

Kroz život bez nasilja

(vršnjačko nasilje, mentalno zdravlje i ovisnost mladih)

Siniša Brlas

Zavod za javno zdravstvo „Sveti Rok“ Virovitičko-podravske županije
Ljudevita Gaja 21, Virovitica
e-mail: sinisa.brlas@zzjzvpz.hr

Ključne riječi:

Vršnjačko nasilje, prevencija i suzbijanje ovisnosti, mentalno zdravlje djece i mladih, vodiči i slikovnica.

Cilj rada:

Prikaz dobre prakse u području prevencije i suzbijanja vršnjačkog nasilja kao rizika za mentalno zdravlje i ovisnost mladih.

O povezanosti vršnjačkog nasilja, mentalnog zdravlja i ovisnosti:

Vršnjačko nasilje je javnozdravstveni izazov i razvojni rizik povezan s mentalnim zdravljem i ovisničkim ponašanjem djece i mladih. Osobe izložene nasilju u povećanom su riziku da udaljavanje od traumatičnih iskustava traže u uzimanju sredstava ovisnosti, dok osobe koje uzimaju sredstva ovisnosti lakše i češće manifestiraju ona rizična ponašanja (agresiju i nasilje) koja inače uglavnom imamo pod voljnom kontrolom. Zadaća je odgovorne zajednice ustrojiti sustave koji će rezultirati dokidanjem veza između rizičnih činitelja i nepovoljnih ishoda, ali će ujedno i osnažiti veze između zaštitnih činitelja i poželjnih ishoda. Ovo je srž prevencije kao složenog sklopa aktivnosti koja za cilj ima spriječiti usvajanje i razvoj rizičnih ponašanja djece i mladih. Prevencija vršnjačkog nasilja snažno je povezana s prevencijom ovisnosti i s proaktivnom skrbi o mentalnom zdravlju.

Resursi:

- **Slikovnica za djecu** „Pružam ti ruku“ iz 2011. godine didaktički i metodički oblikovana je za rad s djecom.
- **Vodič za učenike** „Kroz život bez nasilja – deset protunasilnih poruka“ iz 2010. godine koristi se u provedbi radionica u školama.
- **Vodič za odgajatelje, odgojitelje, učitelje, nastavnike i roditelje** „Kroz život bez nasilja – vodič za prevenciju vršnjačkog nasilja kao rizika za mentalno zdravlje i ovisnost mladih“ iz 2024. godine namijenjen specifičnoj edukaciji odraslih.

Oblici rada:

Vođena **radionica za djecu** za učenje kroz igru (slikovnica „Pružam ti ruku“), **radionica za učenike** (vodič „Kroz život bez nasilja – deset protunasilnih poruka“), **interaktivno predavanje za odrasle** (vodič „Kroz život bez nasilja – vodič za prevenciju vršnjačkog nasilja kao rizika za mentalno zdravlje i ovisnost mladih“).

Očekivani ishodi:

Uključeni u aktivnosti **usvajaju znanja** o rizičnim i samozaštitnim ponašanjima, aktivnost ih **potiče na altruizam i empatiju** (usvajanje aktivne nenasilne uloge) te im **pomaže u razvijanju komunikacijskih vještina** za nenasilno rješavanje nesporazuma i konflikata.

Širi je kontekst ovoga pristupa proaktivna skrb o mentalnom zdravlju i prevencija ovisnosti djece i mladih.

Preuzmite slikovnicu i vodiče:

