



# LETsTALK

Developing gender sensitive mental health program for young people

## PROGRAM NEFORMALNOG OBRAZOVANJA



**HAJDE DA RAZGOVARMO**

**RAZVOJ KOMPETENCIJA OMLADINSKIH RADNIKA  
/CA ZA SPROVOĐENJE RODNO OSETLJIVOG  
PROGRAMA MENTALNOG ZDRAVLJA**



Co-funded by  
the European Union

PROJECT



**Let's Talk – Razvoj rodno osjetljivog programa mentalnog zdravlja za mlade**  
Broj ugovora 2021-1-HR01-KA220-YOU-000028981

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

Ova publikacija odražava isključivo stavove autora/ki i Komisija se ne može smatrati odgovornom za bilo kakvu upotrebu informacija koje su deo publikacije.



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/>



# LETsTALK

Developing gender sensitive mental health program for young people

## PROGRAM NEFORMALNOG OBRAZOVANJA

---

**HAJDE DA RAZGOVARMO**

**RAZVOJ KOMPETENCIJA OMLADINSKIH  
RADNIKA/CA ZA SPROVOĐENJE RODNO  
OSETLJIVOG PROGRAMA MENTALNOG ZDRAVLJA**

Jul, 2023



Co-funded by  
the European Union

Podrška Evropske komisije izradi ove publikacije ne predstavlja odobravanje sadržaja, koji odražava isključivo stavove autora, i Komisija se ne može smatrati odgovornom za bilo kakvu upotrebu informacija sadržanih u njoj.



# INDEKS

1. OSNOVNE INFORMACIJE O PROGRAMU .....	6
2. SVRHA PROGRAMA .....	6
3. CILJ PROGRAMA .....	7
4. OPŠTI ISHODI UČENJA .....	7
5. POSEBNI ISHODI UČENJA .....	8
6. CILJNA GRUPA .....	11
7. NAČIN ORGANIZACIJE, OBLICI I METODE REALIZACIJE PROGRAMA ....	11
8. PLAN I PROGRAM NEFORMALNOG OBRAZOVANJA OMLADINSKIH RADNIKA I RADNICA .....	11
9. USLOVI U POGLEDU PROSTORA, OPREME I SREDSTAVA NEOPHODNIH ZA OSTVARIVANJE PROGRAMA .....	15
10. SERTIFIKAT ILI POTVRDA KOJA SE IZDAJE POLAZNICIMA PO ZAVRŠETKU PROGRAMA .....	15

## KONTAKT:

**FORUM FOR FREEDOM IN EDUCATION** — [www.fso.hr](http://www.fso.hr)

✉ Marina Brkić : [mbrkic@fso.hr](mailto:mbrkic@fso.hr)

**CENTRE FOR YOUTH WORK (CZOR)** — [www.czor.org](http://www.czor.org)

✉ Dajna Marinković : [dajna.marinkovic@czor.org](mailto:dajna.marinkovic@czor.org)

**CENTRE FOR CREATIVE DEVELOPMENT DANILO DOLCI** — [www.danilodolci.org](http://www.danilodolci.org)

✉ Katarina Vuksan : [katarina.vuksan@danilodolci.org](mailto:katarina.vuksan@danilodolci.org)

**KENTRO MERIMNAS OIKOGENEIAS KAI PAIDIOU** — [www.kmop.gr](http://www.kmop.gr)

✉ Epameinondas Koutavelis : [koutavelis.e@kmop.org](mailto:koutavelis.e@kmop.org)

## 1. OSNOVNE INFORMACIJE O PROGRAMU

1.1. NAZIV PROGRAMA: ***Hajde da razgovaramo — Izgradnja kompetencija omladinskih radnika/ca za primenu rodno osetljivih programa mentalnog zdravlja.***

1.2. TRAJANJE PROGRAMA (U SATIMA): **3 modula, u ukupnom trajanju od 30 sati.**<sup>1</sup>

## 2. SVRHA PROGRAMA

**Podrška mentalnom zdravlju i blagostanju mladih kroz izgradnju kapaciteta omladinskih radnika i radnica za sprovođenje kvalitetnih rodno-osetljivih programa u oblasti mentalnog zdravlja mladih.**

Prema Izveštaju UN: *COVID-19 i potreba za akcijom u oblasti mentalnog zdravlja* (2020), oko 70 odsto usluga mentalnog zdravlja za decu i adolescente je prekinuto tokom pandemije. Uticaj prekida u pružanju usluga dodatno je pogoršan time što mladi ljudi propuštaju priliku za vršnjačku podršku i neke od najznačajnijih trenutaka u svom životu, zbog zatvaranja škola, otkazivanja događaja ili odloženih ispita. Emocionalne poteškoće se takođe povećavaju porodičnim stresom i socijalnom izolacijom, pri čemu se neki suočavaju sa povećanim zlostavljanjem, obustavljenim obrazovanjem i neizvesnošću u pogledu svoje budućnosti, što se dešava u kritičnim trenucima njihovog emocionalnog razvoja. Sve ovo ukazuje na ogromnu potrebu da se podrže svi oni koji rade sa mladima u sticanju osnovnih znanja o mentalnom zdravlju mladih, pre svega radi osnaživanja da prepoznaju kada treba da pruže podršku, pozovu stručnu podršku i podrže porodice i druge aktere u zajednici. Prema Završnoj deklaraciji 3. Evropske konvencije omladinskog rada (2020), omladinski rad treba da se razvija do nivoa na kojem će postati sigurnosna mreža za sve mlade u nesigurnim vremenima. U Deklaraciji se promocija mentalnog zdravlja smatra ključnom u omladinskom radu. Omladinski radnici/e treba da budu osnaženi da sprovedu projekte koji promovišu i održavaju mentalno zdravlje mladih ljudi, posebno onih koji se suočavaju sa interseksionalnim i drugim ranjivostima. Prema povratnim informacijama prikupljenim iz prakse (od omladinskih radnika/ca) i akademskih i kliničkih eksperata/kinja, polne i rodne razlike su posebno važne u kontekstu opisivanja različitih problema mentalnog zdravlja i samodestruktivnog i destruktivnog ponašanja među mladim devojkama i mladićima (i drugima koji se identifikuju kao nebinarne osobe). Ovo često vodi ka poteškoćama u dobijanju adekvatne podrške.

Ove informacije podržane su i postojećim istraživanjima koja pokazuju da se, na primer, tokom adolescencije, kod devojaka primećuje veća učestalost depresije i poremećaja ishrane, kao i da su sklonije suicidalnim razmišljanjima i pokušajima suicida od mladića. Sa druge strane, mladići češće imaju problema sa besom, rizičnim ponašanjem, i češće izvršavaju suicid od devojaka. Adolescentkinje su generalno sklonije usmeravanju simptoma ka unutra, dok tinejdžeri muškog pola imaju veću tendenciju ka impulsivnom i društveno neprihvatljivom ponašanju.<sup>2</sup>

1 Navedeno trajanje programa uključuje samo trajanje specifičnih modula i njima predviđenih sadržaja. Ono ne obuhvata potrebne elemente svake obuke: uvodnu sesiju, vežbe upoznavanja, uspostavljanje pravila rada, iznošenje očekivanja, evaluaciju i sl. Prilikom primene ovog kurikulumu, organizatori bi trebali takođe uključiti i ove sesije u svoj plan obuke i dodati i njihovo trajanje ukupnom trajanju obuke/treninga.

2 Gender and Mental Health, SZO, 2022



Svi ovi problemi bili su izuzetno vidljivi tokom krize pandemije. Još jedan važan zaključaj iz izveštaja je da su u većini EU zemalja usluge mentalnog zdravlja najčešće namenjene odraslima ili deci, tj. retko su kreirane prema specifičnim potrebama adolescenata/kinja i mladih.

Omladinski radnici/e i eksperti/kinje koji rade sa mladima imaju jednu od ključnih uloga u pružanju podrške mentalnom zdravlju mladih, samom svojom uključenosti kao odrasle osobe od poverenja, koja je profesionalac, pedagoški edukovan/a, bliska mladima, u poziciji da prepozna njihove stvarne potrebe, odgovori na njih i facilitira njihovo uključivanje. Omladinski rad može podržati mentalno zdravlje – on promoviše osećaj pripadanja i gradi kod mladih osećaj svrhe i smisla. Ali omladinskim radnicima/ama često nedostaju veštine za rano prepoznavanje da se mlada osoba suočava sa izazovom mentalnog zdravlja, i znanje kako da im u tim situacijama pruže podršku. Omladinski radnici/e naišli su na bezbroj prepreka tokom pandemije – onlajn časovi i prinudna izolacija ostavili su malo prostora za direktan rad sa mladima u njihovom uobičajenom okruženju, koje je za neke mlade bilo jedini izvor bezbednosti i sigurnosti. Najnoviji izveštaji na EU nivou naglašavaju da „Socijalno i emotivno učenje, kao osnova za mentalno zdravlje, treba da budu prepoznati kao srž edukativnog programa u obrazovanju, i kao jedan od najvažnijih sastavnih delova kvalitetnog obrazovanja u Evropi. Shodno tome, trebalo bi da budu uključeni kao posebne oblasti u EU okviru ključnih kompetencija za celoživotno učenje“. Kako je mentalno zdravlje trenutno jedan od najvećih globalnih problema (zbog pandemije), neophodno je da svi akteri koji rade sa mladima rade na jačanju svojih kompetencija u ovoj oblasti.

Ovaj program kreiran je kao deo projekta *Hajde da razgovaramo: Razvoj rodno osetljivog programa mentalnog zdravlja za mlade* (eng. *Let's Talk: Developing gender sensitive mental health program for young people*), sufinansiranog od strane Evropske unije i omogućeno je njegovo slobodno korišćenje i prilagođavanje potrebama ciljne grupe i ciljevima obuka. Međutim, prilikom implementacije ovog programa, molimo da citirate ovaj projekat kao izvor programa obuke koju realizujete..

### 3. CILJ PROGRAMA

**Jačanje kapaciteta omladinskih radnika/ca za uspešnu primenu rodno osetljivih programa mentalnog zdravlja mladih, koristeći neformalno obrazovanje.**

### 4. OPŠTI ISHODI UČENJA

- \* Razumeti specifičnosti i izazove mladih kao ciljne grupe (naročito mladih u periodu adolescencije), njihovu ranjivost, intersekcionalnost, identitete, itd., i znati kako na njih odgovoriti;
- \* Raditi samostalno sa mladima i upravljati grupnim i individualnim procesima učenja;
- \* Prepoznati priliku i pružiti emotivnu podršku mladima;
- \* Razumeti različite socijalne aspekte (vaspitanje, rodne uloge, socijalizaciju, itd.) i (bliske) međuljudske veze i odnose koji utiču na mentalno zdravlje mladih;
- \* Podržati mlade u sticanju kompetencija rezilijentnosti potrebnih za očuvanje mentalnog zdravlja;
- \* Znati kako raditi na promociji i destigmatizaciji mentalnog zdravlja i usluga mentalnog zdravlja među mladima u lokalnoj zajednici.



## 5. POSEBNI ISHODI UČENJA

Br. 1

MODUL:

### *Mladi danas*

ZNANJA

Do kraja ovog modula učesnik/ca će biti u stanju da:

- definiše razvojne faze deteta i mlade osobe;
- razume koncept gradnje identiteta;
- razume koncept roda, rodne ravnopravnosti i rodnog identiteta;
- razume društvene rodne norme i stereotipe;
- razume uticaj rodne neravnopravnosti i diskriminacije na razvoj mladih (sa posebnim fokusom na mentalno zdravlje i društveno blagostanje);
- razume šta je važno u komunikaciji sa mladima i ključnu multidimenzionalnu perspektivu komunikacije među mladima, uključujući potencijalne rizike, nasilje, predrasude i rodno zasnovano nasilje;
- poznaje veze i odnose, tipove međuljudskih odnosa u kojima se mladi nalaze i identifikuje toksične odnose;
- razume perspektivu i iskustva mladih i podrži mlade u formiranju i održavanju međuljudskih odnosa;
- razume proces socijalizacije mladih i kako on utiče na razvoj mladih;
- razume socio-politički, ekonomski, supkulturni kontekst mladih;
- razume ulogu odraslih kao uzora u razvoju mlade osobe.

VEŠTINE

Do kraja ovog modula učesnik/ca će biti u stanju da:

- prepozna i iskoristi svoju ulogu kao omladinski radnik/ca u podršci mladima;
- identifikuje socijalne i emotivne veštine mladih u čijem razvoju može da pomogne;
- razvije strategije za kreiranje inkluzivnog i ravnopravnog okruženja za sve mlade;
- inicira aktivnosti koje promovišu rodnu ravnopravnost;
- radi sa različitim grupama mladih ljudi i razume jedinstvene izazove sa kojima se suočavaju;
- proceni i analizira potrebe (specifične grupe) mladih.

STAVOVI I

VREDNOSTI

Do kraja ovog modula učesnik/ca će:

- steći pozitivan stav i pokazivati interesovanje za rad sa mladima;
- mlade posmatrati holistički, kao resurs, a ne kao problem;
- biti otvorenog uma i voljan/a da preispita sopstvene pretpostavke i predrasude o rodu;
- pokazivati empatiju i razumevanje za iskustva mladih marginalizovanih zbog njihovog rodnog identiteta;
- pokazati posvećenost promociji rodne ravnopravnosti;
- imati neosuđujući pristup, biti podržavajući i empatičan/a prema mladima i njihovim izborima;
- promovisati važnost komunikacije;
- biti otvoren/a i spreman/a da sasluša potrebe mladih i njihova iskustva;
- pokazivati otvorenost prema međuljudskim vezama;
- usvojiti vrednosti prihvatanja i razumevanja mladih;
- biti pripremljen/a da razvija odnos sa mladima baziran na poštovanju i uzajamnosti;
- biti otvoren/a za poverljiv odnos sa mladom osobom;
- imati pozitivan, participativan i neugnjetački pristup prema mladima;
- biti spreman/a da veruje sposobnostima mladih da sami upravljaju svojim učenjem i iskustvima.





### ZNANJA

Do kraja ovog modula učesnik/ca će biti u stanju da:

- razume i objasni koncept mentalnog zdravlja mladih;
- definiše mentalno zdravlje mladih sa rodno osetljivom perspektivom;
- razume najčešće razlike u pristupu devojkama/mladićima/nebinarnim mladima, u oblasti problema mentalnog zdravlja;
- razume uticaj društva i rodnih uloga u odnosu na probleme mentalnog zdravlja mladih;
- biće upoznat/a sa stereotipima, predrasudama i stigmom koja prati probleme mentalnog zdravlja, i uticajem koji imaju na pristupanje mladih uslugama mentalnog zdravlja;
- razume ulogu, potencijal i granice omladinskih radnika/ca u odnosu na probleme mentalnog zdravlja mladih (sa posebnim fokusom na promociju usluga i prevenciju problema mentalnog zdravlja);
- razume razliku između samosvesti i samopouzdanja i njihovog uticaja na pozitivnu sliku o sebi;
- razume koncept motivacije i rezilijentnosti;
- razume koncept emocija i stresa, kako se manifestuju i kako utiču na mentalno zdravlje mladih;
- razume i prepoznaje značaj jačanja socijalnih i emotivnih veština u prevenciji izazova sa mentalnim zdravljem;
- razume različite faktore rizika i uzroke problema mentalnog zdravlja mladih i kako se manifestuju;
- razume uticaj međuljudskih konflikata na mentalno zdravlje mladih;
- razume kako da podrži mladu osobu sa problemima i poremećajima mentalnog zdravlja u saradnji sa ekspertima/kinjama za mentalno zdravlje.

### VEŠTINE

Do kraja ovog modula učesnik/ca će biti u stanju da:

- prepozna probleme mentalnog zdravlja mladih;
- koristi različite pristupe u predstavljanju tema mentalnog zdravlja ka mladima različitih rodni identiteta
- prepozna najčešće stereotipe kod problema mentalnog zdravlja mladih;
- normalizuje temu problema mentalnog zdravlja među mladima;
- reaguje na krizne i konfliktne situacije sa mladima i pomogne im u upravljanju i transformaciji konflikata;
- podstakne samopouzdanje i samosvest kod mladih;
- prepozna različite međuljudske izazove sa kojima se mladi suočavaju (a koji utiču na njihovo mentalno zdravlje) i pomogne im u razvoju ličnih strategija za upravljanje ovim izazovima;
- podrži mlade u prepoznavanju i izražavanju svojih emocija na konstruktivan način;
- deli informacije o postojećim uslugama i programima u kojima mladi mogu potražiti pomoć eksperata/kinja za mentalno zdravlje;
- prepoznaje 'crvene zastavice', organizuje i usmeri mlade na odgovarajuće resurse i usluge koje će podržati njihove potrebe.

### STAVOVI I VREDNOSTI

Do kraja ovog modula učesnik/ca će:

- pokazati interesovanje za temu mentalnog zdravlja mladih;
- biti u stanju da promoviše važnost mentalnog zdravlja mladih;
- pokazati nameru da utiče na smanjenje predrasuda i stigme u suočavanju sa problemima mentalnog zdravlja;
- imati pozitivan pristup prema radu sa mladima na temi mentalnog zdravlja;
- biti otvoren/a da razgovara o izazovima i poremećajima mentalnog zdravlja sa mladima, bez predrasuda, osuđivanja ili postavljanja dijagnoza;
- promovisati prava mladih u oblasti mentalnog zdravlja;
- uvažiti iskustva drugih u oblasti mentalnog zdravlja;
- biti pripremljen/a da promoviše mentalnu higijenu i zdrav stil života kao zaštitne faktore mentalnog zdravlja;
- biti otvoren/a i motivisan/a za saradnju sa drugim ekspertima/kinjama za mentalno zdravlje, za pružanje podrške mladima sa izazovima mentalnog zdravlja.



## Omladinski rad i metode i tehnike neformalnog obrazovanja

### ZNANJA

Do kraja ovog modula učesnik/ca će biti u stanju da:

- razume definicije tipova obrazovanja (formalno, neformalno, informalno) i njihove specifičnosti;
- razume razliku između različitih metoda i tehnika koje se koriste u radu sa mladima (u individualnom i grupnom formatu);
- razume definiciju omladinskog rada, tipologiju, vrednosti i principe omladinskog rada i neformalnog obrazovanja;
- razume aktivno slušanje kao i empatiju i emocionalno preslikavanje;
- razume grupne procese, faze razvoja grupe, uloge, dinamiku i principe;
- razume ciklus učenja i različite stilove učenja;
- razume različite elemente planiranja i primene programa mentalnog zdravlja za mlade;
- razume vezu između omladinskog radnika/ce i mlade osobe, etičke i profesionalne granice;
- razume važnost zaštite i sigurnosti dece i mladih u omladinskim aktivnostima;
- razume važnost korišćenja veština komunikacije u radu sa mladima;
- razume različite metode facilitacije i u kojim situacijama ih može koristiti u radu sa mladima.

### VEŠTINE

Do kraja ovog modula učesnik/ca će biti u stanju da:

- koristi različite odgovarajuće metode i tehnike neformalnog obrazovanja u (individualnom i grupnom) radu sa mladima;
- primeni principe i vrednosti omladinskog rada u praksi;
- razmišlja o svojoj praksi i unapređuje je, koristeći participativnu evaluaciju i refleksiju;
- koristi različite efektivne veštine komunikacije i aktivnog slušanja u radu sa mladima;
- koristi empatiju i emocionalno preslikavanje u svojoj praksi;
- omogućava individualnu i grupnu refleksiju mladih;
- se bavi različitim teškim situacijama u grupi, kao i da upravlja 'teškim' učesnicima/ama;
- prepoznaje dimenzije i faze u grupnom procesu i razvoju i prilagodi svoju facilitaciju potrebama grupe;
- kreira, primeni i evaluira rodno-osetljiv program mentalnog zdravlja mladih baziran na potrebama ciljnih grupa, koji će motivisati i uključiti mlade;
- koristi različite metode facilitacije kako bi podržao/la učenje mladih i uključenost mladih u diskusije i aktivnosti u oblasti rodne ravnopravnosti i mentalnog zdravlja;
- prilagodi svoj pristup i metode na osnovu trenutnih potreba mentalnog zdravlja mladih;
- radi sa i na vrednostima mladih kroz različite pristupe učenja.

### STAVOVI I

Do kraja ovog modula učesnik/ca će:

### VREDNOSTI

- pokazati otvorenost za refleksiju, preispitivanje i unapređenje svoje prakse;
- biti spreman/a da motiviše i osnažuje mlade;
- biti motivisan/a da neguje aktivno učešće;
- biti spreman/a da poštuje etičke okvire u radu sa mladima;
- biti spreman/a da podržava mlade u nošenju sa kriznim situacijama na pravičan i konstruktivan način;
- imati hrabrost za improvizaciju, eksperimentisanje i moći da prepozna njihov značaj;
- podsticati poverenje i održavati poverljivost;
- biti iskren/a, transparentan/a i pokazivati poštovanje;
- biti voljan/a da se pozabavi 'teškim' temama kao mestima za učenje o i od drugih;
- biti spreman/a da bude izazvan i preuzima rizike;
- biti spreman/a da razvija svoje veštine i bude u toku sa novim metodama;
- biti otvoren/a prema (neplaniranom) učenju (svom i drugih);
- biti motivisan/a da uključi mlade u kreiranje programa, gde je to moguće;
- biti spreman/a da podrži grupne procese učenja;
- biti sposoban/a da promoviše metodologiju neformalnog učenja u formalnom obrazovanju.



## 6. CILJNA GRUPA

Ovaj kurikulum je specijalno kreiran za edukaciju omladinskih radnika/ca i drugih eksperata/kinja za rad sa mladima koji aktivnosti sprovode u školskom okruženju (nastavnici/e zaposleni u školama koji imaju mogućnosti za korišćenje metoda neformalnog učenja, omladinske radnike/ce zaposlene u udruženjima ili drugim institucijama koji sprovode radionice kao deo vanškolskih ili posle-školskih aktivnosti i sl.), ali sam program obuke može biti prilagođen različitim ciljnim grupama i može sadržati osnovni ili napredniji sadržaj, u zavisnosti od ciljne grupe, njenog prethodnog iskustva i kompetencija koje već poseduju. Organizatorima se savetuje da sprovedu pažljivu analizu svoje ciljne grupe pre implementacije ovog kurikuluma.

## 7. NAČIN ORGANIZACIJE, OBLICI I METODE REALIZACIJE PROGRAMA

U zavisnosti od ciljne grupe, kurikulum može biti implementiran u celosti ili samo delimično – kao sva tri modula u kontinuitetu, ili organizatori mogu da izaberu samo pojedinačne module koje će realizovati, u zavisnosti od toga da li njihova ciljna grupa već poseduje određene kompetencije (npr. profesionalni omladinski radnici/e sa iskustvom već aktivno koriste neformalno obrazovanje u njihovom radu, ali bi za njihove kompetencije bilo značajno da učestvuju u obuci koja se specifično bavi mentalnim zdravljem mladih). Tri modula mogu biti implementirana kao odvojena 3-dnevna treninga ili kao celonedeljna obuka, u zavisnosti od organizatora, njihovih kapaciteta, resursa i ciljeva. Dužina trajanja programa (kako je navedena u kurikulumu) uključuje samo trajanje pojedinačnih modula i njihovog sadržaja. Ona ne uključuje neophodne elemente svake obuke, kao što su uvodne sesije, vežbe upoznavanja, definisanje pravila rada tokom obuke, očekivanja, sprovođenje evaluacije na kraju obuke i sl. Prilikom implementacije kurikuluma, organizatori bi trebali da obrate pažnju da u program obuke uključe i ove sesije i računaju na njih za definisanje ukupnog trajanja obuke.

Predstavljen program kreiran je sa idejom da bude implementiran korišćenjem metoda i tehnika neformalnog obrazovanja, i treba da sadrži i teoretske, ali i praktične, iskustvene vežbe.

## 8. PLAN I PROGRAM NEFORMALNOG OBRAZOVANJA OMLADINSKIH RADNIKA I RADNICA

### 8.1. PLAN OBRAZOVANJA

Br.	MODUL	BROJ SATI
1	Mladi danas	10
2	Mentalno zdravlje mladih	10
3	Omladinski rad i metode i tehnike neformalnog obrazovanja	10
<i>Ukupno</i>		30



## 8.2 PROGRAM OBRAZOVANJA

### 8.2.1. MODUL 1: *Mladi danas*

<b>ISHODI MODULA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Učesnici će steći razumevanje o tome ko su mladi, u kakvom socio-političkom, ekonomskom i supkulturnom kontekstu žive, kakve su njihove potrebe i njihov razvoj, te kako na njega utiče: identitet, otpornost, stigma, odnosi koje formiraju, itd. Učesnici će takođe steći uvid u to kakva je njihova uloga u razvoju mladih.</li> </ul>
<b>SADRŽAJI MODULA</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li><b>Teorijski sadržaj:</b> definisanje pojma 'mladi' i socio-političkog, ekonomskog i supkulturnog konteksta, definisanje pojmova roda, rodne različitosti i rodne ravnopravnosti, socijalizacija i adolescencija, identitet, veze i odnosi.</li> <li><b>Praktične vežbe:</b> identifikovanje potreba mladih i kako na njih odgovoriti, uloga omladinskih radnika/ca i drugih edukatora/ki u razvoju mladih, identifikovanje aktivnosti, strategija, inicijativa kojima se mladi mogu podržavati.</li> </ul>
<b>MATERIJALI ZA UČENJE I PODUČAVANJE:</b>	<p>Let's Talk projektni konzorcijum. (2023). <i>Hajde da razgovaramo... o mentalnom zdravlju: Priručnik za omladinske radnike i radnice.</i></p> <p>Let's Talk projektni konzorcijum. (2022). <i>Hajde da razgovaramo: Analiza politika i preporuke o rodno osetljivim potrebama mladih u oblasti mentalnog zdravlja – Međunarodni izveštaj.</i></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>  <a href="https://www.healthline.com/health/childrens-health/stages-of-child-development">https://www.healthline.com/health/childrens-health/stages-of-child-development</a></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>  <a href="https://genderspectrum.org/">https://genderspectrum.org/</a></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> <a href="http://www.eycb.coe.int/gendermatters/pdf/GenderMatters_EN_2013.pdf">http://www.eycb.coe.int/gendermatters/pdf/GenderMatters_EN_2013.pdf</a></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>  <a href="https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women">https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women</a></p> <p>Youth.gov. <i>Characteristics of Healthy &amp; Unhealthy Relationships.</i>  <a href="https://youth.gov/youth-topics/teen-dating-violence/characteristics">https://youth.gov/youth-topics/teen-dating-violence/characteristics</a></p> <p>European Institute for Gender Equality. <i>Gender Equality Index.</i>  <a href="https://eige.europa.eu/gender-equality-index/2022">https://eige.europa.eu/gender-equality-index/2022</a></p> <p>ILGA-Europe. Glossary.  <a href="https://www.ilga-europe.org/about-us/who-we-are/glossary/">https://www.ilga-europe.org/about-us/who-we-are/glossary/</a></p> <p>Trans Student Educational Resources. Gender Unicorn.  <a href="https://transstudent.org/gender/">https://transstudent.org/gender/</a></p>



### 8.2.2. MODUL 2: *Mentalno zdravlje mladih*

#### ISHODI MODULA

- Učesnici će istražiti ključne koncepte i definicije mentalnog zdravlja mladih sa rodno osetljivim pristupom, kao i veze između problema mentalnog zdravlja i različitih faktora rizika koji mogu uticati na mentalno zdravlje mladih, te naučiti kako da prepoznaju ove faktore rizika i kako da na njih reaguju (kada mogu oni intervenirati a kada je neophodno uputiti mladu osobu na odgovarajuće eksperte/kinje za mentalno zdravlje).
- Učesnici će naučiti kako da podrže mladu osobu u izražavanju emocija i identiteta, kako da upravljaju konfliktima i kako da podstaknu samopouzdanje mladih.

#### SADRŽAJI MODULA

- **Teorijski sadržaj:** definicija mentalnog zdravlja, mentalno zdravlje mladih sa rodno osetljivom perspektivom, emocije, upravljanje konfliktima, stres, samopouzdanje, samosvest, teorija najčešćih problema mentalnog zdravlja kod mladih i kako se oni mogu manifestovati.
- **Praktične vežbe:** granice omladinskih radnica/a, prepoznavanje 'crvenih zastavica', mapiranje postojećih usluga i resursa u zajednici.

#### MATERIJALI ZA UČENJE I PODUČAVANJE:

Let's Talk projektni konzorcijum. (2023). *Hajde da razgovaramo... o mentalnom zdravlju: Priručnik za omladinske radnike i radnice.*

Let's Talk projektni konzorcijum. (2022). *Hajde da razgovaramo: Analiza politika i preporuke o rodno osetljivim potrebama mladih u oblasti mentalnog zdravlja – Međunarodni izveštaj.*

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. and Kožić, V. (2021). *Workshop collection „Start the change!“ 40 working ideas with children and young people in the areas of diversity*. Forum for Freedom in Education.

Munivrana, A., Perak, J., Pavlović, V. (2021). *The Voice of Children – creating space and starting the change: manual for adults*. Forum for Freedom in Education.

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: *Omladinski rad i metode i tehnike neformalnog obrazovanja*

#### ISHODI MODULA

- Učesnici/e će steći nove kompetencije za rad sa mladima (u individualnom i grupnom okruženju), koristeći metode i tehnike neformalnog obrazovanja.

#### SADRŽAJI MODULA

- **Teorijski sadržaj:** Vrste obrazovanja (formalno, neformalno, informalno), metode i tehnike neformalnog obrazovanja, osnove omladinskog rada (šta je omladinski rad, tipologija, vrednosti i principi), etika u omladinskom radu, razvoj grupe, Kolbov ciklus učenja, komunikacija.
- **Praktične vežbe:** pristup omladinskog rada mladima, uloga omladinskih radnika i radnica u programima mentalnog zdravlja, aktivno slušanje, razvoj programa, implementacija i participativna evaluacija.

#### MATERIJALI ZA UČENJE I PODUČAVANJE:

Let's Talk projektni konzorcijum. (2023). *Hajde da razgovaramo... o mentalnom zdravlju: Priručnik za omladinske radnike i radnice.*

Kožić Komar, V., Munivrana, A. (2022). „22 ideje za otpornost“ Zbirka nastavnih listića za razvoj emocionalne otpornosti i suočavanja s krizom. Ured UNICEF-a za Hrvatsku.

Kožić Komar, V., Pijaca Plavšić, E. (2022). *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.* Forum for Freedom in Education.

Munivrana, A., Morić, D., Pijaca Plavšić, E., Bajkuša, M., Rastović, M. and Kožić, V. (2021). *Workshop collection „Start the change!“ 40 working ideas with children and young people in the areas of diversity.* Forum for Freedom in Education.

Munivrana, A., Perak, J., Pavlović, V. (2021). *The Voice of Children – creating space and starting the change: manual for adults.* Forum for Freedom in Education.

Eisenberg, N., Eggum, N. D., Di Giunta, L. (2010). *Empathy related responding: Associations with pro-social behavior, aggression, and intergroup relations.* Social Issues and Policy Review, 4(1), 143–180.

Better Health Channel. *Teenagers and Communication.*

<https://www.betterhealth.vic.gov.au/health/healthyliving/teenagers-and-communication>

UNICEF. *11 tips for communicating with your teen.*

<https://www.unicef.org/parenting/child-care/11-tips-communicating-your-teen>

Livingstone, B. (2010). *How Do Our Young People Communicate Today: What is the Downside and What Can We Do About It? 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/>

Harrison, R., Wise, C. (2005). *Working with Young People.* The Open University.

Benson, J.F. (2001). *Working More Creatively with Groups.* Routledge.

Prendiville, P. (1995). *Developing facilitation Veštine.* Combat Poverty Agency.

Smith, M. (1980). *Creators not consumers.* Youth Clubs UK.

Petković, S. (2022). *The Art of Ethics in Youth Work.* NAPOR – National association of Youth Workers.

Sapin, K. (2012). *Essential Veštine for youth work practice.* SAGE Publications.

Council of Europe Youth Work Portfolio. Council of Europe.

Basarab, T., O'Donovan, J., (2020). *Youth Work Essentials.* Council of Europe and European Commission.

Council of Europe. (2021). *T-kit 6: Training Essentials.* Council of Europe and European Commission.



## 9. USLOVI U POGLEDU PROSTORA, OPREME I SREDSTAVA NEOPHODNIH ZA OSTVARIVANJE PROGRAMA

Prostorija u kojoj se obuka realizuje treba da zadovoljava radne obrazovne uslove, uključujući:

- Propisane zdravstvene, higijenske, sigurnosne i bezbednosne mere, uključujući mere za COVID-19.
- Prostorija treba da bude prazna, sa mogućnošću postavljanja 25 stolica u krug, sa razmakom od 2 metra između svake stolice.
- Prostorija mora da bude svetla, sa adekvatnim prirodnim i veštačkim svetlom, kao i sa mogućnošću čestog provetravanja.
- Prostorija mora da obezbedi pristup osobama sa invaliditetom, uključujući i sanitarni čvor
- Prostorija mora biti opremljena sa flipčart tablom ili tablom za pisanje, video projektorom i laptopom.
- Pored navedene opreme, za izvođenje obuke potreban je uobičajeni radni materijal poput: markera, papira i boja, flipčart papira, stikera i drugih obrazovnih rekvizita koji se koriste u interaktivnim metodama obrazovanja.

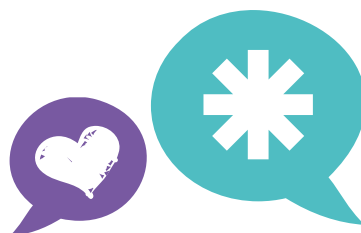
## 10. SERTIFIKAT ILI POTVRDA KOJA SE IZDAJE POLAZNICIMA PO ZAVRŠETKU PROGRAMA

Svim učesnicima/ama, po završetku obuke, izdaje se sertifikat ili potvrda o učešću. Učesnici bi trebalo da ispune najmanje 80% prisustva tokom obuke (za svaki modul, ne ukupno), kako bi stekli pravo na dobijanje sertifikata. Sertifikat izdaje organizator, i on sadrži logo organizatora i partnera u implementaciji (ukoliko postoje), kao i donatora. Sertifikat takođe treba da sadrži ime i prezime učesnika/ce, datum i mesto realizacije obuke, kao i kompetencije koje je učesnik/ca stekao svojim učešćem u obuci. Sertifikat je validan sa potpisom zastupnika organizacije i pečatom organizacije.









## PARTNERI



*Koordinator*

**Forum for Freedom in Education**

[www.fso.hr](http://www.fso.hr)



**KENTRO MERIMNAS OIKOGENEIAS  
KAI PAIDIOU**

[www.kmop.gr](http://www.kmop.gr)



**Centre for youth work (CZOR)**

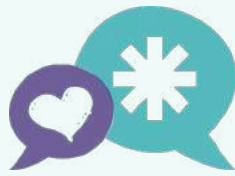
[www.czor.org](http://www.czor.org)



**Centre for Creative Development  
"Danilo Dolci"**

[danilodolci.org](http://danilodolci.org)





# LETsTALK

Developing gender sensitive mental health program for young people



Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them.



**Co-funded by  
the European Union**