

# Priručnik

**za izradu strategije i programa prevencije ovisnosti**

**kao dijela strategije omladinske politike u lokalnoj zajednici**

Izdavač:

**UG NARKO-NE za prevenciju ovisnosti**

Autori i saradnici:

**Nermana Mehić-Basara**, prim. mr. sci dr.,

direktorica Zavoda za alkoholizam i druge toksikomanije Kantona Sarajevo

**Jasmin Bešić**, koordinator u projektu *Podrška i razvoj omladinskih struktura u BiH*, GTZ

**Edita Čolo**, dipl. psih., projektna asistentica UG NARKO-NE

**Naira Hodžić**, voditeljica Trauma-centra HKO „Kruh sv. Ante“

**Dženana Husremović**, mr. psih. nauka, proMente

**s. Magdalena Schildknecht**, lic. phil., direktorica UG NARKO-NE

**Almina Šatrović**, dipl. scr., stručna saradnica UG NARKO-NE

Dizajn i štampa:

**GraphoNET** Sarajevo

## Sadržaj

1. Uvod
2. Prevencija ovisnosti u Bosni i Hercegovini
  - 2.1. Problem ovisnosti u BiH
  - 2.2. Dosadašnja istraživanja
  - 2.3. Zbog čega mladi u BiH koriste psihoaktivne supstance?
  - 2.4. Šta čine državni organi?
3. Što je potrebno znati o prevenciji ovisnosti?
  - 3.1. Primarna prevencija ovisnosti
    - 3.1.1. Droga
    - 3.1.2. Ličnost
    - 3.1.3. Okolina
  - 3.2. Postavke i razine ciljeva
  - 3.3 Metode prevencije ovisnosti
4. Koraci u provođenju preventivnih programa
  - 4.1. Snimanje stanja u lokalnoj zajednici
  - 4.2. Dizajniranje programa u skladu s načelima i kriterijima primarne prevencije ovisnosti
  - 4.3. Provođenje programa prevencije ovisnosti
    - 4.3.1. Institucije
      - 4.3.1.1. Vrtić
      - 4.3.1.2. Škola
      - 4.3.1.3. Društva i udruženja
      - 4.3.1.4. Ugostiteljski objekti
    - 4.3.2. Ljudski resursi/akteri u prevenciji ovisnosti
      - 4.3.2.1. Roditelji
      - 4.3.2.2. Nastavnici
      - 4.3.2.3. Mladi/„Peerovci Preventivci“
      - 4.3.2.4. Stručnjaci za prevenciju ovisnosti
5. Još nešto o prevenciji ovisnosti
  - 5.1. Spolne specifičnosti
  - 5.2. Primjena zakona
  - 5.3. Rad u kontekstu
6. Strategija za primarnu prevenciju ovisnosti
  - 6.1. Zašto je značajno strateški planirati aktivnosti primarne prevencije?
  - 6.2. Prijedlog ciljeva buduće strategije za primarnu prevenciju ovisnosti
    - 6.2.1. Generalni cilj strategije za prevenciju ovisnosti
    - 6.2.2. Specifični ciljevi strategije prevencije na lokalnom nivou
    - 6.2.3. Primjeri aktivnosti koje bi se mogle realizirati u okviru strategije prevencije ovisnosti u lokalnoj zajednici
7. Završna riječ, prim. mr. sci dr. Nermana Mehić-Basara

## **Prilozi**

- I. Primjeri dobre prakse koji su realizirani ili planirani za realiziranje u lokalnim zajednicama u BiH
- II. Primjeri aktivnosti koje bi mogle biti realizirane u okviru strategije za primarnu prevenciju ovisnosti u lokalnoj zajednici
- III. Primjeri dobre prakse iz regije (Opština Arilje, Republika Srbija)
- IV. Savjeti
- V. Kontakti/Od koga možete tražiti pomoć?
- VI. Literatura

## 1. Uvod

Priručnik za izradu strateškog plana prevencije ovisnosti u lokalnoj zajednici nastao je kao odgovor na postojeće stanje u oblasti primarne prevencije ovisnosti u BiH.

UG NARKO NE, kroz projekte „Razvoj preventivne strategije u šest općina u BiH - Doboj, Mostar, Sokolac, Tešanj, Zenica i Žepče“, (2006.-2007. godine), te *follow up* projekta „Razvoj preventivnog programa u školi i lokalnoj zajednici“ (2007.-2008. godine), kao i kroz rad s mladima i lokalnim akterima, uvidjelo je potrebu za pisanjem ovog priručnika koji treba doprinijeti stručnom utemeljenju preventivnih aktivnosti i programa koji se provode u BiH.

Želja nam je da priručnik pruži osnovna znanja o prevenciji ovisnosti, ali i da bude koristan alat za sve one koji žele razviti i utemeljiti nove, inovativne i prilagođene programe prevencije ovisnosti u lokalnim zajednicama.

Stoga, priručnik sadrži sve što je prema mišljenju stručnjaka i praktičara potrebno za uspješno djelovanje u oblasti primarne prevencije ovisnosti i unapređenja zdravlja u lokalnoj zajednici. On daje kratak pregled stanja, potreba i dosadašnjih aktivnosti u oblasti primarne prevencije ovisnosti u BiH, stručne savjete za dobar preventivni program, kao i primjere dobre prakse u BiH i šire. U priručniku se također objašnjava pojam strategije, značaj strategije prevencije ovisnosti i zašto je potrebno da ona bude dijelom strategije za mlade.

Suvremena prevencija ovisnosti je zadatak cijele zajednice sa svim nivoima i u svim društvenim segmentima, a sigurni rezultati se dobiju samo u uslovima međusektorske i multidisciplinarnе saradnje. Zato je priručnik namijenjen osobama koje su uključene u planiranje, razvoj i provođenje preventivnih programa, tj. predstavnicima lokalne vlasti, mladim aktivistima, nastavnicima, direktorima škola, ljekarima, policajcima, psiholozima, pedagogima, socijalnim radnicima, novinarima i svim ostalim koji se u sklopu svojih aktivnosti bave prevencijom ovisnosti.

Vjerujemo da će ovaj priručnik koristiti vladinim i nevladinim organizacijama i institucijama u lokalnim zajednicama (školama, policiji, centrima za socijalni rad, centrima za mentalno zdravlje, medijima, organizacijama, udruženjima i sl.) da razviju dobar program prevencije ovisnosti i tako pridonesu smanjenju upotrebe i zloupotrebe psihoaktivnih supstanci, a time i bolesti ovisnosti kod mladih.

## 2. Prevencija ovisnosti u Bosni i Hercegovini

### 2.1. Problem ovisnosti u BiH

Zloupotreba psihoaktivnih supstanci u BiH predstavlja društveni problem i problem javnog zdravstva. Bosna i Hercegovina kao država u tranziciji suočava se s dramatičnim socijalnim promjenama, koje su u izravnoj vezi s upotrebom psihoaktivnih supstanci i porastom problema koji su vezani za to (prema: *United Nations Office on Drugs and Crime*, 2002. godina) Ipak, teško je govoriti o porastu ovisničkog ponašanja u BiH jer **ne** postoje sveobuhvatne studije o ovom problemu. Podaci koji se mogu pronaći uglavnom su dio evaluacija projekata i/ili manjih istraživanja različitih zdravstvenih, socijalnih institucija i organizacija koje se izravno ili posredno bave prevencijom ovisnosti. Iako se može raspravljati o pouzdanosti ovih podataka, ipak ćemo pomoću njih pokušati prikazati stanje na području BiH.

### 2.2. Dosadašnja istraživanja

Rezultati dosadašnjih studija pokazuju da je adolescentska populacija najugroženija i da je interes adolescenata za psihoaktivne supstance sve veći, a dobna granica zainteresiranosti za upotrebom sve niža.

Prema podacima državne Agencije za statistiku za period 2001.-2006. godine vidljiv je porast maloljetnih ovisnika koji su korisnici centara za socijalni rad. U Tabeli 1 vidimo da je 2001. godine supstance ovisnosti zloupotrebljavalo 286 maloljetnika, a 2006. godine broj je značajno porastao na 448 maloljetnika. Također možemo primijetiti veći rizik od nastanka ovisnosti kod muškaraca nego kod žena. (Tematski bilten - Socijalna zaštita, Agencija za statistiku Bosne i Hercegovine, 2007. godina).

**Tabela 1:** Maloljetni korisnici socijalne zaštite u BiH prema kategorijama i spolu

Kategorija korisnika	2001.	2002.	2003.	2004.	2005.	2006.
<b>Alkoholičari</b>						
<b>svoga</b>	<b>249</b>	<b>301</b>	<b>375</b>	<b>374</b>	<b>372</b>	<b>505</b>
muški	198	226	294	297	280	424
ženski	51	75	81	77	92	81
<b>Ovisnici</b>						
<b>svoga</b>	<b>286</b>	<b>300</b>	<b>356</b>	<b>390</b>	<b>376</b>	<b>448</b>
muški	197	217	281	314	273	315
ženski	89	83	75	76	103	133

Izvor: *Socijalna zaštita – Tematski bilten, Agencija za statistiku Bosne i Hercegovine (2007)*

Anketa, provedena 2001. godine u Tuzlanskom kantonu u okviru projekta „*Reci drogi Ne!*“, koja je obuhvatila 7500 djece i mladih u osnovnim i srednjim školama, pokazala je da je 12% učenika probalo neku psihoaktivnu supstancu (marihuana, kokain, ljepilo, LSD), 18 % puši cigarete, a 17,9% povremeno pije alkoholna pića kao što su pivo, vino, votka i slično (*Cerić, Mehić-Basara, Oruč, Salihović; 2007. godina*).

Studija provedena u Kantonu Sarajevo, u kojoj su učestvovali učenici trećih i četvrtih razreda srednje škole (N=380), pokazuje da je 65% ispitanika pušilo cigarete, 80,8% ispitanika pilo alkohol. Kanabis je probalo 24,3%, od čega 5,3% ispitanika svakodnevno upotrebljava kanabis. Druge nezgodne droge probalo je 9,2% ispitanika i to najčešće *extasy*, *speed* i inhalanse (ljepilo). Najveći broj ispitanika uključenih u istraživanje počeo je pušiti u dobi od 15 i 16 godina (31,3%), prvi put su probali alkohol u dobi od 15 do 17 godina (47,6%). Donja dobna granica upotrebe kanabisa je 12 godina, dok je 13,2% ispitanika prvi put probalo kanabis u dobi od 15 i 16 godina (prema: *Cerić, Mehić-Basara, Oruč, Salihović; 2007. godina*).

### 2.3. Zbog čega mladi u BiH koriste psihoaktivne supstance?

Odgovor na pitanje zbog čega mladi u BiH koriste psihoaktivne supstance vrlo je složen i uključuje niz faktora kao što su socijalna sredina, osobine ličnosti pojedinca, razni životni i razvojni stresovi kao što su problemi u porodici, u školi, s vršnjacima, zatim dostupnost psihoaktivnih supstanci, nepostojanje zakonske legislative, socijalna nesigurnost i besperspektivnost i dr.

Nedostatak adekvatnih kulturnih i sportskih mjesta samo je jedan od razloga zbog kojeg mladi u BiH nemaju alternativu za kvalitetno provođenje slobodnog vremena.

Prema izvještaju UN-a iz 2003. godine pod nazivom „Mladi u BiH,“ mladi najviše slobodnog vremena provode kod kuće ili s porodicom (72%), a veliki broj njih, i to u 76% slučajeva, to vrijeme provodi gledajući televiziju i/ili slušajući radio.

Dok 41,72% mladih smatra da se u njihovoj zajednici nešto čini na poboljšaju položaja mladih, 45,86% smatra da mladi ne mogu utjecati na politiku u BiH.

Radom policije i sudstva nije zadovoljno 55,52% mladih, a 60,69% radom općinskih organa uprave (*Rezultati sondažnog istraživanja organizacije „Sunce“*)<sup>1</sup>

### 2.4. Šta čine državni organi?

Državni organi BiH dosad nisu mnogo učinili u oblasti primarne prevencije ovisnosti, što najbolje ilustruje podatak da još ne postoji državna strategija za prevenciju ovisnosti. Jedini pozitivan primjer djelovanja lokalne zajednice je Kanton Sarajevo u kojem se još od 1999. godine u kontinuitetu sprovodi Program prevencije narkomanije, alkoholizma i drugih ovisnosti, a iz ovih aktivnosti je proizašla i dobra saradnja sa nevladinim sektorom.

Ohrabruju podaci do kojih je došao UG NARKO-NE u svom istraživanju provedenom u sklopu projekta „Razvoj prevencije ovisnosti u šest općina u BiH“: lokalne zajednice svjesne su potreba mladih i volje za organiziranjem kreativnih aktivnosti i pružanjem adekvatnih alternativa za zdrav život mladih. Međutim, motiviranost i želja lokalnih aktera, samopo sebi, nisu dovoljne. Prema istom istraživanju pokazalo se da lokalne vlasti, pored ograničenih materijalnih sredstava kojim raspolažu, ne posjeduju dovoljno stručnih znanja i kapacitete za razvoj dobrog preventivnog programa. Upravo je to jedan od razloga izdavanja ovog priručnika.

---

<sup>1</sup> Omladinski centar "Svjetionik" je tokom decembra 2002. godine u saradnji s partnerskim omladinskim centrima BiH, izvršio sondažno ispitivanje mladih od 18 do 29 godina u sedam gradova BiH, od čega tri u Republici Srpskoj (Banja Luka, Prijedor, Novi Grad) i četiri u Federaciji BiH (Sarajevo, Banovići, Sanski Most i Gornji Vakuf) s ciljem stjecanja uvida u položaj, probleme i stavove mladih. Ispitano je 290 mladih.

### 3. Šta je potrebno znati o prevenciji ovisnosti

Izvor: DSA Silvia Franke, Dr. Ewald Hoeld, Beč,. Materijal sa seminara o prevenciji ovisnosti, 6.-8. maj 2003. godine, Sarajevo, Skripta za interne potrebe „Prevencija ovisnosti je aktivni proces koji je usmjeren na promoviranje konstruktivnih životnih stilova (ponašanja) i normi koje smanjuju mogućnost zloupotrebe droga, a istovremeno uključuje razvoj socijalnog i fizičkog okruženja koji olakšavaju usvajanje zdravih životnih stilova“ (Cerić, Mehić-Basara, Oruč, Salihović, 2007. godina), tj. podrazumijeva sve mjere koje služe sprječavanju, zaštiti i ranom prepoznavanju ovisničkih oboljenja.

Prevenciju ovisnosti možemo posmatrati na tri nivoa: primarnom, sekundarnom i tercijarnom nivou.

**Primarna prevencija ovisnosti**, bazirana na salutogenezi<sup>2</sup>, podrazumijeva sve aktivnosti koje podržavaju zdrav i normalan razvoj djece i mladih, tj. aktivnosti koje preveniraju nastanak problema.

Cilj primarne prevencije ovisnosti jeste **unaprjeđenje zdravog načina života**, tj. izgradnja i jačanje zaštitnih, a smanjenje rizičnih faktora zdravog razvoja.

**Sekundarna prevencija** fokusira se na rano otkrivanje i rješavanje postojećih problema u ranim fazama zloupotrebe droga, na ublažavanje štetnih posljedica zloupotrebe i ovisnosti, kao i na sprječavanje svih vrsta kriminala, a uključuje i liječenje za stanja u kojima su simptomi bolesti već vidljivi.

**Tercijarna prevencija** fokusirana je na liječenje sa ciljem uspostavljanja dugoročne apstinencije kao i smanjenje negativnih posljedica ovisnosti, rehabilitaciju i resocijalizaciju ovisnika.

Cilj tercijarne prevencije ovisnosti jeste tretiranje bolesti ovisnosti i smanjenje šteta koje su nastale kao posljedica konzumiranja sredstava ovisnosti.

---

<sup>2</sup> „Salutogeneza“ je pojam iz humanistički znanosti i ukazuje na preorijentaciju od pitanja zašto ljudi postaju bolesni i ovisni (patogeneza), na pitanje kako ljudi mogu ostati zdravi i rezistentni na ovisnost.

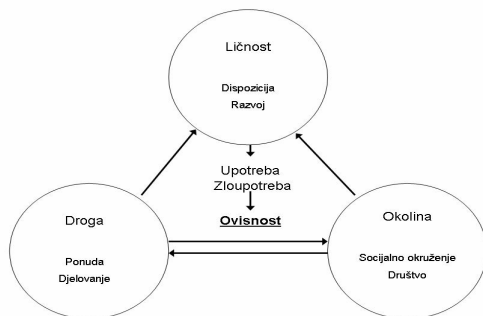
**Tabela 2:** Nivoi primarne prevencije ovisnosti

	<b>Fokus na ...</b>	<b>Pristup</b>	<b>Stručnjaci</b>
<b>Primarna prevencija</b> za zdrave	... uzroke	Socijalno pedagoški pristup - mjere koje potiču zdrave strukture i pomažu da se riješe krizne situacije i sukobi	Pedagozi, psiholozi Nastavnici Roditelji Omladinski radnici Građani raznih profesija koje svakodnevno srećemo u životu (konobari, službenici, prodavači)
<b>Sekundarna prevencija</b> za osobe u krizama	... probleme koji nastaju	Rano otkrivanje - mjere u svrhu krizne intervencije i savladavanja zdravstvenih i socijalnih probleme u vezi konzumiranja droga, te liječenje početnih simptoma bolesti	Doktori Socijalni radnici Psiholozi Defektolozi Okupacioni terapeuti Policijski i sudski službenici
<b>Tercijarna prevencija</b> za ovisnike, bivše ovisnike itd.	... potrebe osoba pogođenih problemom droge	Programi liječenja za ovisnike i programi rehabilitacije i resocijalizacije (terapijska zajednica-komuna)	Psihijatri Socijalni radnici Psihoterapeuti Policijski i sudski službenici Bivši ovisnici

Rezultati istraživanja koje je provelo UG NARKO-NE u sklopu projekta „Razvoj strategije za prevenciju ovisnosti u lokalnoj zajednici 2006/2007. godine “ pokazali su da su aktivnosti primarne prevencije ovisnosti koji su se provodili u lokalnim zajednicama često imali ciljeve i koristili metode karakteristične za sekundarnu i tercijarnu prevenciju ovisnosti. S druge strane, profesionalci u vladinim i nevladinim institucijama koristili su neujednačene stručne termine vezane za ovisnost i prevenciju ovisnosti. Sve ovo je impliciralo potrebu da se u ovom priručniku isključivo usredotočimo samo na primarnu prevenciju ovisnosti, njene pojmove, koncepte, strukture i modele.

### 3.1. Primarna prevencija ovisnosti

Prema savremenom stručnom stavu do zloupotrebe i ovisnosti ne dolazi samo zbog kontakta sa sredstvima ovisnosti. Ona se posmatraju više kao složeni fenomeni s višestrukim uzrocima. Pored ponude i dostupnosti sredstava ovisnosti važnu ulogu igraju, prije svega, faktori okoline i ličnosti.



**Slika 1:** Faktori razvoja ovisnosti (1999. godina, Gerald Koller Bozen)

Kada govorimo o ovom modelu, moramo istaknuti da svaka od njegovih komponenti može pridonijeti razvoju ovisničkog ponašanja, ali isto tako i sprječavanju njegovog nastanka. Razlog tome je da svaka od komponenti u sebi sadrži tzv. zaštitne i rizične faktore. Zaštitni faktori su oni koji preveniraju nastanak ovisnosti, dok su rizični faktori oni koji mogu utjecati da osoba počne zloupotrebjavati sredstava ovisnosti. Obje vrste faktora mogu biti karakteristični i za ličnost i za okolinu.

### 3.1.1. Droga

Hoće li osoba razviti ovisničko ponašanje, ovisi prije svega o ponudi i načinu djelovanja psihoaktivnih supstanci. Što su supstance dostupnije i što je njihovo djelovanje na osobu intenzivnije, veća je vjerovatnoća da će osoba postati ovisna. Ipak, sama dostupnost i način djelovanja psihoaktivnih supstanci neće razviti ovisnost. Važnu ulogu igraju i faktori ličnosti i okoline.

### 3.1.2. Ličnost

Već u djetinjstvu i u svakodnevnim životnim situacijama formiraju se stavovi i načini ponašanja koji se u kasnijoj mladosti ili u odraslom dobu mogu učvrstiti kao ovisničko ponašanje.

Rizični faktori za nastanak ovisnosti koji su dio ličnosti pojedinca jesu:

**Tabela 3:** Rizični faktori za nastanak ovisnosti koji su dio ličnosti

### Rizični faktori

<b>Spol</b>	Općenito, supstance više zloupotrebljavaju muškarci nego žene. Djevojčice više koriste legalne supstance kao što su alkohol, lijekovi i druge supstance koje su društveno prihvaćene.
<b>Dob</b>	Mladi ljudi su u stalnom traganju za pronalaskom svog identiteta i odgovora na pitanja: „Ko sam ja?“, „Šta želim biti?“ Pronađi odgovore na ova pitanja nikada nije lako, za to je potrebno vrijeme. Često u ovom periodu mogu sumnjati u sebe ili svoje sposobnosti da postignu ono što žele.
<b>Osobine ličnosti</b>	Previše razvijene lične osobine kao što su visoka razina samouvjerenosti, samopoštovanja, osjećaja snage i nepobjedivosti i sl., kao i premalo razvijene lične vještine kao što su nesposobnost donošenja odluka, izražavanja osjećanja, asertivnosti prema sebi i rješavanja problema.
<b>Psihološka oboljenja</b>	Obje karakteristike ličnosti povećavaju rizik od zloupotrebe supstanci. Ako osoba ima psiholoških problema (smanjene intelektualne sposobnosti, razvijene psihičke poremećaje i sl.), veća je vjerovatnoća da će zloupotrebljavati supstance.

Za razliku od rizičnih faktora, samo je jedan faktor, moglo bi se i reći profil ličnosti, koji štiti pojedinca od razvoja ovisničkog ponašanja.

### Zaštitni faktor

Dobro razvijene lične vještine kao što su asertivnost, sposobnost pružanja podrške i empatije, razvijena sposobnost nenasilne komuniciranja, sposobnost analiziranja novonastale situacije, vještine rješavanja teških problemskih situacija (pregovaranje i pronalaženje kompromisa), sposobnost da se odmori, uživa i sl.

Zbog toga je danas, na osnovi širokog stručnog konserzusa, unaprjeđivanje životne kompetencije postalo noseći stup prevencije ovisnosti. Kada osoba kroz svoj rast i razvoj nauči konstruktivno rješavati svoje svakodnevne sukobe i nositi se s opterećenjima, preuzeti odgovornost, izgraditi osjećaj samopouzdanja, opusti se i uživati, onda se smanjuje mogućnost posezanja za sredstvima ovisnosti kao strategiji prevazilaženja životnih problema.

### 3.1.3. Okolina

Faktori okoline jesu svi oni koji imaju veze sa socijalnom, porodičnom i fizičkom sredinom u kojoj osoba živi. U interakciji s osobinama ličnosti, okolina može negativno djelovati i poticati ovisnost.

**Tabela 4:** Prema istraživanjima United Nations Office for Drug Control and Crime Prevention (*UN-ODCCP, 2002.* godina) rizični faktori okoline su sljedeći:

<b>Rizični faktori</b>	
<b>Porodica</b>	Neadekvatno „dozirana“ podrška i kontrola od roditelja Osoba nema porodicu ili je nedostatna (smrt ili razvod roditelja) Jedan ili više članovi porodice koriste psihoaktive supstance.
<b>Zlostavljanje Prijatelji</b>	Osoba je žrtva mentalnog, psihičkog ili tjelesnog zlostavljanja. Osoba se druži s onima koji koriste psihoaktivne supstance.
<b>Socijalne norme, vrijednosti i socijalni status</b>	Okruženje u kome osoba živi ima takve religijske ili kulturne vrijednosti koje podržavaju zloupotrebu supstanci. Mediji kroz reklame promoviraju upotrebu supstanci . Osoba je beskućnik i živi s porodicom ili bez nje na ulici.
<b>Karakteristike uvjeta života</b>	Osobi nisu osigurani uvjeti i mogućnosti za obrazovanje. Osoba se ne može zaposliti, a i nema nadu da bi se mogla zaposliti. Slaba zdravstvena zaštita Osoba ima dosta slobodnog vremena u kojem nema konstruktivnih i izazovnih aktivnosti u kojima može učestvovati.
<b>Zakonski propisi i legislativa</b>	Velika dostupnost psihoaktivnih supstanci. Zakoni i regulative koji bi trebali djelovati na smanjenje ovisnosti ili da je preveniraju ne djeluju.

S druge strane podražavajuće okruženje može štiti osobu od razvijanja ovisničkog ponašanja i prevenirati nastanak ovisnosti:

**Tabela 5:** Prema istraživanjima United Nations Office for Drug Control and Crime Prevention (*UN-ODCCP, 2002.* godina) zaštitni faktori okoline su sljedeći:

<b>Zaštitni faktori</b>	
<b>Dobri međuljudski odnosi</b>	Razvijeni kvalitetni međuljudski odnosi s roditeljima, vršnjacima, starijim osobama. Karakteristike takvih međuljudskih odnosa jesu da potiču razumijevanje, prijateljski duh, toplotu, podržavajući su i sl. Naprimjer, osoba ima prijatelja koji će joj pomoći u teškim situacijama, koji ima dobre vještine komunikacije, slušanja, savjetovanja sl.
<b>Opći uvjeti života u zajednici</b>	Uvjeti koji adekvatno mogu zadovoljiti fizičke i emocionalne potrebe osobe. Naprimjer, pohađanje škole, prilagođen pristup zdravstvenoj zaštiti, osigurana infrastruktura, mogućnost zaposlenja i sl.
<b>Socijalne i kulturne norme</b>	Kulturne norme koje obeshrabuju korištenje psihoaktivnih supstanci. Naprimjer, Gujarat u Indiji imaju dugu tradiciju suzdržavanja od psihoaktivnih supstanci. Tako je kod njih zabranjeno konzumiranje alkohola i zajednica zbog toga ne tolerira intoksikaciju. Zloupotreba droga u ovoj zemlji je stoga daleko manja nego u drugim dijelovima svijeta.
<b>Zakoni</b>	Postojeći zakoni podržavaju programe prevencije ovisnosti i provode se.

Uređenje životnog okruženja djece i mladih koje unaprjeđuje njihovo zdravlje u najbitnijim oblastima života (naprimjer, stan i okruženje, škola, slobodno vrijeme), kao i preventivno djelovanje i ponašanje roditelja, odgajatelja, nastavnika, glavnih ili volonterskih skrbnika trebalo bi pridonijeti smanjenju broja ovisnika u lokalnoj zajednici.

S ciljem smanjenja utjecaja rizičnih faktora kao uzroka nastanka ovisnosti i jačanja zaštitnih,

**aktivnosti** primarne prevencije ovisnosti usmjerene su prema zdravim ljudima.

**Mjere** primarne prevencije ovisnosti usmjerene su na životnu sredinu mladih, tj. na porodicu, školu, vršnjake, strukture u kojima provedu slobodno vrijeme (omladinski centri, vjerske zajednice, sportske i kulturne organizacije, mediji, reklame, organizacije zabave i odmora) zdravstvene, socijalne, ekonomske i političke institucije u lokalnoj zajednici. Naglasak se stavlja na ulogu svih bitnih faktora iz okruženja mlade osobe na njen odgoj. U provođenje primarne prevencije ovisnosti uključene su sve strukture društva kroz **pedagoško-socijalni pristup**. Ova teorija ukazuje na potrebu da djelotvorna prevencija ovisnosti treba biti dugoročna i sveobuhvatna.

### 3.2. Postavke i razine ciljeva

Koncept prevencije ovisnosti izrađen na Univerzitetu Zürich (1991. godina) temelji se na pretpostavci da preventivne aktivnosti trebaju biti usmjerene dvojako - ka ličnosti pojedinca i strukturi u okruženju. Ovakav koncept može služiti za prepoznavanje i pronalaženje potrebnih preventivnih mjera u lokalnoj zajednici.

Unaprjeđenje zdravlja orijentirano na **ličnost** i prevencija ovisnosti usmjerena na pojedinca pridonosi sticanju individualnog znanja, iskustva, vještine i resursa koji sprečavaju nastanak ovisničkog ponašanja, kroz jačanje ličnosti i njene autonomije. Ove postavke se ostvaruju u ličnom odnosu, u većim grupama ili preko medija.

**Strukturalno** orijentirano unaprjeđenje zdravlja i prevencija ovisnosti smanjuju uvjete za nastanak ovisničkog ponašanja u okolini, a odnose se na zakone, životne, radne i ekološke uvjete. Utječu na socijalne i društvene strukture s ciljem povećanja pozitivnih faktora i smanjenja negativnih.

**Tabela 6:** Polazne tačke i razine ciljeva primarne prevencije ovisnosti

Polazna tačka	Orijentirano na osobe	Orijentirano na strukturu
<b>Opća prevencija</b> Opće unaprjeđenje zdravlja	Jačanje osjećaja vlastite vrijednosti Unaprjeđenje komunikacijskih sposobnosti Podržavanje djelovanja mladih (npr. autonomija, „ja“-jačina, solidarnost, spremnost za pomoć, sposobnost uživanja)	Poboljšanje općih životnih uvjeta (poboljšanje kvaliteta života, npr. na područjima zraka, buke, socijalne klime) Uspostavljanje omladinske politike i strukture za rad s mladima Osmišljavanje programa za kvalitetno provođenje slobodnog vremena mladih
<b>Specifična prevencija</b> Prevenција ovisničkog ponašanja	Podizanje posebnih kompetencija za djelovanje (odolijevanje grupnom pritisku, sposobnost djelovanja u konfliktnim situacijama, percepcija rizika)	Smanjenje struktura koje djeluju povoljno na nastanak ovisnosti (u školama, preduzećima, itd.) Izgradnja kvalitetnijeg života na zapostavljenim ruralnim i urbanim područjima
<b>Prevenција specifičnih sredstava</b> Prevenција zloupotrebe sredstava ovisnosti	Povećanje znanja o sredstvima ovisnosti Refleksija o ličnim navikama konzumiranja Razvijanje alternativa za konzumiranje sredstava ovisnosti	Zakonodavstvo (zakon koji tretira ovisnosti, saobraćajna pravila, pravila o ugostiteljskoj djelatnosti, zakon o mladima) Kritička refleksija rada medija i sl.

### 3.3. Metode prevencije ovisnosti

Na Zapadu je, 30 godina unazad, došlo do promjene paradigme u načinu sprječavanja ovisnosti. Od samog pružanja informacija o sredstvima ovisnosti, ovisničkom ponašanju i posljedicama ovisnosti, preko zastrašivanja od odgovornih osoba u obrazovanju i u lokalnoj zajednici, do izgradnje posebne stručne discipline koja se bavi uzrocima zdravog razvoja odnosno jačanjem zaštitnih i smanjenjem rizičnih faktora ličnosti i životne sredine mladih.

Danas je za unaprjeđenje zdravlja i prevenciju ovisnosti razvijen skup metoda, modela i koncepata koji mogu proširivati i jačati resurse pojedinca i njegovog socijalnog okruženja. Te metode u ovisnosti o utjecaju na ciljnu populaciju, strategiji koju koriste i načinu djelovanja mogu se svrstati u tri skupa:

**Prvi** skup čine metode kojima je cilj informirati i senzibilizirati ciljnu skupinu preko raznih predavanja, medijskih kampanja, publikacija i slično. Ovakve metode je lahko provesti i korisne su kad želimo utjecati na širu populaciju. Ipak, nedostatak ovakvih metoda jeste da ostaju na nivou informiranja i ne mogu utjecati na promjenu ponašanja, odnosno njihov stepen pristupačnosti vrlo je nizak.

**Drugi** skup metoda namijenjen je za aktiviranje osoba koje su senzibilizirane za temu prevencije ovisnosti. Imaju cilj da utječu na spoznaju i iskustva ljudi o prevenciji ovisnosti tako što utječu na produblivanje preventivnih sadržaja, procesa i obrazaca ponašanja. Spadaju u srednje pristupačne metode.

**Treći skup** metoda usmjeren je na ciljnu populaciju kojoj je namijenjen. Kroz aktivnosti kako što su treninzi za stjecanje kompetencija, te obuka *peer*-lidera i multiplikatora mogu se promijeniti percepcije, mišljenja, stavovi i djelovanje grupe kojoj su namijenjeni. Njihova prednost je u tome što preko socijalnog utjecaja grupa „preventivaca“ može bolje pristupiti svojim vršnjacima i tako izgraditi i unaprijediti stabilnu mrežu mladih na lokalnom nivou. Spadaju u grupu teško pristupačnih metoda.

## Slika 2. Metode primarne prevencije ovisnosti



Izvor: Zapisnik sa seminara „Peer group education u školi“, Vitez 12-14.04.2002. godine, Gerald Koller

<sup>3</sup> Riječ „peer“ (jednak, jednakog položaja, dorastao) potiče od latinske riječi „par“ (jednak) i može se naći i u engleskom i francuskom jeziku kao „per“. Naziv „peers“ prvi put je upotrijebljen kod pripadnika engleskog plemstva koji su pripadali istom rangu.

*Peer*-grupa je grupa mladih osoba, približno iste starosne dobi, koje u najširem pogledu zastupaju iste stavove i koje najčešće potječu iz istog društvenog sloja. Budući da su članovi jedne *peer*-grupe suočeni sa sličnim poteškoćama, a da s druge strane grade prostor za različite modele rješenja, mogu sebi međusobno biti podrška u razvojnim procesima.

*Peer*-grupe imaju važnu funkciju postizanja ravnoteže u preventivnom pogledu. Ovu činjenicu koristi *peer group*-edukacija, koja preko članova *peer*-grupe želi prenijeti poruke vezano za promociju kvalitete zdravlja. Navedena polazna tačka je u nekoliko posljednjih desetljeća dobila na značenju u različitim područjima preventivnog rada.

## 4. Koraci u provođenju preventivnih programa

### 4.1. Snimanje stanja u lokalnoj zajednici

„Najefikasniji programi prevencije ovisnosti zasnovani su na različitim empirijskim studijama o zaštitnim i rizičnim faktorima i faktorima otpornosti za zloupotrebu psihoaktivnih supstanci“ (Cerić, Mehić-Basara, Oruč, Salihović, 2007. godina). Stoga je neophodno prije osmišljavanja i provođenja programa za prevenciju ovisnosti planirati i izdvojiti sredstva za istraživanje koje će pokazati pravo stanje u lokalnoj zajednici.

**Tabela 7 :** Snimanje stanja u lokalnoj zajednici treba odgovoriti na neka od pitanja kao što su (prema ODCCP, 2002. godina)

#### Pitanja

Koja se sredstva ovisnosti najčešće zloupotrebljavaju u vašoj lokalnoj zajednici? (Supstance koje su lahko dostupne u vašoj zajednici su ujedno one koje se najčešće koriste. Preventivni program će biti učinkovitiji ako djeluje u cilju smanjenja upotrebe najčešće korištenih supstanci.)

Ko šta koristi?

(Utvrditi koje vrste supstanci koriste određene grupe mladih.)

Gdje se koristi koja supstanca i kako?

(Zloupotreba supstanci može biti povezana sa specifičnim aktivnostima)

Koliko mladi znaju o posljedicama korištenja supstanci?

(Utvrditi nivo znanja o posljedicama korištenja supstanci.)

#### Metode

Grupne radionice

Intervjui s mladima

Prikupljanje podataka iz različitih institucija kao što su centri za socijalni rad, policija, centri za mentalno zdravlje i sl.

Grupne radionice (posebno diskusija, igra uloga i izvođenje)

Intervju

Opservacija, grupne radionice (posebno mapiranje, diskusija i igra uloga), intervjui s mladima, odraslim i policajcima o provođenju zakona

Radionice s mladima (posebno diskusija, pisane metode, vizualne metode kao što su kategorizacija, sortiranje)

Supstance koje su lako dostupne mladima ujedno su i one koje se najčešće koriste i stoga će program prevencije biti učinkovitiji ako djeluje u cilju smanjenja upotrebe najčešće korištenih supstanci. Važno je znati koje grupe mladih koriste koje supstance. Tako, naprimjer, ovisno o socijalnom statusu, veća je vjerojatnoća da će siromašniji koristiti psihoaktivne supstance koje koštaju manje - kao što su inhalanti, marihuana i sl., dok će imućniji mladi koristiti skuplje supstance kao što su kokain, *extasy*, *speed*... Na osnovi toga kome je program namijenjen fokus se stavlja na supstance koje koristi specifična grupa mladih.

Bitno je znati kada i gdje mladi konzumiraju supstance ovisnosti, postoji li neko uobičajeno mjesto na kojem zloupotrebljavaju psihoaktivne supstance, je li zloupotreba povezana s nekim specifičnim aktivnostima kao što su, naprimjer, sportska takmičenja, koncerti i sl. Odgovori na ova pitanja pomažu da lakše i bolje pridemo ciljnoj grupi s kojom želimo provoditi preventivni program, kako bi se sagledala mogućnost gdje se i kako može preventivno djelovati u prirodnom okruženju mladih.

Informacija o znanjima mladih o posljedicama konzumiranja psihoaktivnih supstanci vrlo je bitna podloga za osmišljavanje edukativnih programa koji trebaju biti prilagođeni dobnoj, spolnoj i drugim karakteristikama grupe mladih.

Na osnovi rezultata istraživanja i karakteristika lokalne zajednice osmisliće se program prevencije ovisnosti, odrediti ciljna populacija kojoj će biti namijenjen program kao i metode prevencije koje će biti primijenjene.

## **4.2. Dizajniranje programa i projekata prevencije ovisnosti u skladu s kriterijima i načelima primarne prevencije ovisnosti**

Uspješan preventivni programa treba poštivati protokol o preventivnoj praksi. Ta se praksa treba zasnivati na stručno utemeljenim kriterijima i načelima primarne prevencije ovisnosti. Važno je da su zasnovani na osnovi naučnih istraživanja i praktičnog iskustva.

### **4.2.1 Sveobuhvatna načela preventivnih programa**

**Američki nacionalni institut za zloupotrebu droga NIDA** ([www.nida.com](http://www.nida.com)) na osnovi dugoročne studije o zloupotrebi sredstava ovisnosti sačinio je spisak načela koja poštuju dobri programi prevencije ovisnosti. To su:

- 1. načelo** - Preventivni programi trebaju jačati ličnosti i osjećaj vlastite vrijednosti kroz razvoj komunikacijskih i socijalnih vještina.
- 2. načelo** - Preventivni programi trebaju se odnositi na prirodu problema ovisnosti u zajednici, ciljano na smanjenje rizičnih i jačanje zaštitnih faktora.
- 3. načelo** - Preventivni programi trebaju djelovati na svim nivoima prevencije ovisnosti, tj. trebaju se odnositi na sva sredstva i sve oblike ovisnosti.
- 4. načelo** - Preventivni programi trebaju imati definiranu ciljnu skupinu s jasno naznačenim karakteristikama kao što su dob, spol, socijalni status i sl.
- 5. načelo** - Preventivni programi koji su specifično orijentirani na porodicu trebaju biti usmjereni ka unaprjeđenju emocionalnih i komunikacijskih odnosa među njenim članovima.
- 6. načelo** - Preventivni programi trebaju biti dizajnirani na način da djeluju što ranije, naprimjer, u predškolskom periodu, tako preveniraju rizične faktore kao što su agresivno ponašanje, nedostatak socijalnih vještina i poteškoća u obrazovanju.
- 7. načelo** - Preventivni programi koji su specifično orijentirani na djecu u osnovnoj školi trebaju imati cilj da razvijaju obrazovne i socio-emocionalne kompetencije kao što su samokontrola, emocionalna svjesnost, komunikacija, konstruktivno rješavanje problema.
- 8. načelo** - Preventivni programi orijentirani na učenike srednjih škola i studente trebaju imati cilj da poboljšaju njihove obrazovne i socijalne kompetencije.
- 9. načelo** - Preventivni programi u lokalnoj zajednici trebaju biti kombinacija više specifično orijentiranih preventivnih programa (kao što su programi orijentirani na roditelje i na školu). Ovi programi mogu biti mnogo učinkovitiji nego kada su zasebni.
- 10. načelo** - Preventivni programi trebaju se provoditi u saradnji s više institucija u lokalnoj zajednici kao što su škole, udruženja, klubovi.
- 11. načelo** - Preventivni programi trebaju biti prilagođeni normama, kulturalnim karakteristikama i potrebama lokalne zajednice.
- 12. načelo** - Preventivni programi trebaju biti dugoročni s aktivnostima koje se povremeno ponavljaju da bi se pojačao preventivni cilj.
- 13. načelo** - Preventivni programi orijentirani na nastavnike trebaju se provoditi kroz edukacije iz oblasti upravljanja grupom/ grupna dinamika.
- 14. načelo** - Preventivni programi trebaju se zasnivati na *peer*-edukaciji, *peer*-savjetovanju, interaktivnom i situacijskom učenju, učenju kroz igre uloga i sl.

Posljednje načelo kaže da je najučinkovitiji preventivni program, zasnovan na *peer*-grupama, interaktivnom učenju, te situacijskom i afektivnom učenju kroz igru ulogu. Preventivni programi koji se realiziraju u lokalnoj zajednici trebaju ispunjavati veći dio navedenih načela.

#### 4.2.2. Kriteriji prilagođeni uvjetima Bosne i Hercegovine

Na osnovi šestogodišnjeg rada i iskustva na prevenciji ovisnosti UG NARKO-NE smatra da uspješan preventivni program koji je **prilagođen uvjetima Bosne i Hercegovine** treba ispunjavati sljedeće kriterije.

1. **kriterij** - Pristup prevenciji ovisnosti treba biti inovativan i kreativan, treba uključiti nove ideje i metode rada.
2. **kriterij** - Projekt prevencije ovisnosti treba podržavati volonterski angažman mladih i drugih stručnjaka.
3. **kriterij** - Preventivne programe treba provoditi multidisciplinarnim tim stručnjaka.
4. **kriterij** - Preventivni programi provode se u koordinaciji lokalnih vladinih institucijama i drugih vladinih i nevladinih organizacija.
5. **kriterij** - Projekt treba odgovarati potvrđenim potrebama mladih u lokalnoj zajednici.
6. **kriterij** - Projekt prevencije ovisnosti treba ispunjavati smjernice i forme preventivnih aktivnosti i to: jasno postavljen cilj projekta, ciljna grupa, mjesto i vrijeme provođenja, definirane odgovornosti.
7. **kriterij** - Projektne aktivnosti trebaju uključivati mlade iz urbanih i ruralnih sredina.
8. **kriterij** - Projektne aktivnosti trebaju imati definirana potrebna predviđena sredstva za provođenje aktivnosti i potencijalne financijere.
9. **kriterij** - Projektne aktivnosti trebaju imati kvalitativno i kvantitativno mjerljive željene rezultate kako bi se mogla provesti evaluacija aktivnosti.
10. **kriterij** - Projektne aktivnosti prilagođene su postojećem stanju i potrebama u lokalnoj zajednici i koriste već postojeće resurse.

Drugi kriteriji odnose se na sadržaj preventivnih programa i aktivnosti koje se planiraju provesti. Programi prevencije ovisnosti uvijek trebaju biti usmjereni na poboljšanje stanja mladih u lokalnoj zajednici.

#### 4.3. Kako provesti program primarne prevencije ovisnosti?

(Prema: *Alkohol, droge i ostalo – koje mjere prevencije pomažu?*, Rainer Greca, 2004. godina) Kada smo ispitali stanje u lokalnoj zajednici i osmislili program prevencije prema postojećim kriterijima, postavlja se pitanje gdje i s kim provesti naše preventive aktivnosti itko će ih provoditi. Dakle, potrebno je osigurati infrastrukturu, materijalne i ljudske resurse.

##### 4.3.1. Institucije

Slaba infrastruktura lokalne zajednice nije razlog da se u njoj ne provode preventivni programi. Naime, aktivnosti je moguće provoditi u vrtićima, školama, centrima za mlade, društvima i udruženjima, sportskim dvoranama, kafićima, diskotekama, pa čak i na ulici. Odnosno, aktivnosti primarne prevencije ovisnosti moguće je provoditi na svim onim mjestima koja osiguravaju pristup ciljnoj populaciji i koja pružaju osnovne uvjete kako bi se planirane aktivnosti mogle provesti.

#### 4.3.1.1. Vrtići

Vrtić je prva institucija u kojoj je moguće provoditi programe prevencije ovisnosti. Djeca u vrtiću najčešće prvi put provode svoje vrijeme odvojeno od doma i svojih roditelja. Imaju prvi kontakt sa svojim vršnjacima i počinju sa socijalizacijom. Ako su preventivno usmjereni programi, i aktivnosti u vrtiću mogu biti takvi da vrlo rano u životu osobe potiču izgradnju dobrih međuljudskih odnosa s vršnjacima, potiču svijest o zdravlju, strukturi i obavezama i sl. Stečena iskustva u vrtiću kasnije u životu mlade osobe mogu biti zaštitni faktori za preveniranje ovisnosti.

**Tabela 8:** Primjeri aktivnosti u vrtiću

##### Aktivnosti

Organiziranje „Sedmice bez igračaka“

Zajedničko pripremanje obroka

Socijalne igre

##### Djelovanje

Može dovesti do razgradnje pasivnosti i omogućiti aktivno oblikovanje života.

Potiče svjesnost o zdravlju.

Pojačavaju sposobnost donošenja samostalnih odluka uprkos pritisku grupe.

#### 4.3.1.2. Škole

Pored porodice, škola predstavlja instituciju koja ima najvažniju ulogu u procesu odgoja i socijalizacije, a tako i instituciju za prevenciju ovisnosti. Djeca i mladi provode veliki dio vremena, svog vanporodičnog života, u školi. Učenici i učenice osnovne škole provedu 28-34 sata sedmično, dok učenici i učenice srednje 29-33 sata sedmično. Ona nije samo mjesto učenja nego ima dalekosežnu funkciju socijalizacije. Ona je polazna tačka kontakata i aktivnosti i u velikoj mjeri utječe na personalni razvoj u fazi odrastanja mladih ljudi. Škola kao mjesto obrazovanja i kao čvrsto socijalno uporište predstavlja kako podršku tako i opterećenje djeci i mladima.

U prilog školi kao mjestu provođenja preventivnih programa ide i činjenica da su djeca i mlad u periodu kada pohađaju školu podobna za preventivne mjere. Školski period predstavlja osjetljivu fazu za usvajanje navika i ponašanja. Također, provođenje i evaluacija preventivnih mjera olakšana je kroz organizaciju i postojeću strukturu u školi. Stoga se u školi pored mjera orijentiranih na individualne slučajeve (prevencija ponašanja) mogu izvoditi i strukturalne mjere (prevencija odnosa).

Današnje društvo i način života nameće drugačije standarde u kojima škola kao institucija u kojoj djeca i mladi pored svog doma provode najviše vremena, ima mogućnosti kao i kapacitete da s dobrim programima prevencije ovisnosti i educiranim osobljem potiče zdrav razvoj mladih bez bolesti ovisnosti.

**Tabela 9:** Primjeri aktivnosti u školi

##### Aktivnosti

Programi životnih vještina (*Life-Skills* programi)

Aktivni oblici učenje (npr. „učenje uviđanjem“)

Praktični zadaci i praktična nastava

##### Djelovanje

Služi stvaranju razredne klime koja je ispunjena povjerenjem, međusobnim prihvaćanjem i međusobnom podrškom.

Poboljšavaju uspjeh učenika, a time doprinose i prevenciji ovisnosti

Omogućavaju da se sposobnosti koje su naučene u okviru nastave primijene i u svakodnevici te povećavaju kompetencije učenika.

#### 4.3.1.2. Društva i udruženja

Istraživanja pokazuju da članstvo u društvima i udruženjima ima preventivnu funkciju. Preventivna djelovanja članstva u nekom društvu/udruženju, zasnivaju se na jakoj socijalnoj kontroli, kontroliranim normama i ritualima, hronologiziranju i habituaciji ponašanja. Preventivna funkcija može se uvećati ako se odgovorni u udruženjima (npr. omladinski treneri) senzibiliziraju za problematiku droga odnosno ovisnosti.

#### 4.3.1.3. Ugostiteljski objekti

Budući da se u kafićima i diskotekama često konzumiraju sredstva ovisnosti, saradnja s vlasnicima može pridonijeti uspješnosti preventivnog programa (npr. informativni pult, debatne večeri, zabrana ulaska za korisnike i prodavače droga).

### 4.3.2. Ljudski resursi odnosno akteri u prevenciji ovisnosti

Ključni akteri u provođenju primarne prevencije ovisnosti mogu biti sve osobe koje su motivirane i žele poboljšati zdravlje i kvalitetu života stanovnika svoje lokalne zajednice. To su institucije, mladi, roditelji.

#### 4.3.2.1. Roditelji

Porodica je socijalna zajednica u kojoj se od samog rođenja djeteta djeluje na razvoj njegove ličnosti, kroz procese odgoja i socijalizacije. U porodici djeca i mladi razvijaju svoj identitet, uče se prvim obrascima ponašanja, načinima nošenja sa stresnim i konfliktnim situacijama. Stoga roditelji mogu biti aktivni akteri u preventivnim aktivnostima kroz razna udruženja roditelja, vijeće roditelja u školama i sl.

**Tabela 10:** Primjeri kako roditelji svojim djelovanjem mogu pridonijeti uspješnosti preventivnih programa

Aktivnosti	Djelovanje
Udruženja roditelja	Kroz rad udruženja roditelji aktivno učestvuju u programima za prevenciju ovisnosti.
Edukacija	Pohađanjem edukacije ili polaskom u školu za roditelje, roditelji uče o metodama odgoja, izgrađuju bolje međusobne odnose s mladima i tako pridonose prevenciji ovisnosti.

#### 4.3.2.2. Nastavnici

Nastavnici predstavljaju ključne osobe u obrazovanju i odgoju školske djece, te kao takvi jesu važna karika u lancu prevencije ovisnosti. Kroz odgovarajući pedagoški pristup i uspostavljenje odnosa povjerenja s učenicima, nastavnici mogu pridonijeti da mladi razviju svoje kompetencije i tako postanu otporniji.

**Tabela 11.** Primjeri djelovanja nastavnika koja pridonose uspješnosti preventivnih programa

<b>Aktivnosti</b>	<b>Djelovanje</b>
Voditelji sekcija	Kroz rad sekcija, odjeljenskih zajednica i sl. nastavnici promoviraju zdrav način života i preveniraju ovisnička ponašanja.
Voditelji vannastavnih aktivnosti	Planiranjem i provođenjem vannastavnih aktivnosti nastavnici pomažu mladima da kvalitetno osmisle svoje slobodno vrijeme i nadgledaju korištenje vremena.

**4.3.2.3. Mladi / „peerovci preventivci“**

Adolescencija jeste razvojni period za koje je karakteristično eksperimentiranje, radoznalost i potraga za osobnim identitetom što povećava rizika nastanka ovisnosti. Dodatni rizik jeste lahka dostupnost psihoaktivnih supstanci, kao i nesvršishodno provođenje slobodnog vremena mladih.

Lokalne zajednice, udruženja i pojedinci trebaju sebi postaviti cilj da podržavaju mlade ljude tako da razviju stavove i socijalna iskustva koja promoviraju zdravlje i socijalni progres, posebno u ranim godinama kada se stvaraju i oblikuju njihovi stavovi i uvjerenja.

Budući da grupa vršnjaka često određuje norme ponašanja, pa i upotrebe droge, ovaj vid preventivnog rada stavlja naglasak upravo na to. Kritički stavovi odnosno informacije o drogi koje dobivaju od vršnjaka imaju veći utjecaj na stavove i ponašanje pojedinih mladih osoba. Iz ovoga se vidi snaga djelovanja mladih, jednih na druge, što daje mogućnost da mladi ljudi budu aktivni akteri u provođenju primarne prevencije ovisnosti.

**Tabela 12.** Primjeri djelovanja mladih koja pridonose uspješnosti preventivnih programa

<b>Aktivnosti</b>	<b>Djelovanje</b>
<i>Peer Involvement</i>	podrazumijeva aktivnosti vršnjačkog konsultiranja ili savjetovanja, tj. mladi savjetuju druge mlade. U okviru vršnjačke edukacije educirani mladi prenose informacije o stavovima usmjerenim ka unaprjeđenju zdravlja, u okviru vršnjačkog upravljanja projektima na osnovu vremenski ograničenih aktivnosti (npr. pozorišne predstave, videoklipovi) posreduju se znanja vršnjacima.
<i>Peer Support</i>	podrazumijeva aktivnosti kroz koje mladi jedni drugima pružaju podršku pri savladavanju životnih problema, koristi se potencijal vršnjaka za pomoć.

**4.3.2.4. Stručnjaci za prevenciju ovisnosti**

Prevencijom ovisnosti mogu se baviti pedagozi, psiholozi, socijalni radnici, bilo da svojim radom osmišljavaju ili pridonose razvoju preventivnih programa, bilo u direktnom radu s ciljnom populacijom kojoj je program namijenjen.

## 5. Još nešto o prevenciji ovisnosti

### 5.1. Senzibilirane mjere prema rodu

U svim mjerama prevencije ovisnosti treba uzeti u obzir pristup koji je rodno osjetljiv. Istraživanja na Zapadu pokazala su da učinkovitost djelovanja ovisi u velikoj mjeri je li zasnovano na spolnim razlikama u razvoju, emocionalnoj dinamici, te društvenom položaju žena i muškaraca. Potrebno je pokazati „ženske i muške primjere dobre prakse“ s kojima se mladi mogu identificirati (materijal u prilogu). Budući da spolna pripadnost ima značajan utjecaj na uzrok i vrstu upotrebe droge, kao i na različite oblike ovisnosti (npr. 95% pacijenata liječenih od bulimije za vrijeme puberteta ženskog su spola), ove mjere na različit način utječu na dječake i djevojčice.

Cilj je:

- *kod djevojčica*: jačati samoodređenja i osjećaj vlastite odgovornosti, poboljšanje slike o vlastitom tijelu, kao i pružati podršku prilikom planiranja profesionalne i privatne budućnosti;
- *kod dječaka*: osposobljavati za uspješno savladavanje životnih nedaća i problema, poticati razvoj ličnih i socijalnih kompetencija (npr. sposobnost rješavanja sukoba, socijalne primjerenu socijalnu integraciju), poticati i proširiti opće kompetencije (npr. vještine zastupanja ličnog stajališta), razbijanje tabua o idealu muškosti.

### 5.2. Provođenje zakona

Uspješnost programa i projekata prevencije ovisnosti povezan s dobrim provođenjem zakona koji s jedne strane smanjuju dostupnost psihoaktivnih supstanci, a sa druge strane omogućavaju i podržavaju provođenje preventivnih aktivnosti. Sve o zakonima koji su vezani za ovisnost u BiH možete pronaći na stranici [www.link.ba](http://www.link.ba).

### 5.3. Rad u kontekstu

Najbolji preventivni rad jeste tzv. rad u kontekstu.

U socijalnom okruženju osniva se upravni odbor koji sačinjavaju predstavnici različitih institucija (npr. vrtića, škola, udruženja i društava, vjerske institucije, omladinskih centara, politike, policije), koji u skladu s aktualnom situacijom planiraju, upravljaju i evaluiraju potrebne mjere za određenu lokalnu zajednicu ili dio grada. Prednost ovakvog koncepta ogleda se u tome što se mogu zahvatiti i početi rješavati specifični problemi i što različite aktivnosti unutar zajedničkog područja djelovanja postaju djelotvorne. Dogovorene mjere unutar kontekstualnog projekta mogu biti:

- a. Postaviti norme protiv konzumiranja droga u porodici, školi i lokalnoj zajednici, prosljediti iste u sve ustanove i sankcionirati prekršaje.
- b. Nadopuniti zakonske mjere, odnosno pratiti iste intervencijama orijentiranim na porodicu i školu.
- c. Izvoditi programe za sposobnost uživanja.
- d. Otkriti i jačati resurse u lokalnoj zajednici.
- e. Razvijati inicijative, kako bi se definirali ciljevi koji daju smisao kolektivnim aktivnostima i samim tim i individualnom djelovanju.

## 6. Strategija za primarnu prevenciju ovisnosti

Preventivne aktivnosti najuspješnije su kada su pažljivo planirane i dugoročne. Stoga je najbolji pristup u organiziranju preventivnih programa kvalitetno osmišljena i provedena strategija za prevenciju ovisnosti

U integriranom programu za mlade dani su prijedlozi za rješavanje osnovnih problema mladih u BiH, a jedan od njih je da „zajedničke aktivnosti vlasti i omladinskih udruženja trebaju biti usmjerena na usvajanju lokalne i regionalne politike za sport i kulturu“.

Također, rezultati istraživanja i aktivnosti u sklopu realizacije projekta "Razvoj strategije za prevenciju ovisnosti u šest općina u BiH: Doboj, Mostar, Sokolac, Tešanj, Zanima, Žepče" ukazali su na potrebu razvijanja strategije za prevenciju ovisnosti. (UG NARKO-NE, 2006 godina)

Na Drugoj konferenciji za prevenciju ovisnosti, održanoj u Sarajevu 7.12.2006. godine, došlo se do zaključka da je potrebno izraditi strategiju za prevenciju ovisnosti za svaku lokalnu zajednicu u skladu s trenutnim stanjem, definirati metode rada i lokalne aktere koje će svojim znanjem, stručnošću i motiviranim djelovanjem unaprijediti zdravlje lokalne zajednice. Istaknuta su tri elementa koje treba sadržavati svaka preventivna strategija na lokalnom nivou, a to su:

- uloge i odgovornosti ključnih aktera primarne prevencije ovisnosti,
- primjena metoda svojstvenih prevenciji ovisnosti i
- neophodni okvirni uvjeti za institucionalni pristup primarnoj prevenciji ovisnosti na općinskoj razini.

Kroz praktični rad došlo se do saznanja da je za održivost strategije ili preventivnog programa neophodno educirati ključne aktere, praćenje provođenje aktivnosti i neprestano umrežavanje relevantnih aktera.

Jedna od najvećih vrijednosti ovih preporuka jeste i to što su one rezultat zajedničkog promišljanja učesnika konferencije – predstavnika svih lokalnih institucija i organizacija koji mogu i rade na prevenciji ovisnosti. Svoj doprinos razvoju boljeg društva putem ovih preporuka dali su i predstavnici svih šest partnerskih općina ali i NVOa, mladih, opštinskih organa, centara za socijalni rad, centara za mentalno zdravlje, škola, vjerskih institucija, MUP-a, medija, nastavnika i roditelja, te kulturnih i sportskih radnika.

### 6.1. Značaj i mjesto strategije za prevenciju ovisnosti u okviru razvoja općine i institucionalnog omladinskog rada

#### • Zašto je značajno strateški planirati aktivnosti primarne prevencije?

Strateško planiranje predstavlja proces usuglašavanja potreba ciljne grupe s potencijalima onoga ko provodi strateške planove u cilju osiguravanja dugoročnog uspjeha.

Prve definicije strategije, koje su se početkom 20. stoljeća počele izdizati iz vojnog vokabulara, odnose se na upotrebu pojedinih resursa na način da se iskoriste prednosti pogodnih uvjeta kako bi se minimalizirale teškoće za postizanje željenog rezultata.

Izuzetno je značajno planski pristupiti primarnoj prevenciji ovisnosti. Iskustvo kako iz ove, tako i iz drugih oblasti, pokazalo je da provođenje povremenih, nestrukturiranih i neparticipativnih aktivnosti ne dovodi do željenog učinka. Samo strateški pristup omogućuje sljedeće prednosti:

- Ciljna grupa uključuje se u proces planiranja – bilo kroz analizu stanja i potreba, bilo uključivanjem u proces izrade strateškog dokumenta, te na taj način daje jasnu sliku onoga što imamo i što bi strategija trebala postići.
- Uspostavlja se saradnja između teoretičara, praktičara i ciljne grupe, te se sve zainteresirane strane (tzv. stakeholderi) sinergijski uvezuju u postizanje zajedničkog cilja.
- Definiiraju se dugoročni ciljevi u skladu s potrebama, problemima i stanjem u okruženju.
- Ciljevi prevencije ovisnosti postaju sastavnim dijelom drugih programa i planova i uklapaju se u sistem sveukupnog planiranja u zajednici.
- Željeni rezultati postižu se u skladu s potrebama i ciljevima, a dostižu se jasno predviđenim metodama, tehnikama i aktivnostima.
- Moguće je provoditi evaluaciju i monitoring provođenja aktivnosti i mjeriti dostignutost željenih rezultata.
- Precizirane su odgovorne institucije i osobe nadležne za provođenje aktivnosti.
- Jasno su utvrđeni termini provođenja aktivnosti i postoji mogućnost aktivnog uključivanja svih zainteresiranih strana.
- Predviđaju se troškovi koji nastaju implementacijom aktivnosti, te se osiguravaju u općinskim budžetima.
- Rad organa uprave o pitanju primarne prevencije ovisnosti javan je i dostupan svim zainteresiranim osobama i ustanovama.

#### • **Strategija i pretpostavke za njenu izradu**

Svaka strategija, pa tako i strategija za prevenciju ovisnosti, predstavlja dugoročni plan djelovanja u cilju rješavanja prisutnog problema, te metode stalnog praćenja težnji navedenih u njoj. Njezini sastavni dijelovi jesu:

1. Uvod (namjera strategije, analiza stanja, pristup rješavanju problema)
2. Opći opis trenutnog položaja)
3. Plan djelovanja (analiza stanja iz svake oblasti, problemi iz oblasti, podjela problema po bitnosti i hitnosti njihova rješavanja): treba pregledno odgovoriti na pitanja: koji problem/potrebu imamo, šta želimo postići (rješenje, cilj), koje su nam aktivnosti neophodne za to, u kojem periodu to možemo provesti, ko su odgovorne osobe i koja sredstva su nam potrebna?
4. Sažetak (zbir finansija, način provođenja, evaluacije i praćenja).

Da bismo mogli pristupiti izradi strategije, trebamo ispuniti određene uvjete: prikupiti potrebne podatke o stanju u općini i načiniti analizu potreba, pridobiti saglasnost i podršku općinskog vijeća/skupštine opštine, uključiti aktivne i organizirane osobe, angažirati motiviranog službenika sa znanjem o problemu, uspostaviti odgovorne osobe/radnu grupu, u cijelosti se upoznati s problematikom (uspješni modeli i projekti u drugim zemljama), osigurati budžet za izradu strategije i uspostaviti mehanizme za njezino provođenje.

#### • **Dilema: Prevencija ovisnosti kao dio strategije za mlade na općinskoj razini**

Naše općine nalaze se u teškim finansijskim i personalnim problemima. Nažalost, nije svaka od njih u mogućnosti priuštiti sebi strategiju koja će se baviti isključivo prevencijom ovisnosti, kako u vezi s njenom izradom, tako i samim kasnijim provođenjem. Mnoge od njih trenutno

rade istraživanja o stanju i potrebama mladih, što je pretpostavka za pisanje strategije za mlade (tzv. omladinske politike). Omladinska politika je strategija koju društvena zajednica poduzima u cilju poboljšanja položaja mladih, kao i rješavanja njihovih problema. Većina općina u BiH započela je taj proces jer je ova strategija dijelom zakonska obaveza, ali i preporuka i obaveza mnogih međunarodnih dokumenata. Iz ovog razloga bi općine koje sebi ne mogu priuštiti zasebnu strategiju o prevenciji ovisnosti trebale razmotriti mogućnost o uključivanju prevencije ovisnosti u strategiju za mlade.

U njezinu izradu uključeni su subjekti iz različitih sektora: općinski organi (službenik/ca za mlade, drugi/e službenici/e, vijećnici/odbornici), javne ustanove (dom zdravlja, policija, centar za socijalni rad i sl.), udruženja (za mlade, prevenciju ovisnosti, okoliš i sl.), stručnjaci, zainteresirani pojedinci (mladi, roditelji i dr.). Od velikog je značaja da svi navedeni subjekti budu uključeni (pogotovu politički) kako bi postojala podrška cjelokupne zajednice. U radnu grupu i radna tijela potrebno je uvrstiti i osobe koje se bave prevencijom ovisnosti, i to ne samo u radno tijelo za zdravstvo i socijalna pitanja. Značajna tijela su i kultura, sport i slobodno vrijeme, te aktivno sudjelovanje mladih u društvu.

Istraživanje o potrebama i problemima mladih, pa i strategija obrađuju tematiku prevencije ovisnosti jer se ona tiče uglavnom mladih. Uvrštavanjem prevencije ovisnosti u strategiju za mlade izbjegava se ponavljanje istih aktivnosti koje bi se našle i u strategiji za prevenciju ovisnosti. Isključiti prevenciju ovisnosti iz strategije za mlade značilo bi da se ona ne tiče mladih, što ni u kojem slučaju nije tačno.

Strategija za prevenciju ovisnosti neophodna je kako bi se sistemski i planski pristupilo sprječavanju kasnijih negativnih posljedica u društvu. Nažalost, takvu strategiju sebi mogu priuštiti samo velike i bogate općine. Kako prevencija ovisnosti ne bi bila u potpunosti zanemarena u takvim zajednicama, dobro rješenje je uključiti osobe koje se bave ovom tematikom u izradu strategije za mlade. Na taj način će biti osigurani mehanizmi (prije svega sredstva) za provođenje aktivnosti iz ove oblasti.

## 6.2. Prijedlog ciljeva buduće strategije

U istraživanju tokom projekta «Razvoj strategije prevencije ovisnosti u šest općina u BiH» u 2006. godini korišteni su anketni upitnici i istraživanje u fokusnim grupama. Nakon detaljne obrade podataka u saradnji s Udruženjem *proMente* dobiveni su rezultati da se preventivnim aktivnostima ne posvećuje dovoljno pažnje. S tim u vezi ukazano je na sljedeće probleme:

1. nezaštićenost mladih od utjecaja sredstava ovisnosti,
2. neuključenost mladih u osmišljavanje i provođenje programa primarne prevencije ovisnosti, uz obostranu odgovornost i mladih i vlasti,
3. neprilagođene zakonske regulative i njihovo nepoštivanje,
4. nedovoljna financijska i materijalna podrška programima i projektima koji na bilo koji način uključuju mlade,
5. neprofesionalni i neprilagođeni programi i neadekvatni pristupi preventivnim programima u radu a mladima i
6. neadekvatne aktivnosti lokalne zajednice kao i cjelokupnog društva.

*Na osnovi identificiranih problema sadašnji projektni tim UG NARKO-NE predlaže sljedeći sistem ciljeva za izradu strategije za prevenciju ovisnosti:*

### 6.2.1. Generalni cilj strategije za prevenciju ovisnosti

Spriječiti nastanak ovisnosti o drogama, alkoholu, duhanu i drugim oblicima ovisnosti i unaprijediti zdravlje djece i mladih na lokalnom nivou.

## 6.2.2. Specifični ciljevi strategije prevencije na lokalnom nivou

### I. Ojačati zaštitne faktore promocijom zdravog načina života i izgradnjom infrastrukture za provođenje slobodnog vremena

*Problemi vezani za navedeni cilj jesu:*

- nedostatak svijesti i znanja o važnosti unaprjeđenja zaštitnih faktora
- manjak infrastrukture (nepostojanje odgovarajućih zelenih površina, parkova, igrališta, slobodnog prostora)
- nepostojanje svijesti o značaju dobre infrastrukture za promociju zdravog načina života i preventivnog rada
- nedostatak alternative za provođenje slobodnog vremena (osoblje i programi vladinog i nevladinog sektora)

Ovaj cilj odgovara **općoj prevenciji – opće unaprjeđenje zdravlja (vidi 3.2)**

Opća prevencija ovisnosti odnosi se na razvoj zdrave ličnosti, njenih sposobnosti, karaktera i svih osobina za kreativno djelovanje. To u prvom redu podrazumijeva stvaranje zdrave ličnosti s izraženim osjećajem vlastite vrijednosti, sposobnosti komuniciranja, autonomnog djelovanja, uživanja u slobodnom vremenu na kreativan način, općenito samorazvijanje.

U odnosu na strukturu opća prevencija odnosi se na kreiranje zdrave okoline, struktura koje zajedničkim zalaganjem teže ka zdravom načinu života, poboljšanju uvjeta života, a u najvećem okviru djeluje na kreiranje i provođenje omladinske politike i prostora za kreativno provođenje slobodnog vremena. Lokalna zajednica treba svim svojim kapacitetima utjecati na stvaranje povoljne infrastrukture za primarnu prevenciju ovisnosti i njene aktivnosti.

### II. Osposobiti ključne aktere u odgoju i obrazovanju za vođenje preventivnih programa i aktivnosti

*Problemi vezani za navedeni cilj jesu:*

- nedostatak neprestane obuke građana i stručnog kadra u primarnoj prevenciji ovisnosti
- nedostatak stručnih programa za obuku usmjerenu na primarnu prevenciju ovisnosti i rad s mladima
- nedovoljna podrška i saradnja škola na aktivnostima prevencije ovisnosti
- manjak povjerenja roditelja prema školama u zajedničkoj saradnji
- nepostojanje senzibilnosti prema maloljetnim delinkventima
- nepostojanje mreže za saradnju i podršku relevantnih aktera i institucija

Ovaj cilj odgovara **specifičnoj prevenciji ovisnosti – prevenciji ovisničkog ponašanja.**

Djelovanje specifične prevencije ovisnosti orijentirano na osobu podrazumijeva razvijanje posebnih sposobnosti i osobina ličnosti. To su, prije svega, sposobnost nošenja s pritiskom grupe i autoritetom, razvijanje sposobnosti djelovanja u konfliktnim situacijama, vještina nošenja s percipiranim rizičnim situacijama. To su sve sposobnosti koje ličnost treba posjedovati da bi se mogla oduprijeti rizičnim faktorima.

Orijentirana na strukturu, specifična prevencija ovisnosti ima cilj da razvije sredinu koja će imati povoljan utjecaj na ličnost. Takva sredina treba imati razvijene zaštitne faktore koji djeluju na pojedinca i istovremeno smanjiti strukture koje nepovoljno djeluju na njega. Specifična prevencija treba oblikovati okruženje koje može zaštititi pojedinca od nepovoljnih utjecaja. Ove strukture nalaze se svuda oko ličnosti, a one mogu biti: škola, druge obrazovne, sportske i kulturne institucije. Također treba navesti da vrlo važno mjesto zauzima i izgradnja kvalitetnog načina i uvjeta života u zapostavljenim ruralnim i urbanim sredinama.

### **III. Osvijestiti javnost da je prevencija ovisnosti zadatak cijele zajednice i njihova odgovornost**

*Problemi vezani za navedeni cilj jesu:*

- nedostatak stručnog znanja o sredstvima ovisnosti i o prevenciji u lokalnoj zajednici
- neinformiranost javnosti, lokalne zajednice i medija o pravima, socijalnoj isključenosti, odgovornosti
- pasivnost mladih i svih drugih aktera bitnih za prevenciju ovisnosti (nedostatak volje i energije da riješe problem)
- neuvezanost dijelova društva (roditelji-roditelji, nastavnici- nastavnici, mladi-mladi, roditelji-nastavnici, roditelji-mladi, nastavnici-mladi)
- nepostojanje svijesti o pojedinačnoj i kolektivnoj odgovornosti o pitanju problema ovisnosti

### **IV. Zagovarati, provoditi i kontrolirati provođenje zakona koji su u vezi s prevencijom ovisnosti**

*Problemi vezani za navedeni cilj jesu:*

- nedosljedan rad izvršne i zakonodavne vlasti, nedovoljne represivne mjere
- nepoštivanje već donesenih zakonskih normi, naprimjer, prodavanje alkohola i duhana osobama ispod 18 godina
- nepostojanje ili nedovoljna promocija političkih programa i plana za djelovanje na lokalnom nivou za suzbijanje ovisnosti
- manjak finansijskih, infrastrukturnih sredstava i ljudskih resursa za provođenje preventivnih aktivnosti

Ova dva cilja odgovaraju **prevenciji specifičnih sredstava – prevenciji zloupotrebe sredstva ovisnosti.**

Orijentirano na osobu prevencija specifičnih sredstva znači djelovanje na povećanje znanja i sposobnosti o sredstvima ovisnosti, refleksiju o ličnim navikama konzumiranja, razvijanje alternativa za konzumiranje sredstva ovisnosti. Ovo se odnosi i na korištenje ličnog znanja pri susretu s nepoznatim i djelotvornim kreativnim provođenjem slobodnog vremena.

U odnosu na strukturu, prevencija specifičnih sredstva odnosi se na zakonodavstvo. U tom smislu teži ka provođenju zakona, nadogradnji starih zakona i donošenju novih. Zakonodavstvo je bitna karika u lancu preventivnog djelovanja, uključujući aktivnosti policije, sudskih struktura kao i svih onih koji svojim radom doprinose poštivanju i provođenju zakona.

### **V. Umrežiti lokalne aktere i mobilizirati sve raspoložive resurse i ljudske kapacitete**

*Problemi vezani za navedeni cilj jesu:*

- nepostojanje sistema uzajamne razmjene informacija kod profesionalaca u oblasti primarne prevencije ovisnosti
- nepostojanje saradnje vladinog i nevladinog sektora

## **VI. Stalno praćenje i procjena preventivnih aktivnosti**

*Problemi vezani za navedeni cilj jesu:*

- vladine i nevladine organizacije nemaju zajedničku viziju, misiju i plan djelovanja u oblasti primarne prevencije ovisnosti i rada s mladima
- nepostojanje neprestanog praćenja i procjene preventivnih aktivnosti
- korištenje neodgovarajućih metoda praćenja i procjene

Ova dva cilja mogu se svrstati u **sva tri oblika prevencije ovisnosti**. Njihovo provođenje jeste ključno jer oni podržavaju i osiguravaju kontinuitet, kvalitetu i učinkovitost preventivnih mjera.

## 7. Završna riječ, prim. mr. sci dr. Nermana Mehić - Basara

Iako ovisnost o drogama spada u najteže socio-patološke pojave savremenog doba, još uvijek se ne može reći da postoje učinkoviti načini za njeno suzbijanje. Čak i u modernim i ekonomski moćnim zemljama ova pojava predstavlja vodeći nerješivi problem, a stanje u siromašnim zemljama koje prolaze tranzicijsku fazu razvoja još je gore.

Bosna i Hercegovina u poslijeratnom vremenu, prolazeći kroz težak proces uspostavljanja društveno prihvatljivih sistema vrijednosti, suočena s izazovima stvaranja demokratske stabilne države usklađene s evropskim standardima, posebno je izložena epidemijom vala upotrebe i zloupotrebe svih psihoaktivnih supstanci.

Bez obzira na činjenicu da razne vrste droga imaju različite efekte djelovanja na organizam, ipak njihova ponavljana upotreba ili zloupotreba vodi istom cilju – razvijanju bolesti ovisnosti. Zbog toga je prvi zadatak cjelokupne društvene zajednice, a posebno stručno profiliranih profesionalaca, da ponude takve programe primarne prevencije koji bi zainteresovali mlade da se aktivno uključe u njihovo provođenje.

Tvrdnja da se **upotreba droga može izbjeći, a zloupotreba i nastanak bolesti ovisnosti mogu prevenirati** bila je osnova za preventivno djelovanje mnogih zdravstvenih radnika u javnom zdravstvu kao i stručnjaka drugih profila, vladinog ili nevladinog sektora. Ista tvrdnja rukovodila je i autore ovog Priručnika u kojem je na precizan i sveobuhvatan način predstavljena **primarna prevencija** koja je temelj svih drugih oblika djelovanja, te dana jednostavna trajna poruka mladima o važnosti informisanosti i znanja o drogama te potrebi njihovog vlastitog uključivanja.

**Mladi ljudi moraju biti partneri u kreiranju programa prevencije**, ne samo radi sebe već da bi svojim primjerom potaknuli svoje vršnjake da urade isto. Tako bi prevencija imala uzlaznu, progresivnu putanju i prerasla u trajni pokret.

Zadnjih godina u Bosni i Hercegovini raste broj mladih ljudi koji se pridružuju borbi za suzbijanje upotrebe i zloupotrebe droga. Svjedoci smo izuzetnih uspjeha mnogih nevladinih organizacija među kojima UG NARKO-NE zaslužuje posebnu pažnju. Svojim predanim višegodišnjim aktivnostima gotovo da su postali prepoznatljiv brend dobre prevencije zloupotrebe droga u Bosni i Hercegovini. Njihovom zaslugom, najvjerovatnije veliki broj mladih nikada nije uzeo prvu drogu, a što je glavni cilj primarne prevencije. Svojim aktivnostima utječu na mlade da razvijaju samopoštovanje, kreativnost i komunikacijske vještine, adekvatno reaguju, nenasilno se ponašaju i budu odgovorni za svoje postupke.

**Priručnik za izradu strategije i programa prevencije ovisnosti kao dijela strategije mladih u lokalnoj zajednici** ukazao je i na značaj ranog otkrivanja rizičnog ponašanja i rane intervencije, a što može zaustaviti ili značajno usporiti razvoj bolesti.

Bez obzira što su tradicionalne „linije odbrane“ porodica, škola i makrosocijalno okruženje, ipak je najvažnija odbrana od droga sam pojedinac kod kojeg treba svim sredstvima razvijati vještine odolijevanja pritiscima da uzme prvu drogu. Jedan od načina, pored ostalih, koji su navedeni jeste i praktična literatura putem koje adolescent spoznaje i saznaje, s krajnjim ciljem da usvoji prastaru jednostavnu istinu da je **zdravlje najveća vrijednost života**, i ako ga sačuvaju, onda daju veliki doprinos zajednici u kojoj žive.

Jer smisao života i jeste u tome da se ostvari zadovoljstvo radeći za dobrobit drugih, kao što kaže ova lijepa „indijska iskrica“.

„Rijeke ne piju svoju vodu,  
drveće ne jede svoje plodove,  
oblaci ne gutaju svoju kišu.  
Sve što je veliko uvijek je u korist drugih.“



# Prilozi

## **Prilog I:**

*Primjeri dobre prakse koji su se realizirali ili se planiraju realizirati u lokalnim zajednicama u BiH*

Na završnom sastanku koji je održan 29.2.2008. godine prisustvovali su predstavnici svih općina učesnica projekta „Razvoj preventivnog programa u školi i lokalnim zajednicama,“ kao i mnogi gosti i saradnici. Kao dio programa sastanka bilo je i predstavljanje preventivnih aktivnosti koje su realizirane ili se tek trebaju realizirati u lokalnim zajednicama. Prezentirane aktivnosti predstavnici su usvojili kao primjere dobre prakse, stoga ih predstavljamo u svom priručniku.

### **Opština Doboj**

#### **- Vršnjačka edukacija**

U opštini Doboj održano je oko 50 *peer*-edukacija u osnovnim i srednjim školama dobojske opštine i jedna *peer*-edukacija za učenike srednjih škola općine Maglaj vezana za seksualno i reproduktivno zdravlje. Kroz dva šestodnevna treninga educirano je 29 vršnjačkih edukatora iz pet osnovnih škola, četiri volontera UG ToPeeR, jedan omladinski radnik iz NVO CORNO i tri člana UG Helios.

U prethodnoj godini urađene su četiri kampanje - promocije s podjelom promotivnog materijala i prezervativa građanima općine u kojoj je podijeljeno je 25.000 prezervativa i oko 3.500 komada promotivnog info-materijala za mlade. Posebno obilježeni bili su Dan borbe protiv AIDS-a i sjećanje na umrle od HIV-a. Emitirane su tri radijske emisije posvećene ovom problemu.

Aktivnosti su se nastavile kroz sljedeće oblike:

1. Redovna *peer*-edukacija u srednjim školama i fakultetima dobojske općine.
2. Javna kampanja - promocija s podjelom promotivnog materijala i kondoma građanima općine
3. Vanškolska edukacija za mlade do 29 godina na javnim skupovima organiziranim prema utvrđenom planu: koncerti, susreti s građanima, organiziranje javnih događaja.

#### **- Multifunkcionalni centar za mlade**

Cilj: podržati mlade osobe u kvalitetnom provođenju slobodnog vremena i osigurati im prostor u kojem će moći provoditi svoje slobodne vrijeme.

Multifunkcionalni centar za mlade bit će polazna tačka za aktivnosti koje će se provoditi, te mjesto za prikupljanje i davanje svih informacija koje se tiču mladih u svim oblastima. Bitno je napomenuti da će se aktivnosti provoditi po strategiji za mlade opštine Doboj, koja je u završnoj fazi izrade.

Unutar multifunkcionalnog centra za mlade opštine Doboj osnovat će se savjetovaništa, koja će biti servis i podrška aktivnostima koje će se provoditi u oblasti edukacije mladih vezano za prevenciju ovisnosti.

Također, ovakav centar težiti će ka uspostavljanju saradnje sa svim institucijama i organizacijama koje se bave pitanjem ovisnosti u cilju pružanja što kvalitetnijeg programa prevencije ovisnosti.

Na nivou Opštine Doboj u nadležnosti Odjeljenja za privredu i društvene djelatnosti provedene

su aktivnosti u realizaciji projekata od udruženja građana koje se mogu okarakterizirati da su imale pozitivan utjecaj na prevenciju ovisnosti, a koje su finansirane od Opštine Doboj. Opština je u 2007. godini izdvojila 15.000 KM za 5 projekata koji su promovirali zdrav život mladih školskog uzrasta, edukaciju mladih, kulturnog uzdizanja, promociju drugarstva, promociju dječjih prava...

Opština bi trebala nastaviti finansiranje kroz stalnu budžetsku liniju posebno fokusiranu na prevenciju ovisnosti kroz programe i projekte koje bi proistekle iz nevladinog sektora.

## **Grad Mostar**

### **Projekt „Zdrava škola“ u Srednjoj medicinskoj školi „Sestara milosrdnica“ u Mostaru**

Srednja medicinska škola Sestara milosrdnica iz Mostara uključena je u program „Zdravih škola“.

Aktivnosti škole usmjerene su na populariziranje zdravog načina življenja organiziranjem predavanja i okruglih stolova za učenike, njihove roditelje, ali i druge zainteresirane građane.

Na Dan škole, 12. svibanja, u okviru akcije „Sestrinstvo na djelu“, organiziraju se dvije akcije humanitarnog karaktera.

Mjerenje krvnog tlaka prolaznicima: Na četiri lokacije u Gradu Mostaru („Rondo“, Španjolski trg, plato ispred zgrade „Projektant“ i u dvorištu škole) formiraju se punktovi na kojima građani od 9:00 do 13:00 sati mogu izmjeriti tlak. Mobilne ekipe broje po četiri učenice. Imaju stol prekriven bijelim stolnjakom na kojim se vodi evidencija o podacima pregledanih građana i 2-3 stolice za one koji dolaze mjeriti tlak.

Mjerenje razine šećera u krvi. U prostorijama škole, tj. u kabinetu mikrobiologije od 7:00 do 10:00 sati organizira se mjerenje razine šećera u krvi. Ova mjerenja rade besplatno i odziv građana je uvijek velik.

Cilj aktivnosti jeste da se kroz praktično usavršavanje svojih stečenih znanja i kontakt s ljudima učenicima/mladi profesionaliziraju.

Smatramo ovo vrlo dobrim primjerom stvarnog pozitivnog djelovanja škole u lokalnoj zajednici.

## **Općina Tešanj**

### **Projekt: „Bolest ovisnosti kao najveći problem“**

Cilj projekta „Bolest ovisnosti kao najveći problem“ u općini Tešanj jeste preventivno utjecati na razvoj bolesti ovisnosti edukacijom omladine, roditelja, roditelja ovisnika, supružnika ovisnika, ali i djece odnosno omladine koja su u fazi eksperimentiranja s drogama.

Predavanjem u školama imamo cilj da svojevrsno pripremimo učenike za život koji postoji izvan i poslije škole, da damo određene smjernice o pitanju problema i korištenja droge, da upoznamo djecu s posljedicama zloupotrebe i kako reći „ne“ drogama, kao i puno toga što bi im moglo pomoći kada se radi o zloupotreba droga.

Rad u školama zahtjeva dosta ozbiljnosti. Svjesni smo kako svojim djelovanjem možemo ostaviti razne utiske. Naše aktivnosti i sva naša raspoloživa znanja bila su usmjerena ka tome da ukažemo djeci i roditeljima na štetnost droge - kako na pojedinca, tako i na porodicu, pa čak i na zajednicu u kojoj žive.

Teme kojima samo željeli privući pažnju djeci i roditeljima i ukažemo na štetnost droga jesu sljedeće:

- utjecaj psihoaktivnih supstanci na zdravlje
- koje su posljedice upotrebe psihoaktivnih supstanci
- kako prepoznati ovisnika
- koja je uloga porodice u prevencije ovisnosti
- koja je uloga škole u prevencije ovisnosti
- kako reći „ne“ drogama
- započeti razgovor
- kako motivirati tinejdžera da se počne liječiti
- 10 načina kako roditelj da pokaže djetetu da mu je stalo
- 10 načina kako da roditelj intervenira

### **Opština Istočno Novo Sarajevo Komisija za borbu protiv narkomanije**

Komisija za borbu protiv narkomanije formirana je na Skupštini Opštine Istočno Novo Sarajevo u maju 2006. godine.

Zadaci Komisije jesu:

- da organizira aktivnosti s ciljem da obuču djecu, mlade i roditelje, radi zaštite zdravlja i preventivnog djelovanja prema svim oblicima ovisnosti o opojnim sredstvima i da o tome informira sve zainteresirane faktore u lokalnoj zajednici putem okruglih stolova, proglaša i elektronskih medija;
- obavljanje konsultacija sa svim institucijama koje se u svom radu susreću s problemom ovisnosti (Stručne medicinske službe, Centar za socijalni rad, Stanice policije, Osnovna i Srednja škola, Omladinski savjet, Udruženje studenata, Savjet roditelja...) u cilju sagledavanja činjeničkog stanja i organiziranja radi pružanja svake vrste pomoći osobama žrtvama ovisnosti.

Komisija je dužna Skupštini podnositi izvještaj o radu i utrošku novčanih sredstava svakih šest mjeseci.

Komisiju čini osam članova i to:

- jedan odbornik Skupštine,
- dva zdravstvena radnika,
- dva školska pedagoga,
- jedan socijalni radnik i
- dva službenika policije.

Komisija se sastaje svakih mjesec dana i na tim sjednicama donosi program rada u vezi s organiziranjem svih preventivnih aktivnosti, organizacijom okruglih stolova, edukacijom mladih, roditelja i nastavnog osoblja te informiranjem šire javnosti.

Rad Komisije finansira se iz budžeta Opštine.

Članovi Komisije dobivaju naknadu za prisustvo svakoj sjednici, a gosti na okruglim stolovima i predavanjima putne troškove i dnevnicu.

Ako se okrugli stolovi i predavanja organiziraju izvan školskih i univerzitetskih prostorija, takve troškove snosi, također, opštinski budžet.

## Općina Zenica Projekt „Dnevni centar“

Projekt „Dnevni centar“ oblik je produženog boravka u školi i namijenjen je učenicima koji imaju poteškoće u učenju i ponašanju odnosno djeci s posebnim potrebama. Razlikuje se od dodatne ili dopunske nastave po tome što predviđa druženje učenika s praktikantima, nastavnicima i potiče afirmaciju učenika i razvoj njihov.

U centru je omogućen prisniji, opušteniji i manje formalan odnos u radu s učenicima koji imaju poteškoće u učenju i ponašanju. U proces rada uključeni su i talentirani učenici koji svojim vršnjacima pomažu u učenju. Pored kognitivnih sposobnosti potiče se uvid u emocionalne i socijalne sposobnosti učenika. Da bi se ispoštovali načelo inkluzije, „Dnevni centar“ otvoren je i za sve ostale učenike naše škole, a aktivnosti su prilagođene uzrastu i potrebi grupe. Učenici u Centar dolaze samoinicijativno prema rasporedu od 10 do 12 sati ili od 14 do 16 sati, tj. prije ili poslije nastave.

Ciljevi projekta jesu :

- stvaranje uvjeta u kojima će se svi učenici uspješno pripremati za što bolju integraciju i socijalizaciju u društvenu sredinu
- jačanje ličnosti i izgradnja komunikativnih i kreativnih vještina kod učenika
- suzbijanje faktora rizika koji dovode do društveno neprihvatljivog ponašanja i unaprjeđenje kvalitete nastavnog rada.
- izgradnja i promocija alternative za provođenje slobodnog vremena u zajednici i školi da bi učenici na zdrav način mogli zadovoljiti potrebe za novim iskustvima, zabavom i opuštanjem.

Aktivnosti

U prostorijama Dnevnog centra kroz zajedničke aktivnosti učenici se povezuju s mladim ljudima, studentima pedagoških usmjerenja - tzv. **praktikantima**. Oni dolaze 1-2 puta sedmično u Centar i za to vrijeme volonterski pomažu učenicima u učenju, ali stječu i praksu kroz pojedinačni i grupni savjetodavni rad; pomoć pri izradi zadaće; edukativne i kreativne radionice; poduku o načinima učinkovitog učenja; multimedijalni kutak; kutak za čitanje, biblioteka; kutak za druženje itd. Sve vrijeme prisutan je i jedan nastavnik koji s djecom rade opušteno i čije fizičko prisustvo omogućava praktikantima lakši rad.

Rad u Dnevnom centru prati i organizira **koordinatorica Centra**, pedagogica koja je zadužena za evidenciju učenika, povezivanje nastavnika-praktikanata-učenika i organizaciju rada.

## **Prilog II:**

*Primjeri aktivnosti koje bi se mogle realizirati u okviru strategije prevencije ovisnosti u lokalnoj zajednici*

### **a) Projekt: Ragbi i navijačice (American Football & Cheerleading)**

Projekt *Ragbi i navijačice*, započeo u februaru 2000. godine, ponudio je mladima jednu dugoročnu alternativu za „lutanje“ gradom. Ovaj projekt predstavlja saradnju s općinom grada Kölna u Kalku. Ragbi je vrsta sporta u kome različiti tipovi igrača imaju različite zadatke. Pri tome se, naprimjer, i relativno nesportski tipovi ili malo deblji pojedinci mogu odlično integrirati jer oni zbog svoje konstitucije imaju posebne zadatke. Osim toga, duh zajedništva u ovom sportu ima važnu ulogu. Kod faula se ne kažnjava samo jedan igrač nego čitav tim mora snositi posljedice. Ovim se unaprjeđuje učenje i poštivanje društvenih pravila u koja se mladi na ovaj način lakše upuštaju. Zato je ragbi posebno prikladan za to da se kroz igru unaprjeđuje društvena kompetencija u smislu prevencije ovisnosti.

Vijest o projektu širila se preko škola u tom dijelu grada, a na uključivanje u projekt pozivalo se na jednoj velikoj priredbi. Priredbu na kojoj su poznati njemački igrači ragbija predstavili ovaj sport posjetilo je oko 350 osoba. U treninzima za igrače i navijačice koji se održavaju dva puta sedmično s 35 dječaka i 20 djevojčica ne bavi se samo sportom. Konstantno ih prati i razgovara s njima socijalna radnica. Ova osoba treba izgraditi s mladima kvalitetan odnos i tako postići atmosferu u kojoj će biti mjesta i za privatne razgovore. Ovakvu nenametljivu ponudu mladi jako cijene i koriste je. Na ovaj način postiže se veza koja mladima nudi podršku, orijentaciju i osjećaj zajedništva.

Zajedničko ime „CRNI ZMAJEVI KÖLNA“ je izraz zajedništva koje se u međuvremenu razvilo. Ponudom treninga za navijačice postignuto je da mnoge djevojčice redovno dolaze. Akrobatski dio treninga za navijačice služi integraciji različitih tipova djevojčica. Ova vrsta sporta odgovara potrebi djevojčica da se pokažu i da jačaju svoje samopouzdanje. Mogućnost da svoje vještine pokažu na nastupima u okviru nekih drugih priredbi i drugih institucija djeluje posebno motivirajuće.

### **b) Dječji kafić u Würzburgu (Njemačka) (Cafe Knirps – Kid's caffe)**

Projekt nastaje s djecom i za njih – jedan projekt za unaprjeđivanje životne kompetencije. Djeca starosne dobi od 8 do 12 godina sama prave svoj kafić u skladu sa svojim potrebama, sama osmišljavaju ponudu i kreiraju dječije bezalkoholne napitke i koktele, te nekoliko sati bivaju sami, te su odgovorni za svoj rad. Prije „otvaranja kafića“ djeca i roditelji slušaju predavanje o svrsi projekta i upoznaju se sa sadržajima i pravilima kojih se moraju pridržavati.

### **c) Putokazi u zdravije društvo (projekti UG NARKO-NE)**

**Pozorišna predstava:** Srednjoškolci prikazuju tipične scene iz svoje svakodnevnice – pritisak koji vodi rizičnom ponašanju, pušenju džointa, konzumiranju alkohola i tableta ekstazija. Grupa vršnjaka predstavlja mogućnosti zdravih stilova života. Kroz organiziranje predstave vježbaju se vještine preuzimanja odgovornosti u zajednici, zagovaranja kod „autoriteta“ itd. Profesionalni glumac prati izradu i uvježbavanje predstave.

**Izložba silueta mladih**, sa svojim zdravim zaštitnim navikama. Srednjoškolci crtaju svoje siluete s odgovorom na sljedeće pitanje: Kako sam ja drugima Putokaz u zdravije društvo?

Preventivni magazin **PREVENTEEN** namijenjen je srednjoškolcima. Cilj magazina jeste predstaviti srednjoškolcima prevenciju ovisnosti na nov i zanimljiv način, te ih potaknuti na interaktivno sudjelovanje u redakciji i radu s dopisnicima. Redakciju čine studenti i srednjoškolci.

## **d) Program djelovanja „Zatvoriti oči nije rješenje“, Karlsruhe (Njemačka)**

Cilj ovih mjera jeste upoznavanje lokalne zajednice s osnovnim odredbama Zakona o zaštiti mladih i promocija njihovog provođenja:

- lijepljenjem plakata na tramvajskim i autobuskim stanicama
- na tramvajima linija S4 i S2
- podjela malih plakata DIN A3 s isječcima Zakona o zaštiti mladih
- ponudom seminara za roditelje
- organiziranjem večeri za roditelje s ciljem informiranja i aktiviranja roditelja i učitelja
- popratna studija o djelotvornosti programa
- Na općinskoj razini radi se na sprječavanju ovisnosti i zaštiti mladih.
- Opis situacije i postavljanje ciljeva
- stvaranje koordinacijskog kruga na čelu s načelnikom
- postavljanje volontera za odgovornu osobu za mlade
- objavljivanje u općinskim novinama (vidi propise)
- pratiti priredbe lokalnih udruženja roditelja
- izrada kodeksa ponašanja za udruženja i ulične proslave

## **e) Bezalkoholni disko-klub**

Ova aktivnost vrlo je popularna među mladima koji žele svoje slobodno vrijeme provoditi sa svojim vršnjacima uz muziku i bezalkoholno piće koje oni sami pripremaju, naprimjer, zanzibar. Ideja ovog disko-kluba jeste da ima sve karakteristike disko-kluba, osim što u njemu nema alkohola, već se konzumiraju samo bezalkoholna pića. Uz zvuke popularne muzike može biti zanimljivo i bez psihoaktivnih supstanci. Moguće je ubaciti još neke kreativne aktivnosti tokom radnog vremena.

## **f) Obilježavanje svjetskih dana**

Ulične akcije i takmičenje u školama s tematskim idejama:

- 7.4. Svjetski dan zdravlja
- 31.5. Svjetski dan borbe protiv pušenja
- 26.6. Svjetski dan probe protiv droge
- 12.8. Svjetski dan mladih
- 10.10. Svjetski dan mentalnog zdravlja
- 20.11. Svjetski dan prava djeteta
- 1.12. Svjetski dan borbe protiv HIV/AIDS-a
- 5.12. Svjetski dan volontera

## **g) Škola za roditelje kao metoda odgoja za prevenciju ovisnosti**

Slovenski ured za prevenciju ovisnosti organizirao je "Školu za roditelje". Ideja je potekla od pitanja "Može li moje dijete postati ovisnim"? Na samom početku učestvovalo je 5 vrtića i ukupno 5 grupa. Kasnije se projekt proširio na škole i skoro sve vrtiće. Nakon izvjesnog vremena izvršeno je istraživanje s pitanjima poput: Je li svakom roditelju potrebna škola za roditelje? Kako zainteresirati i uključiti roditelje? Čija bi morala biti glavna uloga za uključivanje roditelja? Kako pratiti rezultate? Kakve programe pripremiti? Očekuje li se da će lokalna ili državna vlast ponuditi takvo obrazovanje?

Rezultati opsežnog kvantitativnog ispitivanja pokazuju da je projekt pridonio razvoju vještina kod roditelja za rješavanje problema, zatim jasnijem pristup kod odgoja i dao im je osnove za diskusiju u porodici.

Roditeljski sastanci organizirali su se jednom mjesečno, a za jednu fazu dovoljno je 6 sastanaka, što je u praksi potvrđeno.

Istraživanja su pokazala četiri glavne kategorije bitne za roditelje: teoretsko znanje, praktički primjeri i razmjena iskustava; jačanje odnosa unutar grupe; poboljšanje saradnje sa školom. Također, vrlo je bitno promovirati školu za roditelje, a najbolji način za to je prijenos informacija i to na način „od usta do usta“.

## **h) Vijeće učenika, roditelja i nastavnika**

Svijetli primjeri aktivnosti u školama jeste djelovanje SHL-a, Schüler Helfen Leben (Učenici pomažu život), njemačke omladinske organizacije koju su 1993. godine spontano osnovali njemački učenici s ciljem da pomognu svojim vršnjacima u tada ratom zahvaćenoj Bosni i Hercegovini i Hrvatskoj. Najvažniji cilj SHL-a jeste pomoć mladima u Bosni i Hercegovini. Kao jedna od prvih organizacija, SHL je 1999. godine počeo promovirati ideju uvođenja Vijeća učenika i Savjeta učenika u bosanskohercegovačke škole. Vijeće učenika učenicima pruža mogućnost da se upoznaju s načinom funkcioniranja demokracije, uključuje ih u donošenje odluka u školama, te školski život čini ljepšim i interesantnijim. Također, svojim aktivnostima Vijeće učenika predstavlja važan partner za preventivno djelovanje.

Mnoge škole, u sklopu svoga plana i programa, imaju vannastavne sekcije. Te se sekcije odnose na aktivnosti koje mladi mogu obavljati ili kao dio nastave, a najvećim dijelom kao dio svojih vannastavnih aktivnosti. Na učenicima je da odaberu onu koja ih najviše zanima. Oni se pored svojih školskih obaveza posvećuju i tim vannastavnim projektima. Neki od njih su: hor, geografska sekcija, košarkaška, odbojkaška sekcija, folklor, šahovska sekcija, literarna i mnoge druge.

### **Prilog III: Primjeri dobre prakse iz regiona**

*Opština Arilje, Republika Srbija*

*Primjer doprinosna normativnoj djelatnosti; Komisija za prevenciju zavisnosti opštine Arilje*

Komisija za prevenciju zavisnosti je u sklopu svojih programskih aktivnosti pokrenula više inicijativa i prijedloga Skupštini opštine Arilje za donošenje normativnih akata kojima se izravno utječe na zdravstveno ponašanje mladih i smanjuju rizici za nezdrave oblike ponašanja. Skupština opštine je u cilju zaštite zdravlja mladih od nepovoljnih uvjeta sredine donijela više odluka iz svoje nadležnosti koje se odnose na rad ugostiteljskih objekata, donošenje i provođenje odluka o zabrani prodaje cigareta i alkohola maloljetnim osobama itd. Potrebno je naglasiti da su svi normativi doneseni prije usvajanja općinske strategije za mlade zajedno s planom djelovanja, kao i prije donošenja Zakona kojima se ova oblast regulira na teritoriji Republike Srbije.

Skupština opštine pokrenula je inicijative za donošenje sljedećih odluka:

- O radnom vremenu ugostiteljskih objekata na teritoriji opštine Arilje i to:
  - u ljetnim mjesecima (juni, juli, august ) svaki dan od 07.00 do 01.00 sat i
  - u ostalim mjesecima (od septembra do maja) radnim danima od 07.00 -do 24.00 sata, a samo petkom i subotom od 07.00 do 01.00 sat.Odluka se odnosi i na rad igraonica, klubova, zabavnih parkova gdje se okupljaju mladi. Odluka se od 1998. godine poštuje dosljedno. Provođenje Odluke kontrolira Komunalna inspekcija.
- O namjeni objekata u blizini škola i to tako da se na udaljenosti od 100 m od školskih dvorišta ne mogu otvarati kafići, zabavni parkovi, igraonice, klubovi s video i drugim igricama ili drugim sadržajima koji odvlače djeci pažnju od škole. Odluka se provodi od 2000. godine.
- O zabrani prodaje duhana i alkohola u prodavnicama koje se nalaze u neposrednoj blizini škola, odnosno na udaljenosti od 100 m. Odluka se provodi od 2000. godine.
- O zabrani točenja alkoholnih pića maloljetnicima u ugostiteljskim objektima na području opštine Arilje. Odluka se provodi od 1998. godine.
- O zabrani boravka u ugostiteljskim objektima poslije 23.00 sata licima mlađim od 16 godina bez pratnje roditelja. Odluka se provodi od 1998. godine.
- O zabrani reklamiranja duhana, alkohola, pornografije na bilbordima na teritoriji opštine Arilje. Odluka se provodi od 2002. godine, kroz ugovor s marketinškom agencijom.
- Opštinska Strategija za mlade sa akcionim planom: Skupština opštine Arilje je u aprilu 2007. godine donijela ovaj strateški dokument. On pokazuje spremnost općine da posebnim mjerama i aktivnostima u sedam različitih oblasti, definiranih u strateškom planu za djecu i omladinu, sistemski stvara uvjete za bolji, zdraviji, sadržajniiji život djece i mladih ljudi, a ovaj dokument je početni, prvi korak u tom pravcu.

## Prilog IV: Savjeti

### • 13 načina da pokažete svom djetetu da ga volite i da vam je stalo do njega

Roditelji sebi često postavljaju pitanje: "Šta trebam uraditi da mi dijete bude zdravo i da ne dođe u opasnost od ovisnosti?". Na ovo pitanje ne postoji mnogo tzv. savjeta, vodiča i mnogo drugih s pažnjom odabranih i praktično potvrđenih priručnika za „dobro“ roditeljstvo. To implicira da su roditelji većinom prepušteni sami sebi i svom unutrašnjem osjećaju kako odgajati svoje dijete.

Stoga smo pokušali izdvojiti nekoliko savjeta koji mogu biti od pomoći roditeljima.

(preuzeto od The Bureau For At-Risk Youth, Plainview, New York; TZT Impulse, Roland Baumgartner, Walter Birchmeier, Irene Eschmann, Caroline Hager, Renato Maurer, Christine Schürch, Heinrich Werthmüller, 1997. godina, Meilen, Schweiz)

#### Savjeti:

1. Slušajte svoje dijete. Pokušajte razumjeti šta Vam govori.
2. Gradite osjećaj samopoštovanja pokazujući svom djetetu da je posebno.
3. Nudite djetetu prilike da nauči i uspije.
4. Potrudite se da Vaše dijete jede zdravu hranu, vježba i dovoljno spava.
5. Provodite vrijeme sa svojim djetetom. Pričajte, smijte, igrajte se i uživajte u zajedničkom društvu.
6. Zaštitite svoje dijete. Neka Vam njihova sigurnost bude prioritet.
7. Pohvalite, priznajte i nagradite uspjeh svog djeteta. Nemojte ga kritizirati kada pokuša nešto, ali ne uspije; dopustite da se dogode i greške.
8. Postavite granice tako da se djeca nauče odgovornosti.
9. Zagrlite, stisnite, sretno se nasmijte sa svojim djetetom u svakodnevnim situacijama.
10. Recite svome djetetu riječi VOLIM TE bar jednom tokom dana.
11. Motivirajte svoje dijete da uvijek nađe vrijeme i prostor za sebe, bez obzira koliko vam to izgledalo nemoguće.
12. Uvijek ostavite prostora i vremena za dijete da se igra. Svi ljudi imaju potrebu za igrom i treba je zadovoljiti, neobično i intenzivno provođenje slobodnog vremena je nešto što svi sebi trebaju priuštiti.
13. Sretniji ljudi su manje ugroženi od ovisnosti. Zato je „ne raditi ništa“ suprotno od unaprjeđenja zdravlja.

*Ovakvi savjeti ili načini na koji možemo poboljšati odnos s djetetom mogu se prikazati u obliku nekog privlačnog letka ili drugog materijala koji će biti praktičan za upotrebu. Jedan od vrlo dobrih primjera jesu pravljenje materijala u obliku magneta koji se može zakačiti na frižider ili na neko drugo dostupno mjesto tako da se u svakom trenutku možemo podsjetiti i upražnjavati najučinkovitije načine za uspješan odgoj i rad s djetetom.*

### • Kako možete ohrabriti svoju djecu da uzimaju droge?

Kao što postoji mnogo načina da pozitivno utičemo na našu djecu često radimo stvari koje dovode do potpuno suprotnog učinka – čak do te mjere da ima i negativne posljedice. Postoji spisak situacija koje govore o tome na koji način možemo ohrabriti dijete da njegovo ponašanje bude problematično do te mjere da ih, i ne znajući, ohrabrujete da počne uzimati droge.

*(preuzeto od DSA Silvia Franke, Dr. Ewald Hoeld, Beč. Handout na seminaru o prevenciji ovisnosti, 6.-8. maj 2003.godine. Skripta za interne potrebe, Sarajevo)*

Koji su to načini možete pročitati u nastavku:

1. Nikada ne sjedite zajedno kao porodica.
2. Izbjegavajte porodične tradicije koje ponavljate sedmično, mjesečno ili godišnje, a kojima bi se vaša djeca mogla radovati.
3. Nikada ne slušajte svoju djecu - razgovarajte o njima, ali ne s njima.
4. Ne dopustite svojoj djeci da iskuše hladnoću, umor, avanturu, uvrede, rizike, izazove, eksperimente, greške, teškoće i sl.
5. Uvjeravajte svoju djecu kako su ilegalne droge opasne dok vi sami prekomjerno pušite i pijete.
6. Ne dajte svojoj djeci umne zadatke; umjesto toga naglasite religiozne rituale, važnost vanjskog izgleda i slova zakona.
7. Kada se nadete pred pitanjem trebate li svoje vrijeme i novac investirati u neku materijalnu stvar ili u neku porodičnu aktivnost, uvijek izaberite ono materijalno.
8. Pričajte u prisustvu svoje djece drugima kako vaši mali rade divne stvari - očekujte od njih da uvijek pobjeđuju.
9. Pokažite svojoj djeci da ne poštujete "manja" pravila i zakone svoje zemlje jer ih svakako niko ne primjećuje.
10. Ne ispravljajte ponašanje svoje djece u odgovarajućem smjeru, ali ih štitite od zakonskih posljedica, od posljedica u školi i u krugu prijatelja, sve s parolom „Moje dijete tako nešto nikada ne bi uradilo!“.
11. Zasjeinite ulogu koju vaš supružnik ima u porodici - ne dopustite mu da ima bilo kakav utjecaj. S djecom se povežite zbog njih samih.
12. Zbog svake sitnice redovno posjećujte ljekara.
13. Brinite se o obavezama i stvarima svoje djece i ne dopustite im nikada da preuzmu odgovornost.
14. Rješavajte probleme svoje djece - donosite odluke za njih.

#### • 44 načina da pokažete djeci da vam je stalo do njih

(Informativni materijal namijenjen roditeljima, preuzet iz projekta „Bolest ovisnosti kao najveći problem“, Općina Tešanj)

1. Mnogo puta ponovite riječ „volim“.
2. Nemojte kritizirati: Jednostavno im recite za bolji način.
3. Ako morate odvratiti svoju pažnju, nemojte odvratiti ljubav.
4. Učite djecu načelu „zašto“, ne samo „šta“ da rade ili ne rade.
5. Kažnjavajte s ljubavlju, posebno ako ste ljuti. Ako morate „kazniti“ ili „uskratiti“, pobrinite se da djeca znaju da je to iz ljubavi.
6. Zapamtite da se na djeci vidi najbolji odraz onoga čemu jesu ili nisu bila učena.
7. Učite djecu da vjeruju u istinu imajući vas kao primjer istinitosti i uzor koji ih najviše voli kada govore istinu.
8. Budite strpljivi, ne samo popustljivi.
9. Upitajte ih šta trebaju od vas – i učinite sve što je u vašoj moći da zadovoljite njihove potrebe.
10. Kada ste pod stresom i nemate vremena za njih, pomozite im da znaju da je vaše stanje uzrokovano nekim životnim prilikama, a ne njima i naglasite svoju ljubav.
11. Zapamtite da djeca često trebaju ljubav najviše kada se čini da „zaslužuju“ najmanje.
12. Pažljivo ih slušajte kad govore. Izbjegavajte da ih prekidate. Pružite im nepodijeljenu pažnju.
13. Pomozite im da nauče i osjete žalost, ne samo da kažu da im je žao.
14. Izvinite im se kada napravite neku grešku ili uradite nešto radi čega žalite.
15. Podučite ih etici, vrijednostima i načelima kao onome što mogu primijeniti u izboru

donošenja odluka.

16. Nikad ih ne ismijavajte, ne sramotite ili krivite. To nije njihova „greška“. To je pokazatelj onoga što žele ili šta trebaju naučiti ili od čega se trebaju odučiti.
17. Recite im koliko mnogo volite provoditi vremena s njima, ako to zaista mislite. Ako ne, ispitajte koji utjecaj sa strane – u tom trenutku i uopće – doprinosi da se na osjećate tako. Pronađite način da to promijenite unutar sebe.
18. Očekujte od njih i podržite ih da rade najbolje što mogu, nemojte očekivati ili zahtijevati perfekciju. Hvalite njihove napore, izbjegavajte im suditi.
19. Izbjegavajte ih porediti s nekim drugim; umjesto toga, pomozite im da razviju svoju posebnost i svoje Ja.
20. Znajte da će poštovati ono što kažete ako poštuju ono što jeste.
21. Potaknite ih da dijele i učite ih da dijele, ali ih ne tjerajte da dijele. Ako osjete dovoljno ljubavi u svojim životima, onda će biti u mogućnosti da dijele; ako ne mogu dijeliti, to znače da imaju potrebu za više ljubavi.
22. Grlite ih i dodirujte dok su manji. Kada postanu stariji, umjesto da kažete „Zagrlj me“, recite „Želim zagrljaj, a ti?“. Dopustite da grljenje bude njihov izbor.
23. Pomozite im da nauče osjećaj zahvalnosti, ne samo da kažu hvala.
24. Dajte im prostora kada im je potreban.
25. Hvalite više, kritizirajte manje.
26. Znajte da će dijete koje je osjetilo ljubav i izražavati ljubav. Dijete koje ne iskazuje ljubav treba osjetiti više ljubavi i osjetiti se više voljenim. Do tada bit će teško izvodljivo promijeniti djetetovo ponašanje.
27. Pomozite im da nauče kako i zašto da štede novac. Budite primjeren uzor za to.
28. Izbjegavajte naglašavati koliko nešto košta.
29. Neka uz vašu pomoć otkriju šta su značenje, namjera i zašto su oni važni da se čovjek osjeća dobro.
30. Ispunite ono što ste obećali. Ako ne ispunite svoju riječ, priznajte to. Pomozite im da shvate okolnosti prilike koje su uzrokovali promjenu u vašim planovima. Oni će zapaziti je li vaše držanje obećanja uobičajeno.
31. Odgovarajte im na postavljena pitanja.
32. Ako vam se ne sviđaju njihovi prijatelji, učite ih osobinama koje tražite u prijateljima.
33. Prisustvujte sportskim događajima u kojima učestvuju; upoznajte njihove učitelje i trenere.
34. Budite postojani.
35. Neka vam govore o tome kako se osjećaju. Pomozite im da nauče što su njihova osjećanja i kako da ih izraze.
36. Dajte im mnogo komplimenata i zbilja mislite to. Ako im ne možete davati komplimente, ispitajte zašto.
37. Predložite im bolje načine ponašanja kada se ne ponašaju dobro. Prvo podučavajte, nagrađujte često, shvaćajte ih, kaznu ostavite na zadnjem mjestu.
38. Kada se povuku, ponudite im ljubav umjesto zahtjeva i prijatnji.
39. Odgajajte ih dobrom hranom, pravite njihove omiljene obroke i pomažite im da mudro biraju hranu.
40. Učite ih da budu odgovorni u skladu s njihovim uzrastom; izbjegavajte ih koristiti da urade zadatke koji su vaša odgovornost.
41. Kada primijenite promjene u ponašanju, budite posebno dostupni tako da vam mogu ispričati o tome šta se događa.
42. Shvaćajte ih nakon što provedu težak dan.
43. Učite ih da dolaze tačno na vrijeme i da se drže onoga što su obećali. Budite im uzor u tome.
44. Volite ih bez obzira na sve – posebno naglasite svoju ljubav kad ste ljuti. Kad osjećate

Ljubav prema njima u vrijeme dok izražavate ljutnju, vaša ljutnja nije opasna. U suprotnom, oni mogu iskoristiti da je ljutnja sredstvo kojim nadomještate ljubav. Tada će naučiti da se boje ljutnje – vaše i svoje vlastite – i moguće je da razviju obrazac ponašanja kojim potiskuju ljutnju, kad se ljutnja nakupi postoji opasnost da se pretvori u bijes.

### • **Zašto trebamo reći NE drogama?**

(Informativni materijal namijenjen djeci i mladima, preuzet iz projekta „Bolest ovisnosti kao najveći problem“, Općina Tešanj)

1. Zato jer je to totalna šteta.
2. Droga izaziva mnogo problema.
3. Izaziva katastrofu u školi i ljubavi .
4. Frke s policijom, a možda i zatvor
5. Jadne odnose s prijateljima i porodicom.
6. Ovisnost

### • **Razvij svoje samopouzdanje**

(Informativni materijal namijenjen djeci i mladima, preuzet iz projekta „Bolest ovisnosti kao najveći problem“, Općina Tešanj )

1. Voli samog sebe jer znaš da si u redu.
2. Vjeruj sebi jer uz pomoć prijatelja možeš skoro sve.
3. Misli pozitivno jer nema nerješivih problema.
4. Prihvati svoje slabosti jer niko nije savršen.
5. Budi uporan – neka te ne slomi početni neuspjeh.
6. Budi odgovoran jer tvoj život je u tvojim rukama.

## Prilog V: Kontakti / Od koga možete tražiti pomoć?

### Vladine institucije na državnom i lokalnom nivou

Ministarstvo zdravstva FBiH  
Titova 9  
71000 Sarajevo  
tel/fax: 033 664 246, 033 664 245  
e-mail: kab.moh@bih.net.ba  
web: www.fmoh.gov.ba

Federalno ministarstvo zdravstva vrši upravne, stručne i druge poslove utvrđene zakonom koji se odnose na nadležnosti Federacije u oblasti zdravstva.

Zavod za javno zdravstvo F BiH  
Maršala Tita 9  
71000 Sarajevo  
tel/ fax 033 716 600, 033 220 548  
e-mail: zavodzz@bih.net.ba  
web: www.zzjzfbih.ba

Zavod za javno zdravstvo Federacije Bosne i Hercegovine je zdravstvena ustanova koja obavlja javno-zdravstvenu djelatnost na teritoriji Federacije.

Djelatnost zavoda usmjerena je na očuvanje i unaprjeđenje zdravlja stanovništva i podrazumijeva

- promociju zdravlja i prevenciju obolijevanja,
- kontrolu zaraznih bolesti,
- zdravlje i okoliš,
- planiranje i programiranje,
- istraživanje u javnom zdravstvu.

Zavod za alkoholizam i druge toksikomanije  
Kantona Sarajevo,  
Bolnicka 25  
71000 Sarajevo  
tel/fax: 033 219 738, 033 202 573  
e-mail: zalcnarc@bih.net.ba  
web: www.zalcnarc.net

Visoko specijalizirana zdravstvena ustanova za prevenciju tretman i rehabilitaciju ovisnika o alkoholu i drugim psihoaktivnim supstancama u Kantonu Sarajevo.

Zbog toga što ima jedinstven program liječenja, pruža usluge ovisnicima sa područja cijele BiH.

Kao samostalna ustanova djelu od 1977. godine

KJU „Porodično savjetovište“  
Avdage Šahinagića 14/II  
71000 Sarajevo  
tel/fax: 033 572 050, 209 112;  
e-mail: savsar2001@yahoo.com  
web: www.porodicnosa.ba

Njihova misija je pružanje psihosocijalnih usluga cijeloj populaciji kantona Sarajevo i šire, oslonjenih na koncept sistemske porodične terapije i rezultate naših razvojno-istraživačkih projekata primarne prevencije društveno-neprihvatljivih i rizičnih oblika ponašanja kod mladih, te pružanje podrške, pomoći i zaštite porodice kao nukleusa društva.

Prosvjetno – pedagoški zavod Kantona  
Sarajevo  
Reisa Džemaludina Čauševića 1  
71000 Sarajevo  
tel/fax: 033 233-827, 033 214-890  
web: www.ppzsa.iweb.ba

JU Kantonalni zavod za borbu protiv bolesti  
ovisnosti Zenica  
Aske Borića 28  
72 000 Zenica  
tel: 032 244 544; 032 244 543  
e-mail: zdkovisnostiih.net.ba  
web: www.zedo-ovisnost.ba

OŠ "Džemaludin Čaušević"  
Prvomajska 24  
71000 Sarajevo  
tel: 033 713 820  
fax: 611 651  
e-mail: skola4n7@bih.net.ba,  
osdzcausevic@bih.net.ba  
Kontakt: Branka Kukić, stručni saradnik u  
odgoju i obrazovanju

Stručno-pedagoška ustanova u sastavu  
Ministarstva obrazovanja i nauke Kantona  
Sarajevo.  
Osnovna djelatnost je da prate i vrednuju  
rezultate rada svih odgojno-obrazovnih  
ustanova na našem području, od predškolskog  
odgoja i obrazovanja do srednjeg obrazovanja.  
Primarna funkcija je da radom i zalaganjem  
doprinose unaprjeđivanju odgojno-obrazovnog  
rada u školama, u skladu sa suvremenim  
pedagoškim trendovima i nastavno-tehničkim  
standardima.

Posjeduju kapacitete za provođenje  
preventivnih programa, tretmana i  
rehabilitacije ovisnika i izgrađenu mrežu  
pružanja usluga na prostoru cijelog kantona.  
Trenutno imaju otvorenih 7 ambulanti i 3  
savjetovališta. Uskoro se otvara i hospitalna  
jedinica Detox, a u planu je i formiranje  
Dnevnog centra.

Iskustvo od 6 godina u preventivnom radu  
Implementirali projekt: koji je obuhvatao  
(edukacijsku i kreativnu komponentu) : likovni i  
literarni konkurs, školski eurosong, zidne  
novine, školska kinoteka, književno veče, kviz  
„Koliko znam“, izrada kataloga i prezentacije,  
humanitarna akcija za pomoć socijalno  
ugroženim učenicima; radionice i predavanja za  
učenike, roditelje i nastavnike, mobilni tim  
učenika koji realizuje časove odjeljske  
zajednice i završna manifestacija "Prevenција  
narkomanije i ostalih ovisnosti". Škola je  
uspostavila i saradnju sa zdravstvenim  
radnicima, krim policijom, lokalnom zajednicom  
i Zavodom za javno zdravstvo Kantona  
Sarajevo. Pokrenuli i projekt "Učionica bez  
nasilništva".

## Nevladine organizacije

Lokalna Fondacija FAMI  
Džemala Bijedića 2  
71000 Sarajevo  
tel./fax: 033 616 343, 033 617 564  
e-mail: alma@fondacijafami.org

*Ured Dobož*  
Nemanjina 18  
74000 Dobož  
tel/fax: 053 241 315, 053 242 217  
e-mail: dejan@fondacijafami.org

Caritas Biskupija Mostar- Duvno i Trebinje-  
Mrkan  
Zagrebačka 5A  
88000 Mostar  
tel/fax: 036 328 917, 036 328 918  
e-mail: caritas-mostar@tel.net.ba  
web: www.caritas-mostar.ba

Udruženje LINK za prevenciju ovisnosti i  
smanjenje štete  
Vrbovska 85  
71000 Sarajevo  
tel/fax: 033 717 555, 033 717 556,  
033 717 557  
web: www.link.ba

Udruženje KULT  
Obrazovno-raznodni centar za mlade  
SPAJALICA  
Banjska ul. 2  
71210 Ilidža  
tel/faks: 033 637 290  
e-mail: spajalica@kultbih.org  
web: www.kultbih.org

Aktivnosti u oblasti prevencije ovisnosti su fokusirane na sljedeće:  
Podržavanje timova porodične medicine u unaprjeđenju njihovih vještina za savjetovanje mladih, ali i ostalih pacijenata, u prevenciji svih vrsta ovisnosti i promociji zdravog življenja  
Podržavanje nadležnih institucija u oblasti zdravstva, kao i civilnog društvo u razvijanju projekata i inicijativa promocije zdravlja i prevencije ovisnosti (pušenje, alkohol, droga)

U okviru 14 godina djelovanja Caritasova Obiteljskog savjetovališta pružaju slijedeće usluge:  
- savjetodavni rada s pojedincima, parovima i obiteljima  
- rad s grupama za samopomoć  
- razvijanje preventivnih programa i preventivni rad s mladima po župama  
Cilj je pružiti psihosocijalnu podršku za kvalitetniji i zdraviji život.

Udruženje je nastalo na inicijativu grupe mladih ljudi – studenata fakulteta društvenih, informatičkih i humanističkih nauka uslijed potrebe za kvalitetnim načinom provođenja primarne prevencije ovisnosti o psihoaktivnim supstancama među djecom i mladima u Sarajevu, ali i cijeloj BiH.  
Kao *LINK* odlučili su stupiti u akciju i POVEZATI nevladine organizacije i vladine institucije s jedne strane i mlade koji su zainteresovani da volontiraju s druge strane.

Centar za mlade SPAJALICA, pod sloganom *Slobodno vrijeme sa smislom*, nudi mladim ljudima brojne sadržaje: kurseve stranih jezika i računara, kreativne kurseve (fotografije, crtanja, drvorezbarenja, glume i sl.), internet, hostel i dr. Osim toga, u svom programu imaju obuku omladinskih lidera/ica „Uči, misli i djeluj!“, kurseve traženja posla, komuniciranja, timskog rada i sl. Uz besplatno grupno i pojedinačno savjetovanje za djevojke, nudimo i savjetovanje za mlade, bez obzira na spol.

Mreža aktivnosti promocije zdravlja  
Institut za zaštitu zdravlja RS Regionalni  
zavod Doboj  
Meše Selimovića 101  
74000 Doboj  
tel/fax: 053 228 320, 053 227 965  
e-mail: zavodzzz@teol.net  
web: www.mapz.ba

OIA - Omladinska informativna agencija  
Branilaca Sarajeva 19b  
71000 Sarajevo  
tel/fax: 033 209 753  
e-mail: oia@oiabih.info  
web: www.oiabih.info

Udruženje IPAK - MGB  
Patriotske lige 10  
75000, Tuzla  
tel/fax: 035 257 097  
e-mail: ipak@ipak-mgb.ba  
web: www.ipak-mgb.ba

Partnerstvo za javno zdravstvo  
Tekija 24  
71000 Sarajevo  
tel/fax: 033 215 957, 033 205 161  
e-mail: ssokolija@cpha.ca  
web: www.pjz-pph.ba

Mreža aktivnosti promocije zdravlja čini "fond" aktivnosti (iskustva, studije, programi itd.) kako intervenisanja tako i istraživanja koje vrše grupe, pridajući posebnu pažnju onim aktivnostima koje uključuju učešće društva, međusektorsko djelovanje, zdravstvene politike i edukativno djelovanje. Aktivnosti se određuju pomoću upitnika za učešće u Mreži. Podaci se prikupljaju, unose i obrađuju u bazi podataka koja predstavlja potporu Mreže.

OIA BiH je nevladina i vanstranačka organizacija na nivou Bosne i Hercegovine, koja djeluje kao nezavisni institut za razvoj javnih politika prema mladima sa ciljem poboljšanja položaja mladih i povećanja njihove participacije u društvu.

IPAK je organizacija mladih sa iskustvom od 10 godina rada sa mladima. To je dinamičan tim mladih i odraslih ljudi koji planiraju, realiziraju i implementiraju projekte za kreiranje bolje budućnosti mladih u BiH. Nude priliku mladima u BiH da sami kreiraju svoj lični razvoj kao i širok spektar projekata za stvaranje bolje budućnosti.

Udruženje Partnerstvo za javno zdravstvo je dobrovoljna, društvena, multietnička, vanstranačka i neprofitabilna organizacija posvećena jačanju uloge civilnog društva u oblasti javnog zdravlja. Njihov zadatak je da putem članova, aktivnosti i suradnje sa drugima zalažu za opće poboljšanje zdravlja. Žele biti jedinstveni i jak glas u promociji zdravlja i prevenciji pojava koje dovode do narušavanja zdravlja.

## Međunarodne organizacije

GTZ - Njemačko društvo za tehničku saradnju  
Projekt podrške i razvoja omladinskih struktura u BiH  
Splitska ul. 14  
71000 Sarajevo  
tel/faks: 33 220 302  
e-mail: jasmin.besic@gtz.ba  
web: www.gtz.de

GTZ-ov Projekt podrške i razvoja omladinskih struktura u BiH, između ostalog, u saradnji s Udruženjem službenika za mlade u BiH (USM) pomaže općinama prilikom iniciranja, izrade i provođenja strategije za mlade. Neke općine prepoznale su mogućnost unošenja prevencije ovisnosti kao jedne od značajne oblasti djelovanja prema mladima u dokument strategije za mlade, te na taj način uspostavljaju planski i participativan pristup ovoj bitnoj temi. USM, uz podršku GTZ-a, obučava službenike/ce za mlade na osnovi certificiranog kurikuluma o svim temama koje su tiče politike prema mladima, te sveobuhvatno nudi savjetovanje onih koji se bave problematikom mladih ljudi.

## Učesnici programa „Dvogodišnje usavršavanje za praktičnu prevenciju ovisnosti u radu s mladima u BiH“

<b>Naira Hodžić</b> prof. predškolskog odgoja	Voditelj „Trauma centra“, HKO"Kruh sv. Ante" Zagrebačka 18, 71000 Sarajevo tel: 063 874 433, 033 711 121 e-mail: pat@bih.net.ba
<b>Mirela Ždralović</b> dipl. socijalni radnik	Socijalna radnica, HKO"Kruh sv. Ante" Zagrebačka 18, 71000 Sarajevo tel/fax: 033 711 121, 033 711 120 e-mail: mirela_zdralovic@yahoo.com
<b>Tarik Smailbegović</b> dipl. socijalni radnik	Socijalni radnik – istraživač, KJU „Porodično savjetovalište“ Sarajevo Avde Jabučice 54, 71000 Sarajevo mob: 061 275 712 tel: 033 572 050 e-mail: tariksmailbegovic@gmail.com
<b>Tamara Miskovic</b> dipl. socijalni radnik	e-mail: misk0054@d.umn.edu (za dodatne podatke kontaktirati NARKO-NE)
<b>Ileana Šnur</b> dipl. socijalni radnik	Projekt koordinatorica, HKO"Kruh sv. Ante" Zagrebačka 18, 71 000 Sarajevo mob: 061 347 757 tel/fax: 033 711 121; 033 711 120 e-mail: k.s.ante@bih.net.ba; illeanasnur@yahoo.com web: www.kruhsvante.ba
<b>Samir Selimović</b> dipl. socijalni radnik	Koordinator otvorenog prostora, Društveni centar Hermann Gmeiner Semira Frašte bb, 71000 Sarajevo mob: 061 217 918 tel: 033 465 452 e-mail: vukusici9@yahoo.com
<b>Mladenka Milanović</b> dipl.psiholog	Dom zdravlja - Centar za mentalno zdravlje Dobojo Lipac bb, 74000 Dobojo mob: 065 836 705 tel: 053 484 765
<b>Mirjana Brajković</b> dipl.psiholog	Psiholog, Caritas biskupije Mostar-Duvno i Trebinje Mrkan V 7, 88000 Mostar mob: 061 226 587 tel: 036 328 918 e-mail: camkibra@yahoo.com

**Antonela Čuljak**  
dipl. kateheta

Prosvjetni radnik O.Š. „Petra Bakule“  
Radočka 13, 8 000 Mostar  
tel: 063 319 906  
e-mail: antonela\_culjak@yahoo.com

**Almina Šatrović**  
dipl.socijalni radnik

Stručni suradnik, UG NARKO-NE  
Reisa Fehima Spahe 84, 71000 Sarajevo  
mob: 061 434 255  
tel: 033 223 285  
e-mail: almina.avdic@narkone.org,  
minkaa2004@hotmail.com

**Biljana Kosorić**  
prof. psihologije i pedagogije

Direktor, Ustanova za predškolski odgoj  
Pera Kosorića 34, 71350 Sokolac  
tel: 057 449 578  
e-mail: ssrs72so@teol.net

**Tea Vučina**  
mr.sc. psihologije

Psiholog dom zdravlja Mostar, Služba za govorne i  
psihofiziološke poteškoće;  
Franjevačka 30A, 88000 Mostar  
mob: 063 350 375; fax: 036 341 983  
e-mail: teavucina@hotmail.com

**Julija Glibo**  
dipl.psiholog

DAR, Rama  
88440, Prozor  
(za dodatne podatke kontaktirati NARKO-NE)

## Članovi radne grupe na projektu „Razvoj preventivnog programa u školama i lokalnoj zajednici 2007/2008“

### **Suvad Kulovac**

#### **Opština Doboj**

Službenik za mlade / Odnosi sa međunarodnom zajednicom, Kabinet načelnika opštine  
Hilandarska br. 1, 74000 Doboj  
tel: 053 205 610  
tel/fax: 053 205 621, 053 242 001  
e-mail: kabinetnacelnika@opstina-doboj.ba

### **Radomir Ostojić,** dipl. ekonomista

#### **Opština Doboj**

Odjeljenje za privredu i društvene djelatnosti  
Viši stručni suradnik  
Hilandarska br. 1, 74000 Doboj  
tel: 053 241 099  
fax: 053 241 099  
e-mail: kabinetnacelnika@opstina-doboj.ba

### **Marinko Jovanović,** prof. pedagogije i psihologije

#### **Grad Mostar**

Odjel društvenih djelatnosti  
Savjetnik za zdravlje i prevenciju ovisnosti  
Kralja Tvrtka b.b., 88000, Mostar  
tel/fax: 036 310 507  
e-mail: marinkojovanovic@mostar.ba

### **Sabina Memić,** prof. predškolskog odgoja

#### **Grad Mostar**

Odjel društvenih djelatnosti  
Služba za odgoj obrazovanje, mlade i sport  
Kralja Tvrtka b.b., 88000, Mostar  
tel/fax: 036 316 402  
e-mail: sluzba.za.mlade-grad.mostar@teol.net.ba

### **Anita Šimunović,** dipl. žurnalist

#### **Grad Mostar, Odjel društvenih djelatnosti**

Služba za odgoj obrazovanje, mlade i sport  
Kralja Tvrtka b.b., 88000, Mostar  
tel/fax: 036 316 402  
e-mail: sluzba.za.mlade-grad.mostar@teol.net.ba

### **Mersiha Bajraktarević,** dipl.socijalni radnik

#### **Općina Tešanj**

JU Dom zdravlja sa poliklinikom „Izudin Mulabećirević - Izo“,  
Centar za mentalno zdravlje  
tel./fax: 032 650 338  
tel./fax: 032 650 677  
e-mail: mersihabajraktarevic@yahoo.com

**Nadina Šabić,**  
dipl. pedagog

**Općina Zenica**  
OŠ "Skender Kulenović"  
Mustafe Čauševića br. 1, 72000 Zenica  
tel: 032 426 920  
fax: 032 426 921  
e-mail: skenderkulenovic@bih.net.ba

**Kanita Kulić,**  
dipl. pedagog

**Općina Zenica**  
OŠ "Skender Kulenović"  
Kordinatorator „Dnevnog centra“  
Mustafe Čauševića br. 1, 72000 Zenica  
tel: 032 426 920  
fax: 032 426 921  
e-mail: skenderkulenovic@bih.net.ba

**Stojan Bjelica,**  
dipl. politolog

**Opština Istočno Novo Sarajevo**  
Šef odsjeka za društvene djelatnosti  
Stefana Nemanje 1, 71123, Istočno Novo Sarajevo  
tel/fax: 057 340 710  
e-mail: opstinasn@opstinasn.net

**Stojan Šljuka,**  
mr. filozofije

**Opština Istočno Novo Sarajevo**  
Skupštinska Komisija Opštine Istočno Novo Sarajevo  
Stefana Nemanje 1, 71123, Istočno Novo Sarajevo  
tel/fax: 057 223 479  
057 340 710  
e-mail: ctojah1955@yahoo.co.uk

**Biljana Cvijetić,**  
dipl. ekonomist

**Opština Sokolac**  
Administrativna služba, Odjeljenje za privredu i društvene djelatnosti  
Samostalni stručni saradnik za nauku kulturu zdravstvo i informisanje  
Glasinačka bb, 71350, Sokolac  
tel: 057 448 712 lok. 110  
fax: 057 448 056  
e-mail: osokolac@teol.net

**Biljana Kosorić,**  
prof. psihologije i pedagogije

**Opština Sokolac**  
Ustanova za predškolski odgoj  
Direktor  
Pera Kosorića 34, 71350 Sokolac  
tel/fax: 057 449 578  
e-mail: sssrs72so@teol.net

## Literatura

„A participatory handbook for youth drug abuse prevention programmes“ United Nations Office on Drugs and Crime, New York 2002. godina.

„Socijalna zaštita – Tematski bilten“, Agencija za statistiku Bosne i Hercegovine, Sarajevo 2007. godina.

„Zloupotreba psihoaktivnih supstanci i lijekova“, Ismet Cerić, Nermana, Mehić-Basara, Lilijana Oruč, Habiba Salihović; Sarajevo 2007. godina.

Rezultati sondažnog istraživanja organizacije „Svjetionik“, Prijedor, decembar 2002. godina.

„Peergroup education u školi“, Zapisnik od seminara Vitez 12.-14.04.2002. godine, Gerald Koller A

„Koncept za Stručni institut za prevenciju ovisnosti i unaprjeđenje zdravlja“, Skripta za internu upotrebu, Gerald Koller, 1999. godina, Bozen

„Preventing drug use among children and adolescents“, Američki Nacionalni Institut za zloupotrebu droga NIDA, 2002. godina.

„Alkohol, droge i ostalo – koje mjere prevencije pomažu?“, Rainer Greca, 2004. godina.

DSA Silvia Franke, Dr. Ewald Hoeld, Beč. Handout na seminaru o prevenciji ovisnosti, 6-8. maj 2003. godine, Skripta za interne potrebe, Sarajevo

Bilten službenika za mlade, br. 1-4 (USM BiH), Prilozi o izradi strategije za mlade na lokalnoj razini, Jasmin Bešić, 2007. godina.

„Škakljiv zadatak: Prevencija ovisnosti“, 101 ideja za jačanje, unaprjeđivanje i očuvanje mentalnog i emocionalnog zdravlja, Heinrich Werthmüller. Izdavač SI TZT, 1997. godina, Meilen/Švicarska

The Bureau For At-Risk Youth, Plainview, New York;

[www.unodc.com](http://www.unodc.com) – United Nations Office on drugs and crime UNODC

[www.nida.com](http://www.nida.com) – National Institute on Drug Abuse NIDA

[www.bhas.ba](http://www.bhas.ba) – Agencija za statistiku Bosne i Hercegovine

[www.link.ba](http://www.link.ba) – Udruženje LINK za prevenciju ovisnosti i smanjenje štete

[www.at-risk.org](http://www.at-risk.org) –Biro for At Risk Youth Inc

## **Udruženje za prevenciju ovisnosti „NARKO-NE“**

je registrovano 16.09.2002.godine pri Ministarstvu civilnih poslova i komunikacija Bosne i Hercegovine, današnje Ministarstvo pravde BiH. Djeluje pod pokroviteljstvom „Kruha svetog Ante“, humanitarno-karitativne organizacije Franjevačke provincije „Bosne Srebrene“.

Udruženje NARKO-NE nastalo je na temelju spoznaje da su se nakon rata u BiH (‘92-‘95. godine) faktori rizika za razvoj ovisnosti kod mladih ljudi drastično povećali. Nestabilne političke i ekonomske strukture, visoka nezaposlenost, nedostatak perspektive za budućnost, smetnje u međuljudskim odnosima i socijalnim zajednicama, kao i posttraumatska opterećenost djece i roditelja, otežavaju izgradnju individualnih, komunikacijskih i drugih sposobnosti, kao i osvješćivanje javnosti, koje su potrebne mladima da bi mogli odgovorno učestvovati u razvoju svoje ličnosti i društva.

UG NARKO-NE od 2002. godine radi na problemima nastanka ovisnosti s ciljem smanjenja potražnje za psihoaktivnim supstancama u cjelokupnom bh. društvu.

Težište djelovanja usmjereno je na rad sa mladima. Organizacija educira, podržava i prati vođe vršnjaka, srednjoškolce i studente koji realiziraju aktivnosti na polju praktične prevencije ovisnosti. NARKO-NE omogućava mladima da **kroz neformalno obrazovanje jačaju svoju ličnost i stiču vještine za aktivno učestvovanje u razvoju zdravijeg društva**. Kroz profesionalne programe educiramo stručne saradnike iz partnerskih vladinih organizacija, koji podržavaju i prate rad mladih volontera.

U 2008. godini realiziramo **pet** projekata u koje je uključeno 128 volontera – srednjoškolaca i studenata:

1. **Stariji brat, starija sestra:** Podrška djeci i mladima iz socijalno i materijalno ugroženih porodica u Sarajevu i Istočnom Sarajevu. Projekat se realizira od 2004. godine i u njega je do sada bilo uključeno 140 volontera i 140 djece. U ovoj godini u projektu učestvuje 48 volontera/studenata i 48 djece. Projekat se realizuje u suradnji sa fakultetima i sa Centrima za socijalni rad.
2. **Intercity teatar projekat:** 22 srednjoškolca iz 6 bh. gradova: Busovača, Istočno Sarajevo, Sokolac, Vitez, Varešu, Visoko, zajedno osmišljavaju i vježbaju scenski prikaz problematičnih situacija povezanih sa konzumiranjem psihoaktivnih supstanci. Izvođenje predstave popraćeno je i izložbom plakata na navedenu temu. Predstava se izvodi u pomenutim gradovima iz kojih dolaze mladi – učesnici projekta. Projekat se realizuje od 2005. godine, u suradnji sa općinama, školama i vijećima učenika.
3. Preventivni magazin **PREVENTEEN:** 18 studenata i srednjoškolaca iz 7 gradova u BiH čine redakciju i dopisnički tim. Magazin se izdaje 4 puta godišnje i distribuira se srednjoškolcima širom BiH. Projekat se realizuje od 2006. godine, a financiran je od strane njemačkog donatora.
4. **Interkulturalne kreativne sedmice IKS** u Varešu i Vitezu: Cilj projekta je pružiti mladima iz ova dva grada mogućnost da na koristan i zabavan način provedu svoje slobodno vrijeme tokom ljetnog raspusta. Projekat se realizuje od 2002. godine i trenutno je u njega uključeno 40 volontera/srednjoškolaca. Donatori su razne fondacije i švicarska organizacija „Ostprojekt“.



**5. Usavršavanje pripravnika za preventivni rad sa socijalno isključenom djecom i mladima:** Osmam pripravnika, diplomiranih socijalnih radnika, psihologa ili pedagoga s kojim je NARKO-NE sklopio prvi ugovor o radu rade sedmično 4 radna dana u Centrima za socijalni rad ili u školi, a jedan dan učestvuju u edukativnom programa koji sprovodi NARKO-NE. Na radnom mjestu u ustanovi pripravnici se uz podršku i praćenje stručnih saradnika osposobljavaju za rad sa klijentima. Tako su u mogućnosti da upoznaju svakodnevni rad u instituciji ali i primjenjivati i inovativne metode i aktivnosti preventivnog rada sa grupama djece i mladih.

Udruženje NARKO-NE

Josipa Vancaša 21/2

tel 387 33 215 088

tel 387 33 223 333

fax 387 33 223 285

e-mail narkone@bih.net.ba

web www.narkone.org

## **Cilj 12. Evropske politike "Zdravlje za sve u 21. stoljeću" glasi:**

"Do 2015. godine štetni efekti za zdravlje nastali konzumiranjem supstanci koje izazivaju ovisnost kao što su duhan, alkohol i psihoaktivne droge, trebaju biti značajno smanjeni u svim zemljama članicama."

To podrazumijeva slijedeće:

1. procent nepušača starijih od 15 godina treba biti najmanje 80%, a kod mladih od 15 godina blizu 100%
2. konzumiranje alkohola po stanovniku ne smije se povećati, niti premaši 6 litara po stanovniku godišnje, a kod djece mlađe od 15 godina treba biti blizu nule
3. prevalencija uživanja nedozvoljenih psihoaktivnih droga treba se smanjiti najmanje za 25%, a smrtnost za 50%.

*Dokument SZO Ciljevi zdravlja za sve u 21. stoljeću*

### **Šta je zdravlje?**

„Zdravlje stvaraju i žive ljudi u svom svakodnevnom okruženju – tamo gdje se igraju, uče, rade i vole. Zdravlje nastaje tako što se brinemo za sebe i za druge, tako što je čovjek u stanju samostalno donositi odluke i kontrolirati vlastite životne okolnosti, kao i tako što društvo u kojem čovjek postavlja uvjete koji svim njegovim građanima i građankama omogućuju zdravlje.

*Svjetska zdravstvena organizacija, Ottawa Charta, 1986. godina.*