Mostovi podrške 2026

Međuresorna suradnja za mentalno zdravlje zajednice

ZBORNIK SAŽETAKA

Stručni skup

Mostovi podrške 2026. – Međuresorna suradnja za mentalno zdravlje zajednice

DRUŠTVO PSIHOLOGA VIROVITIČKO-PODRAVSKE ŽUPANIJE

OBC OBITELJSKI CENTAR

Virovitica, 7. listopada 2026.

Mostovi podrške 2026

Međuresorna suradnja za mentalno zdravlje zajednice

Ovaj zbornik podsjetnik je na sadržaj stručnog skupa
„Mostovi podrške – suradnja za mentalno zdravlje zajednice“,
održanog 7. listopada 2026. godine.

Želimo da vam bude svojevrsni orijentir na putevima novih spoznaja. Neosporno je da dodatna znanja omogućavaju lakše suočavanje s novim izazovima i bolje snalaženje u nepredvidljivim okolnostima.

S povjerenjem u vaše profesionalno djelovanje želimo da u svojim sredinama promičete kvalitetan rad u svim područjima naše profesije.

Zahvalni smo svima koji su osobno doprinijeli organizaciji.

Organizacijski i programski odbor:
Sanja Milković Šipek, prof. psih., predsjednica Društva psihologa Virovitičko-podravske županije (DP VPŽ)
Sandra Matošina Borbaš, univ. spec. prof. psih., upraviteljica Područne službe Virovitičko-podravske, Obiteljski centar i članica DP VPŽ
Ivana Kostelac, mag. psych. / univ. spec. clin. psych., dopredsjednica DP VPŽ
Dragana Jandrić, mag. psych., članica DP VPŽ
Sanja Topić, mag. psych., članica DP VPŽ
Antonela Cabunac, mag. psych., članica i tajnica DP VPŽ

VIROVITICA, 7. LISTOPADA 2026.

Mostovi podrške 2026

Međuresorna suradnja za mentalno zdravlje zajednice

7. listopada 2026. | Obiteljski centar PS Virovitičko - podravska

Organizatori

DRUŠTVOPSIHOLOGA VIROVITIČKO-PODRAVSKE ŽUPANIJE

OBITELJSKI CENTAR

PROGRAM

8:30 - 9:00 *Okupljanje sudionika*

9:00 - 9:15 *Pozdravni govori domaćina*

POZVANA PREDAVANJA

9:15 - 9:45 **Autodestruktivnost kod mladih odraslih – kako prepoznati i kako reagirati?**
Sanea Mihaljević, Zavod za javno zdravstvo Sv. Rok Virovitičko-podravske županije

9:45 - 10:15 **Psihološka podrška trudnicama i rodiljama – most između ginekologije i mentalnog zdravlja**
Tihana Starčević, Klinika za ginekologiju i opstetriciju, KBC Osijek

10:15 - 10:45 **Nacionalni standardi prevencije ovisnosti kao opći alat za unapređenje kvalitete preventivnog rada**
Marko Štengl, Služba za prevenciju, unapređenje kvalitete stručnog rada i supervizija, Obiteljski centar - Središnja služba

10:45 – 10:50 ***Pitanja i rasprava***

10:50 - 11:10 ***Pauza***

USMENA IZLAGANJA

11:10 – 11:20 **Mostovi suradnje u zaštiti dobrobiti djece: perspektive stručnjaka s područja Osječko-baranjske županije**
Anita Barišić, Pravni fakultet Osijek; Alenka Aladrović Deklman, Obiteljski centar, Područna služba Osječko – baranjska; Lara Rašić, Pravni fakultet Osijek

11:20 – 11:30 **Utjecaj obiteljskih kriza na djecu osnovnoškolskog uzrasta**
Antonela Cabunac i Sabina Vukić, Osnovna škola Suhopolje

11:30 – 11:40 **Odgajatelj kao most podrške – prikaz međuresorne suradnje u zaštiti mentalnog zdravlja učenika učeničkog doma**
Maja Manojlović, Učenički dom Virovitica

11:40 – 11:50 **Prikaz istraživanja: Chatbot (ni)je moj prijatelj: Emocionalna povezanost adolescenata u Virovitičko-podravskoj županiji s alatima umjetne inteligencije i njihova zastupljenost u obiteljskoj komunikaciji**
Sanja Milković Šipek, Obiteljski centar, PS Virovitičko-podravska; Vlatka Šelimber Ivanec, Kuća Petra Preradovića

11:50 – 12:00 **POP UP festival emocija, prava i dobrobiti djeteta-primjer pozitivne prakse rada na emocionalnom opismenjavanju djece i mladih**
Martina Demeter Franjić, Osnovna škola Vladimira Nazora Daruvar; Kristina Kanis Uldrijan, Veteranski centar, Podružnica Daruvar

12:00 – 12:10 **Prikaz istraživanja - TI si bitan/na - razumijevanje mentalnog zdravlja na području VPŽ**
Sandra Matošina Borbaš, SOS Virovitica

12:10 – 12:20 **Škola psihološke otpornosti**
Dragana Jandrić i Ema Duvnjak, Osnovna škola August Cesarec Špišić Bukovica

12:20 – 12:30 **Učiti i osjećati: škola koja brine o cjelovitom razvoju učenika**
Ivana Pavelić, Osnovna škola Ivan Goran Kovačić, Zdenci

12:30 - 12:35 e- poster
Razvoj socijalno-emocionalnih vještina učenika s intelektualnim teškoćama
Maja Štampar, Centar za odgoj, obrazovanje i razvojnu podršku dr. Terezija Salaj Rakić Virovitica

12:35 - 12:40 ***Pitanja i rasprava***

12:40 - 13:05 ***Pauza***

13:05 – 13:15 **Što kada roditelj kaže "NE" - Izazovi neprihvaćanja teškoća u razvoju**
Mateja Oberling, Osnovna škola Ivane Brlić – Mažuranić Virovitica

13:15 – 13:25 **Kad posao postane poziv, a studij njegova nadogradnja**
Elena Koleno, Osnovna škola Mikleuš

13:25 – 13:35 **Snaga podrške: pomoćnici u nastavi i mentalno zdravlje**
Nina Babić i Sanja Topić, Osnovna škola Ivane Brlić-Mažuranić Virovitica

13:35 – 13:45 **Psihosocijalna i psihološka podrška hrvatskim braniteljima mostovi u prevladavanju krize**
Jasna Per-Kožnjak, Psihološki centar Putokaz, Virovitica

13:45 – 13:55 **Zdravstvena pismenost**
Antonia Oršulić Erjavec i Ivana Štetić, Učenički dom Virovitica

13:55 – 14:05 **Neki prediktori psihičke dobrobiti i teškoća roditelja djece s dijabetesom tip 1**
Ivana Kostelac, Udruga dijabetes klub tip 1, Virovitica

14:05 – 14:15 **Ima li mjesta za razgovor o mentalnom zdravlju u korporaciji? / Od teorije do razgovora: Psihološke radionice kao podrška mentalnom zdravlju zaposlenika**
Heidi Černeli, Ergomed Istraživanja Zagreb

14:15 – 14:25 **Bolnica i knjižnica - partneri u unaprjeđenju mentalnog zdravlja hrvatskih branitelja Virovitičko-podravske županije**
Anita Županić, Opća bolnica Virovitica; Nela Krznarić, Gradska knjižnica i čitaonica Virovitica

14:25 – 14:30 e- poster
Podrška onima koji pružaju podršku: Zašto nam je supervizija u vrtićima neophodna?
Sabire Osmani, Vrtić Palčić, Orahovica

14:30 – 14:40 ***Pitanja i rasprava***

14:40 - 14:45 ***EVALUACIJA SKUPA*** ☑

14:50 ***ZATVARANJE SKUPA***

POZVANI PREDAVAČI

Sanea Mihaljević: Autodestruktivnost kod mladih odraslih – kako prepoznati i kako reagirati?

Ime i prezime: Dr.sc. Sanea Mihaljević, dr.med.spec.psihijatar
Zvanje: psihijatar
Ustanova: Zavod za javno zdravstvo sveti Rok Virovitičko-podravske županije
E-mail: sanea.mihaljevic@zzjzvpz.hr

Ključne riječi: autodestruktivnost, mladi odrasli, krizna intervencija

Sažetak: Autodestruktivna ponašanja kod mladih odraslih u dobi iznad 18 godina predstavljaju značajan javnozdravstveni i društveni izazov. Razdoblje prijelaza u odraslu dob obilježeno je brojnim razvojnim promjenama, povećanom odgovornošću i suočavanjem s akademskim, profesionalnim i interpersonalnim zahtjevima, što kod dijela mladih može dovesti do razvoja autodestruktivnih obrazaca ponašanja. Oni se mogu očitovati kroz samoozljeđivanje, suicidalne misli i ponašanja, zlouporabu psihoaktivnih tvari, rizična ponašanja, poremećaje hranjenja te druge oblike ugrožavanja vlastitog zdravlja i sigurnosti. Izlaganje će prikazati najčešće čimbenike rizika i zaštitne čimbenike povezane s autodestruktivnim ponašanjima kod mladih odraslih, s posebnim naglaskom na važnost ranog prepoznavanja znakova upozorenja i procjene razine rizika. Bit će predstavljene smjernice za komunikaciju s mladom osobom u krizi, načela pružanja psihološke prve pomoći te mogućnosti upućivanja na odgovarajuće oblike stručne podrške. Kroz prikaz primjera iz prakse i preporuka utemeljenih na suvremenim stručnim spoznajama sudionici će steći praktične smjernice za pravodobno i primjereno reagiranje, uz naglasak na multidisciplinarnu suradnju i osnaživanje zaštitnih čimbenika koji doprinose oporavku i očuvanju mentalnog zdravlja mladih odraslih.

Tihana Starčević: Psihološka podrška trudnicama i rodiljama – most između ginekologije i mentalnog zdravlja

Ime i prezime: Tihana Starčević, mag.psych
Zvanje: psiholog
Ustanova: KBC Osijek
E-mail: tihana.starcevic@gmail.com

Ključne riječi: psihološka podrška, prenatalno mentalno zdravlje, perinatalno mentalno zdravlje, postnatalno mentalno zdravlje, prevencija, MPO, vezanost majka–dijete

Sažetak: Mentalno zdravlje djeteta oblikuje se već u trudnoći i prvim danima nakon poroda, kroz kvalitetu majčinog psihičkog stanja i ranu vezanost majka–dijete, no ova tema u stručnoj i javnoj svijesti često ostaje u sjeni tjelesnog zdravlja trudnice i novorođenčeta. U izlaganju će biti prikazan model psihološkog rada unutar ginekološko-opstetricijske klinike, strukturiran kroz tri razine prevencije: univerzalnu (psihoedukacija i probir kod svih trudnica), selektivnu (dodatna podrška prepoznatim rizičnim skupinama, uključujući posebnosti psihičkog opterećenja žena koje prolaze postupke potpomognute oplodnje – MPO, gdje se dugotrajna neizvjesnost i strah od neuspjeha isprepliću s procesom postajanja roditeljem) i indiciranu (intervencija kod već izraženih simptoma). Posebna pažnja posvetit će se odnosu majke i djeteta u najranijoj fazi, kako majčino psihičko stanje utječe na ranu vezanost te zašto je taj odnos jedan od najsnažnijih prediktora mentalnog zdravlja djeteta u kasnijem razvoju. Cilj izlaganja je senzibilizirati stručnjake iz drugih sustava skrbi o mentalnom zdravlju za značaj psihologa unutar ginekološko-opstetricijske klinike te približiti perinatalno razdoblje kao ključnu, no često nevidljivu, točku u sustavnoj brizi o mentalnom zdravlju djece, mladih i obitelji.

Marko Štengl: Nacionalni standardi prevencije ovisnosti kao opći alat za unapređenje kvalitete preventivnog rada

Ime i prezime: Marko Štengl, mag. paed. soc.
Zvanje: socijalni pedagog
Ustanova: Obiteljski centar, Služba za prevenciju, unaprjeđenje kvalitete stručnog rada i superviziju
E-mail: Marko.Stengl@socskrb.hr

Ključne riječi: preventivni programi, ovisnost, standardi

Sažetak: Izlaganje predstavlja Nacionalne standarde prevencije ovisnosti kao praktičan alat usvojen na nacionalnoj razini za unapređenje i ujednačavanje preventivnog rada u području ovisnosti. Predstavljaju važan alat za pomak od preventivnog rada usmjerenog prvenstveno na provedbu aktivnosti prema sustavnom, znanstveno utemeljenom i evaluiranom preventivnom djelovanju. Njihova primjena može doprinijeti kvalitetnijem planiranju, većoj dosljednosti provedbe, jačanju kompetencija stručnjaka te povećanju odgovornosti za učinke svih preventivnih intervencija. Primjenjuje ih se za izradu novih te za unapređenje postojećih programa. Kvaliteta preventivnog rada ne ovisi samo o izboru aktivnosti, već o tome koliko su intervencije temeljene na procjeni potreba, dobrom odabiru ciljane populacije i kvalitetnoj provedbi. Iskustva iz prakse i istraživanja ukazuju na potrebu za sustavnim planiranjem, standardiziranom provedbom i evaluacijom preventivnih programa. Standardi strukturiraju preventivni proces kroz četiri međusobno povezane faze: planiranje, razvoj, implementaciju i evaluaciju, uz horizontalne standarde koji se odnose na etička načela i kompetencije provoditelja. Polaze od procjene potreba i jasno definirane ciljne skupine, preko prepoznavanja relevantnih rizičnih i zaštitnih čimbenika te odabira teorijski i empirijski utemeljenih pristupa, do prilagodbe kontekstu, praćenja kvalitete provedbe i procjene ishoda. Time standardi pružaju okvir za donošenje informiranih odluka i sustavno prepoznavanje područja koja zahtijevaju unapređenje.

IZLAGAČI

Mostovi suradnje u zaštiti dobrobiti djece: perspektive stručnjaka s područja Osječko-baranjske županije

Autor/i:
dr.sc. Anita Barišić, Pravni fakultet Osijek, abarisic@pravos.hr
Alenka Aladrović Deklman, dipl.soc., Obiteljski centar, Područna služba osječko – baranjska, alenka.aladrovic@socskrb.hr
Lara Rašić, univ. mag. act. soc., Pravni fakultet Osijek, lrasic@pravos.hr

Ključne riječi: međuresorna suradnja, socijalna skrb, obrazovni sustav, zaštita dobrobiti djece

Sažetak: Dobrobit djece povezana je s njihovim sigurnim razvojem, ostvarivanjem prava te zaštitom od svih oblika nasilja, zanemarivanja i drugih razvojnih rizika. Budući da se rizici za dobrobit djece pojavljuju u različitim životnim okruženjima, njihovo prepoznavanje i zaštita zahtijevaju koordinirano djelovanje različitih javnih sustava. Stručnjaci iz sustava socijalne skrbi, odgoja i obrazovanja, zdravstva, pravosuđa i unutarnjih poslova raspolažu različitim informacijama o djetetu i njegovoj obitelji, zbog čega je međuresorna suradnja ključan preduvjet cjelovite procjene potreba djeteta te planiranja i pružanja odgovarajuće podrške (Killén, 2001.; Karačić, 2021.; UNICEF, 2021.). U izlaganju će se prikazati dio rezultata kvalitativnog istraživanja provedenog s djelatnicima sustava socijalne skrbi (N = 12) i predstavnicima sustava odgoja i obrazovanja (N = 12) na području Osječko- baranjske županije. Cilj istraživanja bio je steći uvid u iskustva, percepcije i funkcioniranje međuresorne suradnje između sustava socijalne skrbi i sustava odgoja i obrazovanja u području zaštite dobrobiti djece. Podaci su prikupljeni primjenom polustrukturiranih intervjua te analizirani metodom tematske analize. U izlaganju će biti predstavljeni rezultati koji se odnose na iskustva sudionika o načinu funkcioniranja međuresorne suradnje, prepoznate izazove i prepreke u suradnji i čimbenike koji pridonose njezinoj učinkovitosti te prijedloge za unapređenje suradnje između dvaju sustava. Dobiveni nalazi mogu pridonijeti boljem razumijevanju međuresorne suradnje u području zaštite dobrobiti djece te poslužiti kao temelj za razvoj učinkovitijih modela suradnje i unapređenje javnih politika usmjerenih zaštiti djece i podrški njihovim obiteljima.

Utjecaj obiteljskih kriza na djecu osnovnoškolskog uzrasta

Autor/i:
Antonela Cabunac, mag.psych., Osnovna škola Suhopolje, antonela.sreter@gmail.com
Sabina Vukić, mag.educ.philol.angl. et mag.paed., Osnovna škola Suhopolje, ured@os-suhopolje.skole.hr

Ključne riječi: obiteljska kriza, djeca osnovnoškolskog uzrasta, školsko funkcioniranje, podrška djetetu, međuresorna suradnja

Sažetak: Obiteljske krize, poput razvoda roditelja, smrti ili bolesti člana obitelji, ekonomskih teškoća, nasilja, preseljenja ili odvajanja, mogu značajno narušiti osjećaj sigurnosti i stabilnosti djeteta te se odraziti na njegovo emocionalno, socijalno i školsko funkcioniranje. Cilj izlaganja je prikazati načine na koje djeca osnovnoškolskog uzrasta doživljavaju obiteljsku krizu, kako se njihove reakcije razlikuju s obzirom na razvojnu dob te koje znakove odgojno-obrazovni djelatnici i stručnjaci mogu prepoznati u školskom okruženju. Posebna će se pozornost posvetiti promjenama u ponašanju, emocionalnim teškoćama, povlačenju ili agresivnosti, smanjenoj motivaciji, teškoćama koncentracije, padu školskog uspjeha, izostancima te narušenim odnosima s vršnjacima i odraslima. Izlaganje će naglasiti da djetetova reakcija ne ovisi samo o vrsti kriznog događaja, nego i o njegovoj dobi, dostupnim zaštitnim čimbenicima, kvaliteti obiteljskih odnosa i pravodobnosti pružene podrške. Bit će predstavljene osnovne smjernice za postupanje škole: stvaranje sigurnog i predvidljivog okruženja, pružanje emocionalne podrške, individualni rad s djetetom, suradnja s roditeljima te povezivanje sa sustavima socijalne skrbi, zdravstva i drugim nadležnim službama. Doprinos izlaganja ogleda se u jačanju ranog prepoznavanja teškoća i usklađenog međuresornog djelovanja radi zaštite dobrobiti djeteta i sprječavanja dugoročnih posljedica obiteljske krize.

Odgajatelj kao most podrške – prikaz međuresorne suradnje u zaštiti mentalnog zdravlja učenika učeničkog doma

Autor/i:
Maja Manojlović, mag.psych., Učenički dom Virovitica, maja.sajatovic94@gmail.com

Ključne riječi: mentalno zdravlje, prilagodba na srednju školu, odgajatelj, međuresorna suradnja

Sažetak: Prijelaz iz osnovne u srednju školu predstavlja razvojno osjetljivo razdoblje tijekom kojega se učenici suočavaju s novim akademskim, socijalnim i emocionalnim zahtjevima. Rano prepoznavanje odgojno- obrazovnih i psihosocijalnih potreba učenika te kvalitetna međuresorna suradnja predstavljaju važne zaštitne čimbenike očuvanja mentalnog zdravlja. Cilj izlaganja je prikazati ulogu odgajatelja u učeničkom domu kao koordinatora podrške kroz stručni prikaz slučaja učenika prvog razreda srednje škole koji je tijekom prilagodbe iskazivao izražene teškoće u učenju i usvajanju nastavnih sadržaja, što se odražavalo na njegov školski uspjeh, samopouzdanje i emocionalno funkcioniranje. U izlaganju će biti prikazan proces ranog prepoznavanja učenikovih potreba te planiranja i provedbe intervencija podrške kroz koordiniranu suradnju odgajatelja, roditelja, razrednika i stručnih suradnika škole. Poseban naglasak stavlja se na ulogu odgajatelja kao poveznice između svih uključenih dionika koji koordinira komunikaciju, potiče razmjenu informacija, usklađuje odgojno-obrazovne postupke te kontinuirano prati učenikovo funkcioniranje i napredak. Prikaz slučaja ističe važnost partnerske suradnje učeničkog doma, škole i obitelji u pružanju pravodobne i cjelovite podrške učeniku te naglašava ulogu odgajatelja kao koordinatora međuresorne suradnje u zaštiti mentalnog zdravlja.

Prikaz istraživanja: Chatbot (ni)je moj prijatelj: Emocionalna povezanost adolescenata u Virovitičko-podravskoj županiji s alatima umjetne inteligencije i njihova zastupljenost u obiteljskoj komunikaciji

Autor/i:
Sanja Milković Šipek, prof. psihologije, Obiteljski centar, PS Virovitičko-podravska, sanjamilkovic@yahoo.com
dr.sc. Vlatka Šelimber Ivanac, DIGI ART, Virovitica, vlatka@digiart.hr

Ključne riječi: obiteljska komunikacija, umjetna inteligencija, adolescenti, roditelji, emocionalna povezanost, usamljenost

Sažetak: Snažan razvoj razgovornih robota, odnosno chatbotova promijenio je način na koji koristimo internet, ali i komuniciramo, ne samo u digitalnom, već i u stvarnom svijetu. To je utjecalo na našu svakodnevicu i doživljaj chatbotova kojima se sve češće obraćamo kao pouzdanim izvorima informacija, tražeći od njih pomoć i savjete u raznim područjima života. Cilj istraživanja bio je ispitati razvija li se emocionalna povezanost adolescenata s umjetnom inteligencijom u obliku chatbotova te kako chatbotovi – iz perspektive adolescenata i roditelja – oblikuju komunikaciju unutar obitelji; preuzimaju li, u određenoj mjeri, uloge osobe od povjerenja i savjetnika kojem se članovi obitelji mogu obratiti za pomoć. Rezultati pokazuju da se unutar obitelji razgovara o osjećajima i školskim obavezama, dok su teme digitalnih tehnologija i umjetne inteligencije nedovoljno zastupljene. Adolescenti su upoznatiji s chatbotovima koje koriste češće nego roditelji što dovodi do digitalnog jaza. Osjećaj usamljenosti povezan je s učestalijim korištenjem chatbota za razgovor o važnim osobnim temama te antropomorfizacijom umjetne inteligencije.

POP UP festival emocija, prava i dobrobiti djeteta-primjer pozitivne prakse rada na emocionalnom opismenjavanju djece i mladih

Autor/i:
Martina Demeter Franjić, mag. Ped. Soc. Osnovna škola Vladimira Nazora Daruvar, martina.demeter@skole.hr
Kristina Kanis Uldrijan, dipl. Psiholog – prof., Veteranski centar, Podružnica Daruvar, kristina.kanis@gmail.com

Ključne riječi: POP UP Festival, Daruvar, emocionalna pismenost djece i mladih

Sažetak: S ciljem zaštite mentalnog zdravlja djece i mladih, promičući područje emocionalnog opismenjavanja i emocionalne inteligencije, prije 10 godina u Daruvaru je pokrenut POP-UP festival emocija, dobrobiti i prava djeteta. Veže se uz Svjetski dan djece- 20.11. i dio je globalnog festivala emocija koji je inicirala Six-seconds organizacija iz Amerike uz potporu Unicefa. Programske aktivnosti, prilagođene specifičnim potrebama i interesima djece i mladih u lokalnoj zajednici, usmjerene su na radionice emocionalne pismenosti za djecu i mlade u odgojno obrazovnim ustanovama, razne aktivnosti za javnost- interaktivna predavanja, predstave za djecu i kino projekcije vezane uz emocije i odrastanje, Kućica emocija na glavnom gradskom trgu kao psihoedukativni POP UP kutak, igraonica i čitaonica, te edukacije za odgojno obrazovne stručnjake i stručnjake socijalne skrbi- regionalni stručni skup koji podržava Agencija za odgoj i obrazovanje. Neke od dosadašnjih tema obuhvaćenih provedbom bile su emocionalne teškoće djece i mladih, emocije i mozak, mindfulness, razvoj socioemocionalnih vještina kroz primjenu terapije igrom, ekspresivne tehnike u radu s djecom i mladima. Osobito smo ponosni na 2022. Godinu kada smo realizirali Fulbrightovu stipendiju Američke ambasade i na višetjedni boravak ugostili dr.sc. Alinu Vehuni s temom razvoja, implementacije i primjene novih metoda socioemocionalnog učenja u odgoju i obrazovanju. Kroz usmeno izlaganje upoznat ćemo sudionike s Festivalom, načinima provedbe aktivnosti te pobliže dočarati zašto je POP UP postao prepoznatljiv primjer pozitivne prakse rada na području emocionalne pismenosti djece i mladih kao i dječje dobrobiti u lokalnoj zajednici ali i šire.

Prikaz istraživanja – TI si bitan/na – razumijevanje mentalnog zdravlja na području VPŽ

Autor/i:
Sandra Matošina Borbaš, univ.spec.prof.psihologije, SOS Virovitica, smborbas@gmail.com

Ključne riječi: mentalno zdravlje, mladi, rizični čimbenici, nasilje, zaštitni čimbenici

Sažetak: Cilj projekta „Ti si bitan/na!“ kojeg financira Virovitičko-podravska županija je povećati razumijevanje mentalnog zdravlja mladih na području Virovitičko-podravske županije. Istraživanje je provedeno kroz ovaj projekt putem online obrasca koji je provodila udruga SOS Virovitica uključivalo je 499 ispitanika od čega je 411 ispitanika stanovalo na području VPŽ, dominantno u dobi od 15-17 godina. U upitniku se ispitivalo 6 kategorija vezanih uz mentalno zdravlje: društvena dobrobit i ostvarivanje potencijala, osjećaj pripadnosti i percepcija društva, obitelj i mentalno zdravlje, nasilje, simptomi teškoća mentalnog zdravlja te podrška i traženje pomoći. Istraživanje je pokazalo da tri četvrtine mladih ima neke teškoće u obiteljskoj dinamici te otprilike isti broj mladih ima neku teškoću mentalnog zdravlja. Najjači prediktor teškoća mentalnog zdravlja je narušena obiteljska dinamika dok je podrška obitelji najjači zaštitni čimbenik. Polovica mladih nema potrebe za traženjem pomoći dok polovica onih koji žele podršku i pomoć istu smatraju lako dostupnom. Nasilje je doživjelo 60% mladih i to najčešće u školi ili na fakultetu. Posebno rizična skupina su ispitanice ženskog spola koja se u svim kategorijama pokazala više izložena rizičnim čimbenicima.

Škola psihološke otpornosti

Autor/i:
Dragana Jandrić, mag. psych., OŠ August Cesarec Špišić Bukovica, dragana.jandric1902@gmail.com
Ema Duvnjak, mag.philol.hung.et mag.paed., OŠ August Cesarec Špišić Bukovica, ema.zelembrz@skole.hr

Ključne riječi: mentalno zdravlje, psihološka otpornost, prevencija

Sažetak: Škola psihološke otpornosti školski je preventivni projekt koji se provodi unazad dvije školske godine u sklopu OŠ A.Cesarec Špišić Bukovica. Uključuje četiri radionice na teme: psihološke otpornosti, mindfulnessa te primjene različitih tehnika i alata za samopomoć kao i podizanja svijesti o problemima mentalnog zdravlja. Osim preventivnog djelovanja cilj projekta je skinuti stigmu sa traženja psihološke pomoći kada se pojave problemi mentalnog zdravlja. Osim rada s učenicima, u projektu su planirana i predavanja za roditelje i školske djelatnike te su u projekt bile uključene i vanjske institucije - HZJZ i Obiteljski centar VPŽ, što je dobar primjer međuresorne suradnje.

Učiti i osjećati: škola koja brine o cjelovitom razvoju učenika

Autor/i:
Ivana Pavelić, dipl. učiteljica razredne nastave, Osnovna škola Ivan Goran Kovačić, Zdenci, ivana.steger@skole.hr

Ključne riječi: mentalno zdravlje, socio-emocionalne kompetencije, školska klima, dobrobit učenika, primjeri dobre prakse

Sažetak: Rad se bavi ulogom škole u očuvanju mentalnog zdravlja učenika kroz razvoj socio-emocionalnih kompetencija i stvaranje poticajnog i sigurnog školskog okruženja. Polazište rada jest uočeni porast stresa, poteškoća u međuljudskim odnosima i emocionalnih izazova s kojima se učenici suočavaju u svakodnevnom školskom življenju. Cilj izlaganja je prikazati kako se mentalno zdravlje može sustavno razvijati unutar odgojno-obrazovnog procesa, ne kao izdvojena aktivnost, već kao integrirani dio svakodnevne prakse škole. U radu se predstavlja primjer dobre prakse „Škola koja brine o cjelovitom razvoju učenika“, koji uključuje aktivnosti poput emocionalnih provjera na početku nastave, razrednih razgovora o osjećajima i odnosima, stvaranja prostora za smirivanje te razvoja komunikacijskih i socijalnih vještina učenika. Posebna se pažnja posvećuje ulozi učitelja u prepoznavanju potreba učenika, pružanju podrške i stvaranju pozitivne razredne klime. Također se naglašava važnost suradnje s roditeljima, stručnim suradnicima i vanjskim institucijama, čime se potiče međuresorna suradnja u području zaštite i unapređenja mentalnog zdravlja djece i mladih. Doprinos rada ogleda se u prikazu jednostavnih, ali učinkovitih modela rada koji su lako primjenjivi u svakodnevnoj školskoj praksi, a koji dugoročno doprinose dobrobiti učenika, kvaliteti odnosa i pozitivnom školskom ozračju.

Razvoj socijalno-emocionalnih vještina učenika s intelektualnim teškoćama

Autor/i:
Maja Štampar, mag.psych., Centar za odgoj, obrazovanje i razvojnu podršku dr. Terezija Salaj Rakić Virovitica, psiholog.coor.vt@gmail.com

Ključne riječi: socijalno-emocionalne vještine, učenici s intelektualnim teškoćama, mentalno zdravlje, psihološka podrška, dobra praksa

Sažetak: Učenici s intelektualnim teškoćama često imaju izražene teškoće u području prepoznavanja i izražavanja emocija, emocionalne regulacije, socijalne komunikacije te uspostavljanja i održavanja kvalitetnih odnosa s vršnjacima i odraslima. Sustavno poticanje razvoja socijalno-emocionalnih vještina predstavlja važan čimbenik očuvanja mentalnog zdravlja i uspješnijeg svakodnevnog funkcioniranja ove skupine učenika. U radu će biti prikazani primjeri dobre prakse u razvoju socijalno-emocionalnih vještina učenika s intelektualnim teškoćama kroz aktivnosti koje provodi psiholog u posebnoj odgojno-obrazovnoj ustanovi. Prikaz obuhvaća individualni i grupni rad usmjeren na razvoj emocionalne pismenosti, samoregulacije, socijalnih vještina, samopoštovanja te konstruktivnog rješavanja svakodnevnih izazova. Poseban naglasak bit će stavljen na prilagodbu metoda i aktivnosti individualnim mogućnostima učenika te na primjenu vizualnih i iskustvenih pristupa u radu. Cilj izlaganja je predstaviti praktične primjere aktivnosti koje doprinose razvoju zaštitnih čimbenika mentalnog zdravlja učenika s intelektualnim teškoćama te potaknuti razmjenu iskustava među stručnjacima različitih sustava. Prikaz rada može poslužiti kao poticaj za razvoj i primjenu sličnih oblika podrške u drugim odgojno-obrazovnim ustanovama.

Što kada roditelj kaže "NE" - Izazovi neprihvaćanja teškoća u razvoju

Autor/i:
Mateja Oberling, edukacijski rehabilitator, Osnovna škola Ivane Brlić - Mažuranić Virovitica, mateja.vizek@skole.hr

Ključne riječi: suradnja, neprihvaćanje, teškoća, program

Sažetak: Tema rada je prikaz slučaja (pozitivni primjeri i negativni primjeri) u situacijama kada roditelji negiraju teškoću djeteta te se suočavaju sa spoznajom da djetetu treba primjereni program obrazovanja kako bi ostvario sve svoje potencijale. Cilj izlaganja je osvijestiti sudionike kako roditelji mogu teško prihvatiti spoznaju da im dijete treba pomoć, ali i osnažiti sudionike da ima i pozitivnih primjera kako stručni timovi i učitelji u školi mogu primjenom empatične komunikacije i provjerenih strategija premostiti jaz i pretvoriti roditelja u aktivnog partnera u inkluzivnom obrazovanju. Sama spoznaja da dijete ima teškoće, za roditelje predstavlja veliki stres te oni prolaze različite faze od neprihvaćanja, odbijanja, otpora prema sustavu, ali najviše gubitak onoga što su smatrali da će biti idealna slika njihovog djeteta. U prvoj fazi tog procesa, roditelji često koriste mehanizme obrane poput negacije, okrivljavanja okoline ili preplavljivanja djeteta obvezama, što izravno odgađa pravovremenu intervenciju i uvođenje primjerenih programa obrazovanja. Odgađanje primjerene podrške, kod djeteta često izaziva neuspjeh u školskom sustavu, stvara se narušena slika o samom sebi te isto utječe na emocionalne i ponašajne probleme što narušava mentalno zdravlje djeteta.

Kad posao postane poziv, a studij njegova nadogradnja

Autor/i:
Elena Koleno, univ. bacc. praeed., OŠ Mikleuš, Mikleuš, elenakoleno20@gmail.com

Ključne riječi: formalno obrazovanje, inkluzija, pomoćnik u nastavi, profesionalni razvoj, stručne kompetencije

Sažetak: U radu će se prikazati osobni profesionalni put koji je započeo radom na mjestu pomoćnika u nastavi, a nastavljen upisom i završetkom prijediplomskog studija Ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja. Nakon prve godine rada u neposrednoj praksi javila se potreba za produbljivanjem znanja i stjecanjem stručnih kompetencija radi kvalitetnijeg pružanja podrške učeniku. Upravo je to iskustvo postalo motivacija za formalno obrazovanje uz istovremeni rad u sustavu odgoja i obrazovanja. Cilj izlaganja je prikazati kako se iskustvo stečeno u neposrednoj praksi i teorijska znanja međusobno nadopunjuju te kako kontinuirano stručno usavršavanje doprinosi kvalitetnijem radu pomoćnika u nastavi. Kroz osobno iskustvo i primjere iz prakse bit će prikazan razvoj profesionalnih kompetencija, važnost individualiziranog pristupa učeniku, suradnje s učiteljima, roditeljima i drugim stručnim suradnicima te stvaranja sigurnog i poticajnog okruženja koje pridonosi učenikovoj dobrobiti i uspješnom uključivanju u odgojno-obrazovni proces. Doprinos rada ogleda se u prikazu primjera dobre prakse koji ističe važnost povezivanja praktičnog iskustva i formalnog obrazovanja te ulogu pomoćnika u nastavi kao važnog suradnika u pružanju cjelovite podrške učeniku i razvoju inkluzivnog odgojno-obrazovnog okruženja.

Snaga podrške: pomoćnici u nastavi i mentalno zdravlje

Autor/i:
Sanja Topić, mag.psych., Osnovna škola Ivane Brlić-Mažuranić Virovitica, ljescaksanja@gmail.com
Nina Babić, prof., Osnovna škola Ivane Brlić-Mažuranić Virovitica, nina.babic1@skole.hr

Ključne riječi: Pomoćnici u nastavi, mentalno zdravlje, pozitivna psihologija, PERMA model, stereotipi

Sažetak: Pomoćnici u nastavi ključna su podrška u ostvarivanju inkluzivnog obrazovanja. Pružaju podršku učenicima s teškoćama u razvoju te im olakšavaju funkcioniranje unutar i izvan učionice, pomažu im u svladavanju gradiva, socijalizaciji i osamostaljivanju. Često su dio sustava obrazovanja koji je manje zastupljen u vidu usavršavanja i osobnog razvoja. U Osnovnoj školi Ivane Brlić-Mažuranić Virovitica unazad dvije godine s pomoćnicima u nastavi aktivnije se radi na njihovom usavršavanju kroz razne radionice, sastanke i predavanja. Cilj je osnažiti i ojačati pomoćnike u nastavi kako bi bolje prepoznavali potrebe učenika s kojima rade te bili produktivni i ostvarili svoje potencijale. U školskoj godini 2025./2026. s pomoćnicima u nastavi održane su dvije radionice. Prva radionica bila je usmjerena na osobni razvoj pomoćnika kroz tehnike iz pozitivne psihologije te kroz PERMA model. Druga radionica bila je usmjerena na prepoznavanje stereotipa i predrasuda koje imaju prema drugim osobama, a u svrhu razvoja kritičkog mišljenja i empatije.

Psihosocijalna i psihološka podrška hrvatskim braniteljima - mostovi u prevladavanju krize

Autor/i:
PhDr. Jasna Per Kožnjak, Psihološki centar Putokaz, Virovitica. putokaz-psihologija@vt.t-com.hr

Ključne riječi: branitelji, psihološko osnaživanje, podrška, povezivanje, socijalno uključivanje

Sažetak: Završetkom Domovinskog rata suočili smo se i s velikim brojem vojnih i civilnih invalida koji uz psihičke traume nose i težak teret tjelesnog oštećenja. Učestala radna nesposobnost u populaciji hrvatskih branitelja pogodovala je socijalnom isključivanju kako samih branitelja tako i njihovih obitelji te se pokazalo kako veterani kod nas, kao i svugdje u svijetu, predstavljaju rizičnu skupinu koja zaslužuje prioritetan status u strategijama skrbi, ali i javnog zdravstva svojih zemalja, ali što većinom nije slučaj. Hrvatski branitelji suočeni su s različitim rizicima i problemima poput siromaštva, invalidnosti, nezaposlenosti, bolesti i slično, ali se mogu izdvojiti i kao posebno ranjiva skupina zbog dugotrajnih i teških posljedica proizašlih iz ratnog stradanja. U sklopu osnaživanja hrvatskih branitelja Domovinskog rata provedeni su brojni projekti kojima se osim grupnih radionica i psihološkog savjetovanja i osnaživanja provode aktivnosti koje doprinose 4 dimenzije života braniteljske populacije i njihove obitelji odnosno psihološkom osnaživanju, socijalnom osnaživanju, podizanje kvalitete života i socijalno uključivanje. Kroz razne projekte organizirana su stručna i edukativna terenska predavanje i radionice. Prošle su se teme: tjeskoba, izražavanje emocija, kontrola ljutnje. Uz psihološki aspekt, vodi se kontrola o socijalnom osnaživanju te se radilo na temi uspostavljanja i održavanja međuljudskih odnosa. U sklopu socijalnog osnaživanja izrađen je multimedijalni sadržaj u kojem se vodilo računa o osjećaju ponosa za branitelje i boljem položaju branitelja u društvu. Ovi projekti izrazito su korisni braniteljima i stradalnicima Domovinskog rata obzirom da su to osobe koje se od početka Domovinskog rata suočavaju s različitim oblicima trauma, problema, stresa, a što je kod određenog dijela osoba prouzročilo razvitak PTSP-a i drugih problema. Sustavno cjeloživotno obrazovanje predstavlja važan dio socijalne inkluzije jer pruža jednake mogućnosti i omogućuje sudjelovanje u životu zajednice. S obzirom na to da je zdravlje (i tjelesno i mentalno) jedan od najvažnijih pokazatelja i čimbenika zadovoljstva kvalitetom života pojedinca, jasno je kako se interakcijom sudionika projekta i njihovim neformalnim cjeloživotnim učenjem izravno utječe i na njihovo psihosocijalno osnaživanje te borbu protiv socijalne isključenosti. Projektima socijalnog osnaživanja branitelja, očuvanjem mentalnog zdravlja, razvijanjem komunikacijskih vještina te osnaživanja novim kompetencijama želi se : osnažiti, educirati, savjetovati te tako podići razinu otpornosti. Psihološka i psihosocijalna pomoć, a posebno uz dosadašnju problematiku hrvatskih branitelja, ratnih vojnih invalida, obzirom na starenje populacije, očekuje se da će zdravstvene potrebe hrvatskih branitelja biti sve izraženije, posebice kod onih branitelja koji se nalaze i u teškoj novčano-materijalnoj situaciji ili nemaju članova obitelji koji bi mogli za njih skrbiti. U tim slučajevima potrebno je snažnije povezivanje i pomoć institucija, i udruga koje bi trebale svoje članove osposobiti za pružanje tih vrsta pomoći, jer će zdravstveno stanje branitelja prelaziti u palijativno i bit će neophodna suradnja sa zdravstvenim djelatnicima na zajedničkoj pomoći.

Zdravstvena pismenost

Autor/i:
Antonia Oršulić Erjavec, bacc. med. techn., Učenički dom Virovitica, Ivana Štetić, dipl. psih., Učenički dom Virovitica, i_stetic@hotmail.com

Ključne riječi: tehnike relaksacije, prevencija ovisnosti, tjelovježba

Sažetak: Prikaz projekta provedenog ove godine u Učeničkom domu, kroz projekt smo proveli razne radionice, izradu smoothija, čajanke, razne vježbe opuštanja, disanja, tjelovježbu. Bazirali smo se na zdravoj hrani, upoznali se s pozama joge, a sve u svrhu prevencije ovisnosti, sagorijevanja, svađanja i raznoga s čime se mladi učenici danas susreću. Možda prezentacijom projekta potaknemo i druge na neke slične aktivnosti i radionice.

Neki prediktori psihičke dobrobiti i teškoća roditelja djece s dijabetesom tip 1

Autor/i:
Ivana Kostelac, mag.psych, univ.spec.clin.psych., Udruga Dijabetes klub tip 1, ivana.kostelac@gmail.com

Ključne riječi: dijabetes tip 1, roditeljski stres, perfekcionizam, roditeljska kompetentnost, posttraumatski rast

Sažetak: Dijabetes tip 1 je kronična bolest koja svakodnevno donosi niz zahtjeva te utječe na život oboljelog, ali i cijele njegove obitelji. Kako bi osoba sa dijabetesom tip 1 bila dobro regulirana potrebno je učiniti niz prilagodbi i postupaka, za koje je potrebno imati niz specifičnih znanja, potrebno ih je provoditi svakodnevno i to više puta dnevno, pri čemu je često poremećena uobičajena životna rutina osobe, ali i njegove obitelji. Često se događa da se osoba s dijabetesom ili roditelj koji brine o djetetu s dijabetesom pridržavaju svih smjernica koje bi trebale dovesti do dobro regulirane razine šećera u krvi, no i nadalje često ili povremeno dolazi do loše reguliranih šećera što može izazvati niz neugodnih emocija i teškoća u psihičkom funkcioniranju osoba. Ipak, osim psihičkih teškoća, suočavanje sa kroničnim bolestima može dovesti i do osjećaja psihičkog rasta. Stoga je cilj ovog istraživanja bio istražiti koji su prediktori nastanka psiholoških teškoća (anksioznosti, depresivnost, razdražljivost na unutra i razdražljivost na van) i posttraumatskog rasta kod roditelja djece s dijabetesom tip 1. U ovom istraživanju nije dobivena povezanost zdravstvenih varijabli i sociodemografskih varijabli djeteta s razvojem psihičkih teškoća i posttraumatskog rasta kod roditelja djece oboljele od dijabetesa tip 1, dok su se neadaptivni perfekcionizam i osjećaj roditeljske kompetentnosti pokazali značajnim prediktorima. Na raspravu se tijekom predavanja daje o mogućnostima šire primjene spoznaja vezano uz mentalno zdravlje roditelja djece oboljelih od dijabetesa, ali i kroničnih bolesti općenito.

Ima li mjesta za razgovor o mentalnom zdravlju u korporaciji? / Od teorije do razgovora: Psihološke radionice kao podrška mentalnom zdravlju zaposlenika

Autor/i:
Heidi Černeli, mag.psych., Ergomed Istraživanja Zagreb, heidi.cerneli@gmail.com

Ključne riječi: organizacijska psihologija, dobrobit zaposlenika, psihoedukacija

Sažetak: U izlaganju će biti predstavljena praksa provedbe mjesečnih radionica mentalnog zdravlja u međunarodnoj organizaciji, koje vode psiholozi unutar HR tima. Radionice su nastale s ciljem približavanja psiholoških znanja zaposlenicima na stručan, razumljiv i primjenjiv način te stvaranja sigurnog prostora za razgovor o temama koje utječu na dobrobit i svakodnevno funkcioniranje na poslu, ali i van njega (work-life balance). Tijekom izlaganja bit će prikazan koncept radionica (popratnih materijala i komunikacije), način odabira tema, kao i kako koristimo povratne informacije koje dobivamo - koje su to i što možemo učiniti dalje? Cilj izlaganja je podijeliti iskustva iz prakse o tome kako psiholozi mogu kroz jednostavne, interaktivne i primjenjive formate približiti psihološka znanja širokom krugu zaposlenika te na taj način doprinijeti razvoju kulture brige o mentalnom zdravlju i dobrobiti u organizaciji. Izlaganje može biti korisno psiholozima, stručnjacima iz područja ljudskih potencijala te svima koji razvijaju slične programe podrške u radnom okruženju.

Bolnica i knjižnica - partneri u unapređenju mentalnog zdravlja hrvatskih branitelja Virovitičko-podravske županije

Autor/i:
Anita Županić, mag.psych., Opća bolnica Virovitica, anita.ercegovac@gmail.com
Nela Krznarić, prof., Gradska knjižnica i čitaonica Virovitica, info@knjiznicavirovitica.hr

Ključne riječi: hrvatski branitelji, suradnja bolnice i knjižnice

Sažetak: Dnevna bolnica Odjela za psihijatriju Opće bolnice Virovitica, čiji su korisnici većinskim dijelom hrvatski branitelji (populacija s brojnim čimbenicima rizika za narušeno mentalno zdravlje), od 2017.g. surađuje s Gradskom knjižnicom i čitaonicom Virovitica. Radionice koje se provode od 2019.g. pridonose unapređenju mentalnog zdravlja hrvatskih branitelja nudeći socijalnu integraciju, uvježbavanje komunikacijskih vještina, priliku za samospoznaju i otkrivanje vlastitih interesa. Jedan od sedam inkluzivnih programa Knjižnice je Program za hrvatske branitelje koji uključuje niz aktivnosti poput kontinuirane izgradnje Zbirke knjiga o Domovinskom ratu, promociju literarnog i umjetničkog stvaralaštva, organiziranje zdravstvenih tribina, obilježavanje datuma vezanih uz Domovinski rat te radionice s hrvatskim braniteljima. Radionice s hrvatskim braniteljima imaju elemente biblioterapije, sastavni su dio rehabilitacijskog programa Dnevne bolnice. Voditeljice radionice su psihologinja Dnevne bolnice i knjižničarka iz virovitičke knjižnice. Ovim programom Gradska knjižnica i čitaonica Virovitica i Opća bolnica Virovitica kao socijalni partneri sudjeluju u zaštiti i unapređenju mentalnog zdravlja posebno osjetljive braniteljske populacije. Na radionicama je korištena raznovrsna građa, a radionice su tematski planirane ili po interesu branitelja. Ovim programom braniteljska populacija kvalitetnije je integrirana u knjižničnoj zajednici korisnika.

Podrška onima koji pružaju podršku: Zašto nam je supervizija u vrtićima neophodna?

Autor/i:
Sabire Osmani, dipl. psiholog, Dječji vrtić Palčić - Orahovica, osmani.sabire@gmail.com

Ključne riječi: supervizija, dječji vrtić, psiholog u vrtiću.

Sažetak: Rad psihologa u sustavu ranog i predškolskog odgoja i obrazovanja nosi visoku razinu odgovornosti, uključuje rano prepoznavanje razvojnih rizika i kriza te svakodnevnu suradnju s djecom, roditeljima i odgojiteljima. Cilj je ukazati na problem profesionalne izolacije predškolskih psihologa te prikazati superviziju kao ključan mehanizam za osobni i profesionalni razvoj. Kada psiholog nema stručnjaka kojemu bi uputio vlastita pitanja i dileme, supervizijski proces pruža neophodnu stručnu podršku i siguran prostor za preradu zahtjevnih profesionalnih situacija.