

Nastavni ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE  
Odsjek za promicanje i zaštitu mentalnog zdravlja

bilten  
za promicanje  
i zaštitu  
mentalnog  
zdravlja  
djece  
i mladih

godina XIII. broj **20**  
Rijeka, svibanj 2017.

# RIZIK

Poštarina plaćena u poštanskom uredu 51000 Rijeka

## Impresum

### «Rizik»

Bilten za promicanje i zaštitu mentalnog zdravlja djece i mladih

#### Izdaje:

Nastavni ZAVOD ZA JAVNO ZDRAVSTVO PRIMORSKO-GORANSKE ŽUPANIJE

#### Za izdavača:

Prof.dr.sc. Vladimir Mičović, dr.med.

#### Uredili:

Sanja Ćosić, prof.  
Mr.sc. Zlatka Jaška, dr.med.  
Andrea Matalija Redžović, prof.  
Ksenija Petrović Ljubotina, dipl.uč.  
Dr.sc. Darko Roviš, prof.  
Daina Udovicich Corelli, mag.psih.  
Kristina Zajec, prof.

#### Lektorica:

Vjekoslava Lenac, prof.

#### Priprema i tisak:

Tiskara i grafika Viškovo d.o.o. Rijeka

#### Naklada:

1500 kom.

Izlazi jednom godišnje

ISSN: 1845-8211

#### Kontakt:

NZJZ PGŽ  
Odsjek za promicanje i zaštitu mentalnog zdravlja  
Krešimirova 52a, Rijeka  
tel./fax: 051/335-920



## SADRŽAJ

Nasilje nad djecom .....	3
Razvoj sustava podrške žrtvama i svjedocima u Republici Hrvatskoj .....	6
Dan ružičastih majica u Osnovnoj školi Bakar .....	7
Sudska ili forenzička psihijatrija.....	9
Certifikat ljubavnosti za 3.a iz OŠ Ivana Zajca, Rijeka .	10
Projekt „Kako biti bolji“ u OŠ „Drago Gervais“ Brešca .	12
Higijena spavanja .....	14
Učenički dom „Kvarner“ .....	19
Poremećaji prehrane u sportaša.....	20
Program Relax Kids.....	22
Program R.E.A.D.@ - "Čitaj (o) psu".....	24
Osvrt učitelja: Promocija zdravlja u školskom okruženju razvojem socioemocionalnih kompetencija učenika .....	26
Prvi Mentalfest u Rijeci .....	28
Slušanje kao temelj dobre komunikacije .....	30
Priča iz života.....	31

Zahvaljujemo Gradu Rijeci, Primorsko-goranskoj županiji i Ministarstvu zdravstva koji su prepoznali vrijednost ove publikacije i podržali njenu izradu.



# Nova uloga čovjekovog najboljeg prijatelja

Udruga za Pet therapy Indeficijenter\* (\*UPTIV) osnovana je 2012. godine kao prva udruga u Republici Hrvatskoj registrirana za djelatnost provedbe intervencija potpomognutih životinjama (eng. pet therapy), a od 2014. godine filijala je R.E.A.D.®-a za Hrvatsku. Provodi program "Čitaj (o) psu", koji se izvodi u knjižnicama i školama, s trenutno deset aktivnih volonterskih R.E.A.D.® timova na području Pule, Pazina, Labina, Rijeka, Krka, Šibenika, Osijeka i Zagreba. U program je dosad uključeno 500-tinjak djece školskog i predškolskog uzrasta. R.E.A.D.® u svoj proces uključuje skup edukativnih i terapijskih aktivnosti, čiji je zajednički cilj funkcionalno uključivanje kućnih ljubimaca kroz emocionalne, kognitivne i socijalne procese.

Funkcionalno uključivanje životinja u programe odgoja i obrazovanja, kao aktivnih sudionika izvođenja nastavnoga plana i programa, u Hrvatskoj je relativno nov koncept. Reading Education Assistance Dogs® licencirani je program za povećanje čitalačkih sposobnosti i komunikacijskih vještina, registriran pri Intermountain Therapy Animals u SAD 1999. godine. Od 2016. program R.E.A.D.® - Čitaj (o) psu ima suglasnost Ministarstva obrazovanja i znanosti te pozitivno stručno mišljenje Agencije za odgoj i obrazovanje. Terapijski pas, voditelj terapijskog psa te stručni tim škole, uključeni u aktivnosti edukacije i terapije, sudjeluju u programu volonterski.

## Bez osude

R.E.A.D.® - Čitaj (o) psu dio je intervencija potpomognutih životinjama koje uključuju kućne ljubimce, odnosno certificirane timove. Nažalost, mnogi još uvijek ne znaju područja primjene te komplementarne terapije, a samim time nemaju informaciju o učinku prisutnosti životinje u neposrednoj blizini djeteta. Često djeca koja tek uče čitati imaju loše rezultate, ne zato što nisu u stanju čitati, već zato što se uznemire, osjete nelagodu, brinu o tomu hoće li pogriješiti... te kombinacija tih osjećaja onemogućava usredotočenost na čitanje. Mnoga djeca imaju strah od čitanja naglas pred kolegama iz razreda do te mjere da se "blokiraju".

Pas je prije svega motivator. Kroz program R.E.A.D.® dokazano je da su psi, ali i ostali kućni ljubimci, savršeno



društvo za čitanje jer slušaju s pažnjom, ne osuđuju, ne podsmjehuju se i ne kritiziraju. Psi su poput sigurnog utočišta i sigurnog polazišta, ne ispravljaju i ne remete mir. Štoviše, stvara se pozitivna radna atmosfera, a čitanje postaje zabavno. Terapijski psi nadahnjuju, opuštaju, motiviraju, pouzdani su, pozivaju na milovanje i dodirivanje. U njihovom je društvu čitanje uzbudljivo i jedinstveno. Što je čitanje zabavnije i više opuštajuće, to je veći interes djeteta za tu aktivnost. U dinamičnom i brzom svijetu, u kojem nedostaje dobre komunikacije, upravo nas životinje mogu podučiti već davno zaboravljenim vrlinama: strpljenju i slušanju.

Kada dijete čita psu, ono se opusti od prvog trenutka, ne osjeća neugodu niti nervozu i može se koncentrirati na čitanje. Često dijete koje čita mazi psa, a upravo ta jednostavna gesta dovodi do opuštanja, smanjuje krvni tlak i broj otkucaja srca. Stoga je jedna od specifičnosti programa R.E.A.D.® - Čitaj (o) psu ta da se odvija na podu, kako bi se djeca osjećala što udobnije i opuštenije, ali i bliže objektu čitanja, tj. psu. I prije negoli to osvijesti, dijete se u potpunosti usredotočuje na čitanje.



Iako pas ne može čitati, izvrstan je slušatelj, koji razumije boju glasa, ton i emociju. Osim toga, velik je i prijatelj, kojemu dijete vjeruje, uz kojeg se osjeća sigurno.

### Dva oblika rada

R.E.A.D.® se provodi u knjižnicama i u školama. U knjižnicama se provodi motivacijski oblik, djeci poučan i zabavan. Obično se održava jednom tjedno, jednom mjesečno ili prema dogovoru, bez specifično određenih ciljeva. Takav oblik programa naziva se Aktivnost uz pomoć životinja (eng. Animal Assisted Activity, AAA). Znanje čitanja i poznavanje pisma nisu uvjet da bi djeca bila uključena u tu aktivnost. Dijete koje se uključuje u program ima slobodu izbora uključiti se aktivno ili pasivno. Primjer su djeca vrtićkog uzrasta koja ne znaju čitati, ali se mogu uključiti kroz aktivnosti prepričavanja ilustracija iz slikovnica odabranih za njihov uzrast.

U školama se R.E.A.D.® odvija u suradnji timova sa stručnom osobom (defektolog, psiholog, pedagog, logoped) koja prati i dokumentira djetetov napredak, uz unaprijed određene ciljeve. Takav oblik programa naziva se Terapija uz pomoć životinja (engl. Animal Assisted Therapy, AAT).

Knjige koje će se čitati/prepričavati odabire stručni suradnik ustanove (knjižničar/defektolog/logoped), u skladu s uzrastom sudionika u aktivnosti te njihovom primjerenosti djeci s poremećajima, kao što su disleksija, disgrafija i slične teškoće u čitanju, pisanju i učenju. Susret traje 45 minuta do sat vremena.



### Ciljevi i rezultati

Ciljevi programa R.E.A.D.® - Čitaj (o) psu mnogostruki su: poboljšanje sposobnosti usmenog izražavanja, poticanje i promicanje navike čitanja, povećanje samopoštovanja i samopouzdanja, poboljšanje koncentracije, motivacije i pažnje, kao i razumijevanja pročitanih tekstova, smanjenje



stresa i tjeskobe, poticanje ugodnog i opuštenog učenja, poticanje socijalne interakcije i komunikacije, promicanje mentalne stimulacije, poboljšanje školskog uspjeha, razvijanje osobne inicijative kroz izbor tekstova i tema od interesa te povećanje atraktivnosti i znatiželje o svijetu pasa i prirode općenito.

Djeca koja sudjeluju u programu R.E.A.D.® - Čitaj (o) psu postižu izniman napredak čitalačkih sposobnosti, komunikacijskih vještina, razvijaju povjerenje, samopoštovanje, samopouzdanje te općenito poboljšavaju socijalne vještine i empatiju.

### Odgovorno i profesionalno

Iako se za program R.E.A.D.® - Čitaj (o) psu ne naplaćuje naknada, on nipošto nije neformalan, trivijalan ili nemaran. Naši timovi (volonter i njegov pas-ljubimac) prošli su edukaciju te evaluaciju od savjetnika za ponašanje pasa pri Udruzi za pet therapy Ineficijent, moraju proći kroz određen broj supervizijskih sati te ponovnu evaluaciju svake dvije godine, uz detaljnu pripremu za svaki susret s korisnicima. Daju sve od sebe kako bi se ponašali odgovorno i profesionalno, ali ne samo prema korisnicima, već kao primjer i prema kolegama psima uključenim u terapijsko okruženje. Udruga pravilnikom određuje standard da psi-ljubimci uključeni u programe trebaju biti osigurani od odgovornosti prema trećim osobama te provode obvezni sistematski pregled svakih šest mjeseci, za što ugovorni veterinar izdaje potvrdu o prikladnosti. Osim navedenoga, trebamo imati na umu da većina školskih statuta i pravilnika o kućnome redu ne dopušta životinjama ulazak u prostore škole, no kako bi svi naši članovi nesmetano mogli provoditi R.E.A.D.®, na predstavljanju programa učiteljskim/nastavničkim vijećima donosi se odluka o promjeni pravilnika u koji se uvodi stavak prema kojem je boravak psa u osnovnoj školi dopušten isključivo u edukativne svrhe te uz pratnju voditelja.

*Dina Dežmar, mag.rehab.educ.  
Aleš Furlan, voditelj terapijskih pasa  
Goranka Rosanda Furlan, prof.*