



## PROGRAM EDUKACIJE “Zaštita mentalnog zdravlja u zajednici”

Udruga KUMULUS provodi program edukacije “Zaštita mentalnog zdravlja u zajednici”, namijenjen učiteljima, nastavnicima i stručnim suradnicima svih profila zanimanja, zdravstvenim voditeljima i drugim zainteresiranim stručnjacima, koji rade u osnovnim i srednjim školama te učeničkim domovima.

### Svrha/ciljevi programa:

1. podizanje javne svijesti o problemima mentalnog zdravlja, povećanja zaštite i unapređenja mentalnog zdravlja, unapređivanja zdravstvene pismenosti u području mentalnog zdravlja djece/mladih/učenika
2. edukacija profesionalaca kako bi se unaprijedile profesionalne kompetencije za pružanje podrške i pomoći djeci/učenicima.
3. osnaživanje stručnjaka koji izravno rade sa djecom/mladima/učenicima i njihovim obiteljima.

Program se provodi u **četiri modula** (prosječno jednom mjesečno), svaki u trajanju od pet (5) školskih sati. Edukacija se odvija interaktivno, u ciklusu ciljanih edukativnih sadržaja u radionicama, u kojima se primjenjuju različiti oblici i metode rada, vježbe i supervizirane aktivnosti.

#### **1. modul: Mentalno zdravlje djece i mladih**

*Sadržaj: Mjere i aktivnosti zaštite mentalnog zdravlja školske djece i mladih, Rano otkrivanje problema mentalnog zdravlja, Očekivane teškoće u adolescenciji i razlozi za traženje pomoći, Kompetencije/vještine potrebne za rano otkrivanje problema mentalnog zdravlja.*

#### **2. modul: Prevencija depresije i suicida**

*Sadržaj: Sustav pozitivnog razvoja (primarna prevencija, rana intervencija), Rano otkrivanje emocionalnih teškoća i rizika pojava poremećaja u ponašanju, Prevencija depresije i suicida, Anksioznost -faktori rizika, vrste i znakovi,*

#### **3. modul: Mentalno zdravlje ranjivih skupina**

*Sadržaj: Uobičajeni problemi narušenog mentalnog zdravlja, Razvojne teškoće i njihov utjecaj na komunikaciju, ponašanje pozornost i koncentraciju, Holistički pristup - aspekti života u obitelji, školi i zajednici*

#### **4. modul: Studije slučaja i integrativna supervizija**

*Sadržaj: Sustav prevencije i pozitivnog razvoja, Razgovor usmjeren na rješenje, Uspostava odnosa, pružanje podrške i pronalaženje strategija za rješavanje problema.*

*Sudionici nakon svakog modula primaju potvrdu o sudjelovanju te edukativni materijal (PP, upitnike, sažetke), koje mogu koristiti u svakodnevnom profesionalnom radu te za osobni stručni razvoj.*

## O NAMA

Udruga **KUMULUS** za razvoj kompetencija, učenje, medijaciju, edukaciju, stručno usavršavanje i savjetovanje osnovana je 2015. godine. Okuplja interdisciplinarni i multidisciplinarni tim stručnjaka iz područja odgoja i obrazovanja, edukacijske rehabilitacije, zdravstva, socijalnog rada, ekonomije i projektnog menadžmenta.

Jedan od ciljeva je provedba aktivnosti na prevenciji i zaštiti mentalnoga zdravlja – osnaživanjem djece, mladih, odraslih i obitelji u programima koji podržavaju osobni rast i razvoj i jačaju zaštitne mehanizme za suočavanje s teškoćama. KUMULUS je nositelj CERTIFIKATA *Trainer in Community-Based Mental Health Care*, koji su joj u veljači 2017. dodijelili Hrvatski zavod za javno zdravstvo (HZJZ) i Trimbos institute iz Nizozemske.

### Tko može postati korisnik programa/projekata KUMULUS-a?

- zainteresirane predškolske ustanove, osnovne i srednje škole, učenički domovi i druge ustanove
- stručnjaci koji rade s djecom/mladima/učenicima
- roditelji/skrbnici
- lokalna zajednica

**Kako radimo?** U aktivnostima primjenjujemo višedimenzionalni model zdravlja R. Ebertsa u kojem naglašavamo i povezujemo fizičko zdravlje, socijalno zdravlje, emocionalno, mentalno, profesionalno i duhovno zdravlje.

Iskreno vjerujemo da možemo *senzibilizirati javnost i stručnjake u sektoru odgoja i obrazovanju za unapređivanje mentalnog zdravlja djece i mladih te naglasiti važnost ulaganja u sustav podrške mentalnom zdravlju – jer* mentalno zdravlje predstavlja osobne resurse za svakodnevni život te utječe na to kako se osjećamo, razmišljamo, razumijemo svijet oko sebe te kakve odnose gradimo s drugima.

### DOSADAŠNJA ISKUSTVA

Proteklih osam godina proveli smo nekoliko programa/projekata, između ostalih i program Zaštite mentalnog zdravlja u zajednici, na kojem su, uz individualne prijave, sudjelovali učitelji, odgajatelji, stručni suradnici i zdravstveni voditelji. Edukaciju smo održali i na poziv nekoliko škola/učeničkih domova za Učiteljska, Nastavnička i/ili Odgajateljska vijeća.

Uz navedeno, provodili smo programe/projekte koje podržava Gradski ured za socijalnu zaštitu, zdravstvo, branitelje i osobe s invaliditetom, Sektor za zdravstvo Grada Zagreba, Ministarstvo za demografiju, mlade, obitelj i socijalnu politiku, a ponosni smo i na projekt PR(A)VO LICE MNOŽINE koji trenutno provodimo uz podršku Europskog socijalnog fonda i Nacionalne zaklade za razvoj civilnog društva.

**VODITELJICA EDUKACIJE:** mr. sc. Majda Fajdetić sa članovima projektnog tima KUMULUS-a sa odgovarajućim licencama i edukacijama za provedbu programa “Zaštita mentalnog zdravlja u zajednici”.

Za sve informacije molimo upit na [info@udruga-kumulus.hr](mailto:info@udruga-kumulus.hr) ili pozivom na mob: 091/ 500 55 08.

Zahvaljujemo!