

<https://doi.org/10.5559/di.31.1.09>

**Sanja Tatalović  
Vorkapić, Lidija Vujičić  
(Ur.)  
PROMEHS – KURIKUL  
ZA PROMICANJE  
MENTALNOGA  
ZDRAVLJA U VRTIĆIMA  
I ŠKOLAMA**

Sveučilište u Rijeci, Učiteljski fakultet, Rijeka,  
2020., 601 str. (7 odvojenih priručnika)

*Promocija mentalnoga zdravlja u školama* (PROMEHS) europski je projekt sufinanciran Erasmus+ programom, u trajanju od tri godine. Voditelj projekta je Sveučilište u Milanu, Italija, a u projekt su uključene i Grčka, Latvija, Portugal, Rumunjska, Malta i Hrvatska. Tri su predstavnika Hrvatske: Učiteljski fakultet Sveučilišta u Rijeci, Odjel gradske uprave za odgoj i školstvo Grada Rijeke te Upravni odjel za odgoj i obrazovanje Primorsko-goranske županije, dok je voditeljica hrvatskoga PROMEHS tima Sanja Tatalović Vorkapić s Učiteljskog fakulteta u Rijeci. Ovim se projektom želi razviti, primijeniti i vrednovati kurikulum za mentalno zdravlje djece i mladih u dječjim vrtićima te osnovnim i srednjim školama.

PROMEHS *Kurikul za promicanje mentalnoga zdravlja u vrtićima i školama* opisan je i razrađen u sedam priručnika namijenih raznim ciljnim skupinama. Svaki od priručnika u uvodnom dijelu objašnjava osnovne ciljeve projekta, opisuje njegove znanstvene i teorijske osnove te definira ključne konstrukte, a to su socioemocionalno učenje, otpornost te socijalni, emo-

cionalni i ponašajni problemi. Posebno se naglašava znanstveni pristup projektu.

U *Priručniku za nositelje obrazovnih politika* u svrhu promicanja mentalnoga zdravlja dodatno je objašnjen ključni koncept kojim se projekt bavi, a to je mentalno zdravlje. Navedeni su i recentni i relevantni nalazi o mentalnom zdravlju djece i adolescenata koje navodi Svjetska zdravstvena organizacija, a zatim su opisane intervencije za promoviranje mentalnoga zdravlja. Jak je naglasak stavljen na prikaz upravo onih programa koji se temelje na rezultatima znanstvenih istraživanja. Izdvojene su definicije ključnih konstrukata (socioemocionalno učenje, otpornost, socijalne, emocionalne i ponašajne teškoće), navedene su i opisane ključne prednosti njihova promoviranja (na osobnoj razini, ali i na razini društva) te su sistematizirani i jasno predstavljeni ključni nalazi istraživanja i metaanaliza. Priručnik završava konkretnim preporukama za nositelje obrazovnih politika, u kojima se naglašava važnost promoviranja mentalnoga zdravlja u vrtićima i školama. Navedene su i ključne smjernice koje bi trebalo poštivati, a to su mentalno zdravlje kao prioritet, rana intervencija, pristup (kroz kurikulum), školska klima, formativna procjena, uključivanje učenika, edukacija nastavnika, uključivanje roditelja te održivost. Ovaj priručnik na jasan i pregledan način daje preporuke i smjernice za poticanje razvoja programa usmjerenih na mentalno zdravlje djece u odgojno-obrazovnim ustanovama koje se temelje na rezultatima znanstvenih istraživanja.

*Priručnik za roditelje u svrhu promicanja mentalnoga zdravlja kod kuće* posebno naglašava važnost i ulogu roditelja u poticanju socijalnog i emocionalnog razvoja djece. Opisuje tri glavne uloge roditelja te donosi određene znanstvene spoznaje i praktične savjete o tome kako u obiteljskom okruženju raditi na poticanju mentalnoga zdravlja djeteta. Preporuke i savjeti za roditelje, proizašli iz znanstvene i stručne literature, prikazani su na jasan i roditeljima prihvatljiv i razumljiv način. U zaključnom dijelu priručnika nalaze se praktični savje-

ti za roditelje, za svaki od ključnih konstrukata projekta, s prikazom najboljih strategija za njihovo rješavanje. Na kraju svake teme nalazi se popis dodatnih resursa kojima roditelji mogu pristupiti kako bi unaprijedili svoje znanje i vještine. Iako se priručnik temelji na relevantnim znanstvenim izvorima, nalazi istraživanja prikazani su na jasan i razumljiv način te "prevedeni" u konkretne savjete za roditelje. U programima koji se bave poticanjem mentalnoga zdravlja djeteta u školi obično se pažnja usredotočuje samo na rad s djecom, dok se zanemaruju ostali aspekti. Poticajno i podržavajuće obiteljsko okruženje te mentalno zdravlje roditelja znatno utječu na mentalno zdravlje djece. Gotovo je nemoguće raditi na poticanju mentalnoga zdravlja djece (u vrtiću ili školi), a pritom zanemariti kontekst obitelji. Stoga je ovaj priručnik vrlo važan jer osnažuje roditelja, kako bi on mogao potaknuti razvoj djeteta. Daje roditelju konkretne savjete i alate, koji proizlaze iz relevantnih znanstvenih istraživanja i teorija, ali su prikazani na razumljiv i pristupačan način.

*Priručnik za promicanje mentalnoga zdravlja odgajatelja, učitelja i nastavnika* usmjerava se na promicanje mentalnoga zdravlja osoblja. Detaljno je objašnjeno komu je namijenjen priručnik i kakva mu je struktura, objašnjene su i opisane tri glavne teme projekta, a za svaku temu prikazane su moguće situacije i strategije kako prevladati najčešće probleme koji se mogu javiti u svakodnevnom radu u školi. Detaljno je objašnjeno koje vještine nastavnik treba razviti, a opisana je i obrazložena povezanost između načina na koji nastavnici rješavaju određene situacije i dobrobiti učenika. Nakon toga slijedi prikaz mogućih situacija s kojima se nastavnici mogu susresti u radu, kroz koje su objaš-

njeni koraci u rješavanju koji potiču razvoj poželjnih vještina. Na samom kraju navedeni su praktični savjeti i vježbe koje mogu pomoći nastavnicima u njihovu radu s roditeljima te kako mogu prepoznati vlastite stereotipe i predrasude. Navedeni su i mnogi drugi izvori koje nastavnici mogu potražiti. Priručnik je napisan razumljivo i pregledno, temelji se na relevantnoj literaturi s toga područja te je na primjeren način koncipiran i organiziran. Kroz primjere i konkretne savjete i preporuke utemeljene na znanstvenim spoznajama o tome kako se nositi s određenim izazovnim situacijama i kako si pomoći, priručnik je vrlo važan alat u promociji mentalnoga zdravlja. Može pomoći odgajateljima, učiteljima i nastavnicima u osvješćivanju važnosti zaštite i razvoja vlastita mentalnoga zdravlja.

*Priručnik za odgajatelje i učitelje u svrhu promicanja mentalnoga zdravlja djece predškolske i rane osnovnoškolske dobi* namijenjen je odgajateljima i učiteljima, a sadrži niz specifičnih aktivnosti koje imaju za cilj potaknuti razvoj onih vještina kod djece koje pridonose zaštiti i poticanju mentalnoga zdravlja. Priručnik je podijeljen prema glavnim temama PROMEHS projekta, a unutar svake teme nalaze se podteme te specifični ciljevi i specifične aktivnosti. Za svaku je aktivnost jasno izdvojeno koji su očekivani ishodi, komu je namijenjena (dob djece), koja je razina složenosti aktivnosti (osnovna ili napredna), potrebni materijali te su jasno opisani koraci za provedbu. Osim toga, odgajateljima i učenicima ponuđeni su dodatni alati i materijali, poput formativne "skale" kojom se mogu procijeniti djetetove vještine, zatim su jasno napisane upute kako objasniti učenicima što je cilj aktivnosti i kako ih prenijeti u razne kontekste. Na kraju se navode i prijedlozi o tome kako specifičan cilj uklopiti u svakodnevni plan rada (u vrtiću ili u školski predmet). Dostupne su i poveznice na dodatne izvore informacija. Prezentirane na ovaj način, sve su teme obrađene vrlo detaljno, temelje se na relevantnoj znanstvenoj i stručnoj literaturi, koja je prikazana na razumljiv i pristupačan način, te donose niz praktičnih savjeta. Prateći korake

i savjete navedene u tekstu, odgajatelji i učitelji mogu provesti zamišljene aktivnosti i na taj način ostvariti postavljene ciljeve i očekivane ishode. Kroz opis i obradbu tema integriraju se teorija (ključni pojmovi definirani su i utemeljeni na relevantnoj literaturi) i praktični savjeti, a teme, podteme i ciljevi sustavno su obrađeni i jasno predstavljani.

*Priručnik za promicanje mentalnoga zdravlja djece predškolske i rane osnovnoškolske dobi* svojevrsna je radna bilježnica vezana uz priručnik za odgajatelje i učitelje, a namijenjen je djeci i njihovim roditeljima, kako bi mogli nastaviti i produbiti rad na razvoju vještina i kompetencija. Sadrži niz specifičnih aktivnosti kojima je cilj potaknuti razvoj onih vještina kod djece koje pridonose zaštiti i poticanju mentalnoga zdravlja, a koje su obuhvaćene PROMEHS projektom. Isto kao i priručnik za odgajatelje i učitelje, i ovaj je priručnik podijeljen prema glavnim temama PROMEHS projekta. Unutar svake teme nalaze se podteme, a unutar svake podteme navedeni su specifični ciljevi i specifične aktivnosti. Za svaki cilj navedene su po dvije aktivnosti, a za svaku je aktivnost jasno izdvojeno (i vizualno i opisno) koji su očekivani ishodi, komu je namijenjena (za koju dob djece), koja je razina složenosti aktivnosti (osnovna ili napredna), potrebni materijali te su jasno opisani koraci za provedbu aktivnosti. Ako je aktivnost namijenjena djeci vrtićke dobi, priručnik se obraća roditeljima te ih usmjerava kako produbiti i dalje raditi na temi koju su obrađivali u vrtiću. Ako je aktivnost namijenjena djeci osnovnoškolske dobi, obraća se djeci te im se nudi niz radnih listova i dodatnih materijala za samostalan rad, ali ih se ohrabruje i poziva da uključe i roditelje u aktivnost. Ponuđene aktivnosti dobro su osmišljene i

prilagođene dobi i razvojnim karakteristikama djece. Zanimljive su, aktualne i primjereno predstavljene. Kroz aktivan rad djeteta i roditelja te pomoću dodatnih radnih materijala koji su dostupni u ovom priručniku djeca svakako mogu razviti potrebne vještine i kompetencije, koje će im pomoći u razvoju i očuvanju mentalnoga zdravlja.

*Priručnik za nastavnike u svrhu promicanja mentalnoga zdravlja učenika od 5. do 8. razreda osnovne škole i srednjoškolskih učenika* namijenjen je nastavnicima viših razreda osnovne škole i srednjih škola. Obuhvaća i velik broj tema i aktivnosti za nastavnike i učenike, kojima se nastoji potaknuti razvoj određenih socioemocionalnih vještina i sposobnosti kod učenika. Aktivnosti su podijeljene i prezentirane prema glavnim temama PROMEHS projekta, a unutar svake od tri teme obrađen je određeni broj podtema i ciljeva. Ukupno su definirana 34 cilja kroz dvije aktivnosti, tako da je u priručniku opisano čak 68 aktivnosti kojima nastavnici mogu raditi na razvoju i uvježbavanju vještina kod svojih učenika, a sve u svrhu njihova osnaživanja. Odbrane teme sadržajno su bliske i relevantne za učenike te dobi. Za svaku su podtemu definirani specifični ciljevi, očekivani ishodi te planirane aktivnosti. Ključni pojmovi unutar svake teme jasno su definirani te je opisano na što se pojam odnosi, što znači, što mu je definicija, a sve na temelju relevantnih znanstvenih izvora. Jasno su opisani svi koraci u provođenju aktivnosti, kako bi ih nastavnici mogli slijediti, što osigurava provođenje aktivnosti na planiran način te ostvarivanje planiranih ishoda. Jasno se navodi na koji se način aktivnost privodi kraju te kako se ove aktivnosti mogu primijeniti u svakodnevnom radu u školi i u nastavnim programima. Preporučeni su i dodatni izvori za nastavnike (npr. film koji mogu pogledati, a odnosi se na tu temu, znanstveni članak, knjiga, poveznica na internetsku stranicu ...). Ovaj se priručnik dograđuje na ciljeve opisane u priručniku za odgajatelje i učitelje u svrhu promicanja mentalnoga zdrav-

lja djece predškolske i rane osnovnoškolske dobi. Na taj se način osigurava kontinuitet u radu i omogućuje produblјivanje i daljnje razvijanje osnovnih vještina. Adolescencija je razvojno razdoblje koje je vrlo zahtjevno i prepuno izazova, ne samo za adolescente nego i za njihove obitelji i nastavnike. To je razdoblje velikih promjena, s kojima se mnoga djeca i mladi ljudi ne znaju nositi na odgovarajući način. Kroz aktivnosti predstavljene u ovom priručniku nastavnici mogu kroz rad s učenicima potaknuti razvoj potrebnih vještina nužnih za suočavanje s izazovima odrastanja.

*Priručnik za promicanje mentalnoga zdravlja učenika od 5. do 8. razreda i srednjoškolaca* radna je bilježnica namijenjena učenicima, u kojoj se nalazi niz aktivnosti za poticanje vještina i kompetencija koje pridonose očuvanju i zaštiti mentalnoga zdravlja učenika. Kao i u svim priručnicima, aktivnosti su podijeljene i prezentirane prema glavnim temama PROMEHS projekta, a unutar svake od tri teme obrađeno je određen broj podtema, za svaku su podtemu definirani specifični ciljevi, očekivani ishodi i planirane aktivnosti. Svaka podtema, odnosno ključni pojmovi unutar nje, jasno su opisani. Jezik je prilagođen dobi učenika, kao i ciljevi i aktivnosti koje su prilagođene uzrastu i interesima. Specifični ciljevi obuhvaćaju teme koje su zaista relevantne i primjerene toj životnoj dobi, poput suočavanja s bulingom i cyberbulingom, suočavanja s gubitkom/žalovanjem, s depresijom, anksioznošću i socijalnom fobijom, socijalnim povlačenjem i somatskim problemima, zatim kako prepoznati i izbjeći rizična ponašanja koja mogu dovesti do tjelesnih ozljeda, kako se suočavati s nasiljem u školi, što je to ovisnost o internetu i igranju igrice, kako pre-

poznati i izbjeći rizična seksualna ponašanja i sl. U priručniku je obrađeno velik broj tema i potencijalno problematičnih situacija s kojima se učenici viših razreda osnovne škole i srednjoškolci mogu susresti te čak 68 aktivnosti kojima se može poticati razvoj raznih vještina i kompetencija.

Organizirano poticanje mentalnoga zdravlja u odgojno-obrazovnim ustanovama vrlo je važno, pa bi primjena ovih priručnika mogla znatno povećati socijalnoemocionalnu dobrobit djece i mladih. Edukacija odgajatelja i nastavnika jedan je od čimbenika koji najviše utječe na promociju mentalnoga zdravlja djece. Priručnici se na jasan i razumljiv način obraćaju nositeljima obrazovnih politika, roditeljima, nastavnicima i samoj djeci, odnosno učenicima, te nude niz konkretnih aktivnosti za poticanje i razvoj raznih vještina i kompetencija. Pritom se temelje na znanstvenoj literaturi i nalazima istraživanja, koje prikazuju na prikladan način prilagođen čitateljima.

Tamara Mohorić

<https://doi.org/10.5559/di.31.1.10>

**Ivana Hebrang  
Grgić, Ana Barbarić  
NI S KUĆOM NI  
BEZ KUĆE  
Nakladnička  
djelatnost Hrvata  
u Novome Zelandu**

Naklada Ljevak, Zagreb, 2021., 302 str.

*Knjiga Ni s kućom ni bez kuće: nakladnička djelatnost Hrvata u Novome Zelandu* autorica Ivane Hebrang Grgić i Ane Barbarić zanimljiva je analiza nakladničke djelatnosti, ali i širega društvenog konteksta djelovanja Hrvata u Novome Zelandu od prvih dolazaka u 19. stoljeću do danas. Detaljnom analizom publikacija koje su objavljive