

## Započela je provedba edukativnog programa

### *PoMoZi Da!*



Program zdravstvenog opismenjavanja odgojno-obrazovnih djelatnika u području mentalnoga zdravlja djece i mladih - *PoMoZi Da* (Promicanje Mentalnog Zdravlja Djece)

Edukativnim programom *PoMoZi Da* želimo pomoći učiteljima i nastavnicima i svim drugim odgojno-obrazovnim djelatnicima u osnovnim i srednjim školama da budu osobe od povjerenja i podrške, da upute učenike na traženje pomoći te se ujedno želi stvoriti podržavajuća okolina djeci i mladima u kojoj će moći lakše očuvati i zaštititi svoje mentalno zdravlje.

Program je razvijen u sklopu projekta *Živjeti zdravo* Hrvatskoga zavoda za javno zdravstvo, sufinanciranoga iz Europskoga socijalnog fonda u sklopu Operativnoga programa Učinkoviti ljudski potencijali 2014. – 2020., elementa *Zdravstveno obrazovanje*, podelementa *Mentalno zdravlje*.

Edukativni program *PoMoZi Da* pruža **skup osnovnih znanja i vještina** koji odgojno-obrazovnim djelatnicima u njihovom svakodnevnom radu mogu olakšati prepoznavanje problema mentalnoga zdravlja učenika, ali i olakšati pristupanje i pružanje potrebne podrške učeniku s problemom te poticanje na traženje stručne pomoći. Iznimno je važno prepoznati probleme mentalnoga zdravlja djece i mladih što ranije kako bi se spriječilo pogoršanje u kasnijoj dobi ili kako bi, bez obzira na probleme, uz stručnu pomoć i vodstvo očuvali dobro mentalno zdravlje.

Programom su obuhvaćeni depresivno-anksiozni problemi kod djece i mladih te s njima povezani problemi samoozljeđivanja, razmišljanja o samoubojstvu, zlouporabe alkohola, gubitka i tugovanja.

Program se provodi u partnerstvu sa županijskim zavodima za javno zdravstvo i u suradnji s Agencijom za odgoj i obrazovanje.



***Edukativni program nudi dvije razine edukacije:***

**1. OSNOVNA RAZINA MENTALNOZDRAVSTVENE PISMENOSTI** – ima za cilj usvajanje osnovnih znanja potrebnih za prepoznavanja i razumijevanje problema mentalnoga zdravlja djece i mladih, pružanje psihološke prve pomoći i podrške te osnaživanje odgojne uloge učitelja i nastavnika u zaštiti mentalnoga zdravlja djece i mladih.

**2. NAPREDNA RAZINA MENTALNOZDRAVSTVENE PISMENOSTI**

Napredna razina je praktična i iskustvena nadogradnja i integracija teorijskoga znanja usvojenoga u sklopu osnovne razine.

U sklopu napredne razine mentalnozdravstvenog opismenjavanja uče se osnovne vještine pružanja psihološke prve pomoći učenicima koje razvijaju probleme u području mentalnog zdravlja, doživljavaju pogoršavanje postojećih problema ili proživljavaju emocionalnu krizu. Navedene vještine uče se tijekom trodnevničkih radionica koje **provode educirani stručnjaci za mentalno zdravlje djece i mladih iz županijskih zavoda za javno zdravstvo u svojim županijama.**

Vještine psihološke prve pomoći u području mentalnog zdravlja ne uče učitelje kako se postavljaju dijagnoze ili kako se provodi terapija, što je područje profesionalnih edukacija stručnjaka za mentalno zdravlje, već je riječ o **vještinama inicijalne emocionalne podrške učenicima.**

Prva pomoć i podrška u području mentalnoga zdravlja podrazumijeva pažljiv, brižan i suosjećajan pristup i razgovor s osobom. To nije vještina koja pripada samo stručnjacima za mentalno zdravlje, to je važna životna vještina, vještina koja se može naučiti.

### 3P koraci: Pristupi – Podrži – Potakni

**3P koraci** su okvirni vodič u pružanju psihološke prve pomoći i emocionalne podrške djeci i mladima tijekom neposrednoga razgovora. Kratica 3P označava tri osnovna koraka, odnosno elementa toga razgovora koji počinju slovom P – Pristupi, Podrži i Potakni.



Nakon završetka napredne razine polaznici postaju dio mreže **3P mentora** - odgojno-obrazovnih djelatnika koji su dobili osnovna znanja i vještine pružanja psihološke prve pomoći djeci i mladima s depresivno-anksioznim problemima.

#### Kako pristupiti edukaciji?

1. Prijave odnosno upute o načinu registracije na **osnovnu razinu edukativnoga programa PoMoZi Da** objavljene su na poveznici Agencije za odgoj i obrazovanje za stručna usavršavanja <http://ettaedu.azoo.hr/>. Potražite u nazivu edukaciju *PoMoZi Da*.

**PRISTUP E-KOLEGIJU PREMA UPUTAMA S ETTAEDU JE VEĆ MOGUĆ. POGLEDAJTE I PRIJAVITE SE!**

**E-KOLEGIJ ĆE BITI KONTINUIRANO OTVOREN sve do kraja školske godine 2021./2022.! Potrebno je samo dobiti uputu o prijavi preko ETTEDU sustava.**

2. Da biste završili edukaciju i postali **3P mentor**, prijavite se nakon osnovne razine i na **naprednu razinu u svojoj županiji**.

Više informacija potražite na našim mrežnim stranicama <https://zivjetizdravo.eu/category/mentalno-zdravlje/> ili u svojim županijskim zavodima za javno zdravstvo.