



LET's TALK

Developing gender sensitive mental health program for young people

PROGRAM NEFORMALNOG OBRAZOVANJA



LET'S TALK

**IZGRADNJA KOMPETENCIJA ZA OSOBE KOJE RADE
S MLADIMA ZA PROVEDBU RODNO OSJETLJIVIH
PROGRAMA MENTALNOG ZDRAVLJA**



Sufinancira
Europska unija

PROJEKT



Let's Talk – Razvoj rodno osjetljivog programa mentalnog zdravlja za mlade
Ugovor br. 2021-1-HR01-KA220-YOU-000028981

Erasmus+ KA220-YOU-Cooperation partnerships in youth, 2021, Round 1

Ova publikacija odražava stavove isključivo autora te Komisija ne može biti odgovorna za bilo kakvu upotrebu iznesenih informacija koju publikacija sadrži.



This work is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



LET'S TALK

Developing gender sensitive mental health program for young people

PROGRAM NEFORMALNOG OBRAZOVANJA

LET'S TALK

**IZGRADNJA KOMPETENCIJA ZA OSOBE KOJE
RADE S MLADIMA ZA PROVEDBU RODNO
OSJETLJIVIH PROGRAMA MENTALNOG ZDRAVLJA**

Srpanj, 2023



Sufinancira
Europska unija

Sufinancirano sredstvima Europske unije. Ova publikacija izražava isključivo stajalište njenih autora i Komisija se ne može smatrati odgovornom prilikom uporabe informacija koje se u njoj nalaze.



Justice
4 ALL

We
are
EQUALS

I CAN HEAR
YOU TOO

SADRŽAJ

1. OPĆE INFORMACIJE O PROGRAMU	6
2. SVRHA PROGRAMA	6
3. CILJ PROGRAMA	7
4. OPĆI ISHODI UČENJA	7
5. SPECIFIČNI ISHODI UČENJA	8
6. CILJNA SKUPINA.....	11
7. METODA ORGANIZACIJE, OBLICI I NAČINI PROVEDBE PROGRAMA	11
8. PLAN I PROGRAM EDUKACIJE NEFORMALNOG OBRAZOVANJA RADA S MLADIMA	11
9. UVJETI PROSTORA, OPREME I SREDSTAVA POTREBNIH ZA PROVEDBU PROGRAMA	15
10. DOKUMENT ILI SVJEDODŽBA KOJA SE IZDAJE KANDIDATU NAKON SAVLADANOG PROGRAMA	15

KONTAKT:

FORUM ZA SLOBODU ODGOJA — www.fso.hr

✉ Marina Brkić : mbrkic@fso.hr

CENTRE FOR YOUTH WORK (CZOR) — www.czor.org

✉ Dajna Marinković : dajna.marinkovic@czor.org

CENTRE FOR CREATIVE DEVELOPMENT DANILO DOLCI — www.danilodolci.org

✉ Katarina Vuksan : katarina.vuksan@danilodolci.org

SOCIAL ACTION & INOVATION CENTRE — www.kmop.gr

✉ Epameinondas Koutavelis : koutavelis.e@kmop.org

1. OPĆE INFORMACIJE O PROGRAMU

1.1. IME PROGRAMA:

Let's Talk — Izgradnja kompetencija osoba koje rade s mladima za provedbu rodno osjetljivih programa mentalnog zdravlja

1.2. TRAJANJE PROGRAMA (U SATIMA):

3 modula, sveukupno 30 sati.¹

2. SVRHA PROGRAMA

Podrška mentalnom zdravlju i dobrobiti mladih kroz izgradnju kompetencija osoba koje rade s mladima za kvalitetnu provedbu rodno osjetljivih programa mentalnog zdravlja.

Prema UN-ovom dokumentu Policy Brief: COVID-19 i potreba za djelovanjem u vezi s mentalnim zdravljem (2020.), oko 70 % usluga mentalnog zdravlja za djecu i adolescente je bilo prekinuto za vrijeme pandemije koronavirusa (u 2020). Učinci prekida tih usluga pogoršani su i izostankom podrške vršnjaka te propuštanjem nekih od najvećih trenutaka u životima djece i mladih zbog zatvaranja škola, otkazanih događaja ili odgođenih ispita. Emocionalne poteškoće također su povećane obiteljskim stresom, društvenom izolacijom, pri čemu se neki suočavaju sa sve većim zlostavljanjem, prekinutim obrazovanjem i neizvjesnošću oko svoje budućnosti, što se događa u kritičnim točkama njihovog emocionalnog razvoja. Sve to ukazuje na alarmantnu potrebu podrške svima koji rade s mladima u stjecanju temeljnih znanja o mentalnom zdravlju mladih, posebice u pružanju podrške u prepoznavanju kada treba pružiti podršku, traženju stručne podrške te potpori obitelji i drugim strukturama u zajednicama. Prema Završnoj deklaraciji 3. europske YW konvencije (2020.), rad s mladima trebao bi se razviti do stupnja u kojem može biti sigurnosna mreža za sve mlade ljude u vremenima nesigurnosti. U Deklaraciji se promicanje mentalnog zdravlja smatra ključnom točkom u radu s mladima. Osobe koje rade s mladima trebale bi biti osnažene za provođenje projekata promicanja i održavanja mentalnog zdravlja mladih ljudi, posebno onih koji su suočeni s intersekcijskim i drugim ranjivostima. Prema povratnim informacijama iz prakse osoba koje rade s mladima te akademskih i kliničkih stručnjaka, rodne razlike su od posebnog interesa jer primjećuju različita autodestruktivna i destruktivna ponašanja među djevojčicama i dječacima te teškoće u pružanju odgovarajuće podrške. Njihove tvrdnje podupiru postojeća istraživanja koja pokazuju da tijekom adolescencije djevojčice imaju mnogo veću prevalenciju depresije i poremećaja hranjenja, te se više izražavaju suicidalne misli i u većem broju pokušaju samoubojstvo od dječaka. S druge strane, dječaci imaju više problema s ljutnjom, češće se upuštaju u rizična ponašanja i u većoj mjeri počine samoubojstvo od djevojčica.

Općenito, adolescentice su sklonije simptomima usmjerenima prema unutra, dok su adolescentni dječaci skloniji djelovati na van.² Sva su ta pitanja puno vidljivija u pandemijskoj krizi. Drugi važan zaključak iz izvješća o politici u većini zemalja EU-a je da su usluge mentalnog zdravlja uglavnom usmjerene na djecu i/ili odrasle, dok su rijetko prilagođene specifičnim potrebama adolescenata i mladih.

¹ Trajanje programa uključuje samo trajanje pojedinih modula i njihov sadržaj. Ne uključuje potrebne elemente svakog treninga: uvodne sesije, vježbe međusobnog upoznavanja, grupna pravila i očekivanja, evaluacijske sesije itd. Prilikom provedbe ovog kurikulum, organizator bi također trebao uključiti te sesije i dodati ih u trajanje obuke.

² Gender and Mental Health, SZO, 2022



Osobe koje rade s mladima (u nekim zemljama profesija *youth worker*, omladinski radnik) i stručnjaci raznih profila koji rade s mladima imaju jednu od presudnih uloga u podršci mentalnom zdravlju mladih kao odrasla osoba od povjerenja, stručna, pedagoški obrazovana, bliska mladima, sposobna prepoznati njihove stvarne potrebe, odgovoriti na njih i olakšati uključivanje mladih. Rad s mladima može poduprijeti mentalno zdravlje – ono promiče osjećaj pripadnosti i gradi osjećaj svrhe i smisla. Ali osobe koje rade s mladima često nemaju odgovarajuće vještine prepoznavanja problema mentalnog zdravlja u ranoj fazi i stoga pružanja odgovarajuće podrške. Osobe koje rade s mladima suočile su se s brojnim preprekama tijekom pandemije – *online* nastava i „lockdown“ ostavili su uzak prostor za rad s mladima izravno u njihovim uobičajenim okruženjima koja su nekim mladima jedini izvor skrbi i sigurnosti. Najnovija izvješća o politici na razini EU-a naglašavaju da bi *"socijalno i emocionalno obrazovanje, kao temelj mentalnog zdravlja, trebalo biti prepoznato kao temeljno kurikularno područje u obrazovanju i kao jedan od glavnih sastavnica kvalitetnog obrazovanja u Europi. Trebalo bi ga u skladu s tim uključiti kao posebno ključno područje u Okvir ključnih kompetencija EU-a za cjeloživotno učenje."* Budući da je mentalno zdravlje jedan od glavnih globalnih problema, bitno je da svi dionici koji rade s mladima osnaže svoje kompetencije u ovom području.

Ovaj program je osmišljen kao dio projekta *„Let's Talk: Razvoj rodno osjetljivog programa mentalnog zdravlja za mlade"*, sufinanciranog od Europske unije i besplatan je za korištenje i prilagođavanje potrebama ciljnih skupina i ciljevima obuke. Međutim, molimo vas da prilikom provedbe programa navedete ovaj projekt kao njegov izvor.

3. CILJ PROGRAMA

Jačanje kompetencija osoba koje rade s mladima za uspješno provođenje rodno osjetljivih programa mentalnog zdravlja za mlade korištenjem neformalnog obrazovanja.

4. OPĆI ISHODI UČENJA

- * Razumjeti specifičnosti i izazove mladih kao ciljne skupine (osobito mladih u razdoblju adolescencije), njihovu ranjivost, intersekcionalnost, identitete i te znati na njih odgovoriti;
- * Samostalno raditi s mladima i upravljati grupnim i individualnim procesima učenja;
- * Prepoznati prilike i pružiti emocionalnu podršku mladima;
- * Razumjeti različite društvene aspekte (odgoj, spol, rod, socijalizacija) i (bliske) međuljudske odnose koji utječu na mentalno zdravlje mladih;
- * Podržati mlade u stjecanju sposobnosti otpornosti potrebnih za očuvanje mentalnog zdravlja;
- * Znati promicati i destigmatizirati mentalno zdravlje i usluge mentalnog zdravlja među mladima/u lokalnoj zajednici.



5. SPECIFIČNI ISHODI UČENJA

Br. 1

MODUL:

Mladi danas

ZNANJE

Do kraja ovog modula polaznica će moći:

- definirati razvojne faze djece/mladih;
- razumjeti koncept izgradnje identiteta;
- razumjeti pojam roda, rodne ravnopravnosti, rodnog identiteta;
- razumjeti društvene rodne norme i stereotipe;
- razumjeti utjecaj rodne neravnopravnosti i diskriminacije na razvoj mladih (s posebnim osvrtom na mentalno zdravlje i društvenu dobrobit);
- razumjeti što je važno u komunikaciji s mladima i ključnu višedimenzionalnu perspektivu komunikacije među mladima u svim njenim sredstvima, uključujući potencijalne rizike, pristranost i *bullying*, rodno uvjetovano nasilje;
- poznavati odnose, vrste odnosa kao i identificirati one toksične;
- razumjeti perspektivu mladih i iskustvo te podržati mlade ljude u stvaranju i održavanju odnosa;
- razumjeti proces socijalizacije mladih i kako on utječe na njihov razvoj;
- razumjeti društveno-politički, ekonomski, subkulturni kontekst mladih;
- razumjeti ulogu odraslih kao uzora u razvoju mladih.

VJEŠTINE

Do kraja ovog modula polaznik:ca će moći:

- prepoznati i koristiti svoju ulogu u podršci mladim ljudima;
- prepoznati koje socijalne i emocionalne vještine ljudi koji rade s mladima mogu pomoći u razvoju mladih;
- razviti strategije za stvaranje uključivih i pravednih okružja za sve mlade ljude;
- inicirati aktivnosti koje promiču rodnu ravnopravnost;
- raditi s različitim skupinama mladih ljudi i razumjeti jedinstvene izazove s kojima se mogu suočiti;
- procijeniti i analizirati potrebe (specifičnih skupina) mladih.

STAVOVI I

PONAŠANJA

Do kraja ovog modula polaznik će moći:

- imati pozitivan stav i interes za rad s mladima;
- gledati mlade ljude holistički, kao resurs, a ne kao problem;
- biti otvoreni i voljni preispitati vlastite predrasude i pretpostavke o spolu, rodu i rodnim ulogama;
- pokazati empatiju i razumijevanje za iskustva marginaliziranih mladih ljudi na temelju roda/spola;
- pokazati predanost promicanju rodne ravnopravnosti;
- imati stav bez osuđivanja, biti podrška i empatija prema mladim ljudima i njihovim izborima;
- promicati važnost komunikacije;
- biti voljan:na i otvorena:en poslušati potrebe i iskustva mladih ljudi;
- pokazati otvorenost prema odnosima;
- usvojiti vrijednosti prihvaćanja i razumijevanja mladih;
- biti spreman razvijati poštovanje i uzajamnost u međusobnom odnosu s mladom osobom;
- biti otvorena za odnos pun povjerenja i povjerljivosti s mladom osobom;
- imati pozitivan, podržavajuć i neosuđujuć pristup mladima;
- biti spreman vjerovati sposobnostima mladih ljudi da usmjere vlastito učenje i iskustvo



ZNANJE

Do kraja ovog modula polaznici će moći:

- razumjeti i objasniti pojam mentalnog zdravlja mladih;
- definirati mentalno zdravlje mladih iz rodno osjetljive perspektive;
- razumjeti uobičajene razlike između pristupa djevojčicama/dječaka/ nebinarnih mladih u suočavanju s problemima mentalnog zdravlja;
- razumjeti utjecaj društva i rodnih uloga u suočavanju s problemima mentalnog zdravlja;
- biti upoznati sa stereotipima, predrasudama i stigmatizacijom u vezi problema mentalnog zdravlja i utjecajem koji imaju na mlade koji koriste/traže usluge mentalnog zdravlja;
- razumjeti ulogu, potencijal i granice osoba koje rade s mladima u rješavanju problema mentalnog zdravlja mladih (s posebnim osvrtom na promicanje usluga mentalnog zdravlja i prevenciju problema mentalnog zdravlja);
- razumjeti razliku između samosvijesti, samopouzdanja i njihovog utjecaja na pozitivnu sliku o sebi;
- razumjeti pojam motivacije i otpornosti;
- razumjeti koncepte emocija i stresa te kako se oni manifestiraju i utječu na mentalno zdravlje mladih;
- razumjeti i prepoznati važnost jačanja socijalnih i emocionalnih vještina u prevenciji problema mentalnog zdravlja;
- razumjeti različite čimbenike rizika i uzroke problema mentalnog zdravlja mladih i kako se oni manifestiraju;
- razumjeti utjecaj međuljudskih sukoba na mentalno zdravlje mladih;
- razumjeti kako podržati mlade s problemima i poremećajima mentalnog zdravlja u suradnji s drugim stručnjacima za mentalno zdravlje.

VJEŠTINE

Do kraja ovog modula polaznice će moći:

- prepoznati opće psihičke probleme mladih;
- koristiti različite pristupe bavljenja različitim temama mentalnog zdravlja između dječaka/ djevojaka/ nebinarnih mladih;
- prepoznati uobičajene stereotipe o psihičkim problemima mladih;
- normalizirati temu problema mentalnog zdravlja među mladima;
- baviti se konfliktnim situacijama s mladima i pomoći im u radu na upravljanju sukobima i transformaciji;
- poticati samopouzdanje i samosvijest mladih;
- prepoznati različite međuljudske izazove s kojima se mladi susreću (a koji utječu na njihovo mentalno zdravlje) i pomoći im da razviju osobne strategije za njihovo upravljanje;
- podržati mlade u prepoznavanju i izražavanju svojih emocija na konstruktivan način;
- širiti informacije o postojećim uslugama i programima u kojima mladi mogu potražiti podršku stručnjaka za mentalno zdravlje;
- prepoznati 'crvene zastavice/znakove za uzbunu', organizirati i uputiti mlade ljude na odgovarajuće resurse i usluge za podršku njihovim potrebama.

STAVOVI I PONAŠANJA

Do kraja ovog modula polaznik:ca će moći:

- pokazati interes za temu mentalnog zdravlja mladih;
- moći promovirati važnost mentalnog zdravlja mladih;
- pokazati želju za smanjenjem predrasuda i stigmatizacije u suočavanju s problemima mentalnog zdravlja;
- imati pozitivan stav prema radu s mladima na temu mentalnog zdravlja;
- biti otvoren za razgovor o problemima i poremećajima mentalnog zdravlja s mladima, bez predrasuda, osuda i postavljanja dijagnoza;
- promicati prava mladih u području mentalnog zdravlja;
- uvažavati iskustva drugih kada je u pitanju mentalno zdravlje;
- biti spremni promicati higijenu mentalnog zdravlja i izbora zdravog načina života kao zaštitnih čimbenika mentalnog zdravlja;
- biti otvoren i motiviran za suradnju s drugim
- stručnjacima:injama za mentalno zdravlje/profesionalaca u pružanju podrške mladima sa psihičkim problemima.



ZNANJE

Do kraja ovog modula polaznik će moći:

- razumjeti definicije različitih vrsta obrazovanja (formalno, neformalno, informalno) i njihove specifične karakteristike;
- razumjeti razliku između različitih vrsta metoda i tehnika koje se koriste u radu s mladima (u individualnom i grupnom okruženju);
- razumjeti definiciju rada s mladima, vrste, vrijednosti i principe rada s mladima i neformalnog obrazovanja;
- razumjeti aktivno slušanje kao i empatiju i emocionalno zrcaljenje;
- razumjeti grupne procese, faze razvoja grupe, uloge, mehanizme i principe;
- razumjeti ciklus učenja i različite stilove učenja;
- razumjeti različite elemente planiranja i provedbe programa mentalnog zdravlja mladih;
- razumjeti odnos omladinskog radnika i mladih, etičke i profesionalne granice;
- razumjeti važnost zaštite i sigurnosti djece i mladih u aktivnostima mladih;
- razumjeti važnost korištenja različitih komunikacijskih vještina u radu s mladima;
- razumjeti različite metode facilitacije i u kojim situacijama ih koristiti.

VJEŠTINE

Do kraja ovog modula polaznici će moći:

- koristiti različite odgovarajuće metode i tehnike neformalnog obrazovanja u radu s mladima (pojedinačni i grupni);
- primijeniti načela i vrijednosti rada s mladima u praksi;
- promišljati o svojoj praksi i unaprijediti ju, koristeći različite participativne vještine refleksije i evaluacije;
- koristiti različite učinkovite komunikacijske vještine i aktivno slušanje u radu s mladima;
- koristiti empatiju i emocionalno zrcaljenje u svojoj praksi;
- omogućiti individualno i grupno promišljanje s mladima;
- rješavati različite teške situacije u grupama, kao i upravljati 'zahtjevnim' sudionicima;
- identificirati dimenzije i stupnjeve u grupnim procesima i razvoju te prilagoditi njihovu facilitaciju potrebama grupe;
- osmisliti, implementirati i evaluirati rodno osjetljive programe mentalnog zdravlja mladih na temelju potreba ciljne skupine(a), koji motiviraju i angažiraju mlade;
- koristiti različite metode facilitacije kako bi podržali učenje i razvoj mladih te uključili mlade u rasprave i aktivnosti vezane uz rodnu ravnopravnost i mentalno zdravlje; prilagoditi svoj pristup i metode na temelju trenutnih potreba mentalnog zdravlja mladih;
- raditi s i na vrijednostima kroz različite pristupe (učenju).

STAVOVI I PONAŠANJA

Do kraja ovog modula polaznica će moći:

- pokazati otvorenost za razmišljanje, propitivanje i razvoj svoje stručnosti;
- biti spreman motivirati i osnažiti mlade ljude;
- biti motiviran: a za poticanje aktivnog sudjelovanja;
- biti spremna: an poštivati etičke granice u radu sa (skupinom) mladih ljudi;
- biti spreman: na podržati mlade ljude u suočavanju s kriznim situacijama na pošten i konstruktivan način;
- imati hrabrosti improvizirati, eksperimentirati i prepoznati važnost toga;
- stvoriti povjerenje i održavati povjerljivost;
- biti pošten: a, pun: a poštovanja i transparentna: an;
- biti voljan: na baviti se 'teškim' pitanjima kao izvorom učenja o drugima i od drugih;
- biti spremna: an na izazove i rizik;
- biti spremna: an na usavršavanje u različitim metodama;
- biti otvoren: a prema (neočekivanom) učenju (za sebe i druge);
- biti motiviran: a za uključivanje mladih u osmišljavanje programa, gdje je to moguće;
- biti spreman: na podržati grupne procese učenja; moći promovirati metodologiju neformalnog obrazovanja u formalnom obrazovanju.



6. CILJNA SKUPINA

Ovaj program posebno je osmišljen za osobe koje rade s mladima u školskom okruženju (nastavnici zaposleni u školama koji imaju mogućnost korištenja metoda neformalnog obrazovanja), osobe koje rade s mladima zaposlene u organizacijama civilnog društva ili drugim institucijama koje provode izvanškolske radionice, ali se može prilagoditi i različitim ciljnim skupinama, a može sadržavati ili osnovnije ili naprednije sadržaje, ovisno o ciljnoj skupini te njihovom prethodnom iskustvu i kompetencijama. Prije provedbe kurikuluma organizator bi trebao napraviti detaljnu analizu potreba željene ciljne skupine.

7. METODA ORGANIZACIJE, OBLICI I NAČINI PROVEDBE PROGRAMA

Ovisno o ciljnoj skupini, program se može provoditi djelomično ili u cijelosti – sva tri modula u kontinuitetu, ili organizator može odabrati samo neke module za provedbu, ako njihove specifične ciljne skupine već imaju određene kompetencije (npr. profesionalni radnici s mladima/ omladinski radnici s iskustvom već aktivno koriste neformalno obrazovanje u svom radu, ali bi im dobro došlo sudjelovanje u treningu o mentalnom zdravlju). Tri modula mogu se provoditi kao tri odvojena trodnevna treninga ili kao jednotjedni trening, ovisno o organizatoru, njegovim kapacitetima, resursima i ciljevima. Trajanje programa (kako je navedeno u ovom planu i programu) uključuje samo trajanje pojedinih modula i njihov sadržaj. Ne uključuje nužne elemente svakog treninga: uvodne sesije, vježbe međusobnog upoznavanja, grupna pravila i očekivanja, evaluacijske sesije itd. Prilikom provedbe ovog kurikuluma, organizator bi također trebao uključiti i te sesije te ih dodati u trajanje obuke.

Programski sadržaji trebaju se provoditi metodama i tehnikama neformalnog obrazovanja te sadržavati teoretske sadržaje i praktične, iskustvene vježbe.

8. PLAN I PROGRAM EDUKACIJE NEFORMALNOG OBRAZOVANJA RADA S MLADIMA

8.1. PLAN EDUKACIJE

Br.	MODUL	BR. SATI
1	Mladi danas	10
2	Mentalno zdravlje mladih	10
3	Rad s mladima i edukacijske metode i tehnike neformalnog obrazovanja	10
<i>Ukupno</i>		30



8.2 PROGRAM OBRAZOVANJA

8.2.1. MODUL 1: *Mladi danas*

ISHODI MODULA	<ul style="list-style-type: none"> • Sudionici će steći razumijevanje o tome tko su mladi, razumjeti društveno-politički, ekonomski te subkulturni kontekst mladih, njihove potrebe, kao i njihov razvoj te kako na njega utječu: identitet, otpornost, stigmatizacija, odnosi koje stvaraju itd. Sudionici će također dobiti uvid u svoju ulogu u razvoju mladih. • Sudionici će naučiti više o rodu, kako rodne razlike utječu na mentalno zdravlje mladih te kako osnažiti i unaprijediti rodnu ravnopravnost kako za mlade tako i za odrasle.
SADRŽAJ MODULA	<ul style="list-style-type: none"> • Teorijski sadržaj: definiranje 'mladih' te društveno-političkog, ekonomskog i subkulturnog konteksta, definiranje roda, rodna raznolikost i rodna ravnopravnost, socijalizacija i adolescencija, identitet, odnosi. • Praktične vježbe: prepoznavanje potreba mladih i kako na njih odgovoriti, uloga osoba koje rade s mladima i edukatora u razvoju mladih, prepoznavanje i određivanje aktivnosti, strategija i inicijativa za podržavanje mladih.
MATERIJALI ZA UČENJE I PODUČAVANJE:	<p>Brkić, M., Perak, J., Marinković, D., Natsia, M., Novak, E., Vuksan, K. (2023.) <i>Pričajmo... o mentalnom zdravlju mladih: priručnik u radu s mladima</i>. Zagreb: Forum za slobodu odgoja. https://fso.hr/fso-publikacije/pricajmo-o-mentalnom-zdravlju-mladih-prirucnik-u-radu-s-mladima/</p> <p>Let's Talk Konzorcij. (2022). <i>Analiza politika i preporuke za podršku mentalnom zdravlju mladih s rodno osjetljivim pristupom</i>. Transnacionalno izvješće. https://letstalk-project.eu/media/lets-talk-transnational-report-ch.pdf</p> <p>Harrison, R., Wise, C. (2005). <i>Working with Young People</i>. The Open University.</p> <p>UNICEF Office of Research - Innocenti (2017). <i>The Adolescent Brain: A second window of opportunity</i>. UNICEF Office of Research - Innocenti.</p> <p>Healthline. <i>Ages and Stages: How to Monitor Child Development</i>. https://www.healthline.com/health/childrens-health/stages-of-child-development</p> <p>Stryker, S. (2008). <i>Transgender History: The Roots of Today's Revolution</i>. Seal Press.</p> <p>Gender Spectrum. <i>The Gender Spectrum: The Science of Gender Identity and Expression</i>. https://genderspectrum.org/</p> <p>Teich, N. (2012). <i>Transgender 101: A Simple Guide to a Complex Issue</i>. Columbia University Press.</p> <p>Council of Europe. (2013). <i>Gender Matters: A Manual on addressing gender-based violence affecting young people</i>. http://www.eycb.coe.int/gendermatters/pdf/GenderMatters_EN_2013.pdf</p> <p>Cherry, K. (2022). <i>6 Types of Relationships and Their Effect on Your Life</i>.</p> <p>World Health Organization (WHO). (2021). <i>Violence against Women</i>. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women</p> <p>Youth.gov. <i>Characteristics of Healthy & Unhealthy Relationships</i>. https://youth.gov/youth-topics/teen-dating-violence/characteristics</p> <p>European Institute for Gender Equality. <i>Gender Equality Index</i>. https://eige.europa.eu/gender-equality-index/2022</p> <p>ILGA-Europe. Glossary. https://www.ilga-europe.org/about-us/who-we-are/glossary/</p> <p>Trans Student Educational Resources. Gender Unicorn. https://transstudent.org/gender/</p>



8.2.2. MODUL 2: *Mentalno zdravlje mladih*

ISHODI MODULA

- Polaznici će rodno osjetljivim pristupom istražiti ključne pojmove i definicije mentalnog zdravlja mladih kao i odnose između problema mentalnog zdravlja i različitih čimbenika rizika koji mogu utjecati na mentalno zdravlje mladih te naučiti kako te rizike prepoznati i što učiniti s njima (intervenirati ili uputiti odgovarajućim stručnjacima za mentalno zdravlje).
- Sudionici će naučiti kako podržati mlade u izražavanju emocija i identiteta, kako upravljati sukobima te kako poticati samopoštovanje mladih.

SADRŽAJ MODULA

- **Teorijski sadržaj:** definicije mentalnog zdravlja, mentalno zdravlje mladih iz perspektive rodne osjetljivosti, emocije, upravljanje sukobima, stres, samopoštovanje, samosvijest, teorija o najčešćim psihičkim problemima mladih te kako se manifestiraju.
- **Praktične vježbe:** granice u radu s mladima, identificiranje 'crvenih zastavica', mapiranje postojećih usluga i resursa.

MATERIJALI ZA UČENJE I PODUČAVANJE:

Brkić, M., Perak, J., Marinković, D., Natsia, M., Novak, E., Vuksan, K. (2023.) *Pričajmo... o mentalnom zdravlju mladih: priručnik u radu s mladima*. Zagreb: Forum za slobodu odgoja. <https://fso.hr/fso-publikacije/pricajmo-o-mentalnom-zdravlju-mladih-prirucnik-u-radu-s-mladima/>

Let's Talk projektni konzorcij (2022) *Analiza politika i preporuke za podršku mentalnom zdravlju mladih s rodno osjetljivim pristupom*. Transnacionalno izvješće. <https://letstalk-project.eu/media/lets-talk-transnational-report-ch.pdf>

Brannon, L. (2015). *Gender: Psychological Perspectives*. 6th edition. Psychology Press.

World Health Organization and the United Nations Children's Fund (UNICEF). (2021). *Helping Adolescents Thrive Toolkit: Strategies to promote and protect adolescent mental health and reduce self-harm and other risk behaviours*.

World Health Organization. (2020). *Guidelines on mental health promotive and preventive interventions for adolescents: helping adolescents thrive*.

UN Women Training Centre eLearning Campus. *Gender Equality Glossary*. Term: Gender blindness. <https://archive.unescwa.org/gender-blindness>

UNESCO Mahatma Gandhi Institute of Education for Peace and Sustainable Development. *Social Emotional Learning Veštine Development SEL Training Curriculum*: <https://mgiep.unesco.org/sel-for-everyone>

Dweck, C. (2007). *Mindset: The New Psychology of Success*. Random House.

Munivrana, A., Morić, D., Pijaca Plavšić, E., Bajkuša, M., Rastović, M. i Kožić, V. (2021.) *Zbirka radionica „Pokreni promjenu“, 40 ideja za rad s djecom i mladima u području različitosti*. Zagreb: Forum za slobodu odgoja. <https://fso.hr/fso-publikacije/zbirka-radionica-pokreni-promjenu-40-ideja-za-rad-s-djecom-i-mladima-u-podrucju-razlicitosti-2/>

Munivrana A., Perak J., Pavlović V. (2021.) *Glas djece: stvaranje prostora i pokretanje promjena“ – priručnik za odrasle*. Zagreb: Forum za slobodu odgoja. <https://fso.hr/fso-publikacije/glas-djece-stvaranje-prostora-i-pokretanje-promjena-prirucnik-za-odrasle/>

Hamblin, E., Young, H. (2017). *Gender-sensitive approaches to addressing children and young people's emotional and mental health and well-being: Examples of promising practice*. National Children's Bureau. Gender-sensitive approaches to addressing children and young people's emotional and mental health and well-being: <https://www.ncb.org.uk/sites/default/files/uploads/files/NCB%2520-%2520Examples%2520of%2520gender-sensitive%2520practice%2520with%2520CYP%2520-%2520Aug%25202017.pdf>



8.2.3. MODUL 3: *Metode i tehnike u neformalnom obrazovanju i radu s mladima*

ISHODI MODULA	<ul style="list-style-type: none"> Sudionici će steći novi set kompetencija u radu s mladima (u individualnom i grupnom okruženju), koristeći alate i metode neformalnog obrazovanja.
SADRŽAJ MODULA	<ul style="list-style-type: none"> Teorijski sadržaj: Vrste obrazovanja (formalno, neformalno, informalno), metode i tehnike neformalnog obrazovanja, osnove rada s mladima (što je rad s mladima, vrste, vrijednosti, principi), etika u radu s mladima, grupni razvoj, Kolb ciklus učenja, komunikacija. Praktične vježbe: pristup mladima u radu s mladima, uloga djelatnika koji rade s mladima u programima mentalnog zdravlja, facilitacija, aktivno slušanje, razvoj programa, provedba i participativna evaluacija.
MATERIJALI ZA UČENJE I PODUČAVANJE:	<p>Brkić, M., Perak, J., Marinković, D., Natsia, M., Novak, E., Vuksan, K. (2023.) <i>Pričajmo... o mentalnom zdravlju mladih: priručnik u radu s mladima</i>. Zagreb: Forum za slobodu odgoja. https://fso.hr/fso-publikacije/pricajmo-o-mentalnom-zdravlju-mladih-prirucnik-u-radu-s-mladima/</p> <p>Kožić Komar V., Munivrana A. (2022.) „22 IDEJE ZA OTPORNOST“ zbirka nastavnih listića za razvoj emocionalne otpornosti i suočavanja s krizom. Zagreb: Ured UNICEF-a za Hrvatsku. https://fso.hr/fso-publikacije/22-ideje-za-otpornost-zbirka/</p> <p>Kožić Komar, V., Pijaca Plavšić, E. (2022). <i>BE-IN: Best Innovative Practices for an Inclusive and Emotional Education to face early school leaving in Europe – National research report of the state of art of inclusive pedagogical and methodological practice – Croatia</i>. Forum for Freedom in Education. https://fso.hr/fso-publikacije/be-in-best-innovative-practices-for-an-inclusive-and-emotional-education-to-face-early-school-leaving-in-europe/</p> <p>Munivrana, A., Morić, D., Pijaca Plavšić, E., Bajkuša, M., Rastović, M. i Kožić, V. (2021.) <i>Zbirka radionica „Pokreni promjenu“, 40 ideja za rad s djecom i mladima u području različitosti</i>. Zagreb: Forum za slobodu odgoja. https://fso.hr/fso-publikacije/zbirka-radionica-pokreni-promjenu-40-ideja-za-rad-s-djecom-i-mladima-u-podrucju-razlicitosti-2/</p> <p>Munivrana, A., Perak, J., Pavlović, V. (2021). <i>Glas djece: stvaranje prostora i pokretanje promjena" - priručnik za odrasle</i>. Zagreb: Forum za slobodu odgoja. https://fso.hr/fso-publikacije/glas-djece-stvaranje-prostora-i-pokretanje-promjena-prirucnik-za-odrasle/</p> <p>Eisenberg, N., Eggum, N. D., Di Giunta, L. (2010). <i>Empathy related responding: Associations with pro-social behavior, aggression, and intergroup relations</i>. <i>Social Issues and Policy Review</i>, 4(1), 143–180.</p> <p>Better Health Channel. <i>Teenagers and Communication</i>. https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/teenagers-and-communication</p> <p>UNICEF. <i>11 tips for communicating with your teen</i>. https://www.unicef.org/parenting/child-care/11-tips-communicating-your-teen</p> <p>Livingstone, B. (2010). <i>How Do Our Young People Communicate Today: What is the Downside and What Can We Do About It?</i> Part One https://www.mentalhelp.net/blogs/how-do-our-young-people-communicate-today-what-is-the-downside-and-what-can-we-do-about-it-part-one/</p> <p>Harrison, R., Wise, C. (2005). <i>Working with Young People</i>. The Open University.</p> <p>Benson, J.F. (2001). <i>Working More Creatively with Groups</i>. Routledge.</p> <p>Prendiville, P. (1995). <i>Developing facilitation Veštine</i>. Combat Poverty Agency.</p> <p>Smith, M. (1980). <i>Creators not consumers</i>. Youth Clubs UK.</p> <p>Petković, S. (2022). <i>The Art of Ethics in Youth Work</i>. NAPOR – National association of Youth Workers.</p> <p>Sapin, K. (2012). <i>Essential Veštine for youth work practice</i>. SAGE Publications.</p> <p>Council of Europe Youth Work Portfolio. Council of Europe.</p> <p>Basarab, T., O'Donovan, J., (2020). <i>Youth Work Essentials</i>. Council of Europe and European Commission.</p> <p>Council of Europe. (2021). <i>T-kit 6: Training Essentials</i>. Council of Europe and European Commission.</p>



9. UVJETI PROSTORA, OPREME I SREDSTAVA POTREBNIH ZA PROVEDBU PROGRAMA

Prostorija mora ispunjavati zahtjeve za rad uključujući:

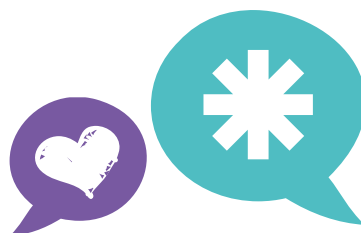
- Propisane zdravstvene, higijenske, sigurnosne i sigurnosne mjere uključujući mjere zaštite od bolesti COVID-19
- Prostorija treba biti prazna s mogućnošću postavljanja dovoljnog broja stolica u krug
- Prostorija mora biti svijetla s odgovarajućim prirodnim i umjetnim osvjetljenjem, kao i s mogućnošću čestog provjetravanja
- Prostorija mora omogućiti pristup osobama s invaliditetom, uključujući i sanitarni čvor
- Prostorija mora biti opremljena flip chartom ili pločom za pisanje, video projektorom i prijenosnim računalom
- Uz gore navedenu opremu za nastavu bit će potreban i uobičajeni radni materijal kao što su: flomasteri, papir i olovke, flipchart papir, naljepnice i drugi edukativni rekviziti koji se koriste u interaktivnim metodama obrazovanja.

10. DOKUMENT ILI SVJEDODŽBA KOJA SE IZDAJE KANDIDATU NAKON SAVLADANOG PROGRAMA

Svim polaznicima treba izdati potvrdu po završetku programa. Sudionici trebaju pohađati najmanje 80% programa (za svaki modul, ne sveukupno), kako bi dobili certifikat. Potvrdu izdaje organizator, a treba sadržavati logotip organizatora i partnera u provedbi (ako ih ima) i donatora. Potvrda treba sadržavati ime polaznika, datum i mjesto provedbe programa te kompetencije koje je polaznik stekao sudjelovanjem u programu. Potvrdu treba popratiti potpisom predstavnika organizatora i pečatom organizacije.







PARTNERI



Kordinator / nositelj

Forum za slobodu odgoja

www.fso.hr



Social Action & Innovation Centre

www.kmop.gr



Centre for youth work (CZOR)

www.czor.org



Centre for Creative Development

"Danilo Dolci"

danilodolci.org





LETsTALK

Developing gender sensitive mental health program for young people



Sufinancirano sredstvima Europske unije. Ova publikacija izražava isključivo stajalište njenih autora i Komisija se ne može smatrati odgovornom prilikom uporabe informacija koje se u njoj nalaze.



**Sufinancira
Europska unija**