problema sa zloporabom sredstava ovisnosti i razvoja ovisnosti uopće ne bi došlo. Stoga je pozicija Mreže mladih Hrvatske da glavnina društvenih napora treba biti usmjerena na prevenciju.

Zbog raširenosti konzumacije alkohola i duhana među maloljetnim mladim osobama, za koje bi kupnja ovih sredstava ovisnosti trebala biti zabranjena, smatramo da je važno osigurati dosljednu provedbu zakona kojima se štite maloljetne mlade osobe. Ključno je stoga istražiti probleme u provedbi propisa o zaštiti maloljetnih osoba od prodaje alkohola i duhana i usmjeriti se na njihovo rješavanje.

Važno je i pojačati preventivne aktivnosti u odgojno-obrazovnim institucijama, ali i u neformalnoj edukaciji, kako bi se mladi educirali i osnažili da ne konzumiraju alkohol i duhan pa ni druga sredstva ovisnosti. Radi što uspješnije prevencije problema ovisnosti, kao i drugih društvenih problema, ključno je osigurati „lepezu“ različitih edukativnih, kreativnih i društveno korisnih aktivnosti koje bi kroz različite sadržaje zaintrigirali mlade ljude, omogućili njihovo uključivanje i aktivno sudjelovanje te time pridonijeli razvoju socijalnih vještina mladih, stvaranju kvalitetnih obrazaca komunikacije i učinkovitih strategija socijalnog funkcioniranja. Na ovaj se način razvijaju osobni potencijali mlade osobe, što ima preventivnu ulogu vezano uz ovisnost, ali i uz druge društvene probleme. Preventivne aktivnosti trebaju se provoditi u partnerstvu škola i drugih institucija u lokalnoj zajednici s organizacijama civilnog društva i u partnerstvu s mladim osobama koje će biti i korisnici tih aktivnosti. Mlade treba aktivno uključiti u sve segmente društvenog života, kao i u procese donošenja odluka, a osobito u one koji se izravno

tiču njihovog života. Aktivnost mladih, interes za društveno djelovanje i aktivizam značajan je resurs koji treba poticati i koji može djelovati kao zaštitni čimbenik protiv svih društveno nepoželjnih ponašanja pa tako i zlorabe opojnih droga i razvoja ovisnosti.

Uz dobro organizirane i u suradnji provedene preventivne aktivnosti istovremeno treba biti dostupan širok raspon tretmanskih i terapijskih programa za pomoć konzumentima sredstava ovisnosti i ovisnicima, od harm-reduction pristupa, medikamentoznog liječenja i liječenja u formalnim zdravstvenim ustanovama, do tretmanskih programa organiziranih unutar vjerskih zajednica i organizacija civilnog društva. Raznolikost programa omogućuje liječenje neovisno o vrijednosnom sustavu mlade osobe te širu mogućnost uključivanja u tretmanske postupke koji odgovaraju osobnosti i individualnim potrebama svake pojedine osobe.

Također, osmišljanje i provedbu aktivnosti treba provoditi u suradnji s mladim osobama, osobito društveno angažiranim mladim osobama, ali treba poslušati i same konzumente sredstava ovisnosti koji najbolje mogu dati povratne informacije i utjecati na povećanje uspješnosti programa. Suradnja zakonodavnih i upravnih tijela sa zainteresiranim društvenim skupinama potrebna je i tijekom donošenja represivnih mjera (kao što su mjere zabrane pušenja u javnim prostorima, mjere zaštite mladih vozača kroz prometna ograničenja ili mjere prodaje određenih proizvoda maloljetnicima) kako bi se oko njihovog donošenja i provedbe osigurao trajni društveni konsenzus. Uz suradnju, još jedan važan faktor pri donošenju i osiguravanju uspješnosti prethodno opisanih mjera jest i vrijeme, odnosno postupno donošenje mjera s ciljem njihovog promišljenog uvođenja i osiguravanja dugotrajnog učinka. Vezano uz važnost suradnje mladih i formalnih donositelja odluka potrebno je istaknuti da je ta suradnja izuzetno važna za razvoj vještina i kompetencija mlade osobe, ali i kao doprinos jačanju institucionalnih mehanizama kojima mladi postaju faktorom pozitivnih društvenih promjena, pa tako i resursi u rješavanju problema ovisnosti dijela svojih vršnjaka. Slijedom toga, mišljenja smo da

uključivanje mladih u društvo i njihova participacija u donošenju odluka i rješavanju društvenih problema jedan zaštitni čimbenik koji pridonosi razvoju vještina mlade osobe i koji je potrebno podržati i poticati, a aktivne i društveno angažirane mlade osobe mogu značajno pridonijeti borbi protiv problema ovisnosti kao i rješavanju drugih društvenih problema.

## **PRILOG 2.: MALI POJMOVNIK POLITIKE ZA MLADE I JAVNOG ZAGOVARANJA**

**Javna politika** – program vlasti (državne, regionalne, lokalne, europske) kojim se pokušava djelovati na rješavanje problema i/ili unaprijeđivanje rješenja u pojedinim sferama javnog života. Ključni instrumenti su različiti javni dokumenti: zakoni, strategije, pravilnici, uredbe, dekreti. Često se govori o pridjevskim javnim politikama jer ime dobivaju prema području svog bavljenja/interesa (npr. zdravstvena, ekonomska, obiteljska politika)

**Politika za mlade** – predstavlja skup načela, vrijednosti, stavova, ciljeva i akcija u svrhu poboljšanja kvalitete života društvene skupine mladih. Nositelji provedbe politike za mlade mogu biti vlasti, javne i polujavne institucije, nevladine udruge građana/ki, organizacije mladih...

**Nacionalni program (djelovanja) za mlade (NP(D)M)** – dokument nacionalne politike prema mladima u Republici Hrvatskoj; petogodišnja strategija sa 110 mjera koju je krajem 2002. godine usvojio Hrvatski sabor. Novi dokument (Nacionalni program za mlade) Vlada je usvojila u lipnju 2009. godine i sastoji se od 57 mjera.

**Lokalni program (djelovanja) za mlade (LP(D)M)** – dokument područnih/regionalnih ili lokalnih vlasti o razvoju lokalne politike za mlade; višegodišnja strategija za mlade koja može biti na županijskoj, gradskoj ili općinskoj razini. Shodno tome, razlikujemo ŽP(D)M, GP(D)M i OP(D)M.

**Organizacije mladih** – svi oblici samoorganiziranja mladih; uključuju pomlatke političkih stranaka, udruge mladih, udruge za mlade, klubove za mlade, inicijative mladih, vijeća učenika, studentske udruge, neformalne inicijative mladih, zadruge mladih

**Udruga mladih** – udruga građana/nki registrirana prema Zakonu o udrugama koja se fokusira u svom radu na potrebe mladih; načelna razlika od udruga za mlade jest što udruge mladih vode mladi koji su demokratski izabrani unutar članstva udruge

**Udruga za mlade** – udruga građana/nki registrirana prema Zakonu o udrugama koja se fokusira u svom radu na potrebe mladih; ne postoji zakonska razlika od udruga mladih, ali se načelna razlika sastoji u tome što udruge za mlade nužno ne vode demokratski izabrani mladi među članstvom udruge

**Vijeće učenika** – demokratski izabrana struktura od strane učenika škole koja savjetuje obrazovne institucije, a nema pravnu osobnost  
Drugi oblici organiziranja mladih – vijeća mladih, savjeti mladih, parlament mladih, klubovi mladih, neformalne inicijative mladih, studentske udruge...

**Javno zagovaranje** – proces djelovanja koji koristi instrumente demokracije za otvaranje novih prostora, novih politika, zakona. Instrumenti demokracije uključuju izbore, civilne akcije, građanski neposluh, pregovore, lobiranje, sudske procese pa i cjenkanje (eng. Bargaining).

**Dionici** – svi subjekti (građani, organizacije, institucije) kojih se ishod javno-zagovaračke inicijative na ovaj ili onaj način tiče

**Top – down** (pristup „odozgo“) je pristup u kreiranju javnih politika u kojem inicijativa stiže od nositelja/ica javnih vlasti.

**Bottom-up** (pristup „odozdo“) je pristup kreiranju i/ili utjecanju na javne politike u kojem inicijativa stiže od strane građana/nki ili nižih razina vlasti. Pokretači takvih inicijativa su obično organizirani građani/nke (civilno društvo) koji/e, najčešće instrumentom javnog zagovaranja, pokušavaju utjecati na javne politike.

**Civilno društvo** - područje institucija, organizacija, mreža i pojedinaca smještena između obitelji, države i tržišta, u koje se ljudi udružuju dobrovoljno radi zagovaranja svojih zajedničkih interesa. U svojoj najjednostavnijoj formi, civilno društvo predstavlja skup institucija i udruga/organizacija koje spajaju ljude uz vladu i privatni sektor.

**Lokalna zajednica** – područje na kojem pojedinac/nka živi, radi i djeluje te na kojem zadovoljava svoje najneposrednije potrebe.

**Mreža** – skupina ljudi, organizacija i institucija koje surađuju i međusobno se podupiru.

**Koalicija** – skupina organizacija koje surađuju unutar strukturiranog i osmišljenog okvira kako bi ostvarile zajednički cilj. Sukladno razini čvrstine veza/okvira, razlikujemo kooperacije, koordinacije i kolaboracije.

## **PRILOG 3.: MALI POPIS VAŽNE LITERATURE I POPIS KORISNIH INTERNET STRANICA O POLITIKAMA ZA MLADE**

### **Europska unija:**

- EC White paper: New impetus for european youth
- European youth pact
- Youth on the move

### **Vijeće Europe:**

- Revidirana europska povelja o uključivanju mladih u život regija

### **Hrvatska:**

- Nacionalni program (djelovanja) za mlade
- Koraci do uspješne politike za mlade u lokalnoj zajednici, MMH, 2006.
- Zakon o savjetima mladih
- Gradski program (djelovanja) za mlade Grada Zagreba
- publikacije Instituta za društvena istraživanja

### **Web stranice:**

- Vijeće Europe [www.coe.int](http://www.coe.int)
- Omladinska informativna agencija [www.oia.ba](http://www.oia.ba)
- Ujedinjeni narodi – Odjel za mlade <http://www.un.org/esa/socdev/unyin/index.html>
- Mreža mladih Hrvatske [www.mmh.hr](http://www.mmh.hr)
- Europski forum mladih [www.youthforum.org](http://www.youthforum.org)

**PRILOG 4.: Standardi kvalitete (prilagođeno prema Fennes, H., Otten, H. "Quality in non-formal education and training in the field of European youth work", 2008)**

<b>Quality criteria and standards for non-formal education and training</b>	<b>YES</b>	<b>NO</b>
<b>1. The activity is underpinned by the core principles and practices of nonformal education.</b>		
• <i>diversity of methods combining cognitive, affective and practical dimensions of learning</i>		
- <i>linking individual learning and learning in groups</i>		
• <i>participatory and learner-centred</i>		
• <i>holistic and process-oriented</i>		
• <i>close to real life concerns, experiential and oriented to learning by doing,</i>		
• <i>voluntary and (ideally) open-access</i>		
• <i>oriented towards competence development</i>		
- <i>self-directed, socially-focussed, interactive and activity-based methods</i>		
- <i>promotion of democratic values and practices</i>		
<b>2. The activity meets identified needs in the community.</b>		
<b>2.1. The activity is conceptualised and designed to meet needs which are identified through an adequate and ongoing needs analysis at all levels meeting the following criteria:</b>		
1. <i>have a declared value position of those performing the needs analysis;</i>		
1. <i>have a defined scope;</i>		

-	<i>be systematically based on available information on knowledge about the issue to be addressed, including from research, practice and stakeholders;</i>		
-	<i>take into account both latent and manifest needs;</i>		
•	<i>include a description of the results, their interpretation and a recommendation on the action to be taken;</i>		
•	<i>be accessible and transparent concerning its results to relevant stakeholders.</i>		
<b>3. The activity is consciously conceptualised and framed to meet identified and appropriate objectives as well as to allow for unexpected outcomes.</b>			
<b>3.1. Social and educational objectives:</b>			
•	<i>are explicit and clear as well as realistic and achievable in view of available resources</i>		
•	<i>are formulated in a manner and form that makes it possible to evaluate them</i>		
•	<i>are related to identified needs of the participants</i>		
•	<i>imply change and/or action for change in the participants' realities and understanding, in particular through the development and application of specific competences</i>		
•	<i>are consistent with the needs analysis</i>		
•	<i>are consistent with expected outcomes</i>		
•	<i>provide for communication and interaction between the learners</i>		
<b>3.2. Participants/learners:</b>			
a.	<i>The participants' profile is clearly defined taking into account the needs analysis and the social and educational objectives</i>		

<p>b. <i>The composition of the group of participants (group profile) is defined to achieve a good balance between commonalities and diversities in the context of the activity (composition of gender, age, education, profession, socioeconomic status, cultural/ethnic background, language, nationality, country of residence, experiences and competences related to the topic, motivation etc.)</i></p>		
---	--	--

### 3.3.Design of the activity format and architecture:

<p>3. <i>Educational terms are consciously planned and justified in view of the objectives to be achieved: duration and pacing, location, training/learning modalities, classification and framing, number of participants/learners.</i></p>		
<p>4. <i>Roles of and relations between the different types of actors (i.e. participants, trainers, organisers etc.) are clarified and transparent.</i></p>		
<p>5. <i>The experiences, qualifications and competences represented in the team of trainers meet the requirements necessary for achieving the objectives and for implementing the educational terms.</i></p>		

### 3.4. the pedagogical approach:

<p>- <i>reflects social and political reality;</i></p>		
<p>- <i>is coherent, trustworthy and credible;</i></p>		
<p>- <i>secures autonomy of trainers and learners/participants;</i></p>		
<p>- <i>is demanding and challenging for the learners – but not over-challenging;</i></p>		
<p>- <i>encourages questioning and challenging of “old” and “new” concepts;</i></p>		
<p>- <i>assists in finding solutions;</i></p>		
<p>- <i>provides grounds for the methodology that will be adapted to the situations and processes.</i></p>		

#### 4. The activity is well designed, planned and carried out, in both educational and organisational terms.

##### 4.1. Management:

<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>The whole preparation and implementation process of the activity is adequately planned, timed, carried out and monitored (design of the activity, recruitment of the trainers, announcement of the training activity/call for applicants, application and selection of participants, communication with participants, trainers and other actors, organisational tasks including technical and administrative support during the activity, preparation of the programme elements, format and design of the evaluation, documentation, planning of follow-up, financial management etc.).</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Timely and adequate communication with all actors is ensured.</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>An adequate venue with appropriate training, accommodation and catering facilities (if applicable) including the required equipment is selected in time.</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>If applicable, an adequate virtual learning environment is established for CSCL (computer-supported cooperative learning)</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>A description of the activity (background information, context and rationale; needs addressed; aims and objectives; participant profile; pedagogical approach and methodology; technical, financial and administrative information; information on the organisers, sponsors and other stakeholders etc.) and an application/registration form (applicant data; applicant motivation; questions related to the participant profile etc.) as electronic, paper or online version are produced and made public to the target group (in languages understood by the target group) providing for an adequate dissemination and application period.</i></li> </ul>		

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Accessibility to the activity for persons with fewer opportunities is ensured through respective participation criteria as well as communication means and channels.</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Selection of participants (if applicable) is transparent and consistent with the design of the activity and with the values of youth work</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Trainers, other experts, external evaluators, interpreters and other services (if applicable) are recruited and contracted in time with clearly defined tasks, responsibilities and roles.</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Adequate technical and administrative support during the training activity is ensured, including for CSCL.</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>The activity design provides for eventual follow-up.</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>The activity is documented in a timely manner as needed for achieving its objectives, for reporting requirements (i.e. by sponsors) and for follow-up.</i></li> </ul>		

**4.2. Information of and communication with applicants and participants ensures that:**

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>demands for applying for, participating in and following-up on the activity (time, energy, commitment, mobility, ICT access etc.) are clearly expressed;</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>social and educational objectives are understood by the participants</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>participants are timely informed about expected preparation before the activity, logistics and financial issues;</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>participants receive the documentation/report of the activity as well as other documents produced as an outcome/ result of the activity.</i></li> </ul>		

#### 4.3. Roles and relationships:

<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Different roles and responsibilities are clarified and communicated to everyone concerned, with the objective that all actors feel comfortable and competent in their roles</i></li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Responsibilities for political, administrative and educational roles are clear, transparent and respected</i></li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Channels of communication between all actors are clear.</i></li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>Roles and relationships are characterised by a sense of accountability.</i></li></ul>		

#### 4.4. The trainers team:

<ul style="list-style-type: none"><li>- <i>is recruited transparently through adequate invitation and selection procedures, taking into account all needs and requirements of the activity, in particular with respect to the necessary competences including team-work competence;</i></li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>- <i>is complementary (in particular with respect to competences required) and balanced in composition (i.e. with respect to gender, cultural/ethnic background, nationality etc.) within the context of the activity;</i></li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>- <i>is conscious of the team processes and establishes and is committed to a culture of cooperation based on mutual trust, respect, support, openness and sincerity</i></li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>- <i>meets at least once face-to-face with all team members present well before the activity for an adequate preparation of the activity (team-building; design of a detailed programme and methodology in line with the pedagogical approach and the objectives to be achieved; clarification of training and working modes, responsibilities and individual preparation of trainers; design of internal evaluation);</i></li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>- <i>carries out the activity in line with the other quality criteria of this scheme;</i></li></ul>		

-	<i>meets on a regular basis during long-term training activities consisting of several modules and/or phases;</i>		
-	<i>implements an internal evaluation of the activity involving the learners.</i>		
<b>5. The activity is adequately resourced</b>			
•	<i>has a transparent and comprehensive budget which includes and distinguishes between all direct and indirect costs (time and money), including evaluation and follow-up costs as well as expected income/revenue ;</i>		
•	<i>ensures that, in particular, the human resources allocation includes all necessary components and tasks according to appropriate benchmarks per training day – i.e. work days (of trainers, managerial and administrative staff) per training day and in relation to the number of participants.</i>		
•	<i>ensures, in particular, an appropriate trainer-participant ratio between 1:6 and 1:12 depending on the nature of the activity, its objectives and its pedagogical approach;</i>		
•	<i>ensures that the allocation of financial, infrastructure, technical and environmental resources is coherent with the needs resulting from the objectives, pedagogical approach, educational design and methodology of the activity;</i>		
•	<i>allocates financial resources adequate to the educational and market value of the training activity provided and delivered (i.e. trainers' fee levels, standard of facilities etc.);</i>		
•	<i>has the assurance that funding agencies operate transparent, simple, effective and efficient administrative procedures for application, payment, accounting and reporting.</i>		

## 6. The activity demonstrably uses its resources effectively and efficiently.

<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>is designed and implemented in a way that its aims and objectives are achieved effectively and efficiently, including with respect to the use of time, human and material resources (cost-benefit considerations);</i></li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>calculates the budget of an activity according to an appropriate benchmark for cost/participant/day;</i></li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>makes every effort to seek out and draw on all potential direct and indirect resources available in an effective and efficient way;</i></li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>be evaluated with respect to its outcomes, results and impact in relation to its aims and objectives;</i></li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>provide an account of efficient and effective use of resources that shows the activity's contribution to the outcomes and benefits of the activity.</i></li></ul>		

## 7. The activity is monitored and evaluated.

### 7.1. Monitoring is an ongoing task with respect to:

<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>the preparation, implementation, evaluation and follow-up of the activity according to established work plans, deadlines, benchmarks, responsibilities, budgets etc.;</i></li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>the implementation of the pedagogical approach, programme, methodology and methods;</i></li></ul>		
<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>the achievement of (interim) objectives, outcomes and results.</i></li></ul>		

7.2. The evaluation (refers to the design of the activity, the training and learning process, the achievement of objectives as well as unexpected outcomes, the performance of and delivery by the trainers, the organisation of the activity, the facilities and the benefits for the organisers, sponsors and the respective sector) includes:

<ul style="list-style-type: none"><li>• <i>an ex-ante evaluation with respect to the activity objectives and design;</i></li></ul>		
--	--	--

<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>an ongoing evaluation on a regular basis during the activity with respect to its programme elements;</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>a final evaluation with the participants at the end of the activity, including feed back by the participants to the trainers;</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>an ex-post evaluation after the completion of the activity with respect to its impact</i></li> </ul>		
<b>7.3. The evaluation results are aimed to:</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>contribute to the learning of all actors and institutions involved in the sense of “learning organisations”</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>contribute to the development of the trainers’ and organisers’ competences</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>be used to improve the development and implementation of future training activities</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>be made accessible to sponsors and funding institutions to evaluate and – if appropriate – to revise their funding policies</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>be made accessible to practitioners, policy makers and researchers in order to contribute to quality development in the whole sector</i></li> </ul>		
<b>8. The activity acknowledges and makes visible its outcomes and results.</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>The outcomes and results of the activity are documented and made accessible to all actors involved, to sponsors and funding institutions, to interested researchers and (optionally) to policy makers</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>If relevant, outcomes and results are published and disseminated to a larger public.</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Participants receive a certificate for their participation in the activity, including the description of the programme, achievements and other relevant aspects of the activity.</i></li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Participants are encouraged to apply what they have learned and to develop and implement follow-up activities.</i></li> </ul>		

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>Participants are offered to be informed and contacted by the training provider with a view to follow-up activities.</li> </ul> |  |  |
|---|--|--|

**ONLY FOR INTERNATIONAL/INTERETHNICAL/INTERCULTURAL GROUPS OF PARTICIPANTS!!!!**

**9. The activity integrates principles and practices of intercultural learning.**

**9.1. The activity is designed and implemented in a way that participants**

<ul style="list-style-type: none"> <li>are encouraged and supported in relating to and interacting with participants from other cultural backgrounds;</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>are encouraged to explore the socio-cultural environment of the location where the activity takes place;</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>experience cultural differences and learn from them;</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>develop appreciation for cultural diversity;</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>develop empathy and an understanding for other cultures;</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>develop a positive attitude towards human rights and against, racism, anti-semitism, xenophobia and intolerance;</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>develop intercultural competence.</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>The activity is implemented by a team of trainers (a minimum of two trainers) from different cultural backgrounds reflecting the cultural, linguistic and social realities of the group of learners.</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>The design and implementation of the activity follow the principles of intercultural learning, take into account the cultural dimensions of education, training and respective concepts and give preference to bilingual and multilingual training/learning modes.</li> </ul>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>The design and implementation of the activity take into account the need for translation and interpretation.</li> </ul>		

**10. The activity contributes to European-level policy aims and objectives in the youth field.**

- <i>The objectives of the activity reflect or include European-level policy aims and objectives in the youth field</i>		
- <i>The design and implementation of the activity is coherent with the values and principles reflected in European-level policy aims and objectives in the youth field.</i>		
- <i>The activity is evaluated with respect to the achievement of these and related policy aims and objectives.</i>		
- <i>Relevant outcomes and results of the activity, including follow-up activities, are publicised to an interested larger public and, in particular, to youth policy makers at all levels and to youth research.</i>		

## PRILOG 5.: Upitnik o konzumiranju sredstava ovisnosti

Zaokruži odgovor koji je točan za tebe. 😊



### 1. PUŠIM

- a) NIKADA
- b) VRLO RIJETKO
- c) NEKOLIKO PUTA MJESEČNO
- d) NEKOLIKO PUTA TJEDNO
- e) SVAKI DAN

### 2. AKO PUŠIŠ SVAKI DAN, KOLIKO CIGARETA POPUŠIŠ?

- a) DO 5
- b) OKO 10
- c) CIJELU KUTIJU
- d) VIŠE OD JEDNE KUTIJE



### 3. PIJEM ALKOHOL

- a) NIKADA
- b) VRLO RIJETKO
- c) NEKOLIKO PUTA MJE SEČNO
- d) NEKOLIKO PUTA TJEDNO
- e) SVAKI DAN

### 4. NAJČEŠĆE PIJEM

- a) PIVO
- b) VINO
- c) ŽESTOKA PIĆA
- d) NEŠTO DRUGO



### 5. KORISTIM DROGE

- a) NIKADA
- b) VRLO RIJETKO
- c) NEKOLIKO PUTA MJE SEČNO
- d) NEKOLIKO PUTA TJEDNO
- e) SVAKI DAN

### 6. PROBAO/LA SAM

- a) MARIHUANU
- b) HAŠIŠ
- c) ECSTASY
- d) SPEED
- e) LSD
- f) KOKAIN
- g) HEROIN
- h) NEŠTO DRUGO



## 7. KLADIM SE

- a) NIKADA
- b) VRLO RIJETKO
- c) NEKOLIKO PUTA MJE SEČNO
- d) NEKOLIKO PUTA TJEDNO
- e) SVAKI DAN

## 8. AKO SE KLADIŠ,

KOLIKO NOVACA OBIČNO ULOŽIŠ?

- a) DO 10 KN
- b) OD 10 DO 50 KN
- c) OD 50 DO 100 KN
- d) VIŠE OD 100 KN



## 8. IGRAM KOMPJUTORSKE IGRICE

- a) NIKADA
- b) VRLO RIJETKO
- c) NEKOLIKO PUTA MJES EČNO
- d) NEKOLIKO PUTA TJEDNO
- e) SVAKI DAN

## 9. AKO IGRAŠ KOMPJUTORSKE IGRICE SVAKI DAN, KOLIKO VREMENA PROVEDEŠ IGRAJUĆI?

- a) DO SAT VREMENA
- b) 1-2 SATA
- c) OD 3 DO 5 SATI
- d) VIŠE OD 5 SATI



## 10. KOLIKO ČESTO KORISTIŠ FACE-BOOK?

- a) NIKADA
- b) VRLO RIJETKO
- c) NEKOLIKO PUTA MJE SEČNO
- d) NEKOLIKO PUTA TJEDNO
- e) SVAKI DAN

## 11. AKO KORISTIŠ FACEBOOK SVAKI DAN, KOLIKO VREMENA PROVEDEŠ NA NJEMU?

- a) DO SAT VREMENA
- b) 1-2 SATA
- c) OD 3 DO 5 SATI
- d) VIŠE OD 5 SATI

## POPIS KORIŠTENE I PREPORUČENE LITERATURE

1. ESPAD, rezultati istraživanja, 2003
2. Galić i suradnici: «Zloporaba droge među adolescentima», Centar za prevenciju ovisnosti Grada Zagreba, Zagreb, 2002.
3. Hrvatski zavod za javno zdravstvo: „Ponašanje u vezi sa zdravljem u djece školske dobi 2005/2006“, Zagreb, 2008
4. Jaap van der Stel i suradnici: Europski priručnik za prevenciju pušenja, alkohola i droga, Udruga LET, Zagreb, 2008.
5. Makvić, H.: „Stavovi o dekriminalizaciji legalizaciji droga u RH s obzirom na iskustvo konzumiranja“, Zagreb, 2003.
6. Maravić. J. “Cjeloživotno učenje”, Edupoint časopis, 2003.
7. Marchiotti I. i suradnici: «Protiv droge zajedno», Priručnik Policijske uprave Zagrebačke i Gradskog ureda za zdravstvo, rad, socijalnu zaštitu i branitelje Grada Zagreba, Zagreb, 2006.
8. McAllister, J.F.O. i sur.: «Europe goes to pot», Time Atlantic, 2001.
9. Nacionalni program prevencije ovisnosti za djecu i mlade u odgojno - obrazovnom sustavu, te djecu i mlade u sustavu socijalne skrbi za razdoblje od 2010. do 2014. godine (<http://www.uredzadroge.hr/upload/File/Dokumenti/Nacionalni%20program%20prevencij>)

## O izdavaču

Mreža mladih Hrvatske (MMH) je savez 59 nevladinih udruga mladih i za mlade koji u Republici Hrvatskoj djeluje kao nacionalna krovna organizacija mladih (eng. National Youth Council) i članica je Europskog foruma mladih. MMH je nevladina, neprofitna i nestranačka udruga osnovana u prosincu 2002. godine. MMH zagovara i promiče interese i stavove mladih na načelima tolerancije, razumijevanja te poštivanja njihovih prava i potreba.

MMH je demokratski ustrojena, reprezentativna i inkluzivna te kao takva prepoznata u RH i međunarodno. MMH okuplja nevladine udruge mladih i za mlade koje su dobrovoljno pristupile Mreži, i to nacionalne saveze i lokalne udruge koje djeluju na području teritorija čitave RH.

Misija: Mreža mladih Hrvatske razvija javne politike za mlade kroz informiranje, javno zagovaranje, tematsko umrežavanje, međunarodnu suradnju, podupiranje razvoja organizacija mladih i partnerstvo s institucijama vlasti.

Vizija: Aktivni mladi građani koji sudjeluju u kreiranju, provedbi, nadgledanju i vrednovanju politike za mlade u Republici Hrvatskoj.

Mreža Mladih Hrvatske

Projekt:

**Ovisni o pozitivnoj promjeni/  
platFORMATrenera**

2010.