

Mladi volonteri Zdravog grada

»Tijekom odrastanja gotovo svaka osoba povremeno zatreba pomoć. Ponekad je dovoljno biti prijatelj, biti tu kad te netko treba. Ali ponekad, osim htjeti treba i znati i posjedovati neke vještine. Mi činimo baš to – učimo najprije sami, a zatim pružamo pomoć i potporu drugima.« Volonteri Zdravog grada Poreč

Zdravi grad Poreč već desetak godina sustavno osmišljava globalne preventivne programe za suzbijanje rizičnih ponašanja djece i mladih u lokalnoj zajednici. Važnost i vrijednost pristupa prevenciji proizlazi iz svijesti o odgovornosti lokalnih snaga za podizanje kvalitete života djece i mladih u gradu (mobiliziranjem lokalne političke vlasti, aktivnim uključivanjem građana i mladih, poticanjem međusektorske suradnje i aktivnim uključivanjem profesionalaca u kreiranje programa za djecu i mlade u gradu).

Preventivni programi Poreča realiziraju se na sve tri razine: primarnoj, sekundarnoj i tercijarnoj, odnosno obuhvaćaju univerzalne, selektivne i indicirane preventivne intervencije.

Program koji predstavljamo, Mladi volonteri Zdravog grada, pokriva razine univerzalne (poticanje osobnog rasta i razvoja zdrave populacije) i selektivne preventivne intervencije (osiguravanje pomoći i potpore rizičnim skupinama).

U svojim nastojanjima u radu s mladima, voditelji grupe volontera polaze od nekih teoretskih spoznaja:

- Postoji niz programa i aktivnosti koji se temelje na osnaživanju a opisuju i govore o korisnosti preventivnog rada u cilju skladnog i optimalnog procesa socijalizacije te poticanja usklađenog rasta i razvoja djece i mladih.
- Značajne grupe u životu djeteta, osim

Najraniji pogled na unapređenje zdravlja, sedamdesetih godina 20. stoljeća, počivao je na konceptu zdravlja viđenom kroz stilove života. Snažno je pokrenuo lavinu edukacijskih programa individualističkog usmjerenja, ciljanih na pojedince, s težnjom da dovedu do promjene načina života (nepušenje, umjereno pijenje, adekvatna prehrana, fizička aktivnost, sigurni seks). Novi koncept, koji se javio sredinom osamdesetih, bio je baziran na socio-ekološkom konceptu zdravlja. On je kombinirao pojedinačnu i društveno-političku odgovornost za zdravlje, s intervencijama u okolinu s ciljem unapređenja zdravlja.



obitelji i neposrednog školskog okruženja svakako su i vršnjačke skupine. Brojna su istraživanja pokazala da se mladi, u situacijama kad imaju problem, najprije (ponekad i jedino) obraćaju vršnjacima. Prijatelji mogu mnogo pomoći, ali im često nedostaju znanja i vještine pomaganja pa se i sami zapegljaju u problem onoga koji je pomoć tražio ili ne prepoznaju težinu problema, pa prava pomoć izostane.

- Prevenciju poremećaja u ponašanju djece i mladih u lokalnoj zajednici nije moguće zamisliti bez sudjelovanja mladih u osmišljavanju i organiziranju socijalnih akcija, odnosno njihove participacije i permanentne odgovornosti za sebe i svoje vršnjake.

Utvrđivanje potreba

Ispitivanja potreba mladih Porečana veoma su česta i sveobuhvatna, a na temelju utvrđenih potreba program Volonteri Zdravog grada nametnuo se kao izvaninstitucijsko rješenje za niz potreba mladih (korisnika), organizacije Zdravog grada Poreč i lokalne zajednice:

- pomoć mladima u specifičnim razvojnim fazama (kvalitetno zadovoljavanje potreba u adolescentnom razdoblju, osobni rast i razvoj);
- preuzimanje uloge vršnjaka pomagača unutar socijalnih grupa;

- iniciranje i provođenje socijalnih akcija u rješavanju konkretnih problema mladih;
- promoviranje ideja »Zdravog grada« (Projekt WHO – »Zdravlje za sve«);
- volontersko uključivanje mladih u aktivnosti Zdravog grada i drugih građanskih udruga prema široj lokalnoj zajednici, organiziranje socijalnih akcija;
- jačanje zaštitnih faktora u zajednici u cilju prevencije rizičnih ponašanja.

Razvoj programa

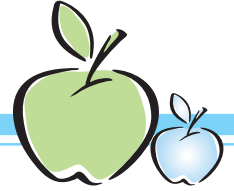
Program Volonteri Zdravog grada pokrenut je godine 1998. Dvogodišnji rad na pilot projektu (od 1998. do 2000.) pokazao je da mladi ljudi imaju velik potencijal i motivaciju da u tako strukturiranom programu adekvatno djeluju na unapređenju vlastitog zdravlja kao i zdravlja u zajednici. Evaluacija pilot programa pokazala je uspješnost prema svim općim kriterijima evaluacije. Pozitivni rezultati bili su poticaj stručnom timu da se svake školske godine u dvogodišnji program edukacije uključi 40–60 srednjoškolaca (rad s 2–3 grupe) i tako sustavno razvija senzibilitet mladih za promicanje zdravlja i uključivanje u programe koji promiču zdravlje u zajednici.

Program danas

Danas je to specifičan projekt i jedini kojim se tijekom proteklih godina u Poreču educiraju volonteri. Veoma je značajan i stoga što je Poreč mali grad koji nema snagu u volonterima studentima te program predstavlja kreativno rješenje, primjereno maloj sredini u nastojanju da se mladi educiraju i senzibiliziraju za volonterski rad.

Program je autorsko djelo voditelja programa, može se uspješno prilagođavati i primjenjivati i u drugim sredinama, a na putu je da postane model program. Vode ga dva stalna suvoditelja (psiholozi), uz povremeno uključivanje drugih stručnjaka u ulozi gostiju. Voditelji su završili edukaciju iz Teorije izbora i Realitetne terapije.

Za polaznike je program besplatan, a namijenjen je populaciji učenika srednjih škola (15–18 godina), s namjerom teoretskog i praktičnog osposobljavanja za osobne izbore u funkciji što uspješnijeg psihosomatskog i socijalnog razvoja. Grupe su otvorene bez obzira na spol, nacionalnost i socioekonomski status. Najčešće su članovi grupe osobe ženskog spola, srednjeg ekonomskog statusa, polaznici četverogodišnjih usmjerenja, bez indikacija na rizična ponašanja.



Važno je naglasiti da osim što rade na sebi, mladi uče kako pružiti pomoć i podršku drugima, i osmišljavaju različite aktivnosti u cilju prevencije. Pokazalo se da mlade osobe, educirane ovakvim programom, svojim ponašanjem mogu odigrati značajnu ulogu, motivirati pasivnu većinu vršnjaka **za dobru kvalitetu života**, amortizirati negativan utjecaj i nosioce socijalno neprihvatljivog ponašanja među mladima u zajednici.

Neke od uspješnih aktivnosti mladih volontera

DRVORED ZDRAVLJA – U Mjesecu borbe protiv ovisnosti već je tradicionalna aktivnost mladih volontera osmišljavanje *Drvoreda zdravlja* na porečkim gradskim trgovima. U toj akciji mladi volonteri osmišljavaju »*drvored*« od samostojećih stabala, dijele građanima jabuke kao simbol zdravog životnog izbora te prikupljaju potpise građana koji podržavaju zdrav život. U svakoj akciji prikupi se čak 1000 potpisa građana Poreča koji se uručuju gradonačelniku i Gradskom vijeću.

PARLAONICE – Tijekom godine volonteri organiziraju i vode nekoliko parlaonica na teme zanimljive mladima.

STRUČNI IZLETI – Volonteri se druže i sastaju s mladima iz drugih gradova i država. Posjećuju komune za ovisnike, domove za nezbrinutu djecu i druge ustanove.

Evaluacija i ishodi

Do sada je tijekom sedam godina programom obuhvaćeno dvjestotinjak korisnika.

Korisnici se i nakon završetka programa prate. Evaluacijom ishoda provedenog programa mogu se uočiti dobiti na tri razine:

OSOBNIA DOBIT – Ostvarivanje individualnih ciljeva kroz osobni rast i razvoj mladih uključenih u program.

DOBIT ZA ZAJEDNICU – Jačanje zaštitnih faktora u zajednici – ojačani mladi koji mogu pružiti pomoć i podršku, provođenje preventivnih socijalnih akcija, poticanje aktivne uloge mladih koji postaju spremniji participirati u zajednici zastupajući svoje interese i potrebe, uključivanje mladih u rad stručnih tijela Grada Poreča u kojima uče ravnopravno sudjelovati u radu timova koji donose bitne odluke za grad i mlade u gradu (npr. rad predstavnika mladih u Povjerenstvu Grada Poreča »Zajedno protiv ovisnosti«).

DOBIT ZA ORGANIZACIJU – Promoviranje projekta Zdravi grad i ideje zdravlja u široj lokalnoj zajednici, realizacija brojnih aktivnosti koje organizacija bez volontera ne bi mogla provoditi (izrada letaka, plakata i njihovo distribuiranje, organizacija okruglih stolova i parlaonica za mlade, anketiranje građana, kontinuirano provođenje i obrada ankete o pojavnosti ovisnosti kod mladih, drvored zdravlja, organiziranje i provođenje humanitarnih akcija za oboljele vršnjake i ostale građane, pomoć djeci s invaliditetom u kreativnim radionicama, učestvovanje na kongresima i stručnim skupovima, podrška svim važnim gradskim akcijama kao što su Dječji maskenbal, Porečka bajka, Dan grada i sl.).

Važnost i vrijednost ovakvog programa može

se vidjeti i iz izjava nekolicine sudionika:

»Radom u grupi dobila sam puno, puno samopouzdanja, priliku da u ugodnom okruženju naučim više o sebi i kako pomoći drugima. Stvorila sam čvrsta prijateljstva i dala svoj doprinos u mnogim akcijama. Imala sam priliku da se iskažem na pozitivan način.« (Lidija, 17 godina)

»Dobila sam više sigurnosti i pozitivno mišljenje o sebi, što nikad nisam imala zbog različitih okolnosti. Dobila sam puno informacija, stekla nove vještine uz puno zabave. Otkrila sam da me jako usređuje pomaganje drugima.« (Marca, 17 godina)

»Ponosim se što smo bile vrlo aktivne, što smo se pozitivno pokazale u javnosti organiziranjem korisnih akcija. Zadovoljna sam karakteristikama koje sam stekla radom u grupi, a najviše što sam naučila prihvaćati ljude koji su drugačiji.« (Ivana, 17 godina)

»U ovoj grupi imam priliku pomoći drugima i pridonijeti da barem malo svijet postane bolji. Ponosim se cijelom grupom i posebno voditeljima koji nas potiču na pozitivno razmišljanje i korisne aktivnosti.« (Sima, 17 godina)

Osim pozitivnih viđenja, potvrda uspješnosti ovog programa je i veliki broj zainteresiranih mladih osoba koje se svake godine uključuju u rad grupa i prepoznavanje specifičnog djelovanja volontera u lokalnoj zajednici i šire. Autorice i voditeljice programa:

Gordana Vorkapić-Jugovac,
prof. psihologije
Nataša Basanić-Čuš,
prof. psihologije