

luč

Udruga za promicanje zdravog života
i poboljšanje kvalitete življenja

STRATEŠKI PLAN

2023. – 2026.

**UDRUGE ZA PROMICANJE ZDRAVOG ŽIVOTA I POBOLJŠANJE
KVALITETE ŽIVLJENJA LUČ**

Sadržaj:

O udruzi LUČ	3
Strateško planiranje: proces i metodologija rada	5
Analiza organizacijskog stanja i vanjskog okruženja	6
Vizija i misija	11
Strateški ciljevi udruge LUČ 2023. – 2026.	12
Praćenje i provedba plana	15
Prilozi	16

I. O udruzi LUČ

Udruga za promicanje zdravog života i poboljšanje kvalitete življenja LUČ osnovana je u cilju **unapređenja kvalitete življenja pojedinaca, obitelji, socijalno osjetljivih skupina, djece i mladih, zadovoljavanju njihovih psihosocijalnih potreba i razvijanja individualnih potencijala, te jačanju socijalne podrške u zajednici**. Sukladno ciljevima, udruga djeluje na području socijalne djelatnosti, ljudskih prava i međunarodne suradnje.

Udruga LUČ osnovana je 2016. godine. S aktivnim djelovanjem započela je 2018. godine razvijajući partnerstava te stručnu programsku i financijsku potporu za konceptualnu pripremu i praktičnu provedbu inovativnih programa za ranjive skupine djece, mladih i obitelji. Do siječnja 2020. udruga je konceptualizirala i pripremila dva programa: Psihosocijalnu podršku u tugovanju za djecu i obitelji (PUT) i program doživljajne pedagogije „Živjeti punim jedrima“ usmjeren na jačanje potencijala za samostalan i uspješan život mladih s teškoćama u razvoju. Početni dio financijskih sredstava za program PUT ostvaren je kroz suradnju s Uniqa osiguranjem i Zakladom Reach for Change Hrvatska. Od 2020. do 2022. godine Udruga LUČ kroz partnerstvo s Udrugom roditelja Korak po korak i Udrugom Djeca prva provela je Program podrške u tugovanju za djecu i obitelji (PUT) u četiri lokalne zajednice (Karlovac, Sisak, Slavonski Brod i Zagreb). Tijekom 2021. udruga je bila nositelj provedbe programa doživljajne pedagogije „Živjeti punim jedrima“ financiranom od strane Ministarstva rada, obitelji i socijalne politike. Neposredno nakon razornog potresa 2020. godine proveli smo i projekt psihosocijalne pomoći i podrške za stanovnike Petrinje, Siska i okolnih potresom pogođenih područja. U 2022. godini sudjelovali smo u partnerskom projektu Konstelacije zajednica sa nositeljem projekta Bacači sjenki, s fokusom na strateško planiranje daljnjeg rada Udruge LUČ i drugih partnerskih organizacija na projektu.

Ciljne skupine s kojima Udruga LUČ radi uključuje: osobe u riziku od socijalne isključenosti i siromaštva, djeca i mladi, opća populacija, migranti i izbjeglice, nezaposleni, starije osobe, osobe s invaliditetom, bivši zatvorenici, odgojno obrazovne, socijalne i zdravstvene ustanove i ostale socijalno osjetljive skupine.

Djelatnosti udruge uključuju:

- unapređenje kvalitete življenja pojedinaca, obitelji, djece i mladih, te socijalno osjetljivih skupina;
- pružanje pomoći i podrške kroz različite oblike psihosocijalnih intervencija kao što su psihološko savjetovanje, medijacija i psiho-edukacija;
- psihosocijalnu podršku i pomoć u svrhu ublažavanja posljedica stresnih događaja pojedincima, obiteljima, mladima, socijalno osjetljivim skupinama;
- razvijanje programa i edukacija stručnjaka pomagačkih struka i drugih stručnjaka koji pomažu ljudima te suradnja sa srodnim institucijama;
- unapređenje i razvijanje preventivnih programa namijenjenih djeci, mladima i odraslim osobama u svrhu poboljšanja kvalitete života i promicanja zdravih stilova življenja;
- razvijanje i poticanje multidisciplinarnog i multi sektorskog pristupa u radu;
- organiziranje stručnih savjetovanja, seminara i radionica;
- suradnja s javnim, privatnim i nevladinim organizacijama u poboljšanju kvalitete života svih građana a posebno socijalno osjetljivih skupina;
- informiranje javnosti o djelatnostima putem medija, predavanja i tribina; te
- jačanje suradnje sa srodnim organizacijama u Hrvatskoj i izvan nje.

II. Strateško planiranje: proces i metodologija rada

Strateško planiranje Udruge Luč obuhvatilo je evaluaciju dosadašnjih postignuća, oblikovanje konkretnih organizacijskih promjena i programskog razvoja. Proces planiranja započeo je u srpnju i završio u prosincu 2022. godine kroz seriju višesatnih sastanaka uživo i online s novom predsjednicom organizacije Mirjanom Bijelić te programskim suradnicama: Ivanom Predrag, Draganom Miletić i Nedom Vac Burić. Kroz proces planiranja, udruga je izradila novi Strateški plan koji obuhvaća: analizu organizacijskih postignuća i slabosti te prilika i prijetnji (SWOT analiza) kao i analizu političkih, ekonomskih, društvenih, tehnoloških i okolišnih prilika (PESTE analiza); novu viziju i misiju organizacije; te tri strateška cilja. Planiranje je vodila Emina Bužinkić koja je angažirana kao facilitatorica strateških planiranja za šest organizacija koje su sudjelovale u partnerskom projektu Konstelacije zajednice, pod vodstvom Bacača sjenki.

III. Analiza organizacijskog stanja i vanjskog okruženja

Analiza organizacijskog stanja obuhvatila je dvije analize: analizu snaga i slabosti te prilika i prijetnji (SWOT analiza) kao i analizu političkih, ekonomskih, društvenih, tehnoloških i okolišnih prilika (PESTE analiza).

SWOT analiza organizacijskog stanja i vanjskog okruženja

SNAGE

- Snažna profesionalna kvalifikacija u pružanju psiho-socijalne podrške osobama s gubitkom i teškoćama u razvoju
- Visoko kvalitetan, kvalificiran i senzibiliziran tim stručnjakinja (PUT, Živjeti punim jedrima)
- Prepoznatost stručnih kvalifikacija u podršci tugujućim osobama u užem krugu stručnjaka
- Integritet i visoka kvaliteta programa za sve naše skupine korisnika
- Potencijal za strukturirani savjetodavni rad s tugujućima
- Inoviranje novih programa nedovoljno prisutnih u Hrvatskoj (stalni interes za inovacijom)
- Kompetencije za savjetovanje oko izazova u roditeljstvu

SLABOSTI

- Nedostatne administrativno-financijske i menadžerske kompetencije u upravljanju organizacijom
- Manjak financijskih sredstava za institucionalnu stabilnost i programski razvoj
- Manjak aktivnih članova u udruzi
- Nedovoljna prepoznatost programa podrške tugujućim osobama u društvu
- Nedostatak sredstava za pokretanje savjetovališta za tugujuće

PRILIKE

- Značajnije prepoznavanje teme gubitaka zbog veće smrtnosti uslijed širenja virusa Kovid-19
- Komplementarna ponuda uslijed manjka podrške za tugujuće u sustavima obrazovanja, socijalne skrbi, zdravstva

PRIJETNJE

- Tabuiziranost same teme tugovanja od kojih mnogi zaziru
- Inflacija i ekonomska nestabilnost u društvu
- Manjak izvora financiranja od strane lokalnih i nacionalnih donatora

<ul style="list-style-type: none"> • Mogućnosti suradnje s postojećim pružateljima podrške kroz različite modele primijenjene u zemljama Europske unije i u SAD-u • Suradnja putem ERASMUS programa s europskim organizacijama • Sustavna analiza i izgradnja partnerstava s organizacijama iz SAD-a 	<ul style="list-style-type: none"> • ESF ima ograničena sredstva za organizacije civilnog društva • Administrativna opterećenje i birokratizacija projektne provedbe • Nedovoljna otvorenost pružatelja financijskih potpora za uspostavu programa podrške u tugovanju
<p>PESTE ANALIZA vanjskog okruženja (produbljena analiza prilika i prijetnji)</p>	
<p>Politički</p> <p>Tugovanje je tabu tema, a podrška tugujućima opada zbog promjena u obiteljskoj strukturi i strukturi zajednica.</p> <p>O ovoj se temi donekle govori u bliskim krugovima (obitelj, bliski prijatelji), a praksa tugovanja zapostavljena je u širem društvu i medijima, izuzev ritualne uloge izražavanja sućuti i drugih tradicionalnih rituala, poput pogreba. Nakon istih, podrška tugujućima progresivno opada, a njihove potrebe za emocionalnom podrškom postaju sve veće.</p> <p>U hrvatskom društvu o smrti se govori uglavnom u kontekstu rata i gubicima hrvatskih branitelja i nestalih, razgovori koji i dalje nose brojna pitanja i reproduciraju se kao političke i tabu teme. Nedavno smo prošli</p>	<p>Ekonomski</p> <p>Gubitkom člana obitelji dolaze često iznenadni, rijetko planirani troškovi pogreba. Posmrtna pomoć je nedostatna. U obiteljima s gubitkom hranitelja/roditelja/skrbnika povećava se zahtjevnost svakodnevnog podizanja obitelji i komplicira financijska situacija.</p> <p>Podrška nakon smrti i u tugovanju uglavnom nije dostupna za hrvatske građane. Tek ponegdje, u nekim bolnicama i klinikama, ponuđeno je psihološko savjetovanje, no u velikoj su mjeri građani prepušteni sami sebi ili privatnoj praksi. Uglavnom nema udruga koje provode savjetovanje u procesu tugovanja, a one poput naše nemaju stalan izvor prihoda i kontinuiranu ponudu takve podrške.</p>

<p>iskustvo velikog broja smrtnih gubitaka uslijed pandemije korona virusa; smrti koje su se obično prikazivale kroz statistiku. Tugovanje kao osobni i društveni proces pokazalo se kao zanemarena tema.</p>	
<p>Socijalni/Društveni</p> <p>Obiteljska i društvena podrška tugujućima opada, unatoč potrebi za psihosocijalnom podrškom, osobito u periodima intenzivnih osobnih i kolektivnih gubitaka poput onih tijekom pandemije korone virusa.</p> <p>Akutni nedostaci koje zamjećujemo odnose se na manjak obiteljske i institucionalizirane savjetodavne podrške. Primjerice, kada su obitelji bile veće i živjele blizu ili zajedno, zaštitni dio podrške nakon smrti je bilo lakše pružiti i dobiti. Kako sada imamo nuklearne obitelji krug podrške je manji, a ponekad ga uopće niti nema. Dodatno, za sada ne postoji za građane dostupno savjetovalište koje pruža uslugu kontinuirane podrške tugujućima.</p> <p>Smrt se prikazuje kao statistika ili usputni događaj, poput smrti junaka u dječjoj literaturi ili školskoj lektiri ili pak medijskim prikazima, bez</p>	<p>Tehnološki</p> <p>Obzirom da nove medijske tehnologije (Internet, zoom, socijalne mreže) šire mrežu komunikacije lakše je povezivanje i podrška tugujućima. Tu vidimo prilike za stvaranje digitalnih sadržaja i povezivanje tugujućih, posebno djece i mladih koji su većinu vremena u virtualnom svijetu. Pored toga, prilika je i u stručnoj razmjeni sa stručnjacima aktivnima u području tugovanja putem koje učimo o funkcionalnim modelima podrške koje proširuju i podižu kvalitetu našeg rada.</p> <p>Istovremeno društvene mreže mogu voditi ka osjećaju veće usamljenosti i poticati tugujuće osobe da traže korisne informacije kako bi razumjeli vlastite emocije i teške situacije. U takvom procesu traganja za informacijama i virtualnom podrškom, izostaje direktni, topli ljudski kontakt koji je vrlo značajan.</p>

<p>pridavanja pažnje procesu tugovanja. Traumatične i teške smrti gdje podrška izostane često imaju za posljedicu neke društveno neprihvatljive oblike ponašanja: mladi su u riziku da razviju poremećaje u ponašanju (PUP), a u našoj kulturi mladi i odrasli izloženi su riziku pretjerane konzumacije alkohola, opojnih droga i kockanja.</p> <p>Mladi su u sve većoj krizi; samoubojstva su druga po redu po smrtima za djecu između 10 i 14 godina. Manjak psihoterapeuta i psihijatara i njihove podrške.</p>	<p>Okolišni</p> <p>U širem smislu tema podrške tugujućima vodi ka prepoznavanju i respektiranju životnog ciklusa koji je sustavni dio prirodnih ciklusa te indirektno kroz brigu za voljene osobe može potaknuti brigu za okoliš.</p> <p>Posmrtna pripomoć ima lijepi program gdje u spomen na umrlu osobu obitelj može donirati sredstva da se zasadi jedno stablo na Medvednici. Kao udruga potičemo naše korisnike da i sami doniraju sredstva za stablo.</p>
---	---

III. Vizija i misija

Vizija udruge LUČ

Obitelji, djeca i mladi pogođeni stresom, gubitcima i drugim rizicima osnaženi, povezani i naučeni nositi se sa životnim izazovima.

Misija

Udruga za promicanje zdravog života i poboljšanje kvalitete življenja pruža savjetodavnu i psihosocijalnu podršku pojedincima, obiteljima i mladima koji se nalaze u teškim i izazovnim životnim situacijama, a posebice kada su pogođeni gubicima i tugovanjem. LUČ prepoznaje i osnažuje pojedince, obitelji i zajednice u zajedničkom angažmanu na smanjivanju stigme i tabua oko smrti i tugovanja kroz informiranje javnosti i širenja novih znanja i vještina među stručnjacima.

IV. STRATEŠKI CILJEVI UDRUGE LUČ 2023. - 2026.

Strateški ciljevi, programi i aktivnosti djelovanja udruge LUČ u okviru strateškog plana 2023. - 2026. uključuju:

Strateški cilj 1: Izgradnja strateških partnerstava s udrugama i drugim dionicima u provedbi programa podrške tugujućima

Strateški prioriteti:

- Kontinuitet programa Podrška tugujućim obiteljima PUT
- Kontinuitet programa doživljajne pedagogije "Živjeti punim jedrima"
- Razvoj kontinuirano dostupnog psihosocijalnog savjetovanja u lokalnim zajednicama

Strateški cilj 1. nastavlja se na postignuća iz prethodnog strateškog plan i uspostavu inovativnih i učinkovitih programa „Put“ i „Živjeti punim jedrima“. Kroz provedbu i evaluaciju programa PUT (*Sažetak projekta i ključnih rezultata vanjske evaluacije nalazi se na kraju ovog strateškog plana*) utvrđeno je

da potreba za ovakvom vrstom psihosocijalne podrške u tugovanju na nivou zajednica postoji. Grupe psihosocijalne podrške su bile učinkovite posebice u odnosu na smanjenje tjelesnih reakcija u smislu bolova i smetnji, smanjenje anksioznosti, strahova i briga te osjećaja krivnje za tugujuće roditelje. Dok je za tugujuću djecu i mlade psihosocijalna podrška normalizirale njihove misli i osjećaje o gubitku te ih osnažile za nošenje s tugovanjem i boljim prihvaćanjem njihovog vlastitog gubitka. Nastavno na ključne nalaze evaluacije programa PUT Udruga LUČ će u narednom periodu ostvariti ciljana partnerstva s udrugama i drugim dionicima kako bi se osigurala održivost ovakve podrške u lokalnim zajednicama.

Projekt „Živjeti punim jedrima“ pokazao je da uporabom metoda i tehnika doživljajne pedagogije mladi korisnici s teškoćama u razvoju mogu osnažiti vlastite potencijala razvijanjem komunikacijskih, socijalnih i životnih vještina. Kreiranje partnerstva za nastavak ovakvih projekta važno je kako bi se mladima s teškoćama u razvoju pružile nove, poticajne prilike za daljnje osnaživanje i integraciju u lokalnim zajednicama.

Razvoj kontinuirano dostupnog psihosocijalnog savjetovanja u lokalnim zajednicama odnosi se na uspostavu mreže educiranih stručnjaka za podršku tugujućim osobama i obiteljima s ciljem pružanja individualnog savjetovanja i grupne podrške. Obzirom na tabuiziranost teme tugovanja i nestabilne izvore financiranja (u prilogu 2. SWOT analiza za osnivanje savjetovališta za podršku tugujućima) mreža educiranih stručnjaka omogućuje pružanje usluga tugujućima u različitim lokalnim zajednicama, a istovremeno doprinosi podizanju svijesti i znanja o potrebama tugujućih osoba i obitelji na nivou Hrvatske. Ovakvim pristupom Udruga povezuje strateški cilj 1. i 2. kako bi najučinkovitije doprinijela razvoju savjetovanja i podrške u tugovanju na širem području RH.

Strateški cilj 2: Podizanje svijesti i znanja o specifičnim izazovima i potencijalima u radu s ranjivim skupinama djece i mladih

Strateški prioriteti:

- Informiranje javnosti i medija o inovativnim i učinkovitim modelima podrške za ranjive skupine
- Sudjelovanje na profesionalnim skupovima

- Stvaranje mreže stručnjaka kroz stručne skupove i ciljne edukacije
- Izgradnja mreže zaštite za djecu, mlade, obitelji u riziku i socijalno osjetljive skupine

Ovaj cilj predstavlja važan doprinos stručnoj i općoj javnosti s prijenosom znanja i stručnih iskustva u razvoju i provedbi inovativnih i učinkovitih modela podrške za ranjive skupine. Udruga će kontinuirano raditi na podizanju svijesti i stručnim znanjima o novim i inovativnim modelima rada s najranjivijim skupinama djece i mladih, kroz stručne skupove, okrugle stolove i druge javne formate. Kroz stručne skupove i ciljane edukacije, planiramo potaknuti stvaranje mreže stručnjaka orijentiranih na povećanje kvalitete usluga, praćenje ishoda i utjecaja te pružanje novih intervencija koje neposredno odgovaraju na potrebe djece, mladih i obitelji u riziku. Udruga LUČ planira aktivno razvijati suradničke odnose između pružatelja usluga, jedinica lokalne samouprave, ustanova socijalne skrbi, udruga i različitih sustava kako bi poticala stvaranje mreže zaštite za djecu, mlade i obitelji u riziku i poboljšanje kvalitete života socijalno osjetljivih skupina.

Strateški cilj 3: Jačanje financijskih i administrativnih kapaciteta udruge kojima će se osigurati održivost programa i usluga

Strateški prioriteti:

- Osiguranje kontinuiranog i kvalitetnog administrativno-financijskog poslovanja u udruzi (zaposlenje kvalificirane osobe)
- Proširenje aktivnog članstva u udruzi

Udruga LUČ radit će na promptnom osiguranju višegodišnjih institucionalnih sredstava za administrativno-financijsko poslovanje udruge. Po osiguranje prvih takvih sredstava, udruga će zaposliti administrativno-financijskog tajnika/icu koji će obavljati sve administrativne i financijske poslove organizacije u skladu s zakonodavnim okvirom koji definira obaveze neprofitnih organizacija. Tajnik/ica će, u suradnji s predsjednicom i stručnim

suradnicama raditi i na regrutaciji i proširenju članstva udruge.

V. Praćenje i evaluacija plana

Udruga Luč mala je organizacija civilnoga društva koja svoj rad temelji na maksimalnoj programskoj učinkovitosti i minimalnom administrativnom opterećenju. Usmjerena na kvalitetu programa koji želi pružati u kontinuitetu, udruga njeguje programsku suradnju sa stručnjakinjama koje su-izvode projekte PUT i Živjeti punim jedrima. Udruga s velikom pažnjom organizira redovite susrete sa suradnicama koji integriraju evaluaciju postignuća. Pored toga, takva je evaluacija postignuća dio svih partnerskih projekata u kojima LUČ sudjeluje i koje smjera raditi kroz naredni period od tri godine. Takvi će evaluacijski procesi biti korišteni jednom godišnje za detaljniju evaluaciju, koja će biti podloga za reviziju Strateškog plana. Pri oblikovanju procesa evaluacije, udruga će voditi računa o indikatorima efikasnosti (organizacije rada), efektivnosti (postignutih rezultata), obuhvata (korisnika, stručnjaka), utjecaja (u medijima i na javnost) i kvalitete (sveobuhvatnost potreba, kreativnosti i inovativnih pristupa).

VI. Prilozi

Prilog 1. Evaluacija projekta PUT

Sažetak projekta i ključnih rezultata njegove vanjske evaluacije

PUT – Psihosocijalna podrška u tugovanju za djecu i obitelj

Što je PUT i zašto je važan?

PUT je prvi ciljani sveobuhvatni program psihosocijalne podrške koji istovremeno osnažuje tri ciljne skupine: djecu i mlade koji su doživjeli gubitak bliske osobe, njihove roditelje i skrbnike koji se uz brojne obveze i sami nose s gubitkom i tugovanjem, kao i stručnjake koji se kroz sustave obrazovanja i socijalne skrbi susreću s ovim problemom, educirajući ih i senzibilizirajući da prepoznaju i adekvatno odgovore na potrebe onih koji su doživjeli prerani gubitak. Do sada su se ove obitelji oslanjale gotovo potpuno na neformalnu potporu rodbine i prijatelja, a znamo iz istraživanja da gubitak bliske osobe u djetinjstvu i adolescenciji nosi značajne rizike, neposredno nakon događaja, ali i kroz cijelo odrastanje te da značajno pogađa preostalog roditelja. Projekt otvara put održivom nacionalnom modelu, koristeći međunarodna i domaća znanja, a stvorio je značajne kapacitete u četiri lokalne zajednice kontinentalne Hrvatske: Karlovcu, Slavanskom Brodu, Sisku i Zagrebu. Prije početka ovog dvogodišnjeg programa podrške na inicijativu Udruge za promicanje zdravog života i poboljšanje kvalitete življenja „Luč“, u suradnji s jednom osnovnom školom, pilotirane su prve grupe podrške tugujućima, te se model dalje nadograđivao na ovim inicijalnim pozitivnim iskustvima i rezultatima.

Struktura i glavne aktivnosti projekta

Projekt PUT provodile su udruge – partneri: **Udruga roditelja Korak po Korak (UR KPK)**, **Udruga za promicanje zdravog života i poboljšanje kvalitete življenja „Luč“** i **Udruženje „Djeca prva“**, u periodu od travnja 2020. do travnja 2022. Financiran je kroz Europski socijalni fond (ESF) i sastojao se od četiri ključne komponente, tj. ostvarivao je četiri specifična cilja:

1. Uključivanje djece i mladih pogođenih gubitkom bliske osobe **u sustavnu grupnu psihosocijalnu podršku u četiri lokalne zajednice**. Dok su djeca pohađala dobi prilagođene **radionice** kao oblik grupne podrške, mladi srednjoškolci sudjelovali su u zasebnom programu „**Vjetar u leđa**“ koji se odvijao na jedrenju, gdje su ostvarili grupnu psihosocijalnu podršku u tugovanju kroz međusobno druženje i učenje novih vještina;
2. Osiguravanje psihosocijalne **podrške roditeljima koji su izgubili bračnog/izvanbračnog partnera kroz grupno savjetovanje u spomenutim zajednicama**;
3. **Educiranje stručnjaka mentalnog zdravlja (djelatnice CZSS-a^[1], Crvenog križa i HZJZ-a^[2]) za vođenje psihosocijalnih grupa podrške** u spomenutim zajednicama, vezano na prethodnu točku;
4. **Senzibiliziranje i informiranje stručnjaka koji rade s djecom u vrtićima, osnovnim i srednjim školama**, o procesu tugovanja kod djece i mladih u spomenutim zajednicama.

Nalazi vanjske evaluacije projekta^[3]

a) Prikaz rezultata – Roditelji i staratelji sudionici projekta koji su izgubili bračnog druga/partnera

Za potrebe evaluacije projekta **dodatnim smo pitanjima nadogradili znanstveno utemeljen instrument procjene reakcija u tugovanju – Upitnik o reakcijama u tugovanju Nancy Hogan^[4]**. Ovim su se instrumentom mjerili pomaci kod roditelja koji su izgubili bračnoga druga/partnera u njihovim reakcijama u tugovanju **na početku i po završetku grupa psihosocijalne podrške projekta** u kojima su sudjelovali oni i njihova djeca. Evo i rezultata:

U 100% segmenata reakcija na tugovanje/gubitak evidentirani su pozitivni pomaci kod tugujućih roditelja, dok su neki vidno značajniji. Smanjenje negativnih reakcija i senzacija je **najznačajnije**, i to za oko 30% ukupnih vrijednosti, u tri sljedeće kategorije:

1. **Smanjenje negativnih tjelesnih reakcija u smislu bolova i smetnji**

2. Smanjenje strahova, anksioznosti i briga

3. Smanjenje osjećaja krivnje i osjećaja potrebe da zamijene sudbinu s preminulom osobom.

b) Prikaz rezultata anketnih upitnika za djecu^[5] u projektu PUT

	Karlovac	Slavonski Brod	Zagreb	Sisak
Kako si se većinom osjećao/la na radionici?	JJ 5,00	J 4,14	JJ 4,50	JJ 4,75
Kako si se većinom osjećao/la poslije radionice?	J 4,37	☹️ 3,28	JJ 4,75	JJ 5,00
Kako su ti se sviđele aktivnosti na radionici?	JJ 5,00	J 4,14	J 4,25	JJ 4,50
Koliko su ti se sviđele vježbe opuštanja na radionici?	JJ 4,87	☹️ 2,71	J 4,00	JJ 5,00
Koliko sigurno si se osjećao govoriti i sudjelovati u grupi?	JJ 4,63	J 3,85	J 3,50	JJ 5,00
Koliko su ti radionice pomogle da se lakše nosiš s gubitkom?	JJ 4,5	☹️ 3,42	J 4,25	JJ 4,50

c) Prikaz rezultata anketnih upitnika za mlade u projektu PUT – sudionici podprojekta „Vjetar u leđa“

Svjedočenje sudionice programa Vjetar u leđa:

Svi su to prošli, zato mi je bilo odlično! Super što su to sve tinejdžeri, niti su „klinci“ niti su opet prevelika razlika u godinama, to je bilo jako važno u Vjetru u leđa.

Bilo je i otvoreno i „zatvoreno“ koliko treba, i Mirjana i Silvija su bile pune podrške, fleksibilne, mogli smo se povući i imati vrijeme za sebe, a mogli smo i pričati i otvoriti se – svega je bilo koliko je trebalo, ako mene pitate.

Jedrenje mi je novost, ali čim sam ono „skužila“ kako to tehnički ide, bilo mi je opuštanje. Stres na početku, dok smo se uveli u jedrenje i dinamiku, a poslije mir i divno opuštanje „pod zvijezdama“.

Nakon programa drago mi je da se čujemo, imate i WhatsApp grupu, lijepo mi je da su prijatelji koji su prošli isto – to što smo isto prošli je ključno.

Preporuka svima da se u taj program uključe!

Još sam bila svježa u tome, tik nakon smrti mame...

Zašto je smrt bližnjih ljudi tabu? – Ne znam zapravo, vjerojatno se ljudi ne osjećaju ugodno išta reći, misle što će drugi oko njih reći, hoće li uopće razumjeti...

No nije moguće sam proći kroz gubitak, jedno vrijeme da, al' dugoročno to treba podijeliti, treba nekome reći da nisi OK, idemo prošetati ili ovo ili ono... ne možeš i ne smiješ to sam!

Brat je dosta zatvoren, drži u sebi, boji se podijeliti, mami je sve govorio, a nje nije bilo, pa je s njim drugačije, no vjerujem da će i on uspjeti – i njemu treba ovakav jedan program.

Ovo treba ponavljati, znam da je s financijama teško, ali divno je i svakome bih preporučila.

d) Što kažu educirani učitelji, nastavnici, ravnatelji i stručni suradnici?

Prosječni rezultati **procjene praktične koristi** stručnoga skupa sudionika – učitelja, stručnih suradnika i ravnatelja iz DV, OŠ i SŠ (od 1 do 5), pri čemu je

5 „izrazito korisno“. Upitnik je popunilo 538 sudionika, kroz ukupno 6 održanih *webinara*.

Na pitanje *S čime su bili osobito zadovoljni sudionici? odgovaraju u više smjerova: jedni* na to pitanje odgovaraju u smislu **praktičnosti, konkretnosti i primjenjivosti** (*Praktično, primjenjivo; Konkretnim primjerima itd.*), drugi u smislu **konkretne pohvale predavačica** (*Predavačima i načinom izlaganja; Dijeljenjem osobnih iskustava predavačica; Zanimljivo i vrlo pristupačno izlaganje itd.*), treći **aktualnošću teme** (tema aktualna, pojasnili su najčešće mitove), dok su četvrti naglašavali jednostavnost i jasnoću prezentacija.

e) Što kažu i koliko su osnaženi izvoditelji aktivnosti?

Slijedi prikaz ocjena budućih voditelja/ica grupa podrške, iz anketnih upitnika nakon njihove edukacije koja ih je za tu ulogu pripremala:

	Modul 1 – prosjek ocjena	Modul 2 – prosjek ocjena	Najčešći odgovori na pitanje
Koliko je kvalitetno edukacija proradila Vaše inicijalne ideje i vjerovanja vezana uz tugovanje zbog smrti bliske osobe? / Doprinijela razumijevanju i razgradnji stereotipa i mitova vezanih uz tugovanje?	4,31	4,53	Taj je dio edukacije bio u velikoj mjeri / iznimno kvalitetno odrađen
Koliko Vam je edukacija pomogla da razumijete ulogu pomagača u procesu tugovanja i građenju odnosa s tugujućim osobama (unutar projekta)?	4,5	4,47	U velikoj je mjeri / u potpunosti je razumijem
Koliko se sada nakon <i>online</i> edukacije osjećate osnaženiji i spremniji za provedbu /sudjelovanje u provedbi promocije programa PUT u zajednici?	Pitanje nije bilo postavljeno nakon Modula 1	4,47	U velikoj se mjeri osjećam spremnija / osjećam se znatno spremnija

Koje su perspektive održivosti projekta, potencijalni partneri i suradnje?

Održivost na nivou lokalnih zajednica – Ideje kako nastaviti projekt:

- **Županijski mobilni centri** (do tri osobe koje bi vodile i koordinirale grupe podrške u tugovanju na tom prostoru) bili bi adekvatna varijanta.
- **Županijski socijalni planovi** – trebaju uključiti ove edukacije, i na njihovoj bazi planirati županijske troškove u tome smislu (prethodno ih valja ažurirati i eksplicitno uvezati s nacionalnim strategijama).
- **Obiteljski centri** također su prirodni saveznici i mjesta u okviru čijih bi se aktivnosti (kroz stavku socijalnih planova ili natječaja nadležnog ministarstva) mogle provoditi ovakve grupe podrške.
- Moguće je da **lokalne grupe, uz pomoć lokalnih OCD-a**, apliciraju na natječaje lokalnih vlasti ili druge donatore za nastavak grupa potpore.
- Valja naglasiti kako tema nošenja s gubitkom na čitavom priobalnom području RH nije adresirana i **postoji potreba za provedbom projekta ili njegovih glavnih aktivnosti u primorskoj Hrvatskoj.**

Održivost na nacionalnom nivou – mogućnosti nastavka grupa potpore za djecu, mlade i roditelje

- Valja i generalno uvriježiti komunikacijske procedure kod svih trauma koje djeca prolaze, a posebno kod gubitka bližnjih, na relaciji sljedećih dionika: **škole županija – CZSS / obiteljski centri – Crveni križ – PUT**. To je ujedno i način da se s teme skine stigma, da se detabuizira, kao i da se iskorači iz patrijarhalnih obrazaca koji je prate.
- Nastavak projekta uz miješanu potporu nadležne županije i Crvenoga križa (CK) koji ima mrežu prostora i vozila u cijeloj RH.
- Financiranje je moguće i od strane Ministarstva nadležnog za pitanja socijalne politike, kao i MZO-a^[6].
- Zadnji vid održivosti bi bio da grupe potpore nastave lokalno, no uz osobu koja će *pro bono* facilitirati.

Održivost na nacionalnom nivou – mogućnosti nastavka *webinara/seminara* za učitelje, stručne službe i ravnatelje škola

Putem AZOO^[7]-a u perspektivi su sljedeći koraci:

- a. Uključivanje sadržaja *webinara/seminara* kojima se stručne službe u školama informiraju i ojačavaju u ovoj temi u Katalog stručnih usavršavanja za 2022., kao i potencijalno u uključivanje u Katalog stručnih usavršavanja u 2023., pod posebnom temom.
- b. Zagovaranje i praćenje putem AZOO-a objave i diseminacije ***Preporuka o postupanju u slučajevima gubitka za učitelje, stručne suradnike i socijalne radnike.***
- c. AZOO može dati preporuku stručnim suradnicima i razrednicima da se tema gubitaka obrađuje na SRZ-u^[8], kako bi se senzibilizirala djeca, vršnjaci, kao i njihovi roditelji na ponašanja djece koja su doživjela gubitak, u cilju detabuizacije ove teme u društvu.

Platforme za širenje informacija o potpori tugovanju mogu biti i **županijski i gradski aktivni** (koji postoje po definiciji), kao i **gradski preventivni programi**.

Edukacije bi trebale biti **obvezni dio stručnog usavršavanja**, te bi se svakako trebale **bodovati**, certificirati i kroz **komorske sustave raznih struka** (pedagozi, psiholozi, socijalni radnici itd.).

Putem **internetskih stranica škola, vrtića, gradova i općina te svakako AZOO-a** valjalo bi sustavno i repetitivno informirati o postojanju spomenutih županijskih mobilnih timova i/ili grupa podrške, kao i o stručnim usavršavanjima i edukacijama na ovu temu.

[1] Centri za socijalnu skrb.

[2] Hrvatski zavod za javno zdravstvo.

[3] Evaluaciju provela vanjska evaluatorica dr. sc. Jagoda Novak.

[4] Hogan, Nancy at al.: Development and validation of the Hogan Grief Reaction Checklist, *Death Studies* 25(1):1-32, January 2001.

[5] *Legenda (gradacija odgovora na pitanja):*

5 = Vrlo ugodno; Potpuno sigurno; Vrlo su mi se svidjele; Puno su mi pomogle

4 = Ugodno; Uglavnom sigurno; Svidjele su mi se; Pomogle su mi

3 = Uglavnom neugodno; Uglavnom nesigurno; U manjoj su mi se mjeri svidjele; Malo su mi pomogle

2 = Neugodno; Niti malo sigurno; Nisu mi se uopće svidjele; Nimalo mi nisu pomogle.

[6] Ministarstvo znanosti i obrazovanja.

[7] Agencija za odgoj i obrazovanje.

[8] Sat razredne zajednice.

Prilog 2. SWOT analiza za strateški cilj osnivanja savjetovališta za podršku tugujućima

SNAGE <ul style="list-style-type: none">• Snažna profesionalna kvalifikacija u pružanju psiho-socijalne podrške osobama i obiteljima s gubitkom• Kompetencije za savjetovanje oko izazova u roditeljstvu• Motivacija i osobno iskustvo gubitka	SLABOSTI <ul style="list-style-type: none">• Nedostatak sredstava za pokretanje savjetovališta za tugujuće, tko bi financirao savjetovalište?!• Potreba za jačim administrativno-financijskim i menadžerskim kompetencijama za vođenje Savjetovališta• Nedovoljna prepoznatost potrebe za sustavnom podrškom tugujućim osobama u društvu
PRILIKE <ul style="list-style-type: none">• Mogućnost uključivanja studenata socijalnog rada i psihologije kroz FF Psihologiju i Studijski centar za socijalni rad• Savjetovalište koje pokriva veći broj tema - gubitak voljenih, posla, životne perspektive, itd.• Značajnije prepoznavanje teme gubitaka zbog veće smrtnosti tijekom Covida 19• Mogućnosti suradnje s postojećim pružateljima podrške kroz različite modele primijenjene u nekim zemljama Europe i u SAD-u• Institucionalna podrška Grada Zagreba	PRIJETNJE <ul style="list-style-type: none">• Tabuiziranost same teme tugovanja od kojih mnogi zaziru• Inflacija i ekonomska nestabilnost u društvu• Manjak izvora financiranja od strane lokalnih i nacionalnih donatora• ESF ima ograničena sredstva za organizacije civilnog društva

