

Priručnik

# Mentorski program u funkciji selektivne prevencije ovisnosti

Dopunjeno izdanje



# **Priručnik: Mentorski program u funkciji selektivne prevencije ovisnosti**

Materijali za provedbu mentorskog programa sa svrhom prevencije ovisničkog ponašanja kod djece i mladih

## **Autori:**

Tena Brkić, mag. socijalne pedagogije  
Martina Nikolić, mag. psihologije  
Mirta Kovačević, Dkolektiv

## **Lektor:**

Tea Barjaktarević

## **Recenzent:**

izv. prof. dr. sc. Ana Kurtović

## **Mjesto i godina izdavanja:**

Osijek, 2022.

## **Oblikovanje i grafička obrada:**

Najbolji ja – sveobuhvatni program selektivne prevencije ovisnosti  
Ministarstvo zdravstva

## **Nakladnik:**

Centar za nestalu i zlostavljanu djecu, Osijek  
100 primjeraka

## **Tisak:**

Zebra Vinkovci

**ISBN** 978-953-50283-1-4.

**CIP** 150629099



REPUBLIKA HRVATSKA  
Ministarstvo  
Zdravstva

Ovaj priručnik izrađen je u sklopu projekta "Najbolji ja - sveobuhvatni program selektivne prevencije ovisnosti", koji je financiran sredstvima Ministarstva zdravstva Republike Hrvatske.

# **Sadržaj**

Uvod .....	4
Projekt Najbolji ja – sveobuhvatni program selektivne prevencije ovisnosti .....	5
Što je ovisnost? .....	7
Uzroci ovisnosti .....	9
Prevencija ovisnosti .....	11
Edukacija o volontiranju.....	15
Mentoriranje i mentorski programi .....	21
Online ili e-mentoriranje .....	23
Mentorski program u funkciji selektivne prevencije ovisnosti .....	25
Učinkovitost mentorskih programa u prevenciji ovisnosti .....	27
Provedba mentorskog programa .....	31
Uključivanje djece i mladih .....	31
Uključivanje volontera .....	31
Odabir volontera i proces selekcije .....	32
Edukacija volontera .....	34
Uparivanje mentora-volontera i djeteta .....	34
Razvoj mentorskog odnosa .....	36
Koordinacija (praćenje i podrška) mentorskih parova .....	37
Evaluacija .....	39
COVID-19 i prilagodba rada .....	40
Nedostaci i rizici provedbe programa .....	41
Iskustva volontera CNZD-a .....	42
Literatura .....	43
Prilozi .....	46

# **Uvod**

Izradu ovog priručnika potaknulo je višegodišnje iskustvo u provedbi mentorskih programa sa svrhom prevencije ovisnosti kod djece i mlađih kroz projekte Centra za nestalu i zlostavljanu dječju (CNZD): Najbolji ja – mentorski program sa svrhom selektivne prevencije ovisnosti (2017./2018.), Najbolji ja – sveobuhvatni program selektivne prevencije ovisnosti kod djece i mlađih (2018./2019.) te istoimenog projekta koji je trenutačno u trećoj godini provedbe – Najbolji ja – sveobuhvatni program selektivne prevencije ovisnosti (2020. – 2022.). Priručnik je namijenjen stručnjacima za provedbu mentorskog programa upravo među djecom i mlađima koji su u riziku ili već imaju razvijene probleme u ponašanju, kao intervencija selektivne prevencije ovisnosti. Sadržava detaljan opis mentorskog programa, kome je namijenjen, koji su njegovi učinci na ciljnu skupinu te radne materijale korisne za provedbu mentorskog programa i edukaciju mentora. Mentorski programi predstavljaju vrijedan resurs u prevenciji svih oblika rizičnog ponašanja i razvijanju socijalnih vještina te kvalitetno ispunjavanje slobodnog vremena kod djece i mlađih kod kojih je već prepoznat neki rizik, a sudionici prethodnih projekata izražavaju visoku razinu zadovoljstva ovakvim načinom rada. Budući da mentorski programi funkcionišu tako da obuhvaćaju više rizičnih čimbenika na koje djeluju, značajan je njihov doprinos i u prevenciji ovisnosti. Mentorski program kao učinkovita intervencija opisan je u Minimalnim standardima prevencije ovisnosti u odgojno-obrazovnom sustavu (2017), a drugi rezultati raznih istraživanja također potvrđuju korisnost programa na ovom području (Jeđud i Ustić, 2009).

Potrebu za provođenjem mentorskog programa utvrdili smo kroz vlastita iskustva u radu s djecom u školama i domovima socijalne skrbi te kroz iskustvo u radu s djecom koja su uključena u različite programe i aktivnosti CNZD-a. Mentorski program Najbolji ja uključuje mlađe volontere (od 18 do 35 godina) u volonterski rad na prevenciji ovisnosti. Uključivanjem u projekt postaju mentori (po uzoru na program Veliki brat/velika sestra) djeci u socijalnom riziku, odnosno djeci s problemima u ponašanju. Prošlogodišnji mentorski programi (Postani mi legos; Postali smo legosi, postani i ti; Najbolji ja) ostvarili su velik uspjeh te je u program mentoriranja bilo uključeno više od stotinu djece s problemima u ponašanju i socijalnim deficitima. Također, veliki odaziv i interes volontera pokazao je da su mlađi socijalno osvješteni te da su prepoznali volonterski angažman pozitivnim za svoj daljnji osobni i profesionalni razvoj, a mentorski program kao uspješnu metodu u prevenciji rizičnog ponašanja.

Ovim priručnikom omogućuje se razmjena iskustva i širenje primjera dobre prakse među stručnjacima, a na taj način i druge organizacije i institucije ovakav mentorski program mogu početi primjenjivati u svojoj zajednici te tako doprinijeti prevenciji ovisnosti kod djece i mlađih s kojima rade.

# **Projekt *Najbolji ja – sveobuhvatni program selektivne prevencije ovisnosti***

Opći je cilj projekta selektivna prevencija svih vrsta ovisnosti kod djece i mlađih u riziku na području Osječko – baranjske i Vukovarsko – srijemske županije u skladu s Europskim standardima za kvalitetnu prevenciju zloupotrebe droga. Opći cilj postiže se ostvarivanjem specifičnih ciljeva:

- razvijanje socijalnih vještina i znanja te podržavanje kvalitetnog i strukturiranog provođenja slobodnog vremena, sa svrhom prevencije ovisnosti i rizičnih ponašanja kod djece i mlađih kroz uključivanje u mentorski program
- unaprjeđenje znanja djece i mlađih, volontera i stručnjaka o učinkovitim metodama prevencije ovisnosti te informiranje javnosti o utjecaju i posljedicama sredstava ovisnosti i zdravim načinima života.

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

Projekt sufinancira Ministarstvo zdravstva u okviru Poziva za prijavu projekata usmjerjenih na prevenciju ovisnosti koji su u skladu s Europskim standardima za kvalitetnu prevenciju zloupotrebe droga (EDPQS). Trajanje projekta je od 1. siječnja 2020. do 31. prosinca 2022. godine.

Kroz projekt se provodi sveobuhvatni program prevencije ovisnosti koji uključuje i mentorski program. Ciljana su skupina programa djeca i mlađi u riziku, korisnici usluga smještaja i poludnevног boravka Centra za nestalu i zlostavljanu djecu, Centra za pružanje usluga u zajednici Klasje, Doma za odgoj djece i mladeži, korisnici Centra za socijalnu skrb; volonteri – mentori, stručnjaci te opća populacija građana.

Krajnji su korisnici programa Najbolji ja djeca i mladi korisnici institucionalnog smještaja ili socijalnih usluga poludnevnom boravku/savjetovanju koji su ranjiva skupina, u pojačanom riziku za razvoj problema ovisnosti s obzirom na rizična ponašanja koja pokazuju (ili već razvijene probleme u ponašanju), ili na rizično socijalno okruženje u kojem su odrastali. Kao čimbenici koji su povezani s korištenjem sredstava ovisnosti na strani djeteta/mlade osobe ili njegove okoline navode se rano agresivno ponašanje, nedostatan roditeljski nadzor, druženje s vršnjacima koji koriste sredstva ovisnosti, dostupnost droga u zajednici i siromaštvo kada se govori o rizičnim čimbenicima; odnosno kontrola impulsa, roditeljski nadzor, akademska kompetentnost vršnjaka, politike protiv droge i privrženost susjedstvu kada se govori o zaštitnim čimbenicima (National Institute on Drug Abuse, 2003). U program Najbolji ja uključuju se korisnici osnovnoškolske dobi (7 – 14 godina) i srednjoškolske dobi (14 – 18 godina), uglavnom s područja Osječko – baranjske i Vukovarsko – srijemske županije, koji ispoljavaju rizične oblike ponašanja ili imaju probleme u ponašanju te su iz tog razloga korisnici socijalnih usluga poludnevnom boravku, institucionalnog smještaja ili savjetovanja. Uključivanje djece i mladih u riziku u mentorski program podržava i usmjerava njihov razvoj u zrele i odgovorne osobe tako da se uvažava njihova potreba za odnosom s pozitivnom odraslošću osobom, čime se smanjuje rizik za razvoj neprilagođenog ponašanja i povećava broj zaštitnih čimbenika. Na temelju dosadašnjeg iskustva, među korisnicima tretmana poludnevnom boravku zastupljeniji je muški spol. Projektom je ukupno obuhvaćeno minimalno 30 korisnika – djece i mladih, odnosno 30 mentorskih parova.



# Što je ovisnost?

Ovisnost je kronični recidivirajući poremećaj čija je glavna karakteristika poticanje ili izazivanje „povećanog ili smanjenog stupnja aktivacije središnjeg živčanog sustava unosom nekih psihoaktivnih tvari u organizam, izlaganjem određenim podražajima ili sudjelovanjem u određenim aktivnostima“ (Petz, 2005, prema Brlas, 2010). Promjene u stupnju aktivacije središnjeg živčanog sustava dovode do povećanja ugode ili smanjenja neugode, što je zapravo osnovni cilj svakog ovisnika. Ovisnikom nazivamo osobu koja prakticira ovisničko ponašanje i u njemu ustraje bez obzira na rizike i opasnosti. Ovisnost nastaje iz ponovljenog uzimanja droge tijekom duljeg vremenskog razdoblja, što uzrokuje promjene na mozgu osobe koja drogu konzumira (Brals, 2010). Potreba za uzimanjem određenih tvari, traženjem određenih podražaja ili akcija postaje ovisnost onda kada njezino zadovoljenje dovodi do štetnih posljedica za pojedinca ili njegovu/njenu okolinu. Štetne posljedice mogu biti zanemarivanje obveza u školi, na poslu ili u obitelji, sukobi sa zakonom, veliki materijalni gubici, prekidi ili narušavanje značajnih interpersonalnih odnosa, ili pak narušeno ili ozbiljnije ugroženo zdravlje osobe (Petz, 2005 prema Brlas, 2010).

Znanstvenici razlikuju psihičku i fizičku ovisnost. Psihička ovisnost karakterizirana je osjećajem zadovoljstva i željom za ponovnom konzumacijom sredstva ovisnosti kako bi se izazvala ugoda i izbjegla neugoda. Fizička je ovisnost stanje adaptacije na sredstvo ovisnosti koje prati potreba za povećanjem doze kako bi se postiglo jednakost zadovoljstvo kao na počeku konzumiranja te pojave apstinencijske krize u slučaju nezadovoljenja te potrebe. Kada se tijelo privikne na funkcioniranje uz sredstvo ovisnosti, prestanak konzumacije može predstavljati veliki šok ili traumu za organizam (Sakoman, 2009). Fizička dimenzija nije nužno vezana uz sve vrste ovisnosti, ali njen postojanje znatno otežava liječenje i oporavak. Ovisnosti o psihoaktivnim tvarima (drogama, alkoholu, cigareta) najčešće su kombinacija fizičke i psihičke ovisnosti, dok su „moderne“ ovisnosti poput ovisnosti o internetu, računalu, videoigrama ili kockanju klasificirane kao psihičke ovisnosti.

Neka istraživanja pokazuju da su ovisnosti o psihoaktivnim tvarima nasljedan poremećaj te da je oko 40-60% rizika za razvoj ovisnosti o alkoholu i drogama genetski određeno (Jurić, 2004 prema Zoričić, 2018). Također, smatra se da postoji crte ličnosti koje su faktori predispozicije za razvoj ovisnosti. Unatoč ovakvim nalazima, treba napomenuti da genetska predispozicija nikad sama neće stvoriti ovisnika, nego je nužno da i društveni kontekst i okolina odigra svoju ulogu. Depresivnost, praznina, potištenost, osjećaj besmislenosti i napuštenosti često su u podlozi potrebe za eksperimentiranjem s alkoholom ili drogama, zbog čega je iznimno važno o rizičnim faktorima govoriti, prepoznati ih i na njih pravovremeno i pravovaljano reagirati (Zoričić, 2018).

Kakvi su trendovi u korištenju droga, posebice s naglaskom na djecu i maloljetnike u našoj zemlji? Što se tiče tržišta droga, Europljani svake godine na maloprodajnoj razini troše najmanje 30 milijardi eura na droge; na kanabis 39%, 31% na kokain, 25% na heroin te 5% na amfetamine i MDMA. Procjenjuje se kako je u protekloj godini (u dobi od 15 do 64 godine) kanabis konzumiralo oko 25,2 milijuna Europljana, opioide (uglavnom heroin) i kokain oko 1,3 milijuna korisnika, a oko 2 milijuna probalo je amfetamine ili metamfetamine. Nove psihoaktivne tvari i dalje su ozbiljna prijetnja zdravlju te je do kraja 2019. godine EMCDDA (Europski centar za praćenje droga i ovisnosti o drogama) pratio više od 790 novih psihoaktivnih tvari. Nestabilnost izazvana epidemijom COVID-19 dovela je do ubrzane prilagodljivosti okruženja vezanog za kriminalne aktivnosti. Darkweb tržište droga, socijalne mreže i aplikacije vezane uz kriptiranu komunikaciju dobili su veću ulogu u osiguravanju dostavljanja droga do konzumenata (Hrvatski zavod za javno zdravstvo, Usporedba stanja problematike droga u Republici Hrvatskoj i Europi, 2020). Prema podacima Ministarstva unutarnjih poslova, tijekom 2019. godine na području RH zabilježeno je ukupno 2867 kaznenih djela povezanih s drogama, zbog navedenih djela prijavljeno je 1273 osobe, od čega je 976 odraslih osoba (76,7%), 211 mlađih punoljetnih osoba (16,6%) i 86 maloljetnih osoba (6,7%).

Europsko istraživanje o pušenju, pijenju alkohola i uzimanju droga (ESPAD) među učenicima međunarodno je istraživanje koje se od 1995. godine svake četiri godine provodi među petnaestogodišnjacima i šesnaestogodišnjacima u 35 europskih zemalja (od čega je 25 članica Europske unije), uključujući Hrvatsku. U ESPAD 2019. istraživanju u



Hrvatskoj je uključeno ukupno 2772 učenika koji su u kalendarskoj godini istraživanja navršili 16 godina. Europski trendovi ukazuju na smanjivanje pušenja i pijenja alkohola među adolescentima ciljane dobne skupine, kao i korištenja ilegalnih droga, ali i zabrinjavajuće prevalencije visokorizičnog korištenja marihuane, lijekova te novih psihoaktivnih droga (NPS), a kroz istraživanje dobiveni su novi uvidi u korištenje e-cigareta na razini ESPAD zemalja. U Hrvatskoj je primjetno smanjivanje pušenja i pijenja alkohola kod većine pokazatelja, kao i u ESPAD zemljama, ali Hrvatska je i dalje pri vrhu ljestvice ESPAD zemalja što se tiče negativnih trendova ovisnosti te je na šest od osam ključnih pokazatelja iznad europskog prosjeka.

U Hrvatskoj je korištenje ilegalnih droga uglavnom bez značajnijih promjena u odnosu na rezultate iz prošlih godina, osim zabrinjavajućeg porasta korištenja marihuane. Zabrinjava i visoka prevalencija korištenja inhalanata i novih psihoaktivnih droga (NPS) u odnosu na prosjek ESPAD zemalja. Prevalencija pušenja adolescenata u Hrvatskoj i dalje je viša u odnosu na ESPAD prosjek. Hrvatska se prema konzumaciji ilegalnih droga u životu nalazi iznad europskog prosjeka. Od ukupnog broja ispitanih učenika, njih 21 % u Hrvatskoj navodi da je barem jednom u životu probalo drogu. Marihuana je i dalje najčešće korištena ilegalna droga među učenicima ESPAD zemalja, a i u Hrvatskoj. Hrvatski učenici smatraju kako su im cigarete, alkohol i marihuana prilično ili vrlo lako dostupne te je Hrvatska prema percepцији dostupnosti tih supstanci iznad ESPAD prosjeka. Dostupnost psihoaktivnih tvari vrlo je velika među mladima, a rezultati istraživanja pokazuju da mladi u RH češće i ranije konzumiraju sredstva ovisnosti od europskog prosjeka (Espad, 2015.; Institut Pilar, 2016.). U skupini ispitanika u dobi između 15 i 34 godine (mlađi odrasli) životna prevalencija uzimanja bilo koje ilegalne droge bila je znatno veća nego kod starijih ispitanika te je čak četvrtina ispitanika (25.7%) iz skupine mlađih odraslih barem jednom u životu konzumiralo neku ilegalnu drogu (Institut Pilar, 2016.). Zloupotreba sredstava ovisnosti predstavlja jedno od najprevalentnijih rizičnih ponašanja među djecom i mladima (Bašić i Ferić, 2004). Osim te činjenice, zabrinjavajuće je da se mladi nekritički uključuju u različite vrste ovisničkog ponašanja, stoga je projektom potrebno djelovati na širi spektar čimbenika koji utječe na pojavu ovisnosti.

## **Uzroci ovisnosti**

Uzroci razvoja ovisnosti brojni su, kompleksni i međusobno isprepleteni. Možemo ih tražiti u osobinama pojedinca, osobitostima obitelji u kojoj je odrastao, karakteristikama njegove vršnjačke grupe ili pak društvenom kontekstu koji ga okružuje. Kada govorimo o osobinama pojedinca koje mogu doprinijeti razvoju ovisnosti, istraživanja pokazuju da će ovisnosti puno lakše razviti osobe koje imaju pozitivan i nedovoljno kritički stav prema sredstvima ovisnosti (Sakoman, 2009), osobe niske tolerancije na frustraciju, niskog samopoštovanja ili sklone depresivnim raspoloženjima (Ivandić Zimić, 2011). Kao što

je već ranije spomenuto, razvoju ovisnosti mogu doprinijeti i genetske predispozicije te neke psihičke bolesti i poremećaji (Medical News Today, 2013, prema Zoričić 2018).

Uzroke razvoja ovisnosti možemo tražiti i u karakteristikama obitelji i obiteljske klime, dinamike i (dis)funkcionalnosti. Obitelj je prvi okolinski faktor s kojim se dijete susreće, a obiteljski odgoj ima presudan utjecaj na razvoj samokontrole, donošenje odluka, preuzimanje odgovornosti i slično (Sakoman, 2009). Rizični faktori za razvoj ovisnosti koji su povezani s obitelji su razni, a neki od njih su: nestabilnost obiteljskog sustava (razvod roditelja, smrt bliskog člana obitelji...), stresni i traumatični događaji unutar obitelji (nasilje, siromaštvo, bolest), slaba podrška među članovima obitelji i nedostatak bliskosti, neadekvatnost roditeljskih postupaka, povijest ovisnosti u obiteljskoj anamnezi i drugo (Sakoman, 2009; Ivandić Zimić, 2011, prema Zoričić, 2018).



Djeca i mladi, posebice u razdoblju adolescencije, izrazito su podložni utjecaju vršnjaka i školskoj okolini. Ova dva faktora vrlo su važna za zdrav razvoj djeteta – za izgradnju pozitivne slike o sebi, za osjećaj vrijednosti, sposobnosti i kompetentnosti. Međutim, vršnjaci mogu izvršiti pritisak na mladu osobu u smjeru uzimanja sredstava ovisnosti ili izazvati osjećaj odbačenosti i izoliranosti. Konzumacija droga ili alkohola često se povezuje s određenim subkulturnama mlađih i postaje njihovo osnovno obilježje, što postaje i osnovno obilježje identiteta mlade osobe (Ivandić Zimić, 2011 prema Zoričić, 2018).

Društveni kontekst može biti rizični faktor za razvoj ovisnosti jer su sredstva ovisnosti dostupna, a ponekad i (barem prešutno) društveno prihvatljiva. U Hrvatskoj mlađi vrlo lako mogu doći do duhanskih proizvoda, alkoholnih pića i „lakih“ droga. Nadalje, alkohol se promiče kao simbol zabave i lagodnog života pa ga mlađi percipiraju normalnim i teško shvaćaju njegovu štetnost. Kad su droge u pitanju, važno je da društvo pokaže nepoželjnost i neprihvatljivost zloupotrebe psihoaktivnih sredstava kažnjavanjem počinitelja kaznenih djela povezanih s proizvodnjom, prodajom i zloupotrebom sredstava ovisnosti (Zoričić, 2018).

# Prevencija ovisnosti

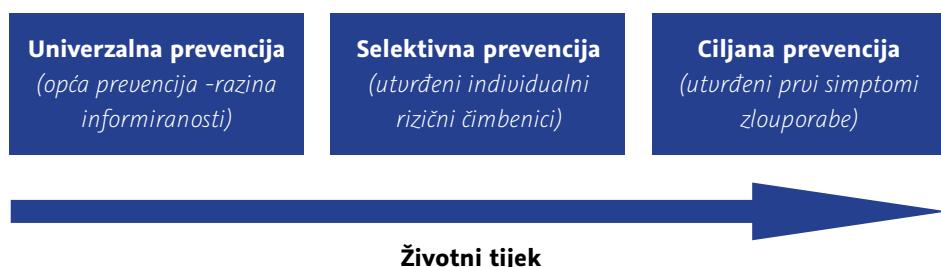
Prema posljednjoj Nacionalnoj strategiji suzbijanja zlouporabe droga za 2012.-2017. godinu (Vlada Republike Hrvatske, 2012) osobitu pozornost treba posvetiti razvijanju sustava prevencije ovisnosti među djecom i mladima, a posebno je potrebno usmjeriti se na projekte selektivne i indicirane prevencije te na rano otkrivanje rizičnih skupina djece i mlađih, kao i onih koji potječu iz rizičnog obiteljskog i socijalnog okruženja ili pak onih koji pokazuju poremećaje u ponašanju i započeli su s konzumiranjem sredstava ovisnosti, s ciljem sprječavanja daljnje zloporabe tih sredstava i pojave ovisnosti. Također, ovdje želimo dodati kako je potrebno što skorije usvajanje strateškoga dokumenta Nacionalne strategije djelovanja na području ovisnosti 2021.-2030. i pratećeg Akcijskog plana za razdoblje 2021.-2025., koji i krajem 2021. godine još nisu usvojeni.

Prevencija ovisnosti najčešće se provodi kroz dva modela:

1. model uključuje primarnu, sekundarnu i tercijarnu prevenciju
2. model uključuje univerzalnu, selektivnu i indiciranu prevenciju.

Uzimajući u obzir prevenciju i smanjenje pojave, prateći javnozdravstveni pristup razina prevencije Europski prevencijski kurikulum (2020) navodi da postoji:

1. primarna prevencija - prevencija problema prije nego se oni pojave, cilja na šиру populaciju,
2. sekundarna prevencija - rane intervencije koje sprječavaju razvoj ozbiljnijih problema ovisnosti i
3. tercijarna prevencija - intervencije ili tretmani koji preveniraju značajnije rizike zdravlja i opće dobrobiti za one koji već imaju razvijene poremećaje ovisnosti.



Slika 1. Opća shema preventivnih intervencija (Pačić-Turk i Bošković, 2008)

U shemi 1. (Pačić-Turk i Bošković, 2008) prikazano je područje pojedinih preventivnih aktivnosti s obzirom na ciljanu populaciju i stupanj utvrđenosti rizičnih čimbenika. Iako preventivne aktivnosti mogu biti univerzalne kada je njihov cilj informiranost opće populacije ili dijela opće populacije kod koje nisu utvrđeni individualni rizični čimbenici, zatim selektivne preventivne aktivnosti koje se provode na užoj, specifičnoj populaciji kod koje su utvrđeni individualni rizici za razvoj ovisnosti i ovisničkog ponašanja mnogo viši nego u općoj populaciji, te indicirane ili ciljane kada se preventivne aktivnosti upravljaju prema pojedincima kod kojih su identificirani prvi znaci ili simptomi zloporabe sredstava ovisnosti, ali još uvijek bez kriterija za upućivanje na tretman ili liječenje; čini se da prikazani pokazatelji unutar zdravstvenog sustava ipak upućuju i na promišljanje o kvalitetnijim, efikasnijim i produktivnijim preventivnim aktivnostima. Prva je opća ili psihosocijalna prevencija, koja za cilj ima sprječavanje ulaska u svijet ovisnosti i ovisničkog ponašanja i provodi se na potencijalno još uvijek zdravoj ili pak rizičnoj populaciji, a koja može biti locirana kao rana preventivna intervencija već u predškolskoj dobi kako bi se identificirala potencijalno rizična ponašanja za razvoj eventualnog ovisničkog ponašanja kao što su agresivno ponašanje, siromašne socijalne i komunikacijske vještine, poteškoće učenja itd., ili pak kako bi se identificirali rizični čimbenici koji mogu dovesti do ovisničkog ponašanja. Nesumnjivo se o prevenciji može razmišljati s razine mjesta provođenja pa se tako može govoriti o prevenciji na razini predškolskih i školskih ustanova, studijskih grupa, ili kao o prevenciji u obitelji, u užoj i široj društvenoj zajednici itd.

Kada mladi započinju s uzimanjem sredstva ovisnosti? Podaci iz literature govore da se granica za prvo uzimanje bilo kojeg sredstva ovisnosti nalazi ispod 16. godine života, a da se prosječna dob prvog uzimanja heroina kreće oko 20. godine života. To znači da početno eksperimentiranje počinje značajno prije i da upravo u razdoblju od početnog eksperimentiranja treba prepoznati sindrom ovisnosti ili ovisničko ponašanje i iznaci primjerene preventivne intervencije kako bi se zaustavio ili ublažio razvoj daljnog ovisničkog ponašanja. Podaci pokazuju da tijek ovisnosti u prosjeku traje 9,5 godina do prvog javljanja na liječenje, kad je klinička slika i sama ovisnost već u završnoj fazi, pa se kao ključno pitanje nameće kako postići svjesnost pojedinaca koji su krenuli u svijet ovisnosti o potrebi ranijeg javljanja na liječenje ili tretman, kao i pitanje u kojoj dobi započeti s intenzivnim preventivnim intervencijama kako prosječna dob prvog uzimanja bilo kojeg sredstva ovisnosti ne bi bila sve niža. Isto tako, na razini zdravstvenog sustava javlja se potreba za većom integracijom primarne zdravstvene zaštite u prevenciji ovisnosti. Dobra pozicioniranost i educiranost primarne zdravstvene zaštite u prepoznavanju sindroma ovisnosti kao zloporabe ovisnosti te znanje o komorbiditetnim čimbenicima i rizicima koji sejavljaju u ovoj populaciji kao što su, između ostalog, depresija, anksiozni poremećaji, poremećaj pažnje/hiperaktivni poremećaj, moglo bi imati pozitivan efekt u suzbijanju zloporabe psihoaktivne tvari ili suzbijanju ovisnosti o psihoaktivnim tvarima prije nego što ona eskalira (Griswold i sur., 2008 prema Pačić-Turk i Bošković, 2008).

Ako se adolescent počinje ponašati drugačije iz neobjasnivog razloga, to može biti znak da razvija problem povezan s uzimanjem supstanci. Ti znakovi mogu biti povučenost, česti umor ili depresija, neprijateljski nastrojeno ponašanje, zanemarivanje fizičkog izgleda, promjena vršnjačkog društva, opadanje akademskog uspjeha, izostajanje s nastave, gubitak interesa za omiljene aktivnosti, promjene rasporeda objedovanja ili spavanja, pogoršanje u odnosima s obitelji ili prijateljima... Roditelji i ostali mogu previdjeti takve znakove, smatrajući ih normalnim dijelom puberteta (NIDA, 2014).

Nekoliko je čimbenika koji pridonose većoj vjerojatnosti da će adolescenti izbjegći probleme s uzimanjem droga: formiranje snažnih, pozitivnih veza s roditeljima, drugim članovima obitelji, školskim okruženjem i/ili vjerskim institucijama; roditelji koji ih nadziru s dosljednošću te s jasnim granicama i posljedicama; smanjen pristup ilegalnim supstancama kod kuće, kao i legalnim supstancama koje imaju potencijal za zloporabu, kao što su prepisani lijekovi, ljepila i aerosoli. Mnogi su potencijalni dodatni negativni ishodi koji se mogu predvidjeti korištenjem supstanci tijekom adolescencije. Adolescenti koji eksperimentiraju u ranjoj životnoj dobi vjerojatnije će razviti poremećaj ovisnosti u odrasloj dobi, rizike u vezi sa seksualnim ponašanjem, agresijom itd. Djeca u udomiteljstvu, s problemima mentalnog zdravlja, koji dolaze iz niskog socioekonomskog statusa i mladi u beskućništvu u posebnom su riziku za korištenje supstanci (NIDA, 2014).

Djeca i mladi koji su korisnici institucionalnog smještaja ili socijalnih usluga poludnevног boravka i savjetovanja pri Centru za nestalu i zlostavljanu djecu ranjiva su skupina u pojačanom riziku za razvoj problema ovisnosti s obzirom na rizična ponašanja koja pokazuju (ili već razvijene probleme u ponašanju), ili na rizično socijalno okruženje u kojem su odrastali. Kao čimbenici koji su povezani s korištenjem sredstava ovisnosti na strani djeteta/mlade osobe ili njegove okoline navode se rano agresivno ponašanje, nedostatan roditeljski nadzor, druženje s vršnjacima koji koriste sredstva ovisnosti, dostupnost droga u zajednici i siromaštvo kada se govori o rizičnim čimbenicima, odnosno kontrola impulsa, roditeljski nadzor, akademska kompetentnost vršnjaka, politike protiv droge i privrženost susjedstvu kada se govori o zaštitnim čimbenicima (National Institute on Drug Abuse [NIDA], 2003).

Kako bi neki projekt prevencije bio učinkovit važno je da je usmjeren na rizične i zaštitne čimbenike, normativna uvjerenja, razvoj vještina te objektivno informiranje o sredstvima ovisnosti, a da pritom intervencije budu sveobuhvatne, provedene od strane educiranih voditelja, koristeći interaktivne metode i evaluaciju. Također, preporuka je da projekt bude integriran i usmjeren na sve vrste ovisnosti, uključujući konzumiranje legalnih sredstava kao što su duhan i alkohol, konzumiranje ilegalnih droga (marihuane i heroina) i neprimjereno uzimanje legalnih supstancija (inhalanti), lijekova koji se dobivaju na recept te na prevenciju ovisničkih ponašanja kao što su klađenje, prekomjerna uporaba interneta i slično. Novija istraživanja upućuju na potrebu uključivanja informacija o drogama i sredstvima ovisnosti u programe prevencije ovisnosti, uz naznaku da

informacije trebaju biti prikladne dobnom uzrastu djece, a naglasak treba biti na negativnim učincima droga (Minimalni standardi prevencije ovisnosti u odgojno-obrazovnom sustavu, 2017.). Preventivni programi u zajednici trebaju obuhvatiti multidisciplinarna područja – primjerice škole, klubove, organizacije za borbu protiv ovisnosti i medije (NIDA, 2003), stoga se u novijim pristupima prevenciji primjenjuju programi utemeljeni na modelu sveobuhvatnih socijalnih utjecaja. Cilj je ovakvih pristupa kod adolescenata razviti vještine i kompetencije koje su im neophodne da bi se oduprli tim socijalnim utjecajima te proširiti njihovo znanje o drogama i njihovim posljedicama za zdravlje. Socijalni utjecaji kao što su mediji, vršnjaci, društvene mreže i drugi ostavljaju svoj trag na razmišljanjima i stavovima adolescenata (Ajzen i Fishbein, 1980, Ajzen, 1991 prema NIDA, 2003).

Važnost učenja socijalnih vještina leži u činjenici da je posjedovanje i korištenje istih u uskoj vezi s podržavanjem prosocijalnih ponašanja i promicanjem pozitivnog razvoja te da predstavlja jedan od temelja zdravog i pozitivnog razvoja koji se treba osigurati svima, bez obzira na postojanje ili nepostojanje problema ili visoke vjerojatnosti da će se problem kasnije razviti (Ferić, Kranželić Tavra, 2005). Budući da se socijalne vještine najčešće uče u obitelji modeliranjem, za pretpostaviti je kako mladi koji su izdvojeni iz svojih obitelji imaju manje šanse za učenjem prosocijalnih ponašanja te su češće izloženi neadekvatnim načinima rješavanja problema i nošenja sa stresom te nisu u mogućnosti savladati vještine koje će im omogućiti uspješne interakcije s drugima.



# Edukacija o volontiranju

Mirta Kovačević, Dkolektiv

Volontiranje je aktivnost koja se često povezuje s pomaganjem i dobročinstvom. Iako su to važne komponente volontiranja, ono je i jedan od oblika aktivnog građanskog angažmana kojim se volontiranje promovira kao poželjna društvena vrijednost. Volontirajući za dobrobit drugih i zajednice, volonteri istodobno rade na samima sebi, svojem osobnom i profesionalnom razvoju. No, iako je volontiranje dobrovoljna aktivnost, od volontera se očekuje određena odgovornost za preuzete obveze i odnose prema osobama s kojima tijekom svog volonterskog angažmana dolaze u kontakt. Kako bi vолонтери uključeni u mentorski program bolje razumjeli pojам i vrijednosti volonterstva te dobili osnovne smjernice za volontiranje u organiziranom okruženju, volonteri prolaze pripremnu radionicu o volonterstvu.

U Hrvatskoj je volontiranje uređeno Zakonom o volonterstvu koji definira osnovne pojmove u vezi s volontiranjem, temeljna načela i vrijednosti volontiranja, prava i dužnosti volontera i organizatora volontiranja, uvjete sklapanja ugovora o volontiranju, izdavanje potvrde o volontiranju, izdavanje potvrde o kompetencijama stecenim volontiranjem... To su ujedno i teme s kojima se volonteri na interaktivan način upoznaju tijekom radionice.



Volontiranje je u svijetu definirano na različite načine, ovisno o različitim kontekstima u kojima se pojedino društvo nalazi. U Hrvatskoj, kao i u zemljama razvijenih demokracija, volontiranje se razumijeva kao aktivnost koja se poduzima slobodnom voljom pojedinca u želji da se pomogne drugima ili društvu u cjelini, a bez želje za stjecanjem finansijske koristi. Tako je Zakonom o volonterstvu volontiranje u Hrvatskoj definirano na sljedeći način:

„Volontiranjem se smatra dobrovoljno ulaganje osobnog vremena, truda, znanja i vještina kojima se obavljaju usluge ili aktivnosti za dobrobit druge osobe ili zajednice, a obavljaju ih osobe na način predviđen Zakonom, bez postojanja uvjeta isplate novčane nagrade ili potraživanja druge imovinske koristi za obavljenovo volontiranje.“<sup>1</sup>

Cijeli sadržaj edukacije volontera ovoga projekta detaljnije je opisan na stranici 34 ovog priručnika, a vezano za volontiranje uključuje sljedeće. Nakon upoznavanja s definicijom volontiranja, volonteri se informiraju o tome tko može volontirati, dobroj granici za volontiranje, kao i ograničenjima u izboru volontera i mjerama koje, sukladno Zakonu, organizator volontiranja treba osigurati kada je riječ o volontiranju s nekom od sljedećih skupina: djecom, osobama s invaliditetom, starijim i nemoćnim osobama, bolesnim osobama i osobama koje su lišene poslovne sposobnosti.

Iako je za volontiranje dovoljna dobra volja i volontirati mogu svi pojedinci, bez obzira na dob, podrijetlo, socijalni status, društveni položaj, obrazovanje, osobna uvjerenja, zdravstveno stanje... zbog zaštite korisnika, u volonterskim aktivnostima koje se pružaju djeci, osobama s invaliditetom, starijim i nemoćnim osobama, bolesnim osobama i osobama koje su lišene poslovne sposobnosti nije dopušteno volontiranje pravomoćno osuđenim osobama i osobama protiv kojih se vodi kazneni postupak za neko od kaznenih djela protiv života i tijela, osobne slobode, spolne slobode, protiv braka, obitelji i djece, niti je dopušteno volontiranje osobama koje su na psihijatrijskom liječenju ili se liječe od ovisnosti.<sup>2</sup> Ujedno, pravo svakog organizatora volontiranja je odabrati volontere za koje procjenjuje da će svojim znanjima, vještinama i profilom najbolje odgovarati potrebama korisnika i volonterskoj poziciji u organizaciji.

Kako bi volonteri bolje razumjeli minimalni zajednički sustav vrijednosti kojih se trebaju pridržavati kako oni sami, tako i organizatori volontiranja, predstavljaju im se temeljna načela volontiranja sadržana u Etičkom kodeksu volontiranja. Volonterima se daje prilika da promišljaju i diskutiraju o sljedećim načelima u kontekstu volontiranja:

- Načelo sudjelovanja u društvenim procesima

---

1 Zakon o volonterstvu, Narodne novine 58/07, 22/13, 84/21

2 Više informacija o ograničenjima u vezi s uključivanjem volontera u aktivnosti s djecom, osobama s invaliditetom, starijim i nemoćnim osobama, bolesnim osobama i osobama koje su lišene poslovne sposobnosti dostupno je u članku 10. Zakona o volonterstvu, Narodne novine 58/07, 22/13, 84/21

- Načelo dobrovoljnosti i slobode izbora
- Načelo zabrane diskriminacije
- Načelo solidarnosti, promocije i zaštite ljudskih prava
- Načelo razvoja osobnih potencijala
- Načelo interkulturalnog učenja i razmjene
- Načelo zaštite okoliša i brige za održivi razvoj.<sup>3</sup>

Osim što volontiranje potiče na aktivno građanstvo i prakticiranje vrijednosti koje navodi Etički kodeks volontera, volontiranje donosi brojne dobробити na individualnoj razini, ali i za društvo u cjelini. Ranije se na volontiranje gledalo kao na jednosmjeran angažman povezan uz pomaganje drugima, no iako i danas još uvijek mnogi volontiranje povezuju s pomaganjem i dobročinstvom, ipak se sve više prepoznaju koristi pojedinaca angažiranih u volonterskim aktivnostima za opće dobro. Kako bi volonteri prepoznali osobne koristi koje mogu imati od svojeg volonterskog angažmana, na edukaciji se upoznaju s dobrobitim volontiranja za same volontere, ali i društvo u cjelini.

<b>Dobrobiti volontiranja za volontere:</b>	<b>Dobrobiti volontiranja za društvo:</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• samopoštovanje</li> <li>• nova znanja i učenje socijalnih vještina</li> <li>• mogućnost utjecanja na društvene promjene</li> <li>• nova poznanstva</li> <li>• zadovoljstvo koje proizlazi iz pomaganja drugima</li> <li>• osjećaj korisnosti i svrhovitosti</li> <li>• prva profesionalna iskustva</li> <li>• osjećaj društvene odgovornosti</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• smanjivanje predrasuda</li> <li>• razvoj tolerancije i uvažavanja različitosti</li> <li>• omogućavanje jednakih mogućnosti za sve</li> <li>• razvoj pozitivnih društvenih vrijednosti</li> <li>• zdravlja, humanija i solidarna zajednica</li> <li>• aktivni građani</li> <li>• odgovorni ljudi</li> <li>• razvijanje kreativnosti</li> <li>• stvaranje novih vrijednosti</li> <li>• bolja kvaliteta života</li> <li>• humanije društvo</li> <li>• prevencija delikventnog ponašanja</li> <li>• ekonomičnije zadovoljavanje potreba</li> </ul>

<sup>3</sup> Etički kodeks volontera, NN 55/o8

Prilikom uključivanja volontera, organizatori volontiranja od potencijalnih volontera mogu tražiti pismo motivacije, popunjeno prijavni obrazac s ciljanim pitanjima ili pak životopis na osnovu kojih će učiniti prvi korak odabira odgovarajućih volontera. Ovakvom načinu odabira volontera pristupaju osobito organizacije koje volontere uključuju u izravne aktivnosti s nekom od ranjivih skupina, no i one organizacije koje su u potrazi za dugoročnim volonterima ili volontere žele angažirati na nekim specifičnim zadatcima. Dodatno upoznati volontera, propitati njegovu motivaciju i provjeriti očekivanja volontera od volonterskog angažmana, organizatori volontiranja mogu učiniti putem intervjuja.

Kada je riječ o uključivanju volontera u mentorski program Najbolji ja, sa svim volonterima potpisuje se ugovor o volontiranju i pribavlja druga dokumentacija koju je, sukladno Zakonu o volonterstvu, CNZD dužan prikupiti za uključene volontere s obzirom na to da su angažirani na aktivnostima kroz koje su u izravnom kontaktu s djecom. Kako bi volonteri bili informirani i o drugim situacijama u kojima se obvezno zaključuje ugovor o volontiranju u pisanom obliku, na edukaciji se upoznaju što propisuje Zakon o volonterstvu. Ugovor o volontiranju obvezno se sklapa u slučajevima volontiranja povezanog s povećanim rizicima za život i zdravlje volontera, volontiranja stranih državljana u Republici Hrvatskoj, volontiranja državljana Republike Hrvatske u inozemstvu, dugotrajnog volontiranja, volontiranja s djecom, osobama s invaliditetom, starim i nemoćnim osobama, bolesnim osobama ili osobama koje su lišene poslovne sposobnosti, na zahtjev volontera i u drugim slučajevima određenim Zakonom.<sup>4</sup>

Po završetku volonterskog angažmana organizator volontiranja volonteru izdaje potvrdu o volontiranju. Potvrda o volontiranju pored toga što dokazuje volonterski angažman, volonterima služi i kao spomenar na volonterske aktivnosti koje je volonter obavljao za dobrobit zajednice. Podatci koje potvrda treba sadržavati regulirani su člankom 34. Zakona o volonterstvu: osobni podatci o volonteru, podatci o vremenu volontiranja, edukaciji, kratak opis volonterskih aktivnosti, potpis osobe ovlaštene za zastupanje organizatora volontiranja. Umjesto izdavanja zasebne potvrde o volontiranju, organizator volontiranja može volonterski angažman volontera upisati i u njegovu volontersku knjižicu. Volonterska knjižica omogućuje dokumentiranje većeg broja volonterskih iskustava ostvarenih kod različitih organizatora volontiranja.

Volonteri angažirani u dugoročnim volonterskim aktivnostima, odnosno kontinuiranom angažmanu koji se odvija najmanje dva puta mjesечно u razdoblju od najmanje tri mjeseca, imaju pravo na potvrdu o kompetencijama stečenim volontiranjem.<sup>5</sup> Pored uvjeta da je volonter angažiran dugoročno, da bi se volonteru izdala potvrda o kompetencijama, s volonterom se na početku njegova angažmana dogovara način

<sup>4</sup> Zakon o volonterstvu, Narodne novine 58/07, 22/13, 84/21, članak 26.

<sup>5</sup> Sadržaj Potvrde o kompetencijama stečenim kroz volontiranje i Vodič za organizatore volontiranja i volontere „Kako do Potvrde o kompetencijama stečenim kroz volontiranje“ dostupni su na mrežnim stranicama Ministarstva rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike: <https://mrosp.gov.hr/istaknute-teme/obitelj-i-socijalna-politika/socijalna-politika-11977/udruge-humanitarni-rad-i-volonterstvo-12006/volonterstvo-12023/12023>

praćenja angažmana, pružanja podrške i identificiraju se kompetencije koje se mogu steći ili unaprijediti kroz konkretni angažman volontera. Mnogi volonteri nisu upoznati s mogućnošću dobivanja ove potvrde niti njezinom svrhom, stoga ih se na edukaciji o volontiranju upoznaje kako im potvrda može koristiti u budućnosti. S obzirom na to da su volonteri uključeni u program mentoriranja mlade osobe, u potvrdu unesena znanja, vještine i pripadajuće samostalnosti i odgovornosti stečene volonterskim iskustvom volontera je znakovito koristiti kako bi upotpunili svoj životopis i bolje se predstavili potencijalnim poslodavcima. No i druge su svrhe u koje potvrda može biti upotrijebljena: u cilju osobnog i/ili profesionalnog razvoja, dobivanja dodatka diplomi, daljnog nastavka obrazovanja ili nastavka volonterskog angažmana.

Tijekom volonterskog angažmana može doći do nesporazuma između volontera i organizatora volontiranja vezanih uz obim zadaća, očekivanja i odgovornosti. Kako bi se taj rizik umanjio, volontere je na početku njihova volonterskog angažmana važno upoznati s njihovim pravima, ali i definirati njihove obveze i odgovornosti koje proizlaze iz tih obveza. Stoga, pored upućivanja volontera u administrativne regulative kojih



se CNZD kao organizator volontiranja ima obvezu pridržavati i voditi određenu dokumentaciju o volonterima uključenima u mentorski program, i informiranja o potvrdomama na koje volonteri imaju pravo po završetku svog volonterskog angažmana, volonteri se na edukaciji upoznaju i s drugim pravima i obvezama koje proizlaze iz Zakona o volonterstvu, ali i s pravima i obvezama organizatora volontiranja općenito. Iako je volontiranje dobrovoljna aktivnost, prema preuzetim volonterskim aktivnostima volonteri se trebaju odnositi odgovorno i postupati u skladu s dogovorom i očekivanjima organizatora volontiranja te drugim obvezama navedenima u Zakonu. No isto tako i sami organizatori volontiranja imaju određene obveze prema volonterima s kojima se upoznaje sudionike edukacije kako bi bolje upoznali vlastita prava i što su u radu s volonterima i provedbi volonterskih programa organizatori dužni osigurati. Sažetak prava i obveza volontera i organizatora volontiranja propisanih Zakonom o volonterstvu navedeni su u Prilogu 3.

Kako bi sve funkcionalno, volonteri bili upoznati sa svojom ulogom i očekivanjima od strane organizatora volontiranja, imali osigurane uvjete za volontiranje i osigurano praćenje njihova volonterskog angažmana, organizacije koje uključuju volontere u svoje programe i aktivnosti imenuju osobu koja će u organizaciji imati ulogu koordinatora volonterskog programa. Ona je spona između volontera, korisnika i same organizacije, odnosno njezinih zaposlenika. Glavne zadaće koordinatora su: uvođenje volontera u organizaciju i volonterski angažman, osiguravanje uvjeta za volontiranje, organiziranje edukacije za volontere, praćenje volonterskog angažmana, redovito pružanje podrške volonterima, evaluacija angažmana volontera. Volontere se upoznaje s ulogom koordinatora kako bi dobili uvid u aktivnosti koje on poduzima s ciljem provedbe kvalitetnih volonterskih programa, u poziciju koju ima vezanu uz brigu o dobrobitima i razvoju samih volontera, ostvarivanju punog potencijala, njihove prihvaćenosti i uvažavanja u organizaciji.

Iako su teme i sadržaji s kojima se volonteri upoznaju tijekom edukacije usredotočeni na specifičnosti organiziranja i provedbe volonterskih aktivnosti s djecom, edukacija pruža i osnovne informacije o volontiranju koje sudionicima mogu koristiti prilikom stjecanja volonterskih iskustava u bilo kojem području volontiranja i angažmana s bilo kojom skupinom korisnika.

# Mentoriranje i mentorski programi

Mentoriranje je pojam poznat većini ljudi jer je ono prisutno od samih početaka ljudske civilizacije kada se pojavila i potreba za prenošenjem stičenih znanja i vještina na nove naraštaje (Jeđud, Ustić, 2008).

Pojam mentora sinonim je za mudrog učitelja i vodiča, filozofa i prijatelja. Mentorov „učenik“ obično se naziva *mentee* u engleskom jeziku ili *protégé* u francuskome. U hrvatskom jeziku teško je pronaći odgovarajući prijevod, ponekad se koristi doslovni prijevod *mentorirani*, koji možda ima malo „tehnički“ i grublji prizvuk (Žalec, 2007, prema Jeđud, Ustić, 2008). Kako bismo izbjegli navedeni grublji prizvuk, u okviru projekta koji provodimo mentorovog „učenika“ zovemo mladim „legosom“. Lega/legos osječki je žargon za prijatelja.

Prema definiciji, mentoriranje se odvija između mlade osobe (mentoriranog) i starije ili iskusnije osobe (mentora) tako da se iskorištava neprofesionalni pomažući kapacitet mentora kroz koji mentorirana osoba dobiva podršku koja je korisna razvoju na jednom ili više područja. Mentoriranje je odnos u kojem odrasla osoba pruža mlađoj trajnije vođenje, instrukcije, osnaživanje u cilju razvoja kompetencije i karaktera djeteta. Kroz vrijeme mentor i dijete često razviju posebnu povezanost, uzajamnu obvezu, poštovanje, identifikaciju i lojalnost koja olakšava tranziciju mlade osobe u odraslo doba (Rhodes, 2002, prema Jeđud i Ustić, 2008).

Jeđud i Ustić (2008) izdvajaju tri elementa koja su sadržana u definicijama mentoriranja:

- Mentorski odnos (jedan s jednim) koji podrazumijeva vođenje i podršku, a karakteriziran je određenim stupnjem povjerenja i emocionalne bliskosti između mentora i mentoriranog,
- Mentor kao odrasla osoba koja je iskusnija/ kompetentnija u nekom području ili specifičnoj vještini/ znanju od mentoriranog,
- Dugoročnost/ Kontinuitet (redovitost druženja kroz vrijeme).

Mentoriranje može biti neformalno (prirodno) i formalno (planirano), a tako imamo i neformalne i formalne mentore. Dok prirodne mentore možemo pronaći u našem okruženju prilikom odrastanja jer su nam predstavljali određene uzore i davali savjete koje smo rado prihvaćali, s formalnim mentoriranjem smo se uglavnom susretali prilikom

izrade maturalnog, diplomskog ili doktorskog rada, odnosno prilikom zaposlenja kada nam je bila dodijeljena osoba s više iskustva koja nas je vodila kroz taj proces. Pod ovim širokim pojmom podrazumijeva se mnoštvo različitih tipova odnosa, programa, okruženja u kojima se mentoriranje odvija te osoba koje su u njega uključene (Jeđud, Ustić, 2008).

Bilo neformalni ili formalni, mentori su odrasli koji su brižni, pokazuju zainteresiranost te su dostupni djetetu ili mlađoj osobi koju mentoriraju. U prvom redu to su roditelji i najbliži srodnici, potom neke pomaže figure kao što su susjedi, prijatelji, učitelji itd. Svi ti „važni odrasli“ mladima su važni zato što pružaju kombinaciju roditeljskih i vršnjačkih pozitivnih kvaliteta (davanje savjeta, biti uzor, modeliranje ponašanja, neosuđivanje, nekažnjavanje, zabava) (Beam, Chen i Greenberger, 2002 prema Jeđud, Ustić, 2008).

Prema Jeđud i Ustić (2009), mentoriranje se može definirati kao odnos u kojem starija odrasla osoba pruža mlađoj trajnije vođenje, instrukcije, osnaživanje u cilju razvoja kompetencija i karaktera djeteta. S vremenom, taj se odnos razvija u čvrstu povezanost, uzajamnu obvezu, poštovanje, identifikaciju i lojalnost koja olakšava odrastanje mlađe osobe u zrelu ličnost.

De Wit i sur. (2019) istraživali su prediktore kvalitetnih mentorskih odnosa i navode da za mlađe uključene u mentorski program ( $N=335$ ) značajni prediktori kvalitete mentorskog odnosa (MRQ<sub>bio</sub>) uključuju: minimalne poteškoće u spajanju mlađih i mentora, percepciju zajedničkih interesa s mentorom, emocionalni angažman i podršku mentora te dulje trajanje mentorskog odnosa. Za roditelje ( $n=356$ ) viši MRQ<sub>bio</sub> je u korelaciji s roditeljskim izješčem o minimalnim poteškoćama u paru mlađih i mentora, visokokvalitetnim odnosom s mentorom mlađeži i duljim trajanjem mentorskog odnosa.

Kroz ovaj priručnik, usmjerit ćemo se isključivo na mentorski program koji podrazumijeva formalno mentoriranje gdje se djeci i mlađima u riziku dodjeljuju mentori koji kroz volontiranje nastoje unaprijediti njihovu socijalnu kompetentnost sudjelujući u različitim aktivnostima, pritom poštujući određenu proceduru, odnosno strukturu programa.

Prilikom osmišljavanja programa prepoznata je potreba da se djeci i mlađima omogući razvijanje odnosa s barem jednom značajnom odraslim osobom koja može biti prijatelj, model ponašanja, vodič i učitelj vrijednosti. U slučaju da takva osoba nije dostupna u djetetovoj obitelji ili zajednici, kroz mentorski se program može nastojati nadomjestiti tu osobu. Podrška odraslih (unutar i izvan obitelji) u obliku prisutnosti brižne i podržavajuće odrasle osobe za mlađe predstavlja razvojnu prednost, zaštitni čimbenik u njihovom životu, odnosno može pomoći pri razvijanju otpornosti kod ranjive skupine djece koja odrastaju u neodgovarajućim uvjetima (Jeđud, Ustić, 2008).

Mentorski programi na planiran i strukturiran način stvaraju blizak i brižan odnos između odraslih i djece, što je inače prirodni ljudski proces koji je od iznimne važnosti (Hamilton i Hamilton, 1992, prema Jeđud, Ustić, 2008). Brojni su razlozi iz kojih djeci takve osobe u prirodnom okruženju nisu dostupne ili su neodgovarajući modeli ponašanja: visoke stope razvoda brakova i samohranog roditeljstva, izolacija mlađih u siromašnim zajednicama, manjak institucija koje bi pružale potporu obiteljima i mlađima. Uz to, mnogi mlađi u riziku iskusili su nezadovoljavajuću skrb ili čak odbacivanje od strane roditelja, što pridonosi njihovom osjećaju nesigurnosti, a adolescencija je također vrlo stresno razdoblje u kojem je dodatna podrška korisna svakom adolescentu te je iz tih razloga podrška mentora mlađim osobama važna (Grossman i Rhodes, 2002 prema Jeđud, Ustić, 2008)

## Online ili e-mentoriranje

Prilagodba na epidemiološke mjere zbog pandemije COVID-19 virusa potaknula je djelatnike CNZD-a na provedbu mentorskog programa u online okruženju. Naime, tijekom izolacije djeca i mlađi i dalje su imali potrebu za vođenjem od strane mentora i druženjima te su se neki mentorski parovi na taj način upoznali i provodili svoje zajedničko vrijeme.

Online ili e-mentoriranje smatra se novom vrstom mentoriranja koja se odvija u virtualnom prostoru (Rhodes i suradnici, 2006 prema Jeđud i Ustić, 2009), za razliku od ostalih oblika koji se odvijaju u „opipljivoj“ okolini. Ovakva, virtualna okolina, omogućava uključivanje šireg kruga odraslih u mentoriranje (npr. osobe koje se otežano kreću ili poslovne ljude koji nemaju puno vremena). Online mentoriranje može biti posebno pogodno za sramežljive i povučene mlade osobe te im komuniciranje putem elektroničkih medija može omogućiti veće razotkrivanje. Među nedostacima ovakvog načina mentoriranja veća je vjerojatnost „šumova“ u komunikaciji, pogrešnog shvaćanja ili interpretacije rečenog. Nadalje, online mentoriranje zahtijeva da i mentor i dijete imaju redovit pristup računalu i internetu te kompetentnost u služenju njima, što je u nekim zajednicama problem. No, takav oblik mentoriranja donosi i određene nedostatke: teško ga je programski pratiti, upitna je kvaliteta odnosa, virtualno okruženje omogućuje prostor za manipulaciju, lažno predstavljanje i druge oblike rizika za dijete. Stoga programi e-mentoriranja moraju biti usmjereni na sigurnost djece i mentora u virtualnom svijetu, što podrazumijeva i veći stupanj nadzora i kontrole razvoja odnosa kao i svojevršnu „tehničko-administrativnu“ kontrolu od strane stručnjaka kada je u pitanju korespondencija mentora i djeteta.

Iskustva naših volontera s ovim oblikom mentoriranja uglavnom su pozitivna. Ipak, mnogi od volontera kroz razgovor s voditeljicom projekta navode kako su im izazove u

radu predstavljale često nestabilne internetske veze u kućanstvima mlađih legosa ili na njihovim mobitelima.

Ovakav oblik rada često doprinosi većoj opuštenosti uključenih sudionika. Javljanjima volontera – mentora od kuće, primjerice, dolazimo u situaciju da pred kameru dolazi nečija mačka – mlađi legosi pokazuju im svoje kućne ljubimce o kojima su ranije razgovarali i slično. Razgovorima se povremeno priključuju i drugi članovi njihovih obitelji, čime se dobiva dodatan uvid u njihove odnose u prirodnom okruženju, što posljedično doprinosi boljem upoznavanju. Prednost ovakvog načina rada širok je spektar dostupnih online aktivnosti za koje bi se mentorirani inače rjeđe odlučili: ne bi bili zainteresirani ili nisu dovoljno upoznati s njihovom dostupnošću.

Online i e-mentoriranje pokazalo se jako korisnim u situacijama kada su volonter-mentor i/ili uključeni mlađi legosi u samoizolaciji i nemaju mogućnost susreta uživo. Također, primjećeno je kako nekima od uključenih mlađih legosa odgovara češća komunikacija putem telekomunikacijskih sredstava, posebno porukama.



# **Mentorski program u funkciji selektivne prevencije ovisnosti**

Mentorski programi nastali su iz potrebe da se djeci nadomjesti „prirodni“ mentori koji nedostaju tijekom njihovog odrastanja te se na taj način spriječe ili umanje određeni rizici u budućnosti. U mentorske se programe uglavnom uključuju djeca i mladi kod kojih je već prepoznat određeni rizik, stoga se načelno govori o razini selektivne prevencije. U Minimalnim standardima prevencije ovisnosti u odgojno-obrazovnom sustavu (2017) navodi se da je „prirodno“ mentorstvo u odnosima i interakcijama između djece/adolescenata i odraslih koji im nisu u srodstvu kao što su učitelji, treneri i voditelji u zajednicama povezano sa smanjenjem zloporabe sredstava ovisnosti i nasilja. Također, za mentorske se programe navodi da odgovaraju marginaliziranim mladima (selektivna prevencija) i odraslima koji sudjeluju u aktivnostima i provode svoje slobodno vrijeme s mladima na redovnoj bazi.

Mentorski program našeg Centra provodi se u suradnji s partnerima prema osmišljenu programu mentoriranja u sklopu projekta Postani mi legos koji je osmišljen od strane Centra za nestalu iz zlostavljanu djecu 2014. godine te je kroz naredne godine u skladu s povratnim informacijama i evaluacijama revidiran, a posljednje je vrijeme prilagođen za provođenje u projektu Najbolji ja - sveobuhvatni program selektivne prevencije ovisnosti koji Centar trenutačno provodi do kraja prosinca 2022. godine. Opći cilj mentorskog programa Najbolji ja jest pružiti podršku djetetu/mladoj osobi u suočavanju sa svakodnevnim stresnim situacijama i uključivanje u aktivnosti slobodnog vremena uz mentora-volontera kako bi unaprijedili svoje socijalne vještine te proširili interes. Radi se o programu mentoriranja kroz koji volonteri postaju mentori (Veliki brat/sestra) djeci i mladima u rizičnom socijalnom okruženju ili djeci s problemima u ponašanju, ali i svoj ostaloj djeci za koju stručnjaci procjenjuju da bi imali koristi od uključivanja u program. Mentorski program uključuje: regrutaciju i selekciju volontera i korisnika mentoriranja, selekciju volontera, edukaciju volontera, uparivanje djeteta i volontera, praćenje razvoja odnosa i pružanje podrške volonterima kroz organiziranje sastanka grupe podrške te procjena uspješnosti odnosa. Druženje mentora i djeteta uključuje provođenje slobodnog vremena u kvalitetnim i društvenim aktivnostima u skladu s razvojem - društvenim aktivnostima kao što su odlazak u kino, kupovina, posjet sportskim događanjima, odlazak u restoran, čitanje knjiga, odlazak na izlet, u muzeje ili jednostavno druženje i razgovor. Prema Grossman i Garry (1997), takve aktivnosti poboljšavaju komunikacijske vještine, razvijaju odnos te podržavaju donošenje pozitivnih/poželjnih odluka. Odnos

mentor – mentorirani (volonter – dijete) zasnovan na prijateljstvu pozitivno utječe na razvoj socijalnih vještina djeteta, stjecanje novih interesa/navika i pozitivnog stava prema učenju i školi, povećanje samopouzdanja itd. Coleman (1988, prema Jeđud i Usutić, 2009) navodi da uključivanje u mentorski program doprinosi i prevenciji rizičnog ponašanja (zloupotrebe sredstava ovisnosti, nasilja i delikvencije) i omogućuje razvoj i jačanje zaštitnih faktora kod djece. Edukativnim aktivnostima koje su dio sveobuhvatnog programa prevencije ovisnosti unaprjeđuju se znanja volontera-mentora te stručnjaka, kao i njihove kompetencije za rad s mladima smještenim u institucije, koji su rizična skupina samim izdvajanjem iz vlastite obitelji. Kroz aktivnosti projekta, volonteri-mentorji usvajaju nove kompetencije i metode rada i na taj način kroz direktnu primjenu kod korisnika potiču osobne načine borbe protiv ovisnosti te pridonose jačanju zaštitnih čimbenika.

Preporučuje se mentorski program kombinirati s treningom socijalnih vještina i medijskim kampanjama radi postizanja veće učinkovitosti u prevenciji ovisnosti. Na taj način postiže se sveobuhvatnost u skladu s preporukama učinkovitih programa i metoda. Program prevencije ovisnosti našeg Centra cilja na razvijanje socijalnih vještina i znanja te podržavanje kvalitetnog i strukturiranog provođenja slobodnog vremena radi prevencije ovisnosti i rizičnih ponašanja kod djece i mlađih kroz uključivanje u mentorski program. Uz to, uključuje i unaprjeđenje znanja djece i mlađih, volontera i stručnjaka o učinkovitim metodama prevencije ovisnosti te informiranje javnosti o utjecaju i posljedicama sredstava ovisnosti i zdravim načinima života.

Program mentoriranja Najbolji ja uključuje „jedan na jedan“ mentorstvo između mentora/volontera (mlade odrasle osobe) i mentoriranog (djeteta ili adolescenta) koje se odvija u okruženju zajednice. Odnos između odraslog mentora i mlađeg „legosa“ najvažniji je dio intervencije jer upravo učinkovito uparivanje mentora i mentoriranog može dovesti do brige i podrške u odnosu, što može biti presudno za pozitivne učinke ove intervencije kod djece i mlađih. Ciljevi mentoriranja postavljaju se u zajedničkoj suradnji stručnog tima CNZD-a i roditelja/skrbnika, djeteta i volontera-mentora. Jedan od ciljeva jest razviti zdrav odnos na obostrano zadovoljstvo, u kojem i mentor i mentorirani žele dobrovoljno i redovito sudjelovati. Ostali ciljevi mogu uključivati bolje školske ocjene, poboljšanje odnosa s članovima obitelji, učenje novih vještina ili razvoj novih interesa i hobija. Prema dosadašnjem iskustvu, pretpostavka je da djeca i mlađi - korisnici ovog projekta imaju slične potrebe, no u smislu razvijenosti socijalnih vještina te interesa oni čine vrlo heterogenu skupinu kojoj je potrebno individualno pristupiti. Individualan pristup svakom korisniku moguće je ostvariti kroz uključivanje u mentorski program te da se na taj način doprinosi unaprjeđenju znanja o štetnosti ovisnosti i zdravim načinima života, unaprjeđenju socijalne kompetencije te se mlađe uključuje u aktivnosti kvalitetnog provođenja slobodnog vremena.

Kao i drugi slični mentorski programi, poput Velikog brata/Velike sestre, i mentorski program Centra za nestalu i zlostavljanu djecu u okviru ovoga projekta temelji se

na Hirschijevoj teoriji socijalne kontrole, gdje se polazi od pretpostavke da do devijantnog ponašanja dolazi radi prekida ili slabljenja veza između pojedinca i društva. Prema teoriji socijalne kontrole, Hirschi (1969) navodi da postoje četiri elementa socijalnih veza koji sprečavaju pojedinca da počini kazneno djelo – privrženost, posvećenost, angažiranost i vjerovanje. S obzirom na to, podrška odraslih i zalaganje za odgovarajuće ciljeve te međusobno povjerljiv odnos između mentora i mentoriranog (odraslog i djeteta) mogu omogućiti djetetu osjećaj bolje društvene prihvaćenosti i podržanosti. Povećana razina podrške od strane odraslih omogućuje djetetu da se vidi u pozitivnijem svijetlu te potiče konstruktivnije ponašanje. Istraživanja odnosa djece i odraslih (Beam, Chen i Greenberger, 2002; prema Jeđud i Usutić, 2009) koji im nisu roditelji/skrbnici pokazuju kako „važni“ odrasli osiguravaju kombinaciju pozitivnih roditeljskih kvaliteta (savjetovanje, uzor, model) i vršnjačkog odnosa (zabava, izostanak osude i kažnjavanja). Teorija socijalnih mreža u mentorskom programu važna je jer omogućava mentoru da cijelovitije sagleda situacije, potrebe i probleme pojedinca i obitelji u kontekstu socijalnih interakcija i veza koje dijete uspostavlja, gradi i koje nastaju u njegovom svakodnevnom životu. Na temelju tih informacija mentor sa stručnim suradnikom može pomoći djetetu naći nove načine u rješavanju teškoća, povećati njegove sposobnosti i mogućnosti rješavanja problema, olakšati interakcije između pojedinca i okoline (Milosavljević, 2009). Prema tome, cilj je mentorskog programa podržati i usmjeriti razvoj mladih u zrele i odgovorne osobe tako da se uvaži njihova potreba za odnosom s pozitivnom odraslošću osobom koja će ih podržavati i usmjeravati, čime bi se smanjio rizik za razvoj neprilagođenog ponašanja i povećao broj zaštitnih čimbenika.

Provodenjem projekta Najbolji ja kroz mentorski program educirani mentori provode svojevrsni individualni trening socijalnih vještina s djecom. Osim toga, projektnim aktivnostima dolazi do prenošenja najnovijih znanstvenih spoznaja o štetnosti konzumacije opojnih sredstava na mentore, a zatim i na djecu i mlade te se tako povećavaju njihova znanja o problemu i štetnosti ovisnosti. U konačnici, osnažuje se korisnike u institucionalnom smještaju i korisnike socijalnih usluga pružajući im prilike za stjecanjem novih znanja i razvijanje vještina koji će im pomoći u odupiranju eksperimentiranja i konzumacije opijata i potaknuti ih u odabiru zdravih životnih stilova. Potrebno je istaknuti kako je za preventivne programe u svim okruženjima ključno da budu znanstveno utemeljeni te da njihova učinkovitost bude mjerljiva. Iz tog razloga program se prilagođava tako da bude temeljen na specifičnim potrebama djece i mladih u sklopu mentorskog programa, što dovodi do veće učinkovitosti u radu s djecom i mladima s problemima u ponašanju i rizičnim ponašanjima.

# **Učinkovitost mentorskih programa u prevenciji ovisnosti**

U svijetu postoje različiti mentorski programi – neki od njih regrutiraju „prirodne“ mentore, dok drugi regrutiraju volontere koje zatim povezuju s djecom i mladima kroz formalne programe. Programi se također razlikuju po trajanju, ciljevima i strukturi općenito, tako da to otežava njihovu usporedbu. Učinci ove intervencije često su se istraživali, no s obzirom na to da evaluacije programa nisu ujednačene i da su u program uključene različite ciljne skupine, da je različita struktura i duljina programa, rezultati istraživanja nisu jednoznačni, ipak se potvrđuje kako se kroz mentorske programe može prevenirati korištenje alkohola i droga kod visokorizičnih mladih. Osim za mlađe dobne skupine, ova je intervencija primjenjiva i u dobroj skupini od 15 do 19 godine. Kako bi mentorski programi bili učinkoviti, potrebno je pružanje adekvatnog treninga i podrške mentorima, a program se treba temeljiti na vrlo strukturiranim programskim aktivnostima.

Mentorski odnosi s obzirom na njihovo trajanje (prema Grossman i Johnson, 1999, prema Jeđud, Usti, 2008) pokazuju da odnosi koji traju duže od 12 mjeseci imaju sljedeće učinke: mladi imaju povjerenja da mogu izvršavati svoje školske obveze, manje neopravdano izostaju s nastave, imaju bolje ocjene, manje je vjerojatno da će početi koristiti alkohol ili droge. Oni koji traju kraće od 3 mjeseca nemaju značajnijeg utjecaja, mladi čak imaju manje povjerenja da mogu izvršavati svoje obveze te imaju manji osjećaj samopouzdanja. Učinci mentorskih programa mogu se promatrati i s obzirom na razliku između mjesta provedbe - u školskom okruženju i u zajednici (prema Herrera i sur., 1999 prema Jeđud i Ustić, 2009). Mentorski programi u zajednici više utječu na općenite pozitivne ishode kod djeteta te u većoj mjeri pružaju usluge delinkventnoj mладеžи. Oni se više temelje na društvenim aktivnostima, a u njemu mentori češće kontaktiraju s roditeljima. U mentorskim programima u zajednici mentori su obično u dobi od 22. do 49. godine, a ovakvi programi iziskuju više finansijskih sredstava i više osoblja u stalnom radnom odnosu.

DuBois i suradnici (2002, prema Jeđud i Ustić, 2009) istraživali su učinkovitost mentorskih programa tako da su proveli metaanalizu 55 studija mentorskih programa. U prosjeku, oni programi koji su bili podvrgnuti formalnoj evaluaciji imali su pozitivni učinak. Kumulativno, na temelju dostupnih istraživanja, čini se kako mentorski programi imaju značajan kapacitet reproduciranja one vrste dobrih ishoda i dobiti koja se pojavljuje u tzv. prirodnim mentorskim odnosima, ali kroz formalnije mehanizme. Najjača je empirijska podloga za korištenje mentoriranja kao preventivne intervencije za onu djecu i mlade koji žive u rizičnim zajednicama/okruženjima. Programi koji su temeljeni i na teoriji i na praksi također su imali pozitivne ishode, kao i oni u kojima su mentori i štićenici uspjeli formirati snažan odnos. Rezultati ove metaanalize pokazali su i kako su veći učinci onih programa gdje mentori dobivaju kontinuirani trening, kad su aktivnosti

mentora i djeteta strukturirane, kada su mentori iz pomagačkih struka, kada su uključeni roditelji te kad mladi imaju povoljnije životne okolnosti i bolje socijalno i psihološko funkcioniranje. S druge strane, zanimljivo je primijetiti kako rezultati metaanalize pokazuju kako se učestalost kontakta i dužina trajanja odnosa nisu pokazale kao značajni moderatori učinaka mentorskih programa.

Temeljem pregleda ovih istraživanja, možemo reći kako mentorski programi u određenoj mjeri daju uspješne rezultate te su povezani s pozitivnim ishodima za djecu i mlade, ali i jasnim dobitcima za same mentore. Riječ je o programima koji su pokazali učinkovitost te evaluiraju svoj rad na određene načine, no nedostaje znanstvena evaluacija. Krajnja uspješnost mentorskih programa, kao i intervencija općenito, ovisi o poznavanju potreba, promišljenom planiranju i postavljanju ciljeva, brižnom mentoriranju i vođenju mentora te odmjeronom „bdijenju“ nad razvojem pojedinog odnosa. To je odgovornost svakog stručnjaka uključenog u rad mentorskog programa. No, odgovornost je svakog stručnjaka i evaluacija rada te ishoda određene intervencije, o čemu bi se trebalo voditi računa već od trenutka pokretanja nekog (mentorskog) programa. Tako se u SAD-u javljaju sve veći zahtjevi da se mentorski programi podvrgnu znanstvenim evaluacijama te da se dodatno istraže neki elementi i povezanosti ovih programa s pozitivnim ishodima za djecu i mlade (DuBois, 2005), kao i u RH.

Novija istraživanja pokazuju da mentorski odnosi koji zadovolje osnovne kriterije kvalitete (posebno onaj od minimum trajanja odnosa od jedne godine) mogu biti od trajne koristi za mlade dok prelaze u odraslu dob. Kao i u zaključcima o kratkoročnim učincima formalnih mentorskih programa (Tierney, Grossman i Resch, prema DuBois i sur., 2018), rezultati za koje su prednosti očite protežu se na više domena: obrazovanje, problemi u ponašanju, socijalno-emocionalno funkcioniranje i zdravlje. Analize (Raposa i sur., 2019) su pokazale da su programi usmjereni na mladiće u koje je bio uključen veći postotak muških mentora ili mentora iz pomagačkih zanimanja s kraćim sastancima imali veći učinak, kao i evaluacije koje su se oslanjale na upitnike i samoprocjenu mladih.

Nekoliko istraživanja fokusiralo se isključivo na povezanost mentoriranja među mentorima na mlade i učinkom na prevenciju korištenja supstanci, a istraživanja su uglavnom pratila programe primarne prevencije (usmjerenje na probleme prije nego se uopće pojave; ciljana populacija je opća populacija mladih) ili sekundarne prevencije (usmjerenje intervencija na mlade u riziku). Pregled takvih istraživanja prikazuju Erdem i Kaufman (2020), koji zaključuju kako su istraživanja procjenjivala korištenje supstanci koje se češće koriste (primjerice alkohol i marihuana), manje se pažnje posvećivalo na istraživanje učinka mentoriranja na prevenciju započinjanja upotrebe teških droga, uključujući opijate. Njihov je zaključak da malobrojni dostupni dokazi ipak obećavaju pozitivan učinak mentoriranja na prevenciju i smanjenje korištenja supstanci među mladima. Zaključci pregleda usmjereni su istraživačima i praktičarima o potrebi detaljne procjene korištenja alkohola i ilegalnih droga ili izloženosti korištenja među vršnjacima, u školi

i obiteljskom kontekstu. Identificirajući rizike i potrebe mlađih u ranijim fazama intervencije mentorima omogućava bolju pripremljenost prilikom pružanja podrške djetetu ili mlađoj osobi. Važnost uloge prirodnih mentora podupire ideju odabira/regrutiranja mentora iz korisnikovih socijalnih mreža. Takav pristup može pridonijeti otpornosti mlađih da se odupru korištenju supstanci i pridruženim problemima, a potrebna su dodatna istraživanja o tome kako mentorski programi mogu biti implementirani na sekundarnoj i tercijarnoj razini prevencije.

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



# **Provedba mentorskog programa**

## **Uključivanje djece i mladih**

Kriterij za uključivanje u program Najbolji ja postojanje je određenog rizika za razvoj problema u ponašanju, što uključuje i probleme s ovisnošću, odnosno korištenje neke od socijalnih usluga pri našem Centru ili suradničkim organizacijama.

Nakon prijave, odgajatelji ili roditelji i dijete pozivaju se na inicijalni intervju kojim se prikupljaju amnestički podaci (opći podaci, obiteljski odnosi, dob, obrazovanje, interesi djeteta, razvijenost socijalnih vještina, rizični i zaštitni čimbenici), za što se koristi obrazac za uključivanje djeteta u program projekta (Prilog 1). Provjerava se njihova informiranost o programu, predstavljaju im se aktivnosti mentorskog programa, propituju očekivanja i želje odgajatelja/roditelja i djeteta, djetetovih navika i obaveza, prijatelji u školi (vršnjaci), slobodno vrijeme i interesi. Identificiranje rizičnih čimbenika te ostalih bitnih informacija kod djece i mladih u ranjoj fazi intervencije pripremit će mentore da budu bolje opremljeni za podršku korisnicima.

Za sudjelovanje maloljetne djece u programu potreban je i potpisani pristanak roditelja/skrbnika (ukoliko dijete nije povjeren ustanovi). Nakon uključivanja djeteta u program mentoriranja, tim CNZD-a, u suradnji s roditeljima/skrbnicima i djetetom, određuje individualne ciljeve i planove rada za svako dijete.

## **Uključivanje volontera**

U program mentoriranja Najbolji ja uključuju se volonteri na poziciju mentora. To su mlade osobe bez obzira na spol od 18 (eventualno 16) do 35 godina, zainteresirane za rad s djecom, za koje je stručni tim procijenio da će odgovorno ulagati svoje vrijeme i sposobnosti u razvoj i održavanje prijateljskog, podržavajućeg odnosa s djetetom. Volonteri/mentori u isto vrijeme imaju dvojaku ulogu – osim što su korisnici programa, oni su i njihovi provoditelji – kroz uključivanje u postojeći mentorski program doprinose unaprjeđenju znanja o štetnosti ovisnosti i zdravim načinima života, unaprjeđenju socijalne kompetencije kod djece i mladih te se zajedno s djecom i mladima uključuju u

aktivnosti kvalitetnog provođenja slobodnog vremena. Volonteri na taj način mogu svakom korisniku pružiti individualni pristup. U skladu s tim, stručni tim Centra se tijekom projekta kontinuirano i izravno najviše bavi mentorima/volonterima. Mentor moraju zadovoljiti seleksijski postupak i sve uvjete koji su potrebni za sudjelovanje u projektu.

Prije uparivanja s mladim legosom, budućem volonteru – mentoru dajemo i primjer pisanih informacija za buduće mentore uz uputu da im koordinatori volontera i stručnjaci CNZD-a uvijek stoe na raspolaganju. Velik se naglasak stavlja i na uspostavljanje dobrog odnosa stručnjaka i volontera.

Prema Zakonu o volonterstvu (2021), organizatori volontiranja dužni su posvetiti posebnu pažnju izboru i edukaciji volontera koji volontiraju sa djecom (i ostalim ranjivim skupinama), uz posjedovanje osobnih znanja, iskustva i sposobnosti za rad s tom skupinom korisnika volontiranja. Budući da je zaključivanje ugovora o volontiranju u pisanim oblicima obvezno u slučaju volontiranja s djecom (i ostalim ranjivim skupinama) on se sklapa sa svim uključenim volonterima – mentorima.

## **Odabir volontera i proces selekcije**

Kako bi naša organizacija stupila u kontakt sa ciljanom skupinom volontera, bili su podijeljeni odgovarajući letci po centru grada, info točkama, fakultetima te na društvenim mrežama i službenim web stranicama. Na taj su način pozvani svi zainteresirani na uključivanje u projekt i mentorski program. Pozitivna iskustva imamo i s oglašavanjem poziva za volonterski angažman kroz telekomunikacijske kanale lokalnih volonterskih centara.

Osobe koje se prijave za volontera/mentora najprije prolaze redom kroz proces selekcije:

1. online prijava - primjer obrasca dostupan na stranici [https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdNKqR\\_XavJvGPYHfvpc-q7TnnZqRrSDxZkEDPd3qgyvMXKEw/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdNKqR_XavJvGPYHfvpc-q7TnnZqRrSDxZkEDPd3qgyvMXKEw/viewform)  
- kroz koji prikupljamo osnovne sociodemografske i kontakt podatke o volonteru, njegovom obrazovanju i interesima, motivaciji i očekivanjima od volontiranja
2. intervju sa stručnim suradnicima CNZD-a uz ispunjavanje prijavnog lista (polustrukturirani intervju detaljnije opisan u nastavku)
3. ispunjavanje posebnog uvjerenja o podatcima iz kaznene evidencije (ovjerava ga Odjel kaznene evidencije Ministarstva pravosuđa)
4. psihologičko testiranje – od kojih u praksi najčešće koristimo Indeks profila emocija – PIE za ispitivanje ličnosti i kognitivni neverbalni test (KNT)
5. povratna informacija stručnih suradnika prijavljenim volonterima.

Prijemni razgovor, tj. intervju s mentorima – volonterima provodi se uživo, no moguće ga je provoditi i online. Na početku se volonteru objašnjava tema i cilj vođenog intervjuja, koliko je očekivano trajanje i koja su očekivanja od intervjuja. Radi se o polustrukturiranom intervjuu koji prikuplja sljedeće podatke o volonteru/mentoru: opće podatke, informiranost o programu, motivacija, volontersko iskustvo, dostupnost za volontiranje, doživljaj sebe, obiteljske okolnosti, obrazovanje/zaposlenje, prijatelji, slobodno vrijeme, interes i navike, očekivanja od djeteta/mlade osobe koju će mentorirati, procjena vlastitih potreba, očekivanja od volontiranja. Na kraju intervjuja najavljuju se budući događaji te se volonteru daje povratna informacija, s naglaskom na odgovornost, obveze i dužnosti oko redovitosti susreta s „malim legosom“ nakon uparivanja.

Tijekom intervjuja s volonterima provjerava se informiranost o programu te motivacija za volontiranje, pojašnjava se uloge i obveze mentora te im se objašnjava uobičajeni način rada organizacije s volonterima (dobivanje potvrde o volontiranju, potvrde o stečenim o kompetencijama, prednost pri traženju posla, edukacija mentora, grupna podrška, izvještavanje o susretima i volonterskim satima).

Korisnim se pokazalo uručiti volonterima – mentorima pisane informacije za buduće mentore (Prilog 2).

Pri odabiru volontera u obzir se uzima njihovo obrazovanje te profesionalni interesi. Prednost se daje osobama sa SSS i/ili VSS obrazovanjem (završenim ili u tijeku) iz područja društvenih znanosti kojima sudjelovanje u ovakvom projektu doprinosi razvoju (uz osobne, socijalne i organizacijske kompetencije) profesionalnih kompetencija.

Nakon procesa selekcije za sve odabrane volontere organizira se obvezna edukacija za usavršavanje postojećih i stjecanje novih vještina za rad s djecom i mladima.

Na temelju provedene selekcije volontera i inicijalnog intervjuja s roditeljima i djetetom izrađuje se tzv. preporuka za spajanje koja sažima informacije o djetetu te predlaže najprikladnijeg mentora.



# **Edukacija volontera**

Svi volonteri/mentori prolaze kroz dvodnevnu edukaciju čija je svrha usavršiti i razviti dodatne vještine za rad s djecom i mladima.

U prvom edukacijskom susretu upoznaju se s radom organizacije koja je nositelj projekta i organizator volontiranja. Djelatnici partnerske organizacije Dkolektiv (Volonterski centar Osijek) upoznaju volontere s njihovom volonterskom ulogom koja obuhvaća poznavanje prava, ali i obveza i odgovornosti koje iz njih proizlaze (detaljnije u poglavljju "Edukacija o volotiranju", strana 15). Isto tako, volonteri se upoznaju s načinima i tehnikama učenja koju će moći koristiti u radu s djecom, razvojnim fazama djeteta od 7. do 18. godine života te s procesima i načinima motiviranja djeteta na učenje, uključivanje u slobodne aktivnosti i sl.

Drugi edukacijski susret osnažuje mentora za rad s djecom s teškoćama u učenju i problemima u ponašanju. Isto tako, upoznaje ih s uspostavljanjem odnosa i fazama razvoja odnosa, postavljanjem granica na primjer način te individualnim planom rada s djetetom i njihovom ulogom u izradi istoga. Individualni plan zahtjeva prepoznavanje djetetovih snaga i rizičnih čimbenika.

Edukacijski susreti obično su organizirani grupno, u trajanju od 4 sata. Uz teorijski dio, svaki susret uključuje interaktivno predavanje i praktične vježbe kroz rad u paru, grupni rad, grupne rasprave, igranje uloga i kreativan rad. Cilj edukacije jest dodatno ojačati i usavršiti socijalne vještine, osobine i kompetencije koje mentor već posjeduje poput otvorenosti, fleksibilnosti, aktivnog slušanja, tolerantnosti, kreativnosti, altruističnosti, empatičnosti te volje za pomaganjem. Primjeri radnog materijala se nalaze pod Prilog 3 i Prilog 4.

# **Uparivanje mentora-volontera i djeteta**

Prilikom uparivanja mentora i djeteta, Jeđud i Ustić (2009) navode da stručnjaci na mentorskome programu puno pažnje moraju posvetiti usklađivanju interesa i osobina mentora i djeteta jer socijalna distanca koja je rezultat pogrešnog uparivanja može doprinijeti neuspješnosti mentorskog odnosa. Kako je uparivanje ključan događaj za mentora i dijete, potrebno ga je dobro osmisli i provesti. Nakon pripreme mentora (edukacije) slijedi pridruživanje/uparivanje mentora i djeteta ili mlade osobe. Pritom je dobro služiti se njihovim prijavnim listovima te bilješkama s razgovora i posjeta obitelji kako bi se osiguralo da dijete i mentor budu dovoljno slični da bi odnos u početku imao neku zajedničku poveznicu, ali i dovoljno različiti da bi im druženje bilo izazovno. Imajući u vidu najveću dobit za dijete, stručnjak (voditelj slučaja) predlaže mentora za svako

pojedino dijete s obzirom na usklađenost njihovih očekivanja i interesa te mentorovih osobnih potencijala i potreba djeteta. Stručnjaci si prilikom predlaganja novog mentor-skog para trebaju postaviti pitanje: „Je li mentor/mentorica ‘ljekovit’ za to dijete?“ jer nije uvijek moguće pronaći idealnog mentora za svako dijete ili to ne mora uvijek biti jasno od prvog trena.

Upoznavanje mentora i djeteta može se odvijati u različitim situacijama – u instituciji, u lokalnoj zajednici, u obitelji i sl., tako da je tijekom edukacije mentore potrebno pripremiti za različite mogućnosti. U našoj organizaciji uobičajeno je bilo grupno upoznavanje, budući da su djeca i mlađi korisnici usluga smještaja ili drugih socijalnih usluga pri nekoj instituciji/organizaciji. Prilikom tih grupnih upoznavanja, djelatnici određene institucije imali su priliku odabranim mentorima dati specifične upute o karakteristika korisnika i kućnom redu institucije te uspostaviti određeni sustav komunikacije. S druge strane, upoznavanja mogu biti i individualna te se preporuča mentoru da iskoriste određeno vrijeme za upoznavanje, a po mogućnosti i uključivanje u neku aktivnost. Važno je osigurati da okruženje u kojem se upoznaju bude sigurno, kao i naglašavati da početna nelagoda i stres prođu te da dijete i mentor u pravilu vrlo brzo pronalaze zajednički jezik. Prilikom upoznavanja stručnjaci naše organizacije mentorskom paru uručuju individualni plan rada (Prilog 5) koji sadrži neke zanimljive informacije o djetetu i mentoru, smjernice za zajedničke aktivnosti, a ujedno od mentorskog para zahtijeva da razmjene brojeve telefona ili dogovore neki drugi način komunikacije. Uz to, mentorski parovi dobivaju i svoje iskaznice s imenima te podacima o organizaciji koje im omogućuju sudjelovanje u određenim aktivnostima ili olakšavaju traženje R1 računa. Nakon upoznavanja, daljnje druženje mentor i dijete sami dogovaraju i planiraju u skladu sa svojim obvezama te svojim tempom grade svoj odnos kroz vrijeme, strpljenje, povjerenje i aktivnost. Stručnjaci nadalje ostaju u pozadini, prate i podržavaju mentore i razvoj mentorskog odnosa.

Korisnim se pokazalo mentorima dostaviti određene upute i smjernice o konkretnim postupanjima na sažet i strukturiran način kako bi se u svakom trenutku mogli podsjetiti na njih, kao i dodatnu literaturu koja ih upućuje na primjer način postupanja i na koju se mogu pozvati kada se suoče s nekom dvojbom. Prilog 6 prikazuje primjer uputa za mentore.

Sigurnost mentora – volontera osigurava se edukacijom i upoznavanjem s mogućim izazovima i kontinuiranom podrškom od strane supervizora. Potrebno je odabirati aktivnosti koje podržavaju zdrave životne stilove i održavati prostor primjeren korisnicima i stručnjacima, osiguravati svu potrebnu opremu za rad, kao i da je prostor obavljanja aktivnosti u skladu sa svim uvjetima te da zadovoljava potrebe za provedbu projekta i za rad s ciljnom skupinom. U sklopu projekta svim sudionicima zajamčena je individualna pomoć i podrška, kao i mogućnost da u bilo kojem trenutku odustanu od daljnog sudjelovanja u programu *Najbolji ja*.

Volonteri – mentori dužni su držati se pismenih i usmenih uputa organizatora, obvezni su savjesno i marljivo obavljati poslove volonterke pozicije za koje su sklopili ugovor o volontiranju, dužni su čuvati poslovnu i profesionalnu tajnu sukladno s Pravilnikom o dužnosti čuvanja poslovne i profesionalne tajne (CNZD, 2014). Odavanje poslovne i/ili profesionalne tajne smatra se težom povredom volontiranja zbog koje se volonteru može otkazati ugovor o volontiranju.

U provedbi aktivnosti i izradi svih materijala mentori su dužni, kao i stručni suradnici CNZD-a, pridržavati se internih dokumenta:

- Politike o zaštiti djece - [http://arhiva.cnzd.org/uploads/document/attachment/39/CHILD\\_PROTECTION\\_POLICY.pdf](http://arhiva.cnzd.org/uploads/document/attachment/39/CHILD_PROTECTION_POLICY.pdf)
- Smjernicama za odrasle osobe u radu s djecom - [http://arhiva.cnzd.org/uploads/document/attachment/40/Code\\_of\\_conduct\\_for\\_adults\\_working\\_with\\_children\\_.pdf](http://arhiva.cnzd.org/uploads/document/attachment/40/Code_of_conduct_for_adults_working_with_children_.pdf)
- Politike privatnosti - [http://arhiva.cnzd.org/uploads/legal/attachment/4/CNZD\\_Politika\\_privatnosti.pdf](http://arhiva.cnzd.org/uploads/legal/attachment/4/CNZD_Politika_privatnosti.pdf)
- drugih relevantnih dokumenata.

Navedeni dokumenti osiguravaju zaštitu djece od zlostavljanja i neprimjerenog ponašanja odraslih osoba. Između ostalog, za sve volontere i stručnjake koji rade s djecom važno je da budu svjesni situacija koje mogu predstavljati rizik za dijete i da njima vladaju; da planiraju i organiziraju svoj rad i mjesto rada kako bi se rizik sveo na minimum; omoguće da se o bilo kojem problemu ili razlozima za zabrinutost otvoreno razgovara; održavaju visoki osobni i profesionalni standard u radu s djecom: poštuju prava djece i odnose se prema njima pošteno, iskreno i dostojanstveno te uključuju djecu i mlade u donošenje odluka koje ih se posredno ili neposredno tiču.

## Razvoj mentorskog odnosa

Nakon završetka edukacije i uparivanja mentori – volonteri i mentorirani mladi legosi počinju graditi odnos. Mentorski odnos karakterizira snažna interpersonalna veza koja se manifestira kroz uzajamnost, povjerenje i empatiju (Rhodes, 2005; prema Jeđud i Ustić 2009). Kako bi odnos volontera i djeteta prerastao u opisani mentorski odnos, svaki pa i ovaj odnos prolazi kroz nekoliko faza:

1. Faza prvog kontakta faza je u kojoj se dijete i mentor upoznaju, uspostavljaju određena međusobna očekivanja i započinju građenje odnosa,

2. Faza testiranja još je uvijek početna faza započinjanja odnosa, tijekom koje se testiraju granice i utvrđuje se pozicija moći.
3. Faza stabilizacije je faza u kojoj dolazi do uspostavljanja obrazaca interakcija, redovitih susreta, stabiliziraju se uloge i razvija se stil vezivanja.
4. Faza završetka odnosa faza je pripreme za separaciju ili do prerastanja u novi tip odnosa.



Faza 1.

Faza 2.

Faza 3.

Faza 4.

Važno je naglasiti da mentor može uložiti veliki trud i vrijeme, no i dijete ima aktivnu i važnu ulogu u građenju i uspostavljanju dobrog odnosa. Prema tome, stručni tim CNZD-a posvećuje posebnu pažnju prilikom uparivanja mentora i djeteta, kako na usklajivanje interesa i osobina mentora i djeteta, tako i na odgovarajuće edukacije mentora te na adekvatnu pripremu djeteta.

## **Koordinacija (praćenje i podrška) mentorskih parova**

Kako bi se volontere/mentore dodatno motiviralo na sudjelovanje i redovno izvještavanje o aktivnostima u kojima su sudjelovali, organiziraju se zajednička druženja te grupe podrške za mentore. Predviđene aktivnosti koje su usmjerenе na rad s cilnjom skupinom provode se u prostorima Centra za nestalu i zlostavljanu djecu ili u lokalnoj zajednici kako bi mentorima i djeci bilo dostupno što više pristupačnih i zabavnih sadržaja u kojima mogu sudjelovati kao mentorski parovi (kino, paintball, utakmice, karting, kuglanje, klizanje, kazalište, itd.). Budući da su uključenim korisnicima u projekt omogućene zanimljive aktivnosti koje sami odabiru, to samo po sebi predstavlja dodatni poticaj i motivaciju kod sudionika za aktivno sudjelovanje u mentorskom programu.

Kako bi se evidentirali volonterski sati mentora – volontera te redovitost susreta, mentori trebaju redovito dostavljati pismene izvještaje o susretima i kontaktima s djetetom, „malim legosom“ putem propisanog obrasca (Prilog 7 – dostavljaju ga putem

emaila, online obrasca ili kroz aplikaciju posebno namijenjenu mentorskim parovima).

Stručnjaci prate i koordiniraju mentorske parove i kroz grupe podrške, kao i kroz individualne kontakte s mentorima, djecom, roditeljima i odgajateljima, kao i svim drugim uključenim sudionicima. Praćenje i podrška mentora organizirana je kroz nekoliko paralelnih aktivnosti kao što su: grupna podrška (supervizija), individualne konzultacije, vođenje dnevnika rada te ispunjavanje samoevaluacijskih i evaluacijskih listića. Njihove zadaće uključuju:

- Izgradnju samopouzdanja volontera
- Izgradnju vršnjačke solidarnosti i identiteta volontera
- Uvid u važnost volontiranja i doprinosa koji proizlazi iz volonterskog rada
- Utvrđivanje spremnosti za obavljanje određenog posla
- Utvrđivanje usvojenih kompetencija za rad sa specifičnim djitetom.

Podrška mentorima u programu *Najbolji ja* vidljiva je kroz sve tri razine/sadržaja kako ih navode Žižak i sur. (2003; prema Jeđud i Ustić, 2009):

1. Izvještavanje volontera o odnosu s djetetom, razgovor o specifičnim problemima i dilemama u radu s djetetom, rješavanje organizacijskih pitanja te rad na dokumentaciji (npr. dnevnik rada i izještaji), tzv. administrativno – konzultativna razina.
2. Početna edukacija o samom programu, učenje novih pristupa i strategija rada s djecom te učenje specifičnih komunikacijskih i socijalnih vještina, tzv. edukativna razina.
3. Evaluacija odnosa s djetetom, izgradnja samopouzdanja volontera, druženje i međusobno povezivanje volontera, tzv. podržavajuća razina.

Grupni susreti mentora organiziraju se u pravilu jednom mjesечно, u trajanju od 60 do 90 minuta, kroz vrijeme trajanja projekta. Voditelji su stručne osobe sposobljene za rad s djecom i mladima u riziku i s problemima u ponašanju koja će moći adekvatno odgovoriti na potrebe mentora i eventualne probleme nastale u odnosu mentor – mentorirano dijete. Tijekom supervizije, individualne i grupne, mentorima se pruža podrška, potiče ih se na kreativnost, dodatno informiranje, pruža im se pomoć pri rješavanju problema te odgovara na upite, etička pitanja, dvojbe i dr.

# Evaluacija

Vrednovanje postignuća i ispunjavanje ciljeva programa provodi se putem evaluacije sudionika programa (volontera, djece, odgajatelja i roditelja).

Kako bi se utvrdilo početno stanje, preporučuje se provođenje inicijalnog upitnika (ankete), ovisno o području na koje se programom želi utjecati. U slučaju mentorskog programa koji za cilj ima prevenciju svih vrsta ovisnosti kod ciljane populacije (djeca i mladi), anketa bi trebala biti usmjerena na ispitivanje određenih rizičnih čimbenika ili na primjerice ispitivanje socijalne kompetencije. Na kraju provedenog programa potrebno je ponoviti upitnik (anketu) na ciljanoj populaciji, kao i procijeniti zadovoljstvo sudionika programa (djece, volontera i roditelja).

Procjena uspješnosti mentorskog odnosa vrši se putem sljedećih indikatora:

1. Zadovoljstvo djeteta odnosom
2. Zadovoljstvo volontera odnosom
3. Zadovoljstvo roditelja/skrbnika promjenama kod djeteta
4. Procjena pozitivnih promjena kod djeteta od strane stručnih suradnika (odgajatelja)
5. Zadovoljstvo volontera sustavom edukacije, podrške i supervizije
6. Rast volonterskih kompetencija za rad s djetetom (samoiskazi i procjena supervizora).

Isto tako, provodi se formativna evaluacija za trajanja programa mentoriranja:

- broj sudionika,
- broj provedenih edukacija,
- evaluacijski listić kojeg će ispunjavati sudionici nakon svake provedene edukacije o korisnosti iste, zanimljivosti, prijedlozima za buduće edukacije i izmjene programa te prigovorima ukoliko im se nešto nije svidjelo.

Prema tome, provodi se kvantitativna i kvalitativna evaluacija:

- kvantitativna evaluacija provodi se na temelju sljedećih indikatora: ankete i evaluacije sudionika edukacija, testiranje znanja nakon provedenih edukacija, broj sudionika pojedinih aktivnosti, broj provedenih aktivnosti i edukacija te kvantitativno opažanje.
- kvalitativna evaluacija provodi se na temelju sljedećih indikatora: procjena zadovoljstva sudionika edukacija i programa sa pojedinom aktivnosti, primjedbe i savjeti putem evaluacijskih upitnika.

# **COVID-19 i prilagodba rada**

U ovom razdoblju posebno je aktualna pandemija COVID-19, tj. nestabilnost izazvana njome koja je dovela do potrebe za prilagodbom načina rada. Potencirane su aktivnosti na otvorenom i komunikacija posredstvom telekomunikacijskih sredstava. S tim su ciljem organizirane i razne grupne aktivnosti kroz njihovo korištenje, npr. organizirane su razne edukativne radionice na koje su se mogli uključiti zainteresirana djeca i volonteri. Imamo pozitivna iskustva s provedbom radionica na taj način, posebno uz korištenje digitalnih alata koji potiču interaktivnost sudionika i ispitivanje usvojenosti sadržaja kroz kviz – npr. Mentimeter uz korištenje platforme Zoom.

Vrlo se važnom pokazala i suradnja s institucijama iz kojih se povremeno uključuju mladi legosi (Centar za pružanje usluga u zajednici Klasje, Dom za odgoj djece i mladeži) ali i suradnja s obiteljima zbog eventualne ugroze nekoga od članova kućanstva i potencijalnog rizika za uključene sudionike mentorskog programa. S tim ciljem, u slučajevima potencijalne ugroze, poticana je komunikacija putem telekomunikacijskih sredstava i svi su sudionici zamoljeni za fleksibilnost s obzirom na nepredvidivo vrijeme u kojemu smo se našli.



# **Nedostaci i rizici provedbe programa**

Prilikom provođenja aktivnosti u kojima su uključeni djeca i mladi postoji rizik od osipanja sudsionika. Očekivan je veći interes i djece i volontera za sudjelovanje u projektu, no prolaskom vremena postoji rizik od izostajanja mentorskih susreta u određenim mjesecima zbog odlaska na praznike, na rad na sezonske poslove, polaganja ispitova i sl. Isto tako, postoji rizik od prekida mentorskog odnosa zbog odlaska djeteta na drugi smještaj ili zbog povratka u primarnu obitelj. Također postoji rizik da se projektom obuhvate djeca koja su već krenula s eksperimentiranjem sa sredstvima ovisnosti te posljedično rizik da provedene aktivnosti neće znatno utjecati na njih.

Iako gotovo svaka osoba ima u sebi potencijal biti mentorom nekoj mlađoj osobi, ljudi se ipak ne odlučuju ni često ni lako na takvo ulaganje u druge i pomaganje drugima na taj način. Problem s kojim se mnogi mentorski programi susreću nedostatak je mentora (Jeđud i Ustić, 2009). Korisnici su izabrani, njihove su potrebe velike, ali nema odgovarajućih mentora koji bi te potrebe mogli i zadovoljiti. Primjerice, prema našem iskustvu, kao i prema iskustvu drugih mentorskih programa, (program Velika sestra/Veliki brat) uvijek je aktualan nedostatak muških mentora za dječake.

S obzirom na navedeno, djecu i volontere motivirat će se za sudjelovanje u projektu kroz pozitivne i ohrabrujuće informacije koje ističu njihove snage te će se i sam projekt, sukladno teorijskom okviru socijalne kontrole, oslanjati na česte grupne susrete i poticanje volontera na iniciranje što više susreta mentorskih parova u slobodno vrijeme kako bi to vrijeme ispunili kvalitetnim aktivnostima i kako bi utjecali na odabir zdravih životnih izbora. Isto tako, djecu će se motivirati na sudjelovanje kroz provedbu aktivnosti na njima primjerjen i zabavan način, poštujući dječja prava, uvažavajući različitosti i ohrabrujući.

## **Iskustva volontera CNZD-a**

Ne doživljavam to uopće kao rad, nego kao ugodno i korisno iskustvo koje mi pomaže naučiti puno o sebi i drugima. Smatram da time doprinosim društvu u kojemu živimo, jer su mladi ljudi, pogotovo oni koji su u toj kritičnoj životnoj dobi zapeli i trebaju podršku i vodstvo, populacija koja će graditi budućnost ovog grada.

Volonter

Suradnja s djecom je dinamična, puna izazova ali i nagrada. Oni testiraju i skloni su biti nepovjerljivi prema ljudima, ali cijene iskrenost i pravednost, imaju razne obrane i oklope koje su izgradili odrastajući, ali kroz oklop se ubrzano probija neposrednost i zahvalnost.

Volonterka



# Literatura

Bašić, J., Ferić, M. (2004). *Djeca i mladi u riziku - rizična ponašanja // Poremećaji u ponašanju i rizična ponašanja: pristupi i pojmovna određenja*. Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet.

Begović, H. (2006). *O volontiranju i volonterima/kama*. Zagreb: Volonterski centar Zagreb

Brlas, S. (2010): *Važno je ne započeti - neki temeljni pojmovi psihologije ovisnosti*. Virovitica: Zavod za javno zdravstvo Sveti Rok Virovitičko-podravske županije.

De Wit, D. J., DuBois, D. L., Erdem, G., Larose, S., Lipman, E. L. (2019). Predictors of mentoring relationship quality: Investigation from the perspectives of youth and parent participants in Big Brothers Big Sisters of Canada one-to-one mentoring programs. *Journal of community psychology*, 48 (2), 192-208.

DuBois, D. L., Herrera, C., Rivera, J. B. A. (2018). Investigation of Long-Term Effects of the Big Brothers Big Sisters Community-Based Mentoring Program: Final Technical Report for OJJDP. Preuzeto xy s <https://www.ojjp.gov/pdffiles1/ojjdp/grants/251521.pdf>

Erdem, G., Kaufman, M. R. (2020). *Mentoring for Preventing and Reducing Substance Use and Associated Risks Among Youth, National Mentoring Resource Center Outcome Review*. Preuzeto 1.11.2020. s [https://nationalmentoringresourcecenter.org/wp-content/uploads/2020/05/Mentoring\\_for\\_Preventing\\_and\\_Reducing\\_Substance\\_Use\\_and\\_Associated\\_Risks\\_Among\\_Youth\\_Outcome\\_Review.pdf](https://nationalmentoringresourcecenter.org/wp-content/uploads/2020/05/Mentoring_for_Preventing_and_Reducing_Substance_Use_and_Associated_Risks_Among_Youth_Outcome_Review.pdf)

Etički kodeks volontera, *Narodne novine*, 55/08. Preuzeto 24.10.2022. s [https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2008\\_05-55\\_1915.html](https://narodne-novine.nn.hr/clanci/sluzbeni/2008_05-55_1915.html)

Europski prevencijski kurikulum: priručnik za donositelje odluka, kreatore javnog mišljenja i kreatore politika u području znanstveno utemeljene prevencije korištenja sredstava ovisnosti (2020). Zagreb, Hrvatski zavod za javno zdravstvo, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet Sveučilišta

Ferić, M., Kranželić Tavra, V. (2005). *Trening socijalnih vještina – izazovi implementacije*. Dijete i društvo, 7 (1), 138-149.

Forčić, G., Ćulum, B., Šehić Relić, L. (2007). *Kako ih pronaći? Kako ih zadržati? Smjernice za rad s volonterima*. Rijeka: Udruga za razvoj civilnog društva SMART

Glavak Tkalić, R., Miletić, G.-M., Maričić, J. (2016). Uporaba sredstava ovisnosti u hrvatskom društvu – istraživanje na općoj populaciji. Zagreb: Institut društvenih znanosti Ivo Pilar i Ured za suzbijanje zlouporabe droga Vlade Republike Hrvatske. Preuzeto 17.12.2020. s [https://www.pilar.hr/wp-content/uploads/2018/01/Elaborat\\_2015.pdf](https://www.pilar.hr/wp-content/uploads/2018/01/Elaborat_2015.pdf)

Hirschi, T. (1969). Causes of delinquency. Berkeley: University of California Press.

Hrvatski zavod za javno zdravstvo (2019). *Europsko istraživanje o pušenju, pijenju alkohola i uzimanju droga među učenicima [ESPAD]*. Preuzeto 17.12.2020. s <https://www.hzjz.hr/sluzba-promicanje-zdravlja/predstavljanje-rezultata-europskog-istrazivanja-o-pusenju-pijenju-alkohola-i-uzimanju-droga-medju-ucenicima-espad-2019-te-stanja-i-trendova-zlouporabe-droga/>

Hrvatski zavod za javno zdravstvo (2020). *Usporedba stanja problematike droga u Republici Hrvatskoj i Europi*. Preuzeto 17.12.2020. s [https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/06/Usporedba\\_stanja-problematike\\_droga\\_EU\\_RH.pdf](https://www.hzjz.hr/wp-content/uploads/2020/06/Usporedba_stanja-problematike_droga_EU_RH.pdf)

Jeđud I., Ustić D. (2009). *Mentoriranje i mentorski programi*. Zagreb: Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet.

Milosavljević, M. (2009). *Osnove nauke socijalnog rada*. Banja Luka: Filozofski fakultet Banja Luka.

Ministarstvo znanosti i obrazovanja (2017). *Minimalni standardi prevencije ovisnosti u odgojno-obrazovnom sustavu*. Preuzeto 17.12.2020. s [https://drogeiovisnosti.gov.hr/UserDocs/Images/dokumenti/Smjernice/Minimalni%2ostandardi%2oprevencije%20ovisnosti%20za%20djecu%20i%20mlade%20u%20odgojno-obrazovnom%2osustavu%20\(2017\)%20F\\_1.docx](https://drogeiovisnosti.gov.hr/UserDocs/Images/dokumenti/Smjernice/Minimalni%2ostandardi%2oprevencije%20ovisnosti%20za%20djecu%20i%20mlade%20u%20odgojno-obrazovnom%2osustavu%20(2017)%20F_1.docx)

National Institute on Drug Abuse [NIDA] (2003). *Preventing Drug Use Among Children and Adolescents*. Preuzeto 17.12.2020. s [https://www.drugabuse.gov/sites/default/files/preventingdruguse\\_2\\_1.pdf](https://www.drugabuse.gov/sites/default/files/preventingdruguse_2_1.pdf)

National Institute on Drug Abuse [NIDA] (2014). *Principles of Adolescent Substance Use Disorder Treatment: A Research-Based Guide*. Preuzeto 17.12.2020. s [https://www.drugabuse.gov/sites/default/files/podata\\_1\\_17\\_14.pdf](https://www.drugabuse.gov/sites/default/files/podata_1_17_14.pdf)

Pačić-Turk, Lj., Bošković G. (2008). Prevencija ovisnosti s aspekta teorije socijalnog učenja i kognitivne psihologije. *Klinička psihologija* 1 (1-2), 39-58.

Pravilnih o dužnosti čuvanja poslovne i profesionalne tajne (2014). Centar za nestalu i

zlostavljanu djecu. Preuzeto 17.12.2021. s [http://arhiva.cnzd.org/uploads/document/attachment/74/PRAVILNIK\\_O\\_DU\\_NOSTI\\_UVANJA\\_TAJNE.pdf](http://arhiva.cnzd.org/uploads/document/attachment/74/PRAVILNIK_O_DU_NOSTI_UVANJA_TAJNE.pdf)

Raposa, E. B., Rhodes, J., Stams, G. J. J. M., Card, N., Burton, S., Schwartz, S., Yoviene Sykes, L.A., Kanschewa, S., Lupersmidt, J., Hussain, S. (2019). The Effects of Youth Mentoring Programs: A Meta-analysis of Outcome Studies. *Journal of Youth Adolescence* 48, 423–443.

Sakoman S. (2009): *Školski programi prevencije ovisnosti*. Zagreb: Agencija za odgoj i obrazovanje. Vlada Republike Hrvatske (2012). *Nacionalna strategija suzbijanja zloupotrebe droga u Republici Hrvatskoj za razdoblje 2012. do 2017. godine*. Preuzeto 17.12.2020. s [https://www.emcdda.europa.eu/system/files/HR\\_Nacionalna\\_strategija\\_suzbijanja\\_zlouporabe\\_droga\\_2012.-2017.\\_final.pdf](https://www.emcdda.europa.eu/system/files/HR_Nacionalna_strategija_suzbijanja_zlouporabe_droga_2012.-2017._final.pdf)

*Vodič za organizatore volontiranja i volontere „Kako do Poturde o kompetencijama stečenim kroz volontiranje“*. Preuzeto 24.10.2022. s <https://mrosp.gov.hr/istaknute-teme/obitelj-i-socijalna-politika/socijalna-politika-11977/udruge-humanitarni-rad-i-volonterstvo-12006/volonterstvo-12023/12023>

Zakon o volonterstvu, *Narodne novine*, 58/07, 22/13, 84/21. Preuzeto 24.10.2022. s <https://www.zakon.hr/z/258/Zakon-o-volonterstvu>

Zoričić, Z. (2018): *Ovisnosti - Prevencija, liječenje i oporavak*. Zagreb: Školska knjiga.

# Prilozi

Prilog 1: Primjer obrasca za uključivanje djeteta u program projekta

## Najbolji ja – sveobuhvatni program selektivne prevencije ovisnosti

Obrazac za uključivanje djeteta u program projekta

Opći podaci o djetetu	Ime i prezime:	Spol:
	Datum i mjesto rođenja:	Dob:
	Škola i razred koji pohađa:	
	Adresa stanovanja:	
	me i prezime roditelja:	/ Odgajatelj:
	Primarni razlog preporučivanja za program:	
	Planirani odlazak kući na dopust (ukoliko je poznato):	
Obiteljski status	Kratki opis obiteljske situacije:	
	S vršnjacima	
Međuljudski odnos	Sa starijima (izvan obitelji)	
	Ocijenite razvijenost socijalnih vještina kod djeteta ocjenom 1 – 5 (5- visoka razina razvijenosti, 1- niska razina razvijenosti)	
	Aktivno slušanje	1 2 3 4 5
	JA – poruke	1 2 3 4 5
	Prepoznavanje i iskazivanje osjećaja	1 2 3 4 5
	Suradnja	1 2 3 4 5
	Zauzimanje za sebe	1 2 3 4 5
Komentar/ preporuka stručnjaka (vezana uz iskustva i kvalitetu međuljudskih odnosa)		
Škola	Školski uspjeh:	
	Uspjeh u skladu sa sposobnostima?	
	Odgovornost/pouzdanost (dolaženje na vrijeme, poštivanje rokova, posvećenost):	
	Zadovoljstvo djeteta (odabirom, uspjehom):	

<b>Slobodno vrijeme</b>	Organizirani sadržaji:	
	Neorganizirani sadržaji:	
	S kim provodi slobodno vrijeme:	
	Interesi?	
	Sport i tjelesne aktivnosti? DA/NE Kreativnost? DA/NE	
<b>Zaštitni i rizični čimbenici</b>	Zaštitni čimbenici	Rizični čimbenici
<p>Postoje li saznanja da je dijete eksperimentiralo s psihоaktivnim tvarima? Ukoliko je, molimo objasnite.</p>		
<p>Na koje osobine, vještine, interes, stavove djeteta smatrate da treba utjecati mentor-volонтер te koji su specifični postupci koji se preporučuju mentoru sa svrhom pozitivnog utjecanja na dijete?</p>		
<b>Zaključak i preporuka</b>	<p>Uključiti u program</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Da      • Ne</li> </ul>	

\*ispunjava stručni suradnik Centra za nestalu i zlostavljanu djecu

## *Prilog 2. Primjer pismenih informacija za buduće mentore*

### **Što je potrebno znati prije nego se uključite?**

#### **Što će mentor raditi u sklopu projekta?**

Mentor – volonter provodi minimalno 2 sata mjesечно s djetetom ili mladom osobom u različitim aktivnostima (kino, šetnja, sportske aktivnosti, utakmice, bazeni, kafić...) koje financira CNZD u sklopu projekta.

#### **Aktivnosti mogu biti:**

- jedan na jedan (npr. ukoliko dijete ima interes za nekom aktivnosti ili vi kao mentor smatrati da bi neka aktivnost bila zanimljiva/poučna/korisna kao što je šetnja, odlazak na kavu/sok, kino, zoo, utakmice, sportovi kao što su squash, klizanje itd.)
- u grupi (organizirane aktivnosti u našim prostorima ili u lokalnoj zajednici kao što su društvene igre, paintball, kuglanje itd. – unaprijed ćete biti obavješteni putem maila)

Svaki susret mentor-volonter treba zabilježiti u obliku kratkog izvješća i dostavljati redovno koordinatoru projekta. Tijekom mentoriranja, volonterima se nudi edukacija te stručna podrška (supervizija) od strane stručnjaka CNZD-a.

Osim mentorskog programa, djeca će biti uključena i u druge aktivnosti kroz projekt (nastoji se na sveobuhvatan način kod djece i mladih prevenirati sve oblike ovisnosti kroz edukativne i socijalizacijske aktivnosti, medijsku kampanju i sl.).

No, prvenstveno kroz uspostavljanje odnosa s osobom prosocijalnog ponašanja (mentorom/icom) se nastoji raditi na ostvarenju cilja prevencije svih oblika rizičnog ponašanja. Odnos mentor – dijete zasnovan na prijateljstvu pozitivno utječe na razvoj socijalnih vještina djeteta, stjecanje novih interesa/navika i pozitivnog stava prema učenju i školi, povećanje samopouzdanja, a ujedno doprinosi i prevenciji rizičnog ponašanja (zloupotrebe sredstava ovisnosti, nasilja i delikvencije) i omogućuje razvoj i jačanje zaštitnih faktora kod djece.

#### **Zašto se uključiti?**

- razvijanje vještina i kompetencija za rad s djecom i mladima s problemima u ponašanju
- iskustvo
- svaki volonter koji sudjeluje će dobiti potvrdu o odrađenim volonterskim satima i bit će mu izrađen ugovor o volontiranju
- mogućnost dobivanja Pisma prepоруке i Potvrde o stečenim kompetencijama (samo za redovne volontere (svaki tjedan volontiraju kroz 3 mjeseca) ili pokažu iznimno trud i odgovornost

**Koje su obveze i prava organizatora volontiranja, a koje volontera?**

Prava i obveze volontera i organizatora volontiranja propisani su Zakonom o volonterstvu (NN 58/07, 22/13, 84/21). U nastavku navodimo njihov sažetak:

**PRAVA VOLONTERA**

- obavljanje poslova u skladu sa sposobnostima i interesima
- upoznavanje s organizacijom i aktivnostima te opis poslova
- stručna pomoć i podrška te adekvatan prostor i materijali za rad
- sklapanje ugovora te naknadu troškova
- mijenjanje volonterske pozicije i mogućnost napredovanja te pravo sudjelovanja u odlučivanju vezanom uz volontersku poziciju kao i probni rok
- pravo na sigurne uvjete rada i primjerene procedure kod rješavanja sukoba
- pravo na edukaciju, stjecanje i priznavanje kompetencija
- pravo na potvrdu o volontiranju i kompetencijama stičenim volontiranjem sukladno Zakonu, ako se zatraže.

**OBVEZE VOLONTERA**

- volontirati u skladu sa stručnim propisima i etičkim pravilima te po uputama organizatora volontiranja
- poštivanje dogovorenog radnog vremena i trajanja angažmana uz pravovremenu najavu odsutnosti te pravovremeno otkazivanje
- spremnost na edukaciju i sudjelovanje u procjeni potreba u vezi s izvršenjem posla
- sposobnost i spremnost rada u timu te sudjelovanje na sastancima tima
- pridržavanje dogovora i odgovoran pristup poslu te pažnja da svojim postupcima ne prouzroči štetu organizatoru ili korisniku volontiranja
- poštivanje načina upravljanja organizacijom i prihvatanje organizacijskih ciljeva te čuvanje povjerljivih podataka kao i primjereni predstavljanje organizacije prema javnosti
- odbiti volontiranje koje je suprotno propisima ili nije odgovarajuće.

**PRAVA ORGANIZATORA VOLONTIRANJA**

- na izbor volontera u skladu sa svojom misijom i vizijom, kao i vještinama i profilu volontera kad priroda volontiranja to zahtijeva
- biti pravodobno obaviješteni o izostancima i prekidu volontiranja od samih volontera
- na savjetovanje i sudjelovanje u postupcima donošenja odluka na svim razinama u području volontiranja, u svojstvu dionika koji predstavlja svoje, ali i interese i potrebe volontera (radne grupe, nacionalni odbor i dr.).

**OBVEZE ORGANIZATORA VOLONTIRANJA**

- promicati volontiranje i njegov doprinos društvu i pojedincu
- postovati prava i izvršiti obveze prema volonterima
- osigurati materijale i sredstava te poticajnu okolinu za obavljanje volonterskih aktivnosti te isplatu ugovorenih troškova
- biti uključivi i inkluzivni pri odabiru volontera te osobito poticati inkluzivno volontiranje
- razviti standarde kvalitete koji osiguravaju kvalitetnu provedbu volonterskih aktivnosti (planiranje, praćenje i podršku, vrednovanje)
- omogućiti volonteru sudjelovanje u donošenju odluka o volonterskoj aktivnosti, pokretanje vlastitih inicijativa u skladu s misijom i vizijom te osjećaj pripadnosti projektu
- izdati volonteru pisani potvrdu o volontiranju
- omogućiti volonteru stjecanje kompetencija te izdati potvrde po dogovoru
- osigurati tajnost osobnih podataka i zaštitu privatnosti
- osigurati volontera u slučaju „rizičnog“ volontiranja

**Radni list za mentore**

Što bi još htio/htjela znati o mentoriranju i mentorskom odnosu?

---

---

---

---

Moje brige u vezi mentoriranja:

---

---

---

---

Moje nade u vezi mentoriranja:

---

---

---

---

Moje ideje u vezi mentoriranja:

---

---

---

---

Prilog 5. Primjer individualnog plana rada



# NAJBOLJI JA

Sveobuhvatni program selektivne prevencije  
ovisnosti kod djece i mladih



## NAŠA PRIČA

### DIJETE

Marko [REDAKCIJA]

10 godina

Broj mobitela

Marko je jedan pametan, mlijek i suradljiv dečko koji voli razne aktivnosti. Zanima ga ribolov, a voli i vrijeme provoditi igrajući računalne igre. Uz to, uživa u glazbi tako da ide u glazbenu školu i voli plesati.

Ponekad mu se ne da pisati domaću zadaću i učiti, no uz podršku mogao bi imati puno bolji uspjeh u školi.

### MENTOR

Marija [REDAKCIJA]

27 godina

Broj mobitela

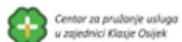
Marija je jedna pozitivna i optimistična osoba koja je uvijek nasmijana. Voli umjetnost, čitanje i druženja. Uvijek je spremna pomoći djeci i drugim osobama koji su u potrebi tako da volontira već duže razdoblje. Također voli ples, a voljela bi nešto izrađivati i tako pokazati svoju kreativnost.

### 1. SLOBODNO VRIJEME

- uključivanje u sportske i kreativne aktivnosti
- razvijanje i proširivanje interesa kroz provođenje slobodnog vremena s mentoricom u različitim aktivnostima
- sudjelovanje u izazovima sadržanim u aplikaciji „Najbolji ja“

### 2. ODNOŠ PREMA SEBI

- unaprjeđenje socijalnih vještina (s naglaskom na vještine aktivno slušanje, ja poruke, nenasilno rješavanje sukoba te suradnja)
- razvijanje kritičkog mišljenja
- podržavanje pozitivnih osobina (pouzdanost, radoznalost, kreativnost)



- osvještavanja i unaprjeđenje zdravih životnih navika

### 3. ODNOS PREMA DRUGIMA

- osvještavanje važnosti poštivanja odraslih (posebice roditelja, odgajatelja i učitelja) i poštivanja granica u odnosima s drugima
- poticanje na odabir pozitivnih modela ponašanja

### 4. OBRAZOVANJE

- poticanje izvršavanja školskih obaveza
- pomaganje i poticanje u svladavanju nastavnog sadržaja

### 5. OBITELJ

- podržavanje kvalitetnih odnosa među članovima obitelji

Boravak na otvorenom: ZOO, izleti, šetnja, bicikliranje

Sportske aktivnosti: bazeni, kuglanje, klizanje, utakmice, biljar, dvorana

**NAPOMENA!** Navedene aktivnosti samo su okvir aktivnosti u koje se možete uključiti. U dogovoru s djjetetom, ispitivanjem njegovih potreba i interesa, možete ponuditi svoje aktivnosti koje će biti odobrene.





# NAJBOLJI JA

Sveobuhvatni program selektivne prevencije  
ovisnosti kod djece i mladih



## UPUTE ZA MENTORE

### 1. KOMUNIKACIJA I DOGOVOR S ODGAJATELJIMA ILI RODITELJIMA

- uvijek provjeriti s roditeljem ili odgajateljem (ukoliko je dijete smješteno u instituciju ili je na poludnevnom boravku) mogućnost susreta s djetetom i **najaviti se barem 1 dan prije**

### 2. DOĆI PO DIJETE I DOVESTI GA NATRAG

- obzirom da tek upoznajete dijete, potrebno je **doći po dijete na mjesto koje mu je poznato** (ne dogovarati mjesto sastanka u drugom dijelu grada i sl.)

### 3. OBRAZOVNI RAD S DJECOM (UČENJE)

- ne preporuča se jer su mentori prvenstveno zaduženi za slobodne aktivnosti (iznimno je ukoliko dijete to želi i uz dogovor s odgajateljem/roditeljem)

### 4. REDOVNO SE JAVLJATI DJETETU

- preporuča se **druženje (ili barem kontakt)** s djetetom **jednom tjedno**, a poželjno je i češće!
- u slučaju da niste u mogućnosti vidjeti dijete duži period (7 dana ili duže), potrebno je obavijestiti dijete kako bi znalo iz kojeg razloga ne dolazite

### 5. ČUVATI PODATKE O DJECI

- podaci o djeci, njihovim roditeljima i drugim korisnicima smatraju se poslovnom tajnom te su volonteri dužni čuvati te podatke u tajnosti (pročitati Pravilnik o poslovnoj tajni)

### 6. FOTOGRAFIRANJE ILI SNIMANJE

- ne objavljivati fotografije ili snimke s djecom online ili u javnosti
- fotografiranje je isključivo za potrebe projekta kao dokaz za provedenu aktivnost i nastoji se zaštititi privatnost djeteta

### 7. PRIJEVOZ OSOBNIM AUTOMOBILOM

- nije dopušteno** jer uvijek postoji mogućnost da će se dogoditi nezgoda, a vi niste zaštićeni (niti odgajatelji ih ne voze)
- dopušteno je voziti se taxijem ili javnim prijevozom

#### **8. POSJETE KUĆI**

-djeci koja su na smještaju nije dopušteno posjećivati volontere u njihovoj kući, drugoj djeci je to dozvoljeno ukoliko baš inzistirate na tome i smatrate da bi to bilo u djetetovom interesu

-djeca na poludnevnom boravku mogu pozvati volonteru da dođe u njihovu kuću, a to svakako treba biti dogovoren i s roditeljima

#### **9. RAZGOVOR O PROBLEMIMA DJETETA**

-o problemima djeteta isključivo razgovarati s odgajateljima ili roditeljima

#### **DODATNE INFORMACIJE:**

- ◆ Djeca i mladi koji sudjeluju u projektu su se uključili **dobrovoljno**, no zbog specifičnosti populacije moguće su „trzavice“ ili neugodnosti pa ukoliko dođe do nekih problema, razgovarajte s njihovim odgajateljima ili koordinatorima projekta (Tena).
- ◆ U slučaju prekida volonterskog angažmana, važno je pripremiti i dijete za „rastanak“. Molimo vas da, ukoliko dođe do takvih situacija, na vrijeme obavijestite koorinatore projekta i odgajatelje.

Za bilo kakve dodatne informacije slobodno nas kontaktirajte:

[cnd.volonteri@gmail.com](mailto:cnd.volonteri@gmail.com)

031/272 – 953 (Centar za nestalu i zlostavljanu djecu)



*Prilog 7.* Obrazac za izvještavanje o susretu i volonterskim satima

<b>Ime djeteta</b>	
<b>Ime mentora</b>	
<b>Datum susreta</b>	
<b>Vrijeme i trajanje susreta</b>	
<b>Mjesto susreta</b>	

Aktivnost/i u kojoj ste sudjelovali:

Zapažanja (ponašanje djeteta, socijalne vještine, prihvatanje aktivnosti, sudjelovanje u aktivnostima, odnos prema mentoru):

Promišljanja mentora za buduće susrete i rad s djetetom:

Komentar mentora/ice:

Mentorski program u funkciji selektivne prevencije ovisnosti bazira se na znanstvenim spoznajama o učinkovitosti programa prevencije rizičnih ponašanja koji ukazuju na važnost podržavajućih odnosa i uključivanja u ugodne i smislene aktivnosti djece i mlađih koji su u riziku, uz trening socijalnih vještina i kompetencija. Iskustva svih uključenih u projekte Najbolji ja, kako se vidi iz Priručnika, također svjedoče o koristi programa koji kombiniraju učenje vještina, kvalitetne odnose i provođenje slobodnog vremena. Ovaj priručnik koristan je i vrlo primjenjiv vodič za provedbu mentorskog programa jer uključuje detaljne opise i primjere relevantnih koraka kao i dodatne sugestije za unapređenje aktivnosti proizašle iz samog iskustva provoditelja programa. S obzirom da se opisani program značajnim dijelom provodio i tijekom pandemije SARS-CoV-2 virusa, dodana prednost Priručnika su i opisi prilagodbi na pandemijske uvjete rada i rad online, kao i podaci o njihovoj učinkovitosti i zadovoljstvu korisnika, što djeluje ohrabrujuće za buduću provedbu programa u nepredvidljivim okolnostima. Stoga priručnik Mentorski program u funkciji selektivne prevencije ovisnosti smatram vrijednim izvorom za stručnjake i buduće volontere, kao i druge dionike koji u svom djelokrugu imaju prevenciju rizičnog ponašanja djece i mlađih.

izv. prof. dr. sc. Ana Kurtović

A photograph of four young adults jumping in the air from a grassy cliff edge. They are all facing away from the camera, with their arms raised high. The person on the far left has curly brown hair and is wearing a denim jacket over a red plaid shirt. The second person from the left is wearing a dark leather jacket and a baseball cap. The third person is wearing a camouflage baseball cap, a blue denim jacket, and a watch on their left wrist. The person on the far right has long red hair tied back and is wearing a black leather jacket over a plaid skirt.

ISBN 978-953-50283-1-4