

UDRUGA ZA PROMICANJE  
ZDRAVOG ŽIVOTA I POBOLJŠANJE  
KVALITETE ŽIVLJENJA "LUČ"



# REZULTATI VANJSKE EVALUACIJE PROJEKTA PUT

– Psihosocijalna  
podrška u tugovanju za  
djecu i obitelj



[www.esf.hr](http://www.esf.hr)

Projekt je sufinancirala Europska unija iz Europskog socijalnog fonda.  
[www.struktturnifondovi.hr](http://www.struktturnifondovi.hr)

Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Udruge roditelja "Korak po korak".

**Naziv projekta:**

PROJEKT PUT - PSIHOSOCIJALNA PODRŠKA U TUGOVANJU ZA DJECU I OBITELJI  
(UP.02.2.2.06.0257)

**Ime korisnika:** Udruga roditelja "Korak po korak"

**Ukupna vrijednost projekta:** 1.069.784,31 kuna

**Vrijeme provedbe projekta:** travanj 2020. – travanj 2022.

**Autorica:** dr. sc. Jagoda Novak

**Lektura:** GNOSIS agencija za prevođenje

**Grafičko oblikovanje:** Centar pažnje, Vanja Nikolić

## **Rezultati vanjske evaluacije projekta PUT**

**– Psihosocijalna podrška u tugovanju za djecu i obitelj**

### **Organizacije provoditelji:**

Udruga roditelja Korak po Korak (UR KPK)

Udruga za promicanje zdravog života i poboljšanje kvalitete življenja „Luč“

Udruženje „Djeca prva“

### **Vrijeme provedbe projekta:**

travanj 2020. – travanj 2022.

### **Vanjska evaluatorica:**

dr. sc. Jagoda Novak



## SADRŽAJ

I.	UVOD I METODOLOŠKI OKVIR .....	5
II.	SAŽETAK PROJEKTA I KLJUČNIH REZULTATA NJEGOVE VANJSKE EVALUACIJE...7	
III.	REZULTATI VANJSKE EVALUACIJE - CJELOVITI TEKST .....	15
1.	REZULTATI UTJECAJA NA KRAJNJE KORISNIKE: RODITELJI.....	15
2.	REZULTATI ANKETNOG UPITNIKA – ZADOVOLJSTVO EDUKACIJOM ZA VODITELJE GRUPA PSIHOSOCIJALNE PODRŠKE U TUGOVANJU/ GUBITKU.....	21
3.	REZULTATI UPITNIKA – ZADOVOLJSTVO PROJEKTOM: DJELATNICI USTANOVA SUSTAVA (vrtići, osnovne i srednje škole), prema standardiziranom upitniku Agencije za odgoj i obrazovanje (AZOO) .....	24
4.	REZULTATI UPITNIKA – ZADOVOLJSTVO PROJEKTOM: RODITELJI / STARATELJI, DJECA I MLADI .....	29
5.	REZULTATI, UVIDI, KOMENTARI I SVJEDOČENJA IDEJNIH ZAČETNIKA, VODITELJA I IZVODITELJA PROJEKTA .....	41
6.	PREPORUKE ZA DONOSITELJE ODLUKA I NASTAVAK TE ODRŽIVOST PROJEKTA .....	51
7.	PRILOZI: Evaluacijski instrumentarij /Anketni upitnici.....	56



## I. UVOD I METODOLOŠKI OKVIR

Evaluacija projekta po svome je tipu **vanska (eksterna)**, tj. provodi je vanjski evaluator koji nije involviran u osmišljanje ili provedbu projekta. Budući da prati procese, rezultate i ishode unutar projekta, evaluacija se koristi **kvalitativno-kvantitativnim evaluacijskim istraživačkim metodama**.

Evaluacija je prvenstveno **sumativna** – promatra glavne sastavnice projekta na početku i na kraju projekta, kako bi se mjerio ostvareni pomak k željenim ciljevima, tj. rezultati i ishodi projekta (funkcionira li projektni model), te napose održivost projekta i potencijal njegove replikabilnosti (može li se unutar sustava uspješno nastaviti i razvijati i kako to činiti). Ipak, ova evaluacija ima i svoju **formativnu dimenziju** kroz promatranje načina na koji se aktivnosti provode, a u cilju unaprjeđivanja praksi, prilagodbe pristupa, izbora sudionika i sl. u sljedećim primjenama modela na drugim lokacijama te nacionalno.

Ona je namijenjena udrugama provoditeljima, ali i partnerima/donatorima te napose institucijama sustava obrazovanja i socijalne skrbi u RH. Posebna će se pažnja posvetiti najvitalnijim i replikabilnim elementima projekta koji kroz suradnju različitih dionika sustava mogu jamčiti **sustavno širenje ovoga modela (scalling-up)** u sve veće centre Hrvatske, kako bi prerastao u nacionalni model.

Cilj evaluacije jest mjeriti ostvarenje **planiranih rezultata projekta** sukladno Projektnom prijedlogu koji je prihvaćen za financiranje od strane **ESF – Europskoga socijalnog fonda u RH (UP.02.2.2.06.0257)**, tj. **ostvarenja specifičnih ciljeva**, koji uključuju:

1. Uključivanje djece i mladih pogodjenih gubitkom bliske osobe u grupnu psihosocijalnu podršku u četiri (4) lokalne zajednice – Zagrebu, Slavonskome Brodu, Sisku i Karlovcu;
2. Osiguravanje psihosocijalne podrške roditeljima koji su izgubili bračnog/vanbračnog partnera kroz grupno savjetovanje u spomenutim zajednicama;
3. Educiranje stručnjaka mentalnog zdravlja za vođenje psihosocijalnih grupa podrške u spomenutim zajednicama, vezano na prethodnu točku;
4. Senzibiliziranje i informiranje stručnjaka koji rade s djecom u vrtićima, školama, CZSS-ima<sup>1</sup> i obiteljskim centrima te HZJZ-u<sup>2</sup>, o procesu tugovanja kod djece i mladih u spomenutim zajednicama.

<sup>1</sup> Centri za socijalnu skrb.

<sup>2</sup> Hrvatski zavod za javno zdravstvo.



Evaluacijski instrumentarij, sukladno cilju evaluacije, obuhvatit će:

- a. Anketne upitnike za četiri različite skupine sudionika: 1) roditelje/staratelje, 2) djecu, 3) mlade, 4) stručnjake mentalnoga zdravlja te stručne suradnike i ravnatelje u sustavu odgoja i obrazovanja (posljednji upitnik prema metodologiji AZOO-a)
- b. **Vođenu diskusiju u fokus-grupama** – voditelji grupa podrške/radionica i upravljački tim projekta, kao i dionici nacionalnog sustava obrazovanja
- c. **Dubinske intervjuje** – sudionici/ce programa/aktivnosti „Vjetar u leđa“
- d. **Tekstualnu analizu** narativnih izvješća projekta i procesnih bilješki voditelja/ica aktivnosti, projektne dokumentacije, internih evaluacija te postojećih statistika i stručno-znanstvene literature na temu nošenja s tugovanjem/gubitkom u RH, EU i SAD-u.



## II. SAŽETAK PROJEKTA I KLJUČNIH REZULTATA NJEGOVE VANJSKE EVALUACIJE

### Što je PUT i zašto je važan?

PUT je prvi ciljani sveobuhvatni program psihosocijalne podrške koji istovremeno osnaže tri ciljne skupine: djecu i mlade koji su doživjeli gubitak bliske osobe, njihove roditelje i skrbnike koji se uz brojne obveze i sami nose s gubitkom i tugovanjem, kao i stručnjake koji se kroz sustave obrazovanja i socijalne skrbi susreću s ovim problemom, educirajući ih i senzibilizirajući da prepoznaju i adekvatno odgovore na potrebe onih koji su doživjeli prerani gubitak. Do sada su se ove obitelji oslanjale gotovo potpuno na neformalnu potporu rodbine i prijatelja, a znamo iz istraživanja da gubitak bliske osobe u djetinjstvu i adolescenciji nosi značajne rizike, neposredno nakon događaja, ali i kroz cijelo odrastanje te da značajno pogda preostalog roditelja.

Projekt otvara put održivom nacionalnom modelu, koristeći međunarodna i domaća znanja, a stvorio je značajne kapacitete u četiri lokalne zajednice kontinentalne Hrvatske: Karlovcu, Slavonskom Brodu, Sisku i Zagrebu.

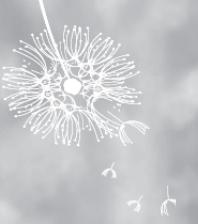
Prije početka ovog dvogodišnjeg programa podrške na inicijativu Udruge za promicanje zdravog života i poboljšanje kvalitete življenja „Luč“, u suradnji s jednom osnovnom školom, pilotirane su prve grupe podrške tugujućima, te se model dalje nadograđivao na ovim inicijalnim pozitivnim iskustvima i rezultatima.

### Struktura i glavne aktivnosti projekta

Projekt PUT provodile su udruge – partneri: **Udruga roditelja Korak po Korak (UR KPK)**, **Udruga za promicanje zdravog života i poboljšanje kvalitete življenja „Luč“** i **Udruženje „Djeca prva“**, u periodu od travnja 2020. do travnja 2022. Financiran je kroz Europski socijalni fond (ESF) i sastojao se od četiri ključne komponente, tj. ostvarivao je četiri specifična cilja:

1. Uključivanje djece i mladih pogodjenih gubitkom bliske osobe **u sustavnu grupnu psihosocijalnu podršku u četiri lokalne zajednice**. Dok su djeca pohađala dobi prilagođene radionice kao oblik grupne podrške, mlađi srednjoškolci sudjelovali su u zasebnom programu „**Vjetar u leđa**“ koji se odvijao na jedrenju, gdje su ostvarili grupnu psihosocijalnu podršku u tugovanju kroz međusobno druženje i učenje novih vještina;
2. Osiguravanje psihosocijalne **podrške roditeljima koji su izgubili bračnog/ izvanbračnog partnera** kroz grupno savjetovanje u spomenutim zajednicama;
3. **Educiranje stručnjaka mentalnog zdravlja (djelatnice CZSS-a<sup>3</sup>, Crvenog**

<sup>3</sup> Centri za socijalnu skrb.



križa i HZJZ-a<sup>4</sup>) za vođenje psihosocijalnih grupa podrške u spomenutim zajednicama, vezano na prethodnu točku;

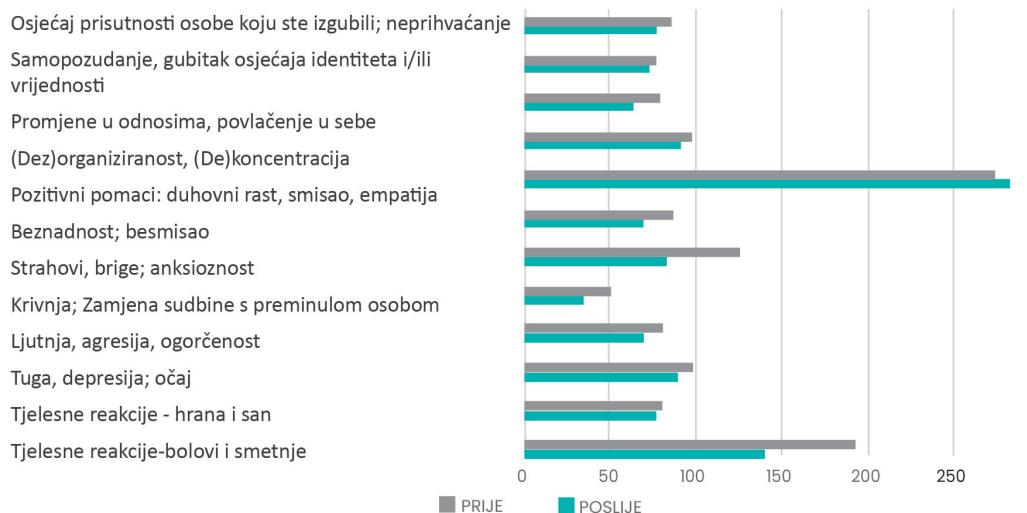
4. Senzibiliziranje i informiranje stručnjaka koji rade s djecom u vrtićima, osnovnim i srednjim školama, o procesu tugovanja kod djece i mladih u spomenutim zajednicama.

#### Nalazi vanjske evaluacije projekta<sup>5</sup>

- a. Prikaz rezultata – Roditelji i staratelji sudionici projekta koji su izgubili bračnog druga/partnera

Za potrebe evaluacije projekta dodatnim smo pitanjima nadogradili znanstveno utemeljen instrument procjene reakcija u tugovanju – Upitnik o reakcijama u tugovanju Nancy Hogan<sup>6</sup>. Ovim su se instrumentom mjerili pomaci kod roditelja koji su izgubili bračnoga druga/partnera u njihovim reakcijama u tugovanju **na početku i po završetku grupe psihosocijalne podrške projekta** u kojima su sudjelovali oni i njihova djeca. Evo i rezultata:

UKUPNI INICIJALNI REZULTATI PROJEKTA - POMACI KOD KRAJNJIH KORISNIKA -  
RODITELJA/PARTNERA KOJI SU DOŽIVJELI GUBITAK  
(prilagođeni Hogan instrument reakcija na tugovanje)



U 100% segmenata reakcija na tugovanje/gubitak evidentirani su pozitivni pomaci kod tugujućih roditelja, dok su neki vidno značajniji. Smanjenje negativnih reakcija i senzacija je najznačajnije, i to za oko 30% ukupnih vrijednosti, u tri sljedeće kategorije:

4 Hrvatski zavod za javno zdravstvo.

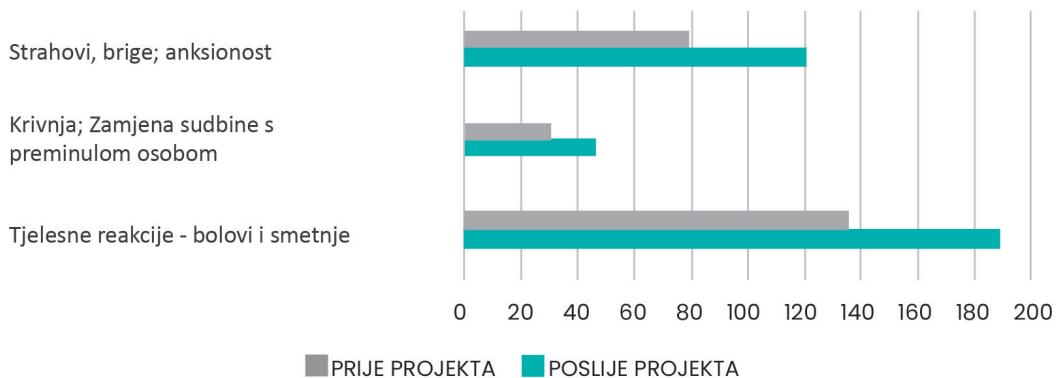
5 Evaluaciju provela vanjska evaluatorica dr. sc. Jagoda Novak.

6 Hogan, Nancy at al.: Development and validation of the Hogan Grief Reaction Checklist, Death Studies 25(1):1-32, January 2001.



- 1. Smanjenje negativnih tjelesnih reakcija u smislu bolova i smetnji**
- 2. Smanjenje strahova, anksioznosti i briga**
- 3. Smanjenje osjećaja krivnje i osjećaja potrebe da zamijene sudbinu s preminulom osobom.**

Inicijalni rezultati projekta, djelovanje na krajnje korisnike  
- najznačajniji pozitivni pomaci



#### b. Prikaz rezultata anketnih upitnika za djecu<sup>7</sup> u projektu PUT

	Karlovac	Slavonski Brod	Zagreb	Sisak
Kako si se većinom osjećao/la na radionici?	😊😊 5,00	😊 4,14	😊😊 4,50	😊😊 4,75
Kako si se većinom osjećao/la poslije radionice?	😊 4,37	😊 3,28	😊😊 4,75	😊😊 5,00
Kako su ti se svidjele aktivnosti na radionici?	😊😊 5,00	😊 4,14	😊 4,25	😊😊 4,50
Koliko su ti se svidjele vježbe opuštanja na radionici?	😊😊 4,87	😊 2,71	😊 4,00	😊😊 5,00
Koliko sigurno si se osjećao govoriti i sudjelovati u grupi?	😊😊 4,63	😊 3,85	😊 3,50	😊😊 5,00
Koliko su ti radionice pomogle da se lakše nosiš s gubitkom?	😊😊 4,5	😊 3,41	😊 4,25	😊😊 4,50

<sup>7</sup> Legenda (gradacija odgovora na pitanja):

5 = Vrlo ugodno; Potpuno sigurno; Vrlo su mi se svidjele; Puno su mi pomogle

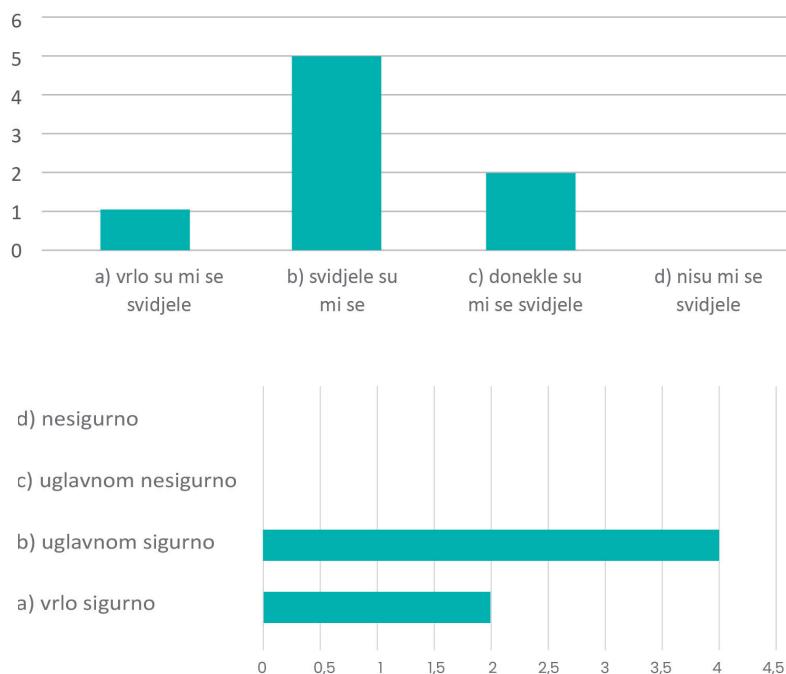
4 = Ugodno; Uglavnom sigurno; Svidjele su mi se; Pomogle su mi

3 = Uglavnom neugodno; Uglavnom nesigurno; U manjoj su mi se mjeri svidjele; Malo su mi pomogle

2 = Neugodno; Niti malo sigurno; Nisu mi se uopće svidjele; Nimalo mi nisu pomogle.



c. Prikaz rezultata anketnih upitnika za mlade u projektu PUT – sudionici podprojekta „Vjetar u leđa“





### **Svjedočenje sudionice programa Vjetar u leđa:**

*Svi su to prošli, zato mi je bilo odlično! Super što su to sve tinejdžeri, niti su „klinci“ niti su opet prevelika razlika u godinama, to je bilo jako važno u Vjetru u leđa.*

*Bilo je i otvoreno i „zatvoreno“ koliko treba, i Mirjana i Silvija su bile pune podrške, fleksibilne, mogli smo se povući i imati vrijeme za sebe, a mogli smo i pričati i otvoriti se – svega je bilo koliko je trebalo, ako mene pitate.*

*Jedrenje mi je novost, ali čim sam ono „skužila“ kako to tehnički ide, bilo mi je opuštanje. Stres na početku, dok smo se uveli u jedrenje i dinamiku, a poslije mir i divno opuštanje „pod zvijezdama“.*

*Nakon programa drago mi je da se čujemo, imate i WhatsApp grupu, lijepo mi je da su prijatelji koji su prošli isto – to što smo isto prošli je ključno.*

*Preporuka svima da se u taj program uključe!*

*Još sam bila svježa u tome, tik nakon smrti mame...*

*Zašto je smrt bližnjih ljudi tabu? – Ne znam zapravo, vjerojatno se ljudi ne osjećaju ugodno išta reći, misle što će drugi oko njih reći, hoće li uopće razumjeti... No nije moguće sam proći kroz gubitak, jedno vrijeme da, a l' dugoročno to treba podijeliti, treba nekome reći da nisi OK, idemo prošetat' ili ovo ili ono... ne možeš i ne smiješ to sam!*

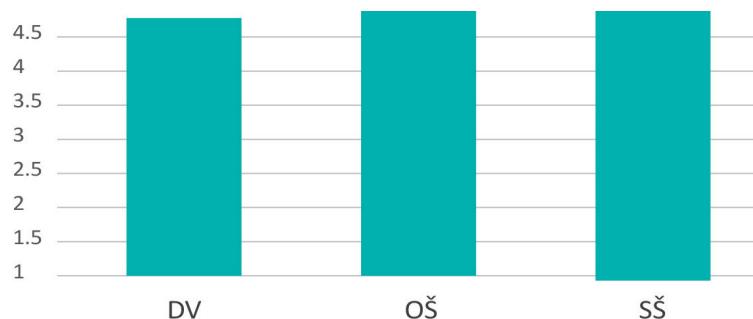
*Brat je dosta zatvoren, drži u sebi, boji se podijeliti, mami je sve govorio, a nije bilo, pa je s njim drugačije, no vjerujem da će i on uspjeti – i njemu treba ovakav jedan program.*

*Ovo treba ponavljati, znam da je s financijama teško, ali divno je i svakome bih preporučila.*



#### d. Što kažu educirani učitelji, nastavnici, ravnatelji i stručni suradnici?

Prosječni rezultati **procjene praktične** koristi stručnoga skupa sudionika – učitelja, stručnih suradnika i ravnatelja iz DV, OŠ i SŠ (od 1 do 5), pri čemu je 5 „izrazito korisno“. Upitnik je popunilo 538 sudionika, kroz ukupno 6 održanih webinara.



Na pitanje *S čime su bili osobito zadovoljni sudionici? odgovaraju u više smjerova: jedni na to pitanje odgovaraju u smislu **praktičnosti, konkretnosti i primjenjivosti** (*Praktično, primjenjivo; Konkretnim primjerima itd.*), drugi u smislu **konkretne pohvale predavačica** (*Predavačima i načinom izlaganja; Dijeljenjem osobnih iskustava predavačica; Zanimljivo i vrlo pristupačno izlaganje itd.*), treći **aktualnošću teme** (tema aktualna, pojasnili su najčešće mitove), dok su četvrti naglašavali jednostavnost i jasnoću prezentacija.*

#### e. Što kažu i koliko su osnaženi izvoditelji aktivnosti?

Slijedi prikaz ocjena budućih voditelja/ica grupa podrške, iz anketnih upitnika nakon njihove edukacije koja ih je za tu ulogu pripremala:

	Modul 1 – prosjek ocjena	Modul 2 – prosjek ocjena	Najčešći odgovori na pitanje
Koliko je kvalitetno edukacija proradila Vaše inicijalne ideje i vjerovanja vezana uz tugovanje zbog smrti bliske osobe? / Doprinijela razumijevanju i razgradnji stereotipa i mitova vezanih uz tugovanje?	4,31	4,53	Taj je dio edukacije bio u velikoj mjeri / iznimno kvalitetno održen
Koliko Vam je edukacija pomogla da razumijete ulogu pomagača u procesu tugovanja i građenju odnosa s tugujućim osobama (unutar projekta)?	4,5	4,47	U velikoj je mjeri / u potpunosti je razumijem
Koliko se sada nakon online edukacije osjećate osnaženiji i spremniji za provedbu/ sudjelovanje u provedbi promocije programa PUT u zajednici?	Pitanje nije bilo	4,47	U velikoj se mjeri osjećam spremnija / osjećam se znatno spremnija



## Koje su perspektive održivosti projekta, potencijalni partneri i suradnje?

### Održivost na nivou lokalnih zajednica – Ideje kako nastaviti projekt:

- **Županijski mobilni centri** (do tri osobe koje bi vodile i koordinirale grupe potpore u tugovanju na tom prostoru) bili bi adekvatna varijanta.
- **Županijski socijalni planovi** – trebaju uključiti ove edukacije, i na njihovoj bazi planirati županijske troškove u tome smislu (prethodno ih valja ažurirati i eksplicitno uvezati s nacionalnim strategijama).
- Obiteljski centri također su prirodni saveznici i mesta u okviru čijih bi se aktivnosti (kroz stavku socijalnih planova ili natječaja nadležnog ministarstva) mogle provoditi ovakve grupe podrške.
- Moguće je da **lokalne grupe, uz pomoć lokalnih OCD-a**, apliciraju na natječaje lokalnih vlasti ili druge donatore za nastavak grupa potpore.
- Valja naglasiti kako tema nošenja s gubitkom na čitavom priobalnom području RH nije adresirana i **postoji potreba za provedbom projekta ili njegovih glavnih aktivnosti u primorskoj Hrvatskoj**.

### Održivost na nacionalnom nivou – mogućnosti nastavka grupa potpore za djecu, mlade i roditelje

- Valja i generalno uvriježiti komunikacijske procedure kod svih trauma koje djeca prolaze, a posebno kod gubitka bližnjih, na relaciji sljedećih dionika: **škole županija – CZSS / obiteljski centri – Crveni križ – PUT**. To je ujedno i način da se s teme skine stigma, da se detabuizira, kao i da se iskorači iz patrijarhalnih obrazaca koji je prate.
- Nastavak projekta uz miješanu potporu nadležne županije i Crvenoga križa (CK) koji ima mrežu prostora i vozila u cijeloj RH.
- Financiranje je moguće i od strane Ministarstva nadležnog za pitanja socijalne politike, kao i MZO-a<sup>8</sup>.
- Zadnji vid održivosti bi bio da grupe potpore nastave lokalno, no uz osobu koja će pro bono facilitirati.

### Održivost na nacionalnom nivou – mogućnosti nastavka webinara/seminara za učitelje, stručne službe i ravnatelje škola

- Putem AZOO<sup>9</sup>-a u perspektivi su sljedeći koraci:
  - a. Uključivanje sadržaja webinara/seminara kojima se stručne službe u školama informiraju i ojačavaju u ovoj temi u Katalog stručnih usavršavanja za 2022., kao i potencijalno u uključivanje u Katalog stručnih usavršavanja u 2023., pod posebnom temom.

<sup>8</sup> Ministerstvo znanosti i obrazovanja.

<sup>9</sup> Agencija za odgoj i obrazovanje.



- b. Zagovaranje i praćenje putem AZOO-a objave i diseminacije ***Preporuka o postupanju u slučajevima gubitka za učitelje, stručne suradnike i socijalne radnike.***
- c. AZOO može dati preporuku stručnim suradnicima i razrednicima da se tema gubitaka obrađuje na SRZ-u<sup>10</sup>, kako bi se senzibilizirala djeca, vršnjaci, kao i njihovi roditelji na ponašanja djece koja su doživjela gubitak, u cilju detabuizacije ove teme u društvu.
- Platforme za širenje informacija o potpori tugovanju mogu biti i **županijski i gradski aktivni** (koji postoje po definiciji), kao i **gradski preventivni programi**.
- Edukacije bi trebale biti obvezni dio stručnog usavršavanja, te bi se svakako trebale bodosavati, certificirati i kroz komorske sustave raznih struka (pedagozi, psiholozi, socijalni radnici itd.).
- Putem internetskih stranica škola, vrtića, gradova i općina te svakako AZOO-a valjalo bi sustavno i repetitivno informirati o postojanju spomenutih županijskih mobilnih timova i/ili grupa podrške, kao i o stručnim usavršavanjima i edukacijama na ovu temu

---

10 Sat razredne zajednice.



### III. REZULTATI VANJSKE EVALUACIJE – CJELOVITI TEKST

#### 1. REZULTATI UTJECAJA NA KRAJNJE KORISNIKE: RODITELJI

Rezultati Upitnika o reakcijama u tugovanju Nancy Hogan, nadograđenog i prilagođenog za potrebe evaluacije projekta PUT, primijenjenog na odraslim korisnicima projekta – roditeljima

U evaluaciji korišteni instrument nije testiran na za to predviđen znanstveni način, no ipak predstavlja kvalitetan skup pokazatelja pomaka u reakcijama na gubitak. Naime, u psihološkim krugovima poznatome instrumentu koji mjeri reakcije na tugovanje/gubitak, *Hogan Grief Reaction Checklist (HGRC)*, Hogan at al.<sup>11</sup> (hrv. Hogan lista reakcija na tugovanje), koji se inicijalno sastoji od 21 pitanja, dodali smo još 20 elemenata/pitanja vezanih za poznate nam pojavnosti reakcija na gubitak iz prakse savjetovanja, kako bismo pokušali detektirati pomake koji su se dogodili kod ljudi koji su ostali bez svojih životnih partnera, nakon grupe podrške i individualnih razgovora koji su im pruženi unutar projekta. HGRC je početkom 2000-ih razvijen empirijski, temeljem podataka o čitavoj paleti reakcija koje su iskusili odrasli ljudi nakon gubitka bliske osobe u svome životu, te uključuje i element duhovnoga rasta kao pozitivnu reakciju, kao i elemente negativnih reakcija na tugovanje. Pritom su dodatni podaci i analize potrebni kod praćenja napretka svake osobe zasebno, ovisno s jedne strane o uzroku smrti bliske osobe, a s druge o proteku vremena od gubitka.

Za potrebe evaluacije – procjene utjecaja projektnih aktivnosti ovaj je nadograđeni Hogan instrument validan jer može dati **preliminarne pokazatelje u kojim je elementima reakcija na gubitak bilo pomaka kod odraslih sudionika projekta, kao njegovih krajnjih korisnika.**

Ti su pokazatelji u ovoj evaluaciji, dakle, mjereni **instrumentom od 40 tvrdnji** poput: *Osjećam se ogorčen/a na druge; Srce mi brže zakuca; Imam probleme sa spavanjem; Previše brinem; Ne mogu se pomiriti da osobe više nema, ali i afirmativnih i tvrdnji poput Osjećam sada više samilosti i empatije za druge ljudi*, koje na precizan način mijere nekoliko dimenzija reakcije na tugovanje, a međusobno su sadržajno izmiješane. Možda dodati gdje mogu naći, str. ili u prilozima cijeli instrument.

Tvrđnje rezultata upitnika su načelno podijeljene u **12 klastera**, tj. segmenata od kojih svaki mjeri određeni tip reakcije na gubitak. Segmenti, odnosno setovi pitanja, dotiču redom: **Tjelesne reakcije (podijeljene na boli/smetnje te na**

<sup>11</sup> Hogan, Nancy at al.: Development and validation of the Hogan Grief Reaction Checklist, Death Studies 25(1):1-32, January 2001.



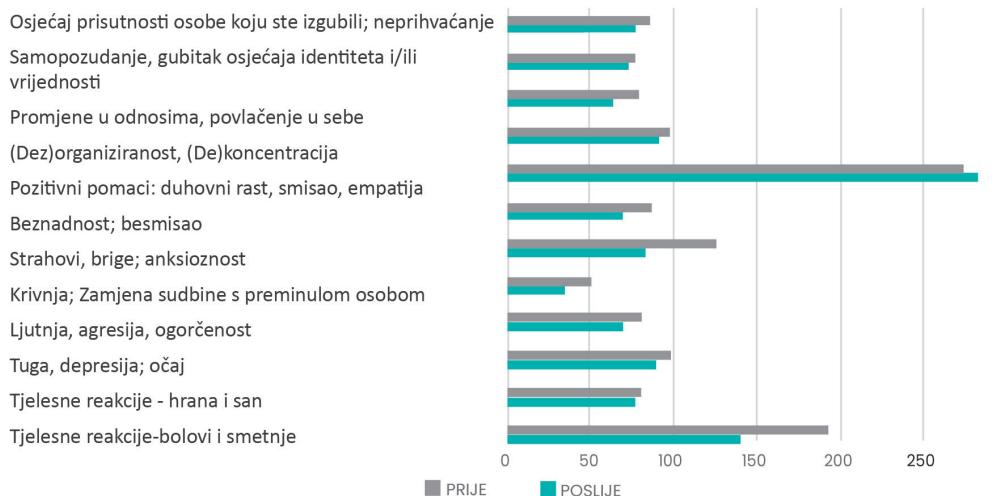
**probleme sa snom, hranom i ovisnostima); Tugu; Ljutnju/ogorčenost, Krivnju; Strahove i brige; Pozitivne pomake/duhovni rast; Osjećaj beznadnosti/besmisla; Dekoncentraciju; Promjene u odnosima/povlačenje od ljudi; Samopozdanje/identitet; Osjećaj prisutnosti osobe koju smo izgubili/neprihvatanje gubitka.**

Ispitanici – odrasli koji su proživjeli gubitak, zaokružuju tvrdnju na **skali od 1 do 5** pri čemu ih 1 uopće ne opisuje, dok 5 znači da ih ta tvrdnja jako dobro ili u potpunosti opisuje.

Ispitanici su odrasli sudionici grupe podrške projekta PUT koji su doživjeli gubitak supružnika/partnera, te su **instrument popunjavalni PRIJE i POSLIJE grupa podrške**. Ukupno je obrađeno **13 popunjениh instrumenata (prije i poslije održanih grupa)**, **odnosno 13 ispitanika je popunilo ukupno 26 upitnika**.

**Sveukupno (sumarno)**, pogledamo li rezultate prilagođenog instrumenta – Hogan liste reakcija na tugovanje<sup>12</sup>, u sve četiri sredine<sup>13</sup> pozitivni pomaci zabilježeni su u svim segmentima. Usporedimo li stanje prije, odnosno poslije projekta, tj. poslije grupa podrške i individualnog savjetovanja za roditelje koji su ostali bez partnera, dobivamo sljedeće rezultate:

**UKUPNI INICIJALNI REZULTATI PROJEKTA - POMACI KOD KRAJNJIH KORISNIKA -  
RODITELJA/PARTNERA KOJI SU DOŽIVJELI GUBITAK  
(prilagođeni Hogan instrument reakcija na tugovanje)**



Dakle, u 12 od 12 segmenata, **odnosno u 100% segmenata reakcija na tugovanje/gubitak evidentirani su pozitivni pomaci kod tugujućih roditelja, dok su neki vidno značajniji**.

12 Upitnik dostupan kao PRILOG 1 tekstu.

13 Važno je napomenuti da je u Sisku radi fluktuacije kandidata dobiven premali broj inicijalno popunjениh Hoganovih listi, stoga ta lokacija nije prezentirana zasebno.

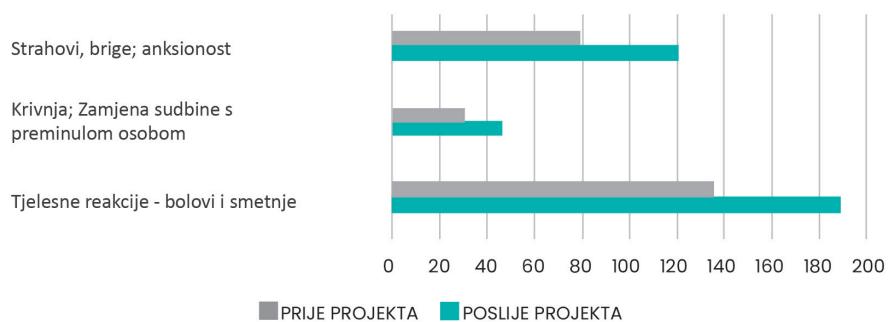


Smanjenje negativnih reakcija i senzacija je **najznačajnije**, i to za oko 30% ukupnih vrijednosti, u tri sljedeće kategorije:

- 1. Smanjenje negativnih tjelesnih reakcija u smislu bolova i smetnji**
- 2. Smanjenje strahova, anksioznosti i briga**
- 3. Smanjenje osjećaja krivnje te smanjenje osjećaja da želimo zamijeniti sudbinu s preminulom osobom.**

Slijedi grafički prikaz dobivenih vrijednosti:

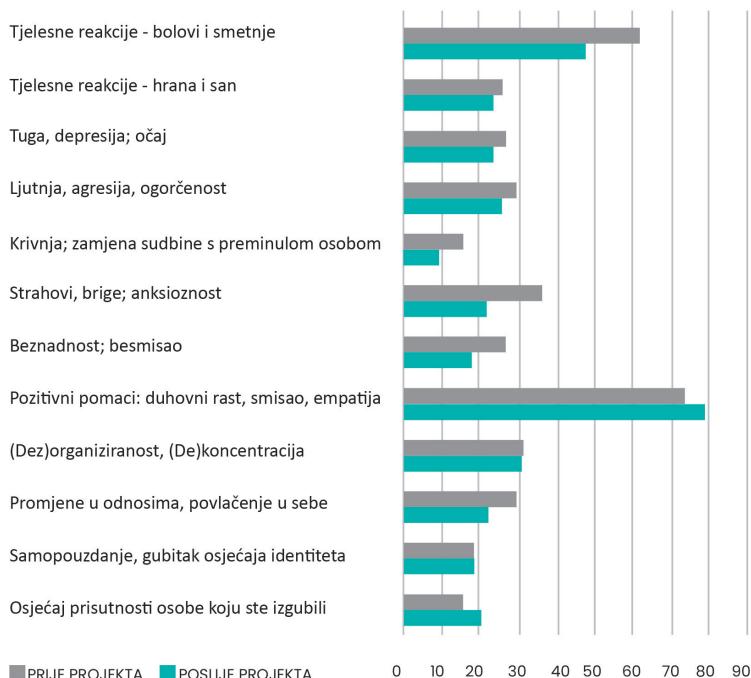
Inicijalni rezultati projekta, djelovanje na krajnje korisnike  
- najznačajniji pozitivni pomaci



Rezultati po gradovima:

### 1. Slavonski Brod

SB: Inicijalni rezultati - prilagođeni Hogan upitnik o reakcijama u tugovanju/gubitku - Slavonski Brod



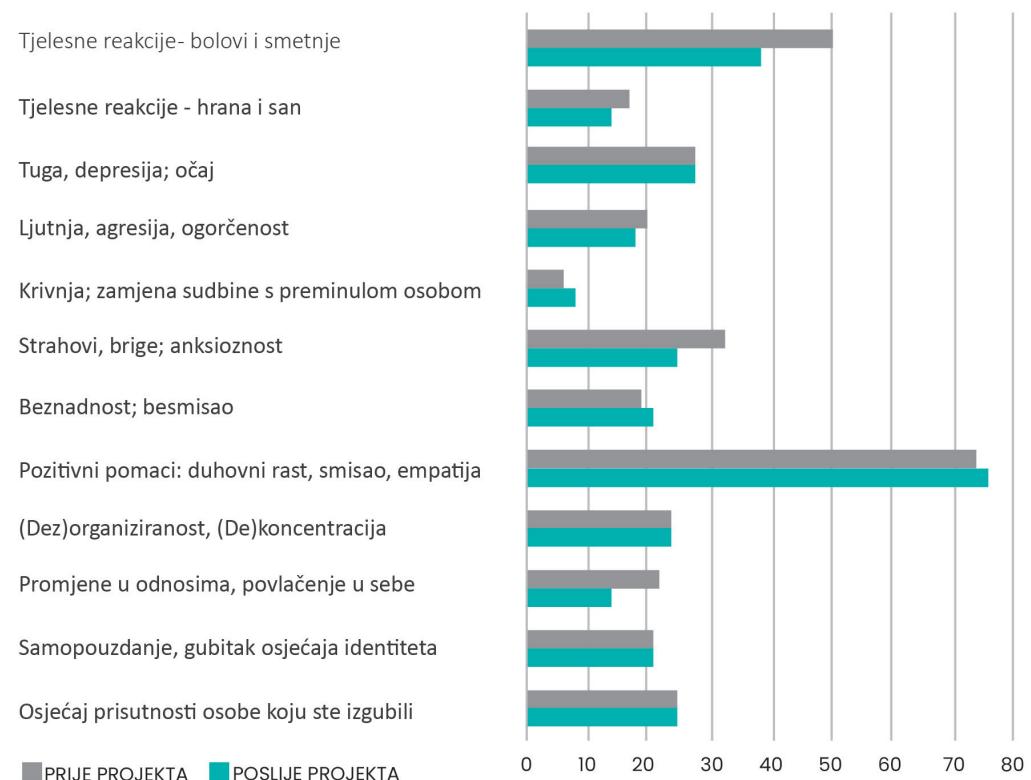


Pozitivni pomaci primjećeni su u **10 od 12 promatralih segmenata** reakcija na tugovanje.I to značajni pozitivni pomaci kod: **umanjenja negativnih tjelesnih reakcija poput bolova i smetnji, kod smanjenja ljutnje, smanjenja agresije i ogorčenosti te kod smanjenja strahova i briga.**

Kod samopouzdanja i identiteta nije bilo promjena prije i poslije grupa podrške, dok se osjećaj da je preminula osoba katkada s nama čak i povećao.

## 2. Zagreb

Inicijalni rezultati - prilagođeni Hogan upitnik o reakcijama u tugovanju/gubitku - Zagreb



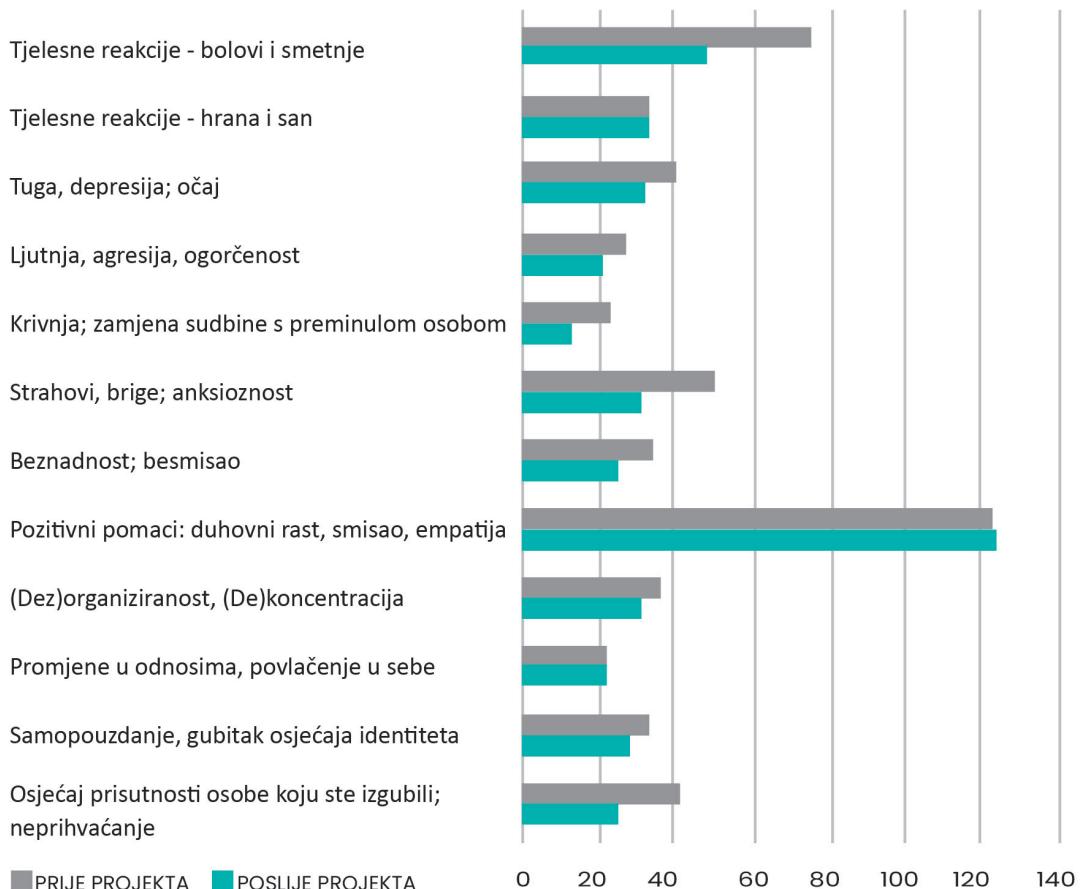
Značajni pozitivni pomaci primjećeni su u **6 od 12 promatralih segmenata** reakcija na tugovanje. Ta se poboljšanja odnose ponovno na **umanjenje negativnih tjelesnih reakcija, smanjenje ljutnje i ogorčenosti, strahova i briga te povećanje osjećaja pozitivnih psiholoških i duhovnih stanja.** I to značajni pozitivni pomaci kod: **umanjenja negativnih tjelesnih reakcija poput bolova i smetnji, smanjenja ljutnje agresije i ogorčenosti te smanjenja strahova i briga.**

U četiri segmenta dobivene su iste vrijednosti, a u dva povećanje. Zanimljivo, povećanje tj. „pogoršanje“ odnosi se na vrlo apstraktna stanja i razmišljanja, koja je grupna podrška očito pokrenula kao procese: osjećaj smisla te osjećaj potrebe zamjene situacije s preminulom osobom.



### 3. Karlovac

Inicijalni rezultati - prilagođeni Hogan upitnik o reakcijama u tugovanju/gubitku - Karlovac



Pozitivni pomaci primjećeni su u **10 od 12 promatranih segmenata** reakcija na tugovanje. Dapače, značajni pozitivni pomaci **vidljivi su kod svih segmenata**, osim kod 2 (tjelesnih reakcija povezanih s hranom, ovisnostima i snom, te povlačenjem u sebe). **Najznačajniji su pozitivni pomaci uočeni kod tjelesnih reakcija vezanih za smetnje i bolove, osjećaje smanjenja krivnje te smanjenja strahova i briga – što se redom ponavlja u svim lokacijama – kao i kod smanjenja neprihvatanja gubitka.**



## 1. ZAKLJUČNO: Inicijalni rezultati – djelovanje projektnih aktivnosti na krajnje korisnike – roditelje, prema rezultatima Hogan

### Zaključak: utjecaj projekta na krajne korisnike – roditelje/staratelje koji su proživjeli gubitak:

Iz dobivenih podataka, uz prethodno obrazloženu ogradu o instrumentariju, dolazimo do preliminarnog zaključka je da ukupno, **na sve 4 lokacije, projekt pozitivno utjecao na sve (12/12) promatrane segmente reakcija na gubitak kod roditelja** koji su izgubili supružnika/partnera: Tjelesne reakcije (podijeljene na boli/smetnje te na probleme sa snom, hranom i ovisnostima; Tugu; Ljutnju/ogorčenost, Krivnju; Strahove i brige; Pozitivne pomake/duhovni rast; Osjećaj beznadnosti/besmisla; Dekoncentraciju; Promjene u odnosima/povlačenje od ljudi; Samopouzdanje/identitet te Osjećaj prisutnosti osobe koju smo izgubili/neprihvatanje gubitka.

Pritom se na kraju projekta kod krajnjih korisnika – roditelja uočilo znatno smanjenje negativnih aspekata u tri segmenta. **Značajno manje su zdravstvene smetnje poput boli, srčane aritmije i sl., značajno manje pretjerano brinu i strahuju za djecu i ostale članove obitelji, te je naposljetku primjećen i značajan pad osjećaja krivnje i želje da se zamjeni sudsudbina s preminulom osobom.**



## 2. REZULTATI ANKETNOG UPITNIKA – ZADOVOLJSTVO EDUKACIJOM ZA VODITELJE GRUPA PSIHOSOCIJALNE PODRŠKE U TUGOVANJU/ GUBITKU

### Moduli 1. i 2.

Iz anketnih upitnika za sudionike/ce Edukacijskih modula 1. i 2. za buduće voditelje/ice grupa podrške, izdvojeno je 5 od 12 pitanja koja odgovaraju na pitanje generalnog ozračja, korisnosti i kvalitete edukacije. Ostali su odgovori na pitanja bili procesne prirode (što još sudionici trebaju od sadržaja i vještina, u kojim područjima trebaju više osnaživanja, koje bojazni imaju vezano uz vođenje grupa podrške i sl.), te su ih izvoditelji projekta redovito dobivali nakon svakog modula, prvenstveno programska voditeljica projekta, koja je na iskazane potrebe sudionika/ca odgovarala kroz kurikulum modula koji su slijedili.

U tablici koja slijedi izdvojeni su **projeci ocjena** na skali odgovora od 1 do 5 na spomenuta pitanja iz anketnog upitnika evaluacije Modula 1. i 2., **pri čemu su ocjene visoke do izrazito visoke**:

	Modul 1 – prosjek ocjena	Modul 2 – prosjek ocjena	Najčešći odgovori na pitanje
U kojoj je mjeri <i>online</i> edukacija uspjela <b>stvoriti poticajno okruženje za aktivno učenje</b> , razmjenu iskustava iz prakse i uključivanje svih sudionika/ca?	4,62	4,58	<b>U velikoj je mjeri / u potpunosti je uspjela stvoriti takvo okruženje</b>
Koliko je kvalitetno edukacija <b>proradila Vaše inicijalne ideje i vjerovanja</b> vezana uz tugovanje zbog smrti bliske osobe? / Doprinijela razumijevanju i razgradnji stereotipa i mitova vezanih uz tugovanje?	4,31	4,53	<b>Taj je dio edukacije bio u velikoj mjeri / iznimno kvalitetno održan</b>
Koliko Vam je edukacija <b>pomogla da razumijete ulogu pomagača u procesu tugovanja i građenju odnosa s tugujućim osobama (unutar projekta)?</b>	4,5	4,47	<b>U velikoj je mjeri / u potpunosti je razumijem</b>

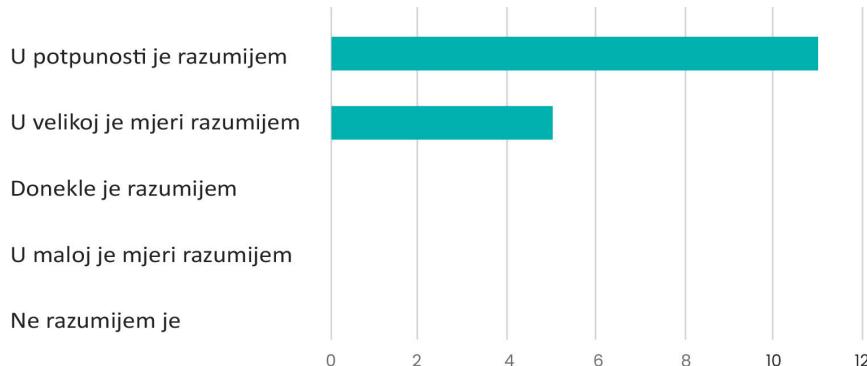


	Modul 1 – prosjek ocjena	Modul 2 – prosjek ocjena	Najčešći odgovori na pitanje
Koliko je edukacija doprinijela vašemu <b>teorijskom znanju o fazama u tugovanju?</b> Zaokružite broj kod željenog odgovora.	<b>3,62</b>	<b>4,16</b>	<b>U velikoj je mjeri doprinijela</b>
Koliko se sada nakon online edukacije <b>osjećate osnaženiji i spremniji za provedbu/ sudjelovanje u provedbi promocije programa PUT u zajednici?</b>	<b>Pitanje nije bilo postavljeno nakon Modula 1</b>	<b>4,47</b>	<b>U velikoj se mjeri osjećam spremnija / osjećam se znatno spremnija</b>

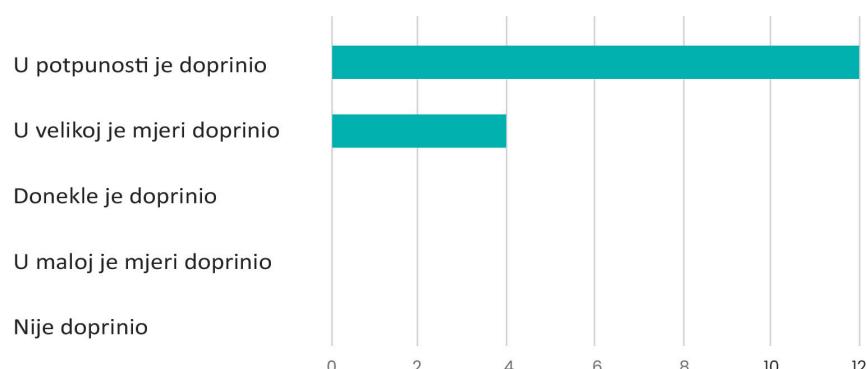
### Modul 3

Nakon cjelokupnog ciklusa edukacije na kojoj se senzibiliziralo, educiralo i osnažilo buduće voditelje grupa psihosocijalne podrške u tugovanju i gubitku **dobivene su izrazito visoke ocjene njihove procjene spremnosti za pružanje grupne podrške tugujućim roditeljima i djeci.**

**Koliko sad razumijete svoju ulogu u projektu?**



**Koliko je završni modul doprinio razumijevanju kriterija i načina izbora korisnika projekta?**





Na pitanje ***Što još prepoznajete kao svoju dodatnu potrebu (u smislu edukacije i/ili mentorske podrške), a što bi Vam se u nekim dalnjim projektnim fazama eventualno moglo pružiti?*** ispitanici/e odgovaraju:

- Mentorsku potporu / superviziju za vrijeme trajanja projekta (grupa)
- Dodatne metode rada s tugujućima
- Intervencija ako se pojavi potreba rada s tugujućom djecom s teškoćama ili sl.
- Većina njih ostavlja neodgovoreno, odnosno naglašava: „Nemam nikakvih potreba i sve mi je jasno!“; „Sve smo dogovorili.“ i sl.



### 3. REZULTATI UPITNIKA – ZADOVOLJSTVO PROJEKTOM: DJELATNICI USTANOVA SUSTAVA (vrtići, osnovne i srednje škole), prema standardiziranom upitniku Agencije za odgoj i obrazovanje (AZOO)

#### 1. Dr. sc. Vesna Ivasović<sup>14</sup>, viša savjetnica za stručne suradnike psihologe AZOO: **IZVJEŠĆE O STRUČNIM SKUPOVIMA PODRŠKA DJECI I MLADIMA POGOĐENIM TRAUMATSKIM GUBICIMA I TUGOVANJEM – 1. i 2. MODUL**

Interdisciplinarni stručni skupovi *Podrška djeci i mladima pogođenim traumatskim gubicima i tugovanjem – 1. i 2. modul* organizirani su u suradnji s Udrugom roditelja Korak po korak u sklopu projekta Psihosocijalna podrška u tugovanju za djecu i obitelji PUT. Ukupno je održano osam stručnih skupova, šest se odnosilo na prvi modul, a dva na drugi. Prvi modul bio je organiziran u ožujku 2021. godine, održani su stručni skupovi za sudionike iz dječjih vrtića, osnovnih i srednjih škola iz pet županija Republike Hrvatske. Svi stručni skupovi su održani *online*.

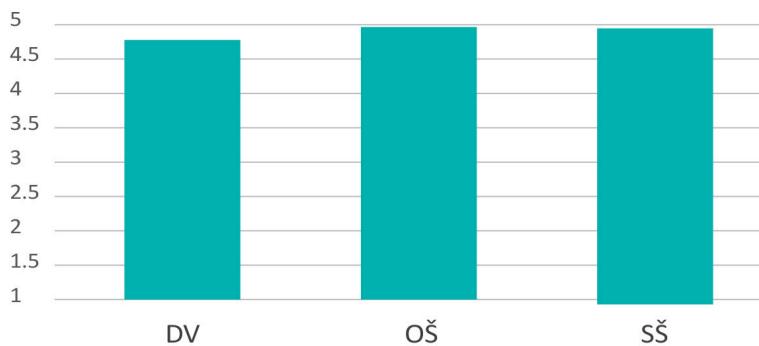
Skupovi su održani u ožujku 2021. godine i na 6 skupova sudjelovalo je ukupno **538 sudionika**.

Predavanja su održale mr. sc. Mirjana Bijelić, socijalna radnica i Silvija Stanić, dipl. psihologinja, univ. spec. iur. i gestalt psihoterapeut. Sudionici su iznosili i svoja osobna iskustva s gubitkom, slučajeve učenika koji su doživjeli gubitak te su izražavali pohvale i zahvalnost za edukaciju na temu tugovanja koja se rijetko organizira, a iznimno je važna osobito u današnje vrijeme pandemije, potresa i značajnog porasta broja učenika koji izgube roditelja tijekom školovanja zbog malignih bolesti.

Primjena *Forms* upitnika ukazuje na **visoko procijenjenu razinu aktualnosti teme i praktične koristi od stručnog usavršavanja** (Slika 1) te primjenjivosti naučenog u praksi (slika 2). Na slici 1 prikazani su prosječni odgovori sudionika na prvo pitanje, a nalaze se **između vrijednosti 4,83 i 4,97**.

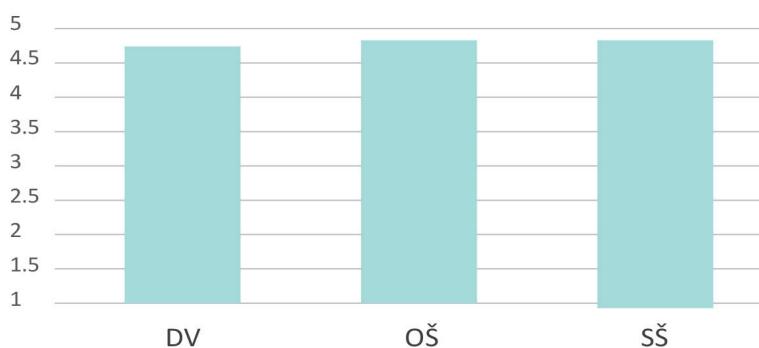
Slika 1: Prosječni rezultati procjene aktualnosti teme sudionika iz DV, OŠ i SŠ (od 1 do 5)

<sup>14</sup> U evaluaciji uspješnosti webinara za stručne suradnike, ravnatelje u sustavu odgoja i obrazovanja te socijalne skrbi i zdravstva, korišten je **upitnik Agencije za odgoj i obrazovanje (AZOO)**, budući da su u sklopu njezinog programa seminara oni i održani, te je pregled rezultata navedenog upitnika (Izvješće) kreirala dr. sc. Vesna Ivasović (poglavlje II./1.) ispred AZOO. Poglavlje II./2. raspisala je autorica evaluacije, u njemu istaknuvši neke prijedloge sudionika webinara koji se odnose na konkretne mogućnosti unaprjeđenja sadržaja ovih seminarova/webinara s temom senzibilizacije o tugovanju.



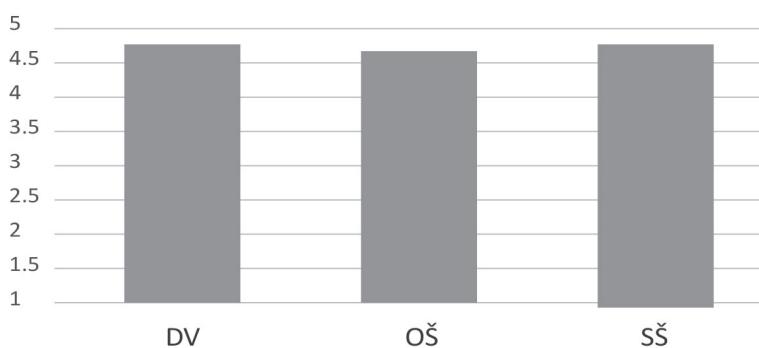
Na slici 2 prikazana je prosječna procjena sudionika o praktičnoj koristi od stručnoga skupa. Rezultati ukazuju da su **sudionici procijenili sadržaje vrlo korisnima u praktičnom smislu, vrijednosti se kreću od 4,80 do 4,90.**

Slika 2: Prosječni rezultati procjene praktične koristi od stručnoga skupa sudionika iz DV, OŠ i SŠ (od 1 do 5)



Na slici 3 prikazani su prosječni odgovori sudionika na pitanje **odgovaraju li prezentirani sadržaji njihovim potrebama, a vrijednosti su vrlo visoke, od 4,71 do 4,80.**

Slika 3: Prosječni odgovori sudionika DV, OŠ i SŠ na pitanje odgovaraju li prezentirani sadržaji njihovim potrebama (od 1 do 5)



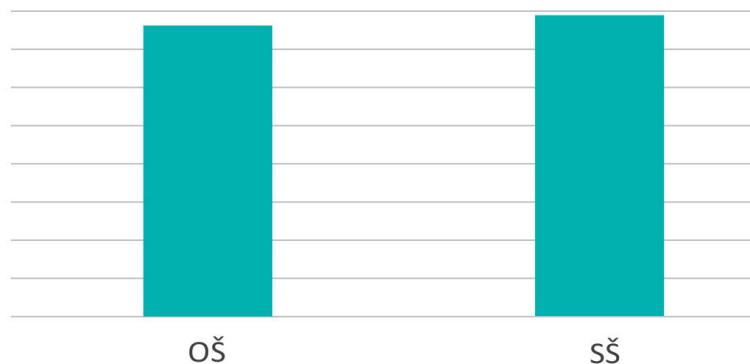


Odgovori sudionika na pitanje otvorenog tipa *S čime ste bili osobito zadovoljni?* ukazuju da su bili vrlo zadovoljni prezentiranim sadržajima, a neki od najčešćih odgovora **su zadovoljstvo praktičnošću i primjenjivošću sadržaja u svakodnevnom radu, stručnošću predavača, jasnoćom izlaganja i konkretnošću te dobivanjem odgovora na postavljena pitanja.** Na pitanje Što je nedostajalo? nekoliko puta se ponovio odgovor *interakcija, praktični rad, kontakt uživo*. Većina sudionika iskazala je interes za sudjelovanjem u drugom modulu. Sudionici su navodili **koje teme u području tugovanja ih najviše zanimaju i time su dali konkretne smjernice za planiranje sadržaja drugog modula.**

**Drugi modul** stručnog usavršavanja planirano je provesti uživo krajem nastavne godine provođenjem radionica. Zbog epidemiološke situacije to nije bilo moguće pa je odgođen za jesen 2021. Međutim, epidemiološka situacija je i dalje bila nepovoljna te je i drugi modul održan *online*. Stručni skup za sudionike iz osnovnih škola održan je u listopadu 2021. za ukupno **46 sudionika**. Uvodno predavanje održala je mr. sc. Mirjana Bijelić, a radionice je vodila Silvija Stanić, dipl. psih. Sudionici su bili podijeljeni u sobe i radili su na tri skupine pitanja u područjima odnosa škole prema smrti učenikovog roditelja, odnosa učitelja/nastavnika prema učeniku koji je izgubio roditelja i stresu učitelja/nastavnika u radu s učenikom koji je izgubio roditelja.

Na slici 4 prikazani su prosječni odgovori sudionika iz osnovnih i srednjih škola na pitanje o praktičnoj koristi drugog modula. Pokazalo se da je radionički način rada, unatoč *online* okruženju, rezultirao **visokim ocjenama, 4,82 za osnovne škole i 4,90 za srednje škole.**

Slika 4: Prosječni odgovori sudionika iz OŠ i SŠ na pitanje o praktičnoj primjenjivosti sadržaja 2. modula





Na slici 5 prikazani su prosječni odgovori sudionika na pitanje odgovaraju li prezentirani sadržaji njihovim potrebama. Vrijednost za sudionike iz osnovnih škola iznosi 4,70, a za sudionike iz srednjih škola 5,00.

Slika 5: *Prikaz prosječnih odgovora sudionika iz OŠ i SŠ na pitanje odgovaraju li prezentirani sadržaji 2. modula njihovim potrebama (od 1 do 5)*



Na pitanje otvorenog tipa *S čime ste bili osobito zadovoljni?* sudionici najčešće daju sljedeće odgovore: *grupnim radom, primjerima iz prakse, opsežnim smjernicama, prilikom za razmjenu iskustava, primjenjivošću, sadržajem predavanja, detaljnošću što i kako (ne)raditi s učenikom koji tuguje, korisnim savjetima, odličnim tempiranjem teme.*

Kao nedostatke sudionici navode vlastite probleme s tehnikom i *online* radionički rad.

Zaključak drugog modula je da bi školama *pomogli protokoli postupanja u planiranju i provođenju koraka koje treba poduzeti i pružanju podrške učeniku*, a opće smjernice za izradu protokola će im biti dostavljene.



## 2. Citati i struktura odgovora sudionika webinara: učitelja, stručnih suradnika vrtića, osnovnih i srednjih škola u RH

Na pitanje S čime ste bili osobito zadovoljni? sudionici odgovaraju u više smjerova. Jedni na to pitanje odgovaraju u smislu praktičnosti, konkretnosti i primjenjivosti (*Praktično, primjenjivo; Konkretnim primjerima; Savjeti su vrlo konkretni itd.*), drugi u smislu konkretne pohvale predavačica (*Predavanje gospođe Mirjane Bijelić; Predavačima i načinom izlaganja; Dijeljenjem osobnih iskustava predavačica; Zanimljivo i vrlo pristupačno izlaganje predavačice itd.*), treći aktualnošću teme (tema aktualna, pojasnili su najčešće mitove), dok su četvrti naglašavali jednostavnost i jasnoću prezentacija (*Jasnim izlaganjima, Predavanje je bilo izvrsno koncipirano uz jasno definirane činjenice o tugovanju, a predavačica ih je na svoj predivan način interpretirala itd.*). Zadnja grupa sudionika posebno je istaknula da su ih tema rušenja mitova o tugovanju te animirani film Zagrebačkog psihološkog društva posebno inspirirali i bili iznimno korisni.

Među odgovorima na pitanje Što je nedostajalo? izdvajale su se samo dvije grupe: prva i najveća koja je tvrdila da ništa nije nedostajalo (*Sve je bilo odlično; Ništa; Sve je bilo pogodeno! itd.*) te druga, manja, koja je predlagala da bude i dio radionice o tome kako – po koracima – voditi razgovor s osobom koja je imala gubitak (*primjeri, precizne sugestije na koji način razgovarati s roditeljima/djecem, primjeri konkretnih aktivnosti koji se mogu provesti u skupini itd.*), što je kasnije adresirano kroz Modul 2 webinara. Treći su naglašavali kako bi jedino voljeli da je seminar uživo (okolnosti COVID-19 pandemije).

Od prijedloga dodatnih aktivnosti ili tema sudionika ponavljale su se želje za dodatnim praktičnim vježbama, tj. koracima u radu s tugujućim (Razbiti nas u manje grupe i postaviti problemske situacije na temu; Primjere s kojima su se predavačice susrele i načine na koje su ih riješili, te probleme s kojima su se putem susretale; Koraci, tj. hodogram aktivnosti u individualiziranom radu s djetetom koje tuguje; Podsjetnik za vođenje razgovora s tugujućim itd.). Štoviše, bilo je prijedloga za proširivanjem, odnosno produbljivanjem teme gubitka (*Voljela bih da se obradi trauma kod djece nakon potresa, kao i razvod roditelja, druge traume u disfunkcionalnim obiteljima i reakcije na njih; Možda dotaknuti i kako to pogađa stariju djecu i mlade; Neka druga traumatska iskustva osim smrti; Što sve smatramo gubitkom osim najočitijeg gubitka bliske osobe, posebno u ovim nenormalnim vremenima u kojima smo toga na suptilnijim razinama izgubili; Obraditi načine nošenja sa stresom zaposlenih koji rade s djecom i obiteljima u procesu; Treba posebno obraditi i nedostatak suošćenja, izloženost vršnjačkom zlostavljanju nakon gubitka itd.*).



## 4. REZULTATI UPITNIKA – ZADOVOLJSTVO PROJEKTOM: RODITELJI /STARATELJI, DJECA I MLADI

### 1. Anketni upitnici za roditelje i djecu u sve 4 sredine: Karlovac, Slavonski brod, Zagreb i Sisak

1. Kod analize odgovora na otvorena pitanja u upitnicima djece uočavamo sljedeće:
2. Visoka razina ukupnim zadovoljstvom na radionicama/grupama podrške za djecu
3. Vrlo visoka razina preporuke istih radionica drugoj djeci u sličnoj situaciji
4. Pozitivna, no realna procjena koliko su im grupe pomogle u ukupnom nošenju s gubitkom koji su proživjeli

#### 1.1. Prikaz rezultata upitnika za djecu

	Karlovac	Slavonski Brod	Zagreb	Sisak
Kako si se većinom osjećao/la na radionici?	😊😊 5,00	😊 4,14	😊😊 4,50	😊😊 4,75
Kako si se većinom osjećao/la poslije radionice?	😊 4,37	😊 3,28	😊😊 4,75	😊😊 5,00
Kako su ti se svidjele aktivnosti na radionici?	😊😊 5,00	😊 4,14	😊 4,25	😊😊 4,50
Koliko su ti se svidjele vježbe opuštanja na radionici?	😊😊 4,87	😊 2,71	😊 4,00	😊😊 5,00
Koliko sigurno si se osjećao govoriti i sudjelovati u grupi?	😊😊 4,63	😊 3,85	😊 3,50	😊😊 5,00
Koliko su ti radionice pomogle da se lakše nosiš s gubitkom?	😊😊 4,5	😊 3,41	😊 4,25	😊😊 4,50

**Legenda (gradacija odgovora na pitanja):**

5 = Vrlo ugodno; Potpuno sigurno; Vrlo su mi se svidjele; Puno su mi pomogle

4 = Ugodno; Uglavnom sigurno; Svidjele su mi se; Pomogle su mi

3 = Uglavnom neugodno; Uglavnom nesigurno; U manjoj su mi se mjeri svidjele; Malo su mi pomogle

2 = Neugodno; Niti malo sigurno; Nisu mi se uopće svidjele; Nimalo mi nisu pomogle



Biste li preporučili ovaj projekt drugoj djeci koja su izgubila blisku osobu?  
N=23



#### Dodatni (procesni) uvidi:

- Pričanje priče kao aktivnost ih je u grupi u Slavonskome Brodu zamarala, kao i igra „Vreća krumpira“, dok su im te iste priče bile upravo najbolji dio u drugim sredinama. Vjerovatno je osim o strukturi grupe ovisilo i o izvedbi samih naracija/aktivnosti, na što treba обратити pažnju u sljedećim radionicama.
- Djeca izražavaju stav da su im se pojedine igre opuštanja dopale, bile „pogođene“, dok neke nisu. Taj dio valjalo bi pustiti voditeljicama na izbor, odnosno usmeno proraditi koje su igre opuštanja pogodjene, koje nisu, i zašto te nisu baš na određenoj lokaciji i u određenom kontekstu.
- Vidljiv je smanjen osjećaj sreće i zadovoljstva nakon radionice, želja da one duže traju.
- Veći dio djece/mladih govori da je sve bilo kako treba, da ne bi ništa dodali niti oduzeli.

	UKUPNI DOJAM - DJECA
Kako si se većinom osjećao/la na radionici?	😊😊
Kako si se većinom osjećao/la poslije radionice?	😊
Kako su ti se svidjele aktivnosti na radionici?	😊😊
Koliko su ti se svidjele vježbe opuštanja na radionici?	😊
Koliko sigurno si se osjećao govoriti i sudjelovati u grupi?	Uglavnom sigurno
Koliko su ti radionice pomogle da se lakše nosiš s gubitkom?	Uglavnom su mi pomogle

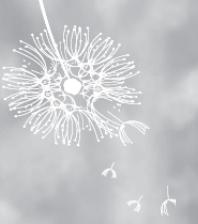


## 1.2. Prikaz rezultata upitnika za roditelje/staratelje

Kod odgovora na otvorena pitanja u upitnicima roditelja uočavamo sljedeće:

- Vrlo visoka razina ukupnim zadovoljstvom grupama podrške za roditelje/staratelje
- Stopostotna razina preporuke radionica drugim roditeljima u sličnoj situaciji
- Vrlo visoka razina sigurnosti u govorenju i pričanju svoje priče prema voditeljicama i drugim roditeljima
- Visoka procjena o tome koliko su im grupe pomogle u ukupnom nošenju s gubitkom koji su proživjeli, kao i njihovoj djeci
- Činjenicu da su mogli razgovarati s kompetentnim ljudima, a posebice da su se našli u grupi ljudi s istim iskustvom izuzetno cijene
- Sve im se aktivnosti i vježbe doimaju korisnima
- Većina ih traži daljnja druženja sa skupinom u kojoj su pronašli bliskost!
- Svi navode da žele da grupe duže traju – žele produžetak projekta.

	Karlovac	Slavonski Brod	Zagreb	Sisak	
Kako ste se većinom osjećali na radionici?	4,9	4,75	4,5	4,7	Vrlo ugodno
Kako ste se većinom osjećali poslije radionice?	4,9	4,5	4,5	4,3	Vrlo ugodno / Ugodno
Koliko su vam se aktivnosti svidjele na radionici?	4,8	4,5	4,5	4,3	Vrlo su mi se svidjele / Svidjele su mi se
Koliko sigurno ste se osjećali govoriti, dijeliti iskustva i sudjelovati u grupi?	4,9	4,75	5	4,7	Vrlo sigurno / Uglavnom sigurno
Koliko su vam grupe pomogle da se lakše nosite s gubitkom?	4,6	4,75	4	4	Puno su mu pomogle / Pomogle su mu
Po vašoj procjeni, koliko su grupe pomogle vašem djetu da se lakše nosi s gubitkom?	4,5	5	4,5	4	Puno su mu pomogle / Pomogle su mu



Biste li preporučili ovaj projekt drugim  
roditeljima/starateljima koji su izgubili blisku osobu?

N = 18



	UKUPNI DOJAM - RODITELJI	
Kako ste se većinom osjećali na radionici?	4,7	Vrlo ugodno
Kako ste se većinom osjećali poslije radionice?	4,6	Vrlo ugodno
Koliko su vam se aktivnosti svidjele na radionici?	4,5	Vrlo su mi se svidjele
Koliko sigurno ste se osjećali govoriti, dijeliti iskustva i sudjelovati u grupi?	4,8	Vrlo sigurno
Koliko su vam grupe pomogle da se lakše nosite s gubitkom?	4,3	Pomogle su mi
Po vašoj procjeni, koliko su grupe pomogle vašem djetetu da se lakše nosi s gubitkom?	4,5	Puno su mu/im pomogle



### 1.3. Izdvojeni citati odgovora sudionika Grupe potpore: roditelji/staratelji te djeca

#### Roditelji:

„Bilo mi je lijepo: tuga, plač, smijeh, a u svemu još naučiš nešto! Vidiš da nisi sam, da nekog more iste brige.“

„Koristan savjet za nastavak građenja nekog novog, drugačijeg života.“ „Nakon radionice osjećala sam se sigurnije, opuštenije, smirenije , slobodno koračanje u novo sutra!“

„Svidjela mi se sloboda – ta otvorenost razgovora.“

„Puno mi je značilo na grupama usmjeravanje voditeljica kako da se bolje s time nosimo u budućnosti.“

„Grupa je edukativna, emotivna, imao sam osjećaj pripadnosti.“

„Edukatorice su pune empatije, razumijevanja i podrške.“

„Polaznici grupe su prošli ili prolaze stvari koje sam i sam prolazio pa smatram da smo na neki način ipak povezali zajedničke probleme koji nas muče.“

„Osjetila sam veliko olakšanje nakon radionica. (...) Shvatila sam da nisam sama!“

„Voljela bih jedino da nas je bilo više (Zagreb, Sisak).“

„Voljela bih još preporučene literature o ovoj temi i... više druženja i nakon projekta!“

#### Djeca:

„Svidjelo mi se (iako nisam puno pričala), da ako to želim napokon s nekim tko me razumije mogu pričati. Najviše mi se svidjelo kad smo pričali.“

„Svidjelo mi se što smo mogli pričati kako se stvarno osjećamo...“

„Sve mi se svidjelo, najviše Ukrasna kutija.“

„Svidjelo mi se *Odvezivanje vreće krumpira*, a falilo mi je još priče, jer mi je to bilo najbolje.“

„Sve mi je bilo jako dobro, jedino da je bilo malo više još direktnog razgovora o mojoj situaciji.“

„Posebno mi se svidjelo to da konačno možemo slobodno pričati kako se osjećamo zbog gubitka, i to što imaju razne aktivnosti koje bi nam mogle pomoći da se osjećamo bolje.“

„Jednostavno sve mi se svidjelo, posebno razgovori!“



## 2. Evaluacija učinka projekta na mlade – korisnike programa/aktivnosti Vjetar u leđa

### Upitnik za mlade sudionike programa/aktivnosti „Vjetar u leđa“, srpanj 2021.

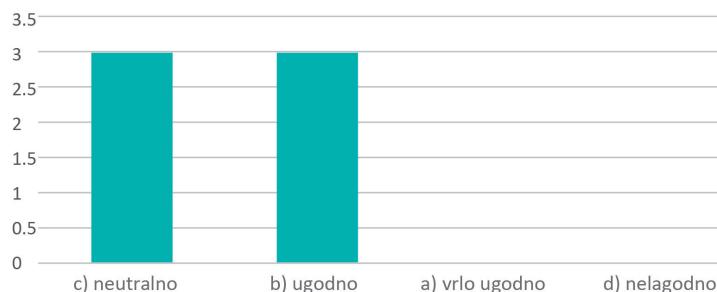
Vjetar u leđa posebna je aktivnost projekta, gotovo na razini programa ili potprograma, u kojoj su tinejdžeri koji su doživjeli gubitak jednog od roditelja proveli tjedan dana jedrenja, uz pripremne sastanke / upoznavanja. Na jedrenju su, uz skipera, bili u društvu voditeljica grupa potpore. Ova je aktivnost osmišljena kao ujedno i podupiruća (dijeljenje iskustva gubitka) i osnažujuća (jedrenje, druženje s vršnjacima, različitim, a opet sličnim po iskustvu itd.) za mlade u tom osjetljivom razdoblju sazrijevanja.

Anketnim upitnicima za mlade<sup>15</sup> o zadovoljstvu ovim potprogramom otkrili smo sljedeće:

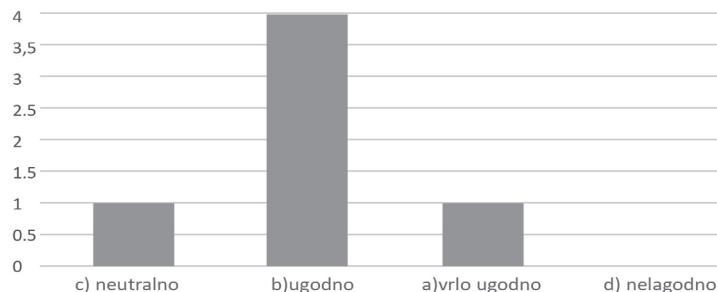
- Vrlo visoku razinu sigurnosti koju su mladi iskazivali pri grupama potpore na kojima su govorili o svojem iskustvu i osjećajima
- Visoku razinu zadovoljstva i ugode aktivnostima koje su provodili tijekom jedrenja i na radionicama
- Vrlo visok postotak onih koji bi ovakav program preporučili mladima koji su prošli iskustvo gubitka.

#### a. Osjećaji mladih u programu i aktivnostima

Osjećaji mladih tokom aktivnosti



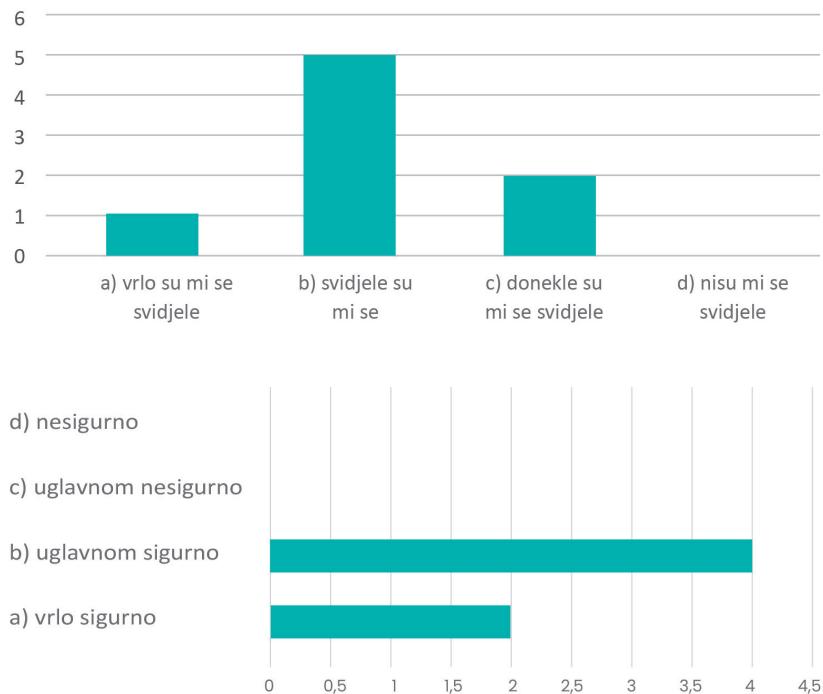
Osjećaji mladih nakon aktivnosti



15 Upitnik dostupan kao PRILOG 4 tekstu.



**b. Doživljaj aktivnosti programa i osjećaj sigurnosti dijeljenja osjećaja i razmišljanja**



**c. Korisnost aktivnosti i programa/projekta**

Biste li preporučili ovaj projekt drugim mladima koji su izgubili blisku osobu?  
N=6



**d. Što je posebno bilo uspješno?**

**Što vam se posebno svidjelo tijekom programa podrške?**

Mladi odgovaraju da im se dopala atmosfera, komunikacija i sloga u grupi te ističu situacije u kojima su se zajednički zabavljali i šalili.

Kod otvorenijih dobivamo i ove uvide:

„Svidjelo mi se to što sam uspjela prijeći preko prva dva dana koja su mi bila užasno teška jer me je sve oko broda povezivalo s tatom. Nakon ta



prva dva dana postalo mi je lakše nositi se s tim i došla sam na pravi put za nastavljanje Plovidbe i ljubavi oko brodova.“

„Svidjio mi se način rada, razgovori, jer mi je nakon njih bilo lakše. Svidjele su mi se mentorice i naš pristup prema nama, pomogle su mi.“

„Svidjelo mi se što sam upoznao druge osobe i prijatelje koji su prošli isto i od kojih sam naučio kako lakše proći preko toga.“

#### e. Što treba drugačije sljedeći puta?

**Što vam se nije svidjelo? Što biste predložili da se dodatno uključi, koje aktivnosti, koje teme?**

Kod pitanja što im se nije svidjelo ili što predlažu kao poboljšanja odgovaraju u nekoliko smjerova:

- Jedni ističu da je sve bilo uspješno, no da predlažu jednu zajedničku aktivnost dnevno umjesto dvije, kao i da se omogući posebno vrijeme za korištenje mobitela.
- Jedan dio ističe da su aktivnosti kvalitetne, ali više prilagođene mlađoj dobi te traže više „ozbiljnijeg“ pristupa.
- Drugi žele da bude uključeno više pomaganja skipera oko vještina jedrenja i da svi budu uključeni u sva događanja; nekima je smetalo i manje zalaganje pojedinaca – sudionika na krstarenju.
- Treći ističu emocionalni otpor koji su imali na početku, a koji je razbijen: „Isprva nisam htjela ići na ovo jedrenje, jer sam znala da će mi biti jako teško zbog svih naših prijašnjih ljetovanja i pobuđivanja svih sjećanja i emocija, ali sam na kraju bila zadovoljna.“



### 3. Dubinski intervju sa sudionicima programa/aktivnosti Vjetar u leđa (dob 16 – 18 godina) i njihovim roditeljima

Inicijalna pitanja za dubinski intervju sa sudionicima aktivnosti "Vjetar u leđa":

1. Što ti se je najviše svidjelo u aktivnosti?
2. Što bi promijenio, čega više ili manje?
3. Što je tebi osobno bilo značajno, možda teško, možda neobično, ali značajno, drugačije?
4. Imaš li još nešto za istaknuti, a vezano za aktivnost Vjetar u leđa?

#### Mladić – sudionik aktivnosti Vjetar u leđa (živi s majkom)

*Sve je bilo stvarno super...*

*Druženje je najvažnije od svega za nas koji smo „to“ prošli, prvi puta jedrenje, smatram to velikim iskustvom.*

*Grupe su bile super, možda prvi dan teško (dok smo se otvorili, probili led), poslije lakše, tj. svi su bili opušteni, otvoreni. Imali smo potporu voditeljica, i one su bile stvarno odlične.*

*U početku nisam htio, mama me nagovorila, ali poslije je bilo odlično.*

*Najvažnije što bih istaknuo: Lakše mi je bilo zato što su svi to prošli (iskustvo gubitka, op. ev.).*

*Neki su rekli da smo previše plakali, ali meni osobno je bilo sve kak' treba. Taman. Nekima je bilo možda preteško.*

*Treba se svako ljeto organizirati, svakome bih preporučio ovako nešto.*

*Želio bih da se nastavi druženje dalje, svejedno je li mi to organiziramo (imamo i WhatsApp grupu koju smo formirali i čujemo se...) ili da to radi projekt. Npr. već smo imali jedno druženje organizirano – na Maksimiru – al' želio bih i više takvih.... Kontakt s grupom.*

*Ovom prilikom ih sve pozdravljam!*

*Žao mi je ako se možda ne mogu najbolje izraziti...*



### Djevojka, sudionica programa "Vjetar u leđa"

*Svi su to prošli, zato mi je bilo odlično!*

*Super što su to sve tinejdžeri, niti su „klinci“ niti su opet prevelika razlika u godinama, to je bilo jako važno u Vjetru u leđa.*

*Bilo je i otvoreno i „zatvoreno“ koliko treba, i Mirjana i Silvija su bile pune podrške, fleksibilne, mogli smo se povući i imati vrijeme za sebe, a mogli smo i pričati i otvoriti se – svega je bilo koliko je trebalo, ako mene pitate.*

*Jedrenje mi je novost, ali čim sam ono „skužila“ kako to tehnički ide, bilo mi je opuštanje. Stres na početku, dok smo se uveli u jedrenje i dinamiku, a poslije mir i divno opuštanje „pod zvijezdama“.*

*Nakon programa drago mi je da se čujemo, imate i WhatsApp grupu, lijepo mi je da su prijatelji koji su prošli isto – to što smo isto prošli je ključno.*

*Preporuka svima da se u taj program uključe!*

*Još sam bila svježa u tome, tik nakon smrti mame...*

*Zašto je smrt bližnjih ljudi tabu? – Ne znam zapravo, vjerojatno se ljudi ne osjećaju ugodno išta reći, misle što će drugi oko njih reći, hoće li uopće razumjeti... No nije moguće sam proći kroz gubitak, jedno vrijeme da, al' dugoročno to treba podijeliti, treba nekome reći da nisi OK, idemo prošetat' ili ovo ili ono... ne možeš i ne smiješ to sam!*

*Brat je dosta zatvoren, drži u sebi, boji se podijeliti, mami je sve govorio, a nije bilo, pa je s njim drugačije, no vjerujem da će i on uspjeti – i njemu treba ovakav jedan program.*

*Ovo treba ponavljati, znam da je s financijama teško, ali divno je i svakome bih preporučila.*



#### **4. Pregled i textualna analiza procesnih zapažanja voditeljica grupa za roditelje i djecu (mlađe i starije osnovnoškolce) na četiri projektne lokacije**

Analizom teksta procesnih zapažanja voditeljica grupa u Zagrebu, Karlovcu, Sisku i Slavonskome Brodu pokazali su se sljedeći zajednički trendovi i tendencije:

1. Kod svih je grupa uočena VISOKA RAZINA ZADOVOLJSTVA POSTIGNUTIM, OPUŠTENOST U DIJELJENJU ISKUSTVA I KOHEZIJA GRUPA, i kod roditelja, i kod djece.
2. REDOVNOST i FLUKTUACIJA – SVE GRUPE. Grupe za djecu imale su svoju dinamiku, vrlo pozitivnu. Problemi su bili fluktuacija ljudi radi potresa i pandemije (Zagreb i Sisak), ili pak činjenica da je puno vremena proteklo od gubitka, i u tom smislu preporuka je da se inicijalno poziva više ljudi radi fluktuacije koja se može očekivati.
3. IZBOR AKTIVNOSTI I IGARA ovisio je prvenstveno o broju sudionika, a onda i o sklonostima ili otporima nekom tipu vježbe ili aktivnosti, STOGA JE DOBRO DA JE PRISTUP IZBORU TRAJANJA AKTIVNOSTI FLEKSIBILAN.
4. GRUPE S DJECOM. U radu s dvjema skupinama djece svakako treba odvojiti starije i mlađe osnovnoškolce, radi pažnje i interesa za neke igre radi dobi. Isto tako kod neke se djece ovaj problem gubitka zna povezati s drugim problemima, pretjerana povučenost, „zaleđenost“ osjećaja ili s drugim ozbiljnijim zdravstvenim problemima u toj dobi (tinejdžerske depresije, epilepsija itd.), pa je ključna s jedne strane redovnost, a s druge upućivanje roditelja i djece na druge institucije.

Kod djece je generalno primijećena velika otvorenost i iskrenost u izražavanju osjećaja i stavova. Svi ističu da se na grupi osjećaju opušteno zbog toga što su i drugi prošli slično iskustvo. Nadalje, za razgovor o osjećajima treba gotovo redovito više vremena od predviđenog, što treba uzeti u obzir u sljedećim planiranjima grupne podrške. Dijele se i vrlo intenzivne emocije. Tehnika „samozagrljaja“ jako je dobro prihvaćena, nakon trenutaka boli i plaća pred drugima. Mladi osjećaje i stanja vezana uz ljutnju izražavaju tek na poticaj, što može govoriti o tzv. „nepoželjnim“ osjećajima. Aktivnost „Pismo umrloj osobi“ posebno je dojmila sudionice – djevojke.

5. GRUPE S RODITELJIMA – vrlo veliki iskaz povjerenja, roditelji svjedoče o tome da ih drugi „otkada idu na grupe vide kao opuštenije i vedrije“. Neki roditelji očevi odbijaju pismeno izražavanje, preferiraju verbalni izraz, svi govore kako im je razgovor najbitniji, kako njega „nikad nije dosta“. Svjedoče da na kvalitetan i opušten način nisu nikad ni s kim o ovoj temi do tada mogli pričati. Svjedoče i o svojem žaljenju što nisu prije bili više uključeni u odgoj djece, pa se sada osjećaju i tužni zbog gubitka i nesigurni oko toga jesu li spremni adekvatno brinuti o djeci. Stvarao se jak osjećaj pripadnosti grupe, jedni druge podržavaju.



Igre figurica i disanja su vrlo inspirativne, dobro je prihvaćen dolazak novih članova koji su ponekad „kapali“ u grupe. Vježbe dijeljenja osjećaja i razgovor o njima redovito su se ispreplitali. Vrlo im je važno međusobno uspoređivanje stanja i osjećaja kod situacija (sličnih) u kojima su bili, te diskusija (uvijek usmena) o tome. Vrlo je važno bilo čuti da su očekivanja od drugih u smislu empatije i razgovora podrške (za koju su osjećali da izostaje) frustrirajuća, i da tu promjenu koju očekuju od drugih trebaju sami pokušati pokrenuti, pitati druge kako se oko neke situacije osjećaju. Veoma snažno osjećaju odgovornost oko odgoja djece i traže konkretnе upute od toga kako razgovarati s djecom o gubitku do toga kako se nositi s problemima odrastanja i povjerenja.



## 5. REZULTATI, UVIDI, KOMENTARI I SVJEDOČENJA IDEJNIH ZAČETNIKA, VODITELJA I IZVODITELJA PROJEKTA

### 1. Diskusija u fokus-grupi s regionalnim koordinatoricama te izvoditeljicama grupa podrške i individualnih savjetovanja

Datum: 11. 2. 2022., trajanje 1 h 30 min

Sudionice (6 osoba): Biljana Vasilevski Rački, Stjepana Ugarković (Slavonski Brod); Ivana Čosić Pregrad i Dragana Miletić (Zagreb); Irena Barišić Milunić (Sisak) i Sanda Lovrić Rupčić (Karlovac)

Teme razgovora / okvirna pitanja:

1. Koji je najveći dobitak za vas osobno i profesionalno koji ste dobili kroz projekt PUT (u smislu znanja, vještina, vrijednosti, iskustava ili uvida koje ste dobili)?
2. Kako je COVID djelovao na projekt, u kojoj ga je mjeri osujetio ili možda obogatio, i kako se projektni tim voditelja grupa podrške s tim nosio?
3. Možete li izdvojiti ključne pomake koje je projekt učinio kod vaših klijenata – korisnica/ka projekta – djece i odraslih?
4. Koju biste stvar u projektu promijenili, drugačije izvodili, kod treninga koje ste prošli, kao i kasnije vezano uz vaše vođenje grupe?
5. Kako vidite budućnost provedbe projekta na nacionalnom nivou, kako bi se on trebao provoditi dalje u školama, u sustavu socijalne skrbi i kroz civilno društvo? Zamislite ih u idealnim okolnostima i idealnom društvu.

Glavne točke, ideje i tvrdnje:

- Među najveće prednosti koje su na osobnom i profesionalnom nivou dobine sudjelovanjem u projektu, sudionice ističu **znatno osnaživanje u vođenju grupa podrške u tugovanju/gubitku, zaokruživanje, osvježavanje, usustavljanje i strukturiranje znanja i vještina o procesu tugovanja i tome kako pristupiti osobi u njemu (roditelju i/ili djetetu), kao i osjećaj da su djeca uvidjela pomak kod svojih tugujućih roditelja nakon grupa podrške i razgovora** (jedan tinejdžer: „Što vi to radite mome tati, nekidan me je zagrio...“) ili samo roditelji (jedna mama: „Osjećam se 100 kg lakše.“); Također se ovaj projekt doživio kao produbljivanje iskustava koja neki već imaju u „kriznim timovima“ MZO-a u ovoj specifičnoj temi.
- Svi su isticali velik **utjecaj COVIDA i POTRESA** (Zagreb i Sisak) na projekt, primarno na otežanu mogućnost fiksнog formiranja grupa i neizvjesnost stalnog sudjelovanja članova.
- Kod **formiranja grupa u Zagrebu, za razliku od manjih sredina** (i Karlovca,



Siska i napose Slavonskog Broda gdje je suradnja institucija iznimno dobra), teže je bilo formirati grupe. Ta **veza na relaciji škola/vrtić – CZSS / obiteljski centri – projekt – izgleda je slabija, sustavno horizontalna suradnja ne funkcioniра najbolje**. S druge strane u **manjim se sredinama** ljudi u istoj struci (stručni suradnici u školama, CZSS-u ili obiteljskom centru) s jedne strane i osobno poznaju, a s druge se ističe da je u **kontinentalnoj Hrvatskoj rad udruga na traumi u posljednjih dvadesetak i više godina kontinuiran**, pa je i nešto viša svijest o temi tugovanja i nešto bolja povezanost s udrugama civilnog društva koje ovakve projekte provode. Dok su kolegice u Zagrebu i djelomično Sisku (ostala samo 3 oca, dok su majke radi potresa koje su inicijalno bile prijavljene za grupe potpore napustile Banovinu) izražavale frustracije, u Slavonskom Brodu i Karlovcu projekt je u dijelu grupne podrške tekao vrlo fluidno.

- Teme koje su se dodatno pojavile bile su **tugovanje kao kulturološki tabu, rodne razlike i predrasude kod tugovanja** (muškarci su slabije „pripremljeni“ kroz život na takav gubitak, zbog manjka vještina kada ostanu sami s djecom s jedne strane te rodnih stereotipa i programa po kojima oni moraju šutjeti o osjećajima i traumi, ili o njoj ne znaju s kim bi i kako pričali što otežava dodatno njihov prolazak kroz traumu, a posredno i dječji). Također, dotakli smo se i generalno **slabe horizontalne i vertikale protočnosti informacija i potpore kroz sam sustav – o bilo kojoj traumi, a na relaciji razred/učitelj – stručna služba i ravnatelj škole/vrtića – CZSS – ustanove i organizacije koje nude pomoć**.
- Sudionice su nadalje kroz odgovaranje na pitanja davale niz opaski, tj. konkretnih preporuka koje su proizlazile iz njihovoga rada, a ticale su se s jedne strane metodoloških opaski za daljnje vođenje grupa potpore roditeljima/starateljima i djeci, a udruge održivosti projekta, odnosno mogućeg modela na koji bi projekt trebao djelovati da pokrene, tj. postavi sustav potpore tugovanju u RH.

Preporuke proizašle iz razgovora:

#### Razina izvođenja radionica/grupa potpore i individualnih savjetovanja

- **Veličina grupe podrške** (inicijalno i poslije): slažu se sudionice da je optimalno raditi s 5 ljudi, ne više. No inicijalno razglasiti, tj. upisati i 7-8 ljudi, budući da ljudi odustaju, zbog vanjskih okolnosti moraju napustiti grupu itd.
- **Broj susreta**: sudionice ističu kako je u grupnome radu potrebno minimalno 10 susreta, plus 11. susret oproštajni (kao važna karika).
- **Razmjena iskustava**: uvesti povremene razmjene iskustava među izvoditeljima grupe.
- **Vježbe**: više radnih listića podastrijeti, tako da voditeljice mogu birati vježbe. Taj dio fleksibilnosti u vježbama zadržati, odličan je (npr. u Slavonskom Brodu djeca nisu preferirala igru „Vreća krumpira“, ali jesu recimo „Kutak



sigurnosti“); U projektu predvidjeti i malu stavku za kreativne materijale za grupe s djecom.

- **Uvesti grupe potpore i za tinejdžere i njihove roditelje**, tj. nabolje bi bilo diversificirati grupe za djecu na: kurikulum za mlađu djecu do 9 godina; kurikulum za djecu od 10 do 15 i za od 15 do 19.

#### Razina izvedbe projekta i njegove održivosti

- Sudionice sugeriraju da im je ovaj razgovor puno značio, te da ubuduće u provedbi projekta dalje, kao i sustava podrške tugovanju u cijelini, treba napraviti barem nekoliko puta godišnje prostor i vrijeme za ovakve razmjene iskustava, osjećaju se da im one daju novu perspektivu i osnažuju ih.
- Nadalje, u Slavonskome Brodu sudionici su već pokrenuli inicijativu da na lokalnoj razini traže sredstva kroz udrugu, kako bi se grupe potpore uz individualno savjetovanje po potrebi i nastavile. Pokušati osigurati neki prijevoz za ljudе iz ruralnih i slabo povezanih mjesta do gradskih centara.

#### Postavljenje sustava podrške u tugovanju na nacionalnoj razini, koristeći model projekta PUT

- Sve se sudionice slažu da bi sustav podrške u tugovanju i gubitku trebali činiti 15-ak centara ili mini-timova/grupa za podršku u gubitku/tugovanju širom RH (veći gradski centri ili najbolje svi županijski centri), no prostorno ODVOJENO od institucija poput CZSS, bolje u školi, mjesnoj samoupravi ili sl.
- Široko, ali i **kontinuirano te REPETITIVNO razglasiti i informirati o postojanju tih timova s naglaskom na škole/vrtiće (i učitelje i stručne suradnike) CZSS, obiteljske centre, ali i putem lokalnih i nacionalnih medija – pri tome je ključna web-stranica ŠKOLE ILI VRTIĆA i slične gradske i mjesne platforme.**
- Edukacije za djelatnike iz CZSS-a i obiteljskih centara trebaju biti i **kontinuirane i PONAVLJAJUĆE o ovoj temi** (budući ljudi odlaze i dolaze iz sustava, čak i u mjestima gdje se o ovoj temi zna više, poput Slavonskoga Broda ili Osijeka itd.) – edukacije bi trebale biti **OBVEZAN** dio stručnog usavršavanja, te bi se svakako trebale **BODOVATI, certificirati kroz KMORE raznih struka** (pedagozi, psiholozi, socijalni radnici itd.).
- AZOO bi trebao ovu edukaciju uključiti u katalog svojih stručnih skupova (da njihovi djelatnici dalje šire spoznaje o temi), ali i da se projekt dalje podrži finansijski kroz sustav, kako u smislu edukacija za djelatnike škola i vrtića, tako nastavka i samih grupa potpore (na županijskom nivou).
- Također, platforme mogu biti i **ŽUPANIJSKI I GRADSKI AKTIVI** (koji postoje po definiciji), kao i **GRADSKI PREVENTIVNI PROGRAMI** (npr. kao kod Grada Karlovca, koji su razvijeni).
- Javni diskurs treba rušiti **TABUE ŠUTNJE o ovoj temi, RODNIH PREDRASUDA** itd., i o ovoj se temi treba više govoriti i u medijima – ova se tema može detabuizirati ponajviše ipak kroz stvaranje **PRILIKA** da ljudi o svojim

problemima i iskustvu gubitka i tugovanja govore i nađu uho za slušanje, i grupe za dijeljenje.

- Dodatno, ovaj tip edukacije trebao bi biti **OBVEZNI DIO KURIKULUMA UČITELJSKOG FAKULTETA, kao i kasnije kroz AZOO bodovane edukacije** (učitelji često zaziru od razgovora s djecom o ovoj temi, ne pružajući adekvatnu informaciju ili potporu ili osiguravajući neki kanal kojim bi se o tome moglo pričati: „Kud ću s tim kad otvorim tu temu?“).
- Grupna je terapija kod ovog problema neizostavna i znatno važnija od individualne – prati je stvaranje kruga ljudi sa sličnim iskustvom, i to svi drže vrlo bitnim.

## 2. **Fokus-grupa s upravljačkim timom projekta i predstavnicima institucija sustava**

Datum: 14. 2. 2022., trajanje 1 h 30 min

Sudionice (4 osobe): dr. sc. Vesna Ivasović (AZOO), Mirjana Bijelić (programska voditeljica, LUČ); Silvija Stanić (voditeljica projekta, UR KPK) , Daria Ivošević (koordinatorica projekta, UR KPK) i Vesna Miličević (financijska voditeljica, UR KPK) i Sanja Orešković Vrbanec (Djeca Prva)

Teme razgovora / okvirna pitanja:

1. AZOO iskustva, *webinari*, formalni i neformalni sastanci s projektnim timom / voditeljicama te ostali inputi ljudi koji su sudjelovali iz škola i vrtića
2. AZOO edukacije – lista kurikulum, sredstva – održivost i inkorporiranje u sustav – nacionalni nivo s obzirom na potpunu nepokrivenost primorske Hrvatske ovom temom, kao i Osijeka/Vukovara
3. Grupna dinamika upravljačkoga tima i uloge triju partnera
4. Djelovanje COVID-a i prvi puta ovakvog tipa suradnje – poteškoće i kako ih nadvladati
5. Što mijenjati, a što ostaviti u projektu
6. Kuda s PUT-om poslije završetka projekta – lokalne inicijative s grupama potpore, ili biznis ili država? Održivost projekta i kako vidite PUT dalje?

Pitanje za sve

- **AZOO ocjenjuje kvalitetu projekta i suradnju s partnerima izuzetnom.** Istiće i odgovornost i točnost kod svih dogovora, posebno ističe **sveobuhvatnost projekta**, činjenicu da je cijela vertikala sustava pokrivena (roditelji/djeca, škole/vrtići, CZSS/HZJZ, AZOO) i to interdisciplinarnim pristupom. Naglašava kvalitetu predavača i kurikuluma, te odličnu diseminaciju informacija i potencijal širenja projekta.
- **Predstavnica AZOO prepoznaće značajnu korisnost za sustav** (navodi da su sami ljudi u ogromnom broju molili slikokaze – prezentacije predavača s *webinara*).

**Konkretno s tim u vezi predlaže:**

- **Uključivanje u Katalog stručnih usavršavanja za 2022. kroz sadržaje svojih predavanja** stručnim suradnicima ili kroz temu pristupa „drugačijoj djeci“ u školskom sustavu
- **Uključivanje u Katalog stručnih usavršavanja u 2023.** pod posebnom temom poput Senzibilizacije za djecu /roditelje u tugovanju ili gubitku – u tom bi slučaju AZOO mogao i nadoknaditi honorare izvoditeljima tih edukacija, što predstavlja inkorporiranje od strane sustava
- Zagovara da se napišu, objave i diseminiraju **Preporuke/smjernice o postupanju u slučajevima gubitka za učitelje, stručne suradnike i socijalne radnike**; plus Državni stručni skup i sudionici *webinara*; Također će predložiti ravnateljici objavu na stranici AZOO-a te diseminirati ovu informaciju o Preporukama kroz niz Okruglih stolova.
- Sudionici fokus grupe-predlažu sljedeće oblike održivosti projekta, tj. njegove oblike nastavka kroz sustav na sljedeći način:
- Nastavak kroz obiteljske centre (podredno kroz CZSS) čije djelatnike treba osnažiti za pružanje ovakvih grupa potpore, ili da upućuju na njih.
- Najbolja varijanta bili bi **županijski mobilni centri (2 – 3 osobe), mobilnost je u ovom tipu podrške vrlo bitna**. Naime, HZJZ i CZSS svjedoče o prenapregnutostima, a po potrebi se može ići u druge županijske centre, a ne samo u najveći grad pojedine županije. Istoču pritom da je važno da se grupna podrška ne odvija u prostorima CZSS-a ni obiteljskih centara, već u prostorima škola, vrtića, mjesne samouprave itd. zbog ozračja koja je bitno.
- **Županijski socijalni planovi** – trebaju uključiti ove edukacije, i na njihovoj bazi planirati županijske troškove u tome smislu; Sudionici vide problem u činjenici što županijski socijalni i inicijativni planovi nisu ažurirani, ali nisu ni nacionalni planovi za razvoj civilnoga društva i slični na koje bi s ovaj program oslonio.
- **Navodi se također mogućnost da se projekt provodi uz miješanu potporu županije i Crvenog križa koji upravo ima infrastrukturnu mrežu raširenu u cijeloj RH, definitivno u svakoj županiji, i prostor i vozila itd.**
- Na kraju predlažu kombinirani pristup i posebno ističu učvršćivanje veze kod traume, a posebno tugovanja na relaciji sljedećih dionika: **ŠKOLE – ŽUPANIJA – CZSS i obiteljski centri – Crveni križ – projekt, tj. razvoj projekta u tom smislu.**
- **Financiranje MZO – ravnatelj uprave za potporu i unaprjeđenje, državni tajnik njemu nadređen treba biti pozvan na završne događaje projekta.**
- **Zadnji vid održivosti bi bio radi dinamike ljudi koji su se okupili: da grupe potpore nastave lokalno.** Grupe bitne i potrebe vrlo velike: roditelji ističu

važnost grupnog dijela, važnost kontinuiteta, pa je dobro da nastave i u vidu grupnih susreta pri udrugama u lokalnim sredinama ili zajednicama, no uvijek je važno da ih tu stručna osoba kontinuirano facilitira. Tu je osobito važno osnažiti i tim stručnjaka – „bazen“ volontera koji bi u tom scenariju držali grupe podrške.

- **Analize i istraživanja o gubitku u RH** (napose na djelovanje na kognitivne sposobnosti, učenje, rodnu dimenziju društvenih predrasuda o tugovanju) također su iznimno potrebne, i tu sudionice vide i dalje ključnu ulogu OCD<sup>16</sup>-a i znanstvene zajednice.
- **Na kraju, uslijed provedbe projekta za sudjelovanje i održivost izrazio je spremnost i poslovni sektor.** Posmrtna pripomoć javila se inicijalno – bila je ideja da oni svojim članovima ponude grupe podrške: javiti im se. Isto tako i velike korporacije su povremeno zainteresirane za suradnju kod slučajeva kada im neki od zaposlenika doživi osobnu tragediju, modusi suradnje s biznisom kroz programe društveno odgovornog poslovanja su posve otvoreni, samo ih treba mudro povezati jer oni previđaju neki vid reklame i ne bi smjeli nagrasti vrijednosti na kojima projekt počiva.
- Također treba ići kroz **preporuku stručnim suradnicima i razrednicima da se ova tema djece koja imaju gubitak obrađuje na SRZ-u**, rame uz rame s drugim temama (jednoroditeljske obitelji, atipične obitelji itd.), te da stručni suradnici tu temu obvezno pripreme s razrednicima.

**Na pitanje koliko su pandemija COVID-19 i niz razornih potresa u ZG, Sisku i Karlovcu utjecali na projekt,** sudionice ističu nekoliko razina:

- COVID je „pojeo“ puno kvalitetnog vremena projekta – manjak je evidentan oko okupljanja cijelog projektnog tima te oko formiranja grupe (nekonzistentnost, strah od dolaska, osipanje grupe radi iseljavanja zbog potresa itd.). Prilagodbe COVID-u dale su danak odnosima i povezanosti u timu, ali i razmjenama iskustava i učenju. Evidentna je bila diskrepancija teme i težine koja traži prisan i dubinski rad s jedne strane i uvjeta socijalne distance (COVID) s druge.
- COVID-19 utjecao je na sudionike i po pitanju spremnosti da se uključe, i djece itd., i kroz tzv. nevidljive kočnice, nemoć opuštanja ili potpunog otvaranja, uz nemogućnost stalnog dolaska; seminari pretvoreni u *webinare*, dio sastanaka tima *online*.
- No veće je poteškoće stvarao u Zg kao velikom gradu koji je bio „pod pritiskom“ socijalnog distanciranja radi pandemije, a ljudi se nisu oslanjali na poznanstva u zajednici, pa je otkrio to da sustav teško funkcionira i u smislu veza s razrednicima škola; veze škola i CZSS-a slabije su funkcionalne nego u 3 manje sredine koje su imale bolju komunikaciju ovih službi.

---

16 Organizacije civilnog društva.

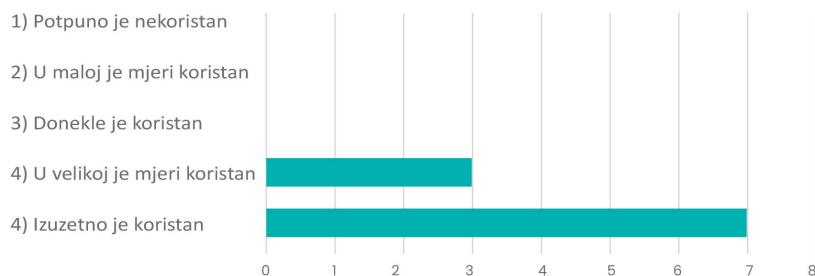
- Kako ocjenjuju suradnju triju partnera: **zapravo je dobra radi toga što se radila u izvanrednim okolnostima (COVID plus 3 potresa)**; svi naglašavaju kako nije bilo jednostavno jer je svaki plan morao imati još od 2 do 3 alternativna plana, radi niza prepreka. No neki pozitivni učinci ipak su došli s pandemijom – prvenstveno za *webinare* za koje je vladao iznimski interes i iz četiri projektne lokacije, i iz drugih gradova dodatno. *Webinar* se za ove teme senzibilizacije i inicijalnih edukacija s dobrom strukturu pokazao odličan način, te se vidjelo da se stvar može bez problema odvijati i **HIBRIDNO (dio uživo i dio online)**.
- **Kod triju partnera – UR KPK, LUČ i Djeca Prva različito je ono što su dobili od projekta:** Djeca Prva dobili su najviše u tom organizacijskom smislu i širenje mreže stručnjaka za udrugu; UR KPK – dobio je kompetencije kroz trening i isto tako kroz organizacijski dio, mogu ga okarakterizirati vrlo izazovnim i teškim, obojanim svim komplikacijama na više razina (5 alternativnih planova za izvedbi svake aktivnosti), a i UR KPK se osnažio u smislu novih znanja i vještina zaposlenika na projektu. Na kraju, UR KPK smatra ovu temu izuzetno zanimljivom za daljnji rad, no nisu do kraja sigurni koji modalitet izvedbe u budućnosti odabrat.
- **LUČ / kao udruga koja je idejna začetnica projekta uskočila je u suradnju s drugim dvjema udrugama kao „new kid on the block“.** Dodatno, pandemija je otežala proces upoznavanja i približavanja partnera na projektu, dok je **UR KPK bio izrazito od pomoći oko svih organizacijsko-financijskih elemenata**, ekipa provoditelja vrlo dobro odabrana i motivirana, no **osjećaj sigurnosti je kod korisnika bio poljuljan (COVID i potres)**. Programskoj voditeljici iz LUČ-i to je najteže padalo, te **stalne promjene jer je projekt osoban, dugo promišljan i rezultat osobnog iskustva**. Misli na kraju da što se tiče održivosti „treba ići k svim vratima koja su odškrinuta“. Drugi modeli poput danskog imaju dosta sličnosti i validiraju ovaj model te stoga vjeruje da je PUT na dobrome putu.
- **Koordinatorica sa strane udruge KPK koja je pružila podršku u provedbi** istaknula je kako je sretna i ponosna što je radila na ovome projektu te je obogaćena iskustvom na više razina: 1) priprema ZNS-a (izvještavanje i podrška provedbi) za provedbeni dio; 2) užitak je bio raditi jer je struktura projekta jasna, a opet inovativna, lako za slijediti, sudionici i pokazatelji, osnažila se i u statističkome radu za ESF projekte; 3) značajan uvid koji je kroz projekt ostvarila bilo je podizanje svjesnosti o temi, upoznavanje ljudi sa sudbinama gubitka i spoznaja o tome koliko je ovakav rad društvu i pojedincima potreban, a čega istovremeno doista nema.
- Organizacijski je bilo zahtjevno, a i administrativno. Smatra da je projekt ne samo profesionalno važan, i važan na razini zajednice, nego je ujedno i projekt koji ulazi u sferu duhovnoga – susreta sa smrću, koji se u davnijim zajednicama njegovao i međusobno podržavao dok u doba nuklearnih obitelji postaje sve veći izazov i ne nalazimo podršku za nj.

- Sudionice se **posebno zahvaljuju i ističu kvalitetan rad i osobno zalaganje sljedećih sudionica:**
  - financijskoj voditeljici UR KPK-a, na taktičnosti i pomoći, i smirenosti
  - Svi su istaknuli važnost uloge **savjetnice AZOO-a**. Iстican je njezin entuzijazam, responzivnost, stručnost, odgovornost i zainteresiranost da projekt postane dio sustava potpore obrazovnim djelatnicima u RH. Posebno ažurnoj reakciji AZOO-a koja je dala preporuku što je uvelike dalo na težini i sigurno pospješilo interes sudionika projekta.
  - Posebno je istaknuta **programska voditeljica** zbog iznimne **kvalitete cijelog programa i posebno odlično izabranog i podržanog tima izvoditeljica i regionalnih koordinatorica**, što je sve utjecalo na neobično visoku **kvalitetu projekta i usluga za krajnje korisnike – tugujuće roditelje/staratelje i djecu**. Pri tome je aktivnost „**Vjetar u leđa**“, osnaživanje kroz jedrenje za tinejdžere pohvaljen višekratno kao najinovativniji dio.

### **3. Rezultati anketnog upitnika sudionica *online* studijskog putovanja, Danski nacionalni centar za tugovanje (DNC), veljača 2022<sup>17</sup>.**

Cjelokupna ocjena korisnosti *online* posjeta međunarodnom partneru – Danskom nacionalnom centru za tugovanje – prema rezultatima spomenutog upitnika<sup>18</sup> – vrlo je visoka. 7/10 sudionica procjenjuje da je izuzetno koristan, dok 3 /10 sudionica odgovara kako je on u velikoj mjeri bio koristan.

Procjena korisnosti online posjeta s obzirom na dobivene informacije i ideje



### **Na otvoreno pitanje Koje biste još informacije željeli saznati od DNC-a u nekom od budućih posjeta, uživo ili *online*, sudionice odgovaraju:**

- Bilo bi korisno sudjelovati na njihovim treninzima i vidjeti kako rade.
- Čuti još više o nekim specifičnostima i modelima njihovog rada, kao npr.

<sup>17</sup> *Online* studijsko putovanje namijenjeno je voditeljima grupne psihosocijalne podrške u tugovanju iz provedbenih županija, a prvotno je bilo zamišljeno kao studijsko putovanje voditelja/ica projekta uživo Danskome centru za tugovanje koji djeluje od 2000. godine. Zbog COVID okolnosti izmijenjeno je u formu *online* studijskoga putovanja / *online* posjeta toj ustanovi.

<sup>18</sup> Upitnik dostupan kao PRILOG 5 tekstu.

supervizije za njihove voditelje koji rade s tugujućima.

- Više o organizaciji, rezultatima istraživanja, treningu stručnjaka, programima rada s djecom, mladima, odraslima.
- O njihovom modelu, načinima osiguravanja finansijskih sredstava za usluge, kao i načinima rada.
- Voljela bih saznati više o samim treninzima za stručnjake različitih profesija (liječnike, učitelje...) te na koji način okupljaju sudionike takvih treninga.
- Smatram da bi trebalo više vremena za raspravu o raznim temama vezanim uz tugovanje i provedbu aktivnosti za djecu.
- Postoji li mogućnost suradnje na budućim projektima?

**Na otvoreno pitanje Koliko su i koje metode rada DNC-a primjenjive u dalnjem razvoju projekta PUT ili pak u Hrvatskoj generalno, sudionice odgovaraju:**

Obrazovanje medicinskih stručnjaka u tom području.

- Rad s mladima (iznad 18 godina), rad s predškolskom djecom, izrada materijala za rad s djecom.
- Mnoge, individualni rad koji pružaju, rad u zdravstvenom sektoru itd.
- Mislim da su se tijekom prezentacija mogle uočiti sličnosti u samom pristupu prema tugovanju te da su korisnici na sličan način dobivali podršku kroz osmišljene programe. Bilo bi možda korisno podijeliti konkretna iskustva i izazove u radu te naučiti stručne alate u nošenju s istima.
- Aktivnosti i metode su vrlo slične. Hrvatskoj nedostaju usluge dostupne u okviru sustava.
- Bile su mi zanimljive metode financiranja DNC-a, iako nisu primjenjive kod nas.



## 6. PREPORUKE ZA DONOSITELJE ODLUKA I NASTAVAK TE ODRŽIVOST PROJEKTA

### 1. PREPORUKE ZA UNAPRJEĐENJE KVALITETE PROJEKTA – PROCESNE PREPORUKE

Projekt je vrlo dobro strukturiran i odlikuje ga kvaliteta i visoka razina uspješnosti, no ono što treba svakako naglasiti i/ili dodatno unaprijediti jest:

- **Grupe podrške za odrasle:** GRUPE podrške nezamjenjiv su dio projekta, kao i procesa oporavka u tugovanju/gubitku, slažu se svi, i ne može ih nadomjestiti individualno savjetovanje ili terapija koju bi osobe koje su proživjele gubitak prošle, jer su u okruženju onih koji imaju slično iskustvo.
- **Potrebno je uvijek u nastavku projekta imati 11 grupnih susreta** (10 + jedan zaključni, oproštajni), idealno je imati grupe potpore do **6 ljudi, no istovremeno pozvati od 9 do 10**, radi prirodne fluktuacije i „odljeva“ ljudi zbog objektivnih čimbenika.
- **Grupe za djecu:** više radnih listića podastrijeti; zadržati dio fleksibilnosti/izbornosti voditeljima grupe da sami biraju vježbe sukladno raspoloženju i sastavu grupe; u projektu predvidjeti i malu stavku za kreativne materijale za grupe s djecom.
- **Uvesti grupe potpore i za tinejdžere i njihove roditelje, povrh programa Vjetar u leđa;** grupni je rad u tugovanju ključan, okosnica je i treba do kraja biti osnovni element projekta.
- **Ponavljati program „Vjetar u leđa“ uz podršku biznis sektora,** pri tome ciljati na veće tvrtke s više zaposlenih koje prolaze različite sudbine (poput Dukata, Podravke, većih banaka itd.).
- **Nastaviti i uvesti kao pravilo post-Vjetar u leđa organizirane sastanke polaznika** i svakako **zadržati inicijalni sastanak** radi upoznavanja i stjecanja povjerenja koje je preduvjet.
- **Webinari/seminari za stručne službe i ravnatelje o temi gubitka/tugovanja:** **webinar** se za ove teme senzibilizacije i inicijalnih edukacija s dobrom strukturon pokazao kao odličan način, za koji je vladao iznimian interes u svim dijelovima RH (i izvan projektnih lokacija!), pa je preporuka je da se taj tip edukacija odvija **hibridno** – dio uživo i dio *online*, što se pokazalo kao posve izvediv model.

## 2. PREPORUKE NA NIVOU RADA OCD-A

- **Unutar projektnoga tima** – Kad se steknu preduvjeti, tj. okončanje pandemije, potrebno je više rada uživo, **VIŠE PROCESNIH SASTANAKA** – od upravljačkog tima projekta do izvoditelja aktivnosti i koordinatorica, napose u smislu **RAZMIJENE ISKUSTAVA** jedne sredine drugoj, jedne osobe drugoj i to ne samo na kraju kroz evaluaciju.
- **Dok su se UR KPK i Djeca prva razvili prvenstveno organizacijski, umrežavanjem i operativno provodeći ovaj zahtjevan projekt, stručnjaci koji su vodili grupe podrške i individualna savjetovanja sada se osjećaju posve KOMPETENTNI I VISOKOMOTIVIRANI za nastavak na radu u grupnoj podršci, i taj dio treba iskoristiti u dalnjem radu.**
- Pokušati s provedbom projekta **IZVAN COVID OKOLNOSTI** koje su uvelike otežale s jedne strane upravljanje projektom, a s druge licem u lice potporu korisnicima, što je kod ove teme ključno (ne kod edukacije kadra u školama i CZSS-u, no da kod korisnika koji su prošli gubitak).
- Razvidno je da je model projekta uspješan, te da se odlikuje kvalitetom te bi valjalo proširiti krug potencijalnih donatora, od EU fondova pa do natječaja ministarstva i lokalnih vlasti, ali i potporama **biznis sektora**, poput potpore grupama podrške od strane osiguravajućih društava, ili potpore programu Vjetar u leđa velikih domaćih tvrtki. Pritom valja uvijek biti na oprezu kako se tema ne bi ni na koji način komercijalizirala ili banalizirala.
- Moguće je razvijati analize i studije o potrebama vezanim za gubitak i tugovanje, gdje je posebna uloga organizacija civilnog društva i znanstvene zajednice.

### **3. PREPORUKE NA NIVOU LOKALNIH ZAJEDNICA**

**ODRŽIVOST PROJEKTA** na razini lokalnih zajednica i JLPS-a<sup>19</sup> trebalo bi osigurati na sljedeći način:

- **Županijski mobilni centri** (od 2 do 3 osobe koje bi vodile i koordinirale grupe potpore u tugovanju na tom prostoru) bili bi adekvatna varijanta. Mobilnost i fleksibilnost (ovisno o potrebi) je ključna, kao i činjenica da valja koristiti prostore škola ili mjesne samouprave te Crvenog križa (a ne CZSS-a, radi okruženja).
- **Županijski socijalni planovi** – trebaju uključiti ove edukacije, i na njihovoj bazi planirati županijske troškove u tome smislu (prethodno ih valja ažurirati i eksplicitno uvezati s nacionalnim strategijama).
- **Obiteljski centri također** su prirodni saveznici i mjesta u okviru čijih bi se aktivnosti (opet kroz stavku socijalnih planova ili natječaja nadležnog ministarstva) mogle provoditi ovakve grupe podrške, u sljedećim projektnim prijavama bilo bi dobro uključiti obiteljske centre (koji se ponovno odvajaju od CZSS-a) uz prethodni dogовор.
- **Moguće je da lokalne grupe, uz pomoć lokalnih OCD-a, apliciraju na natječaje lokalnih vlasti ili druge donatore za nastavak grupa potpore (kao što to planira inicirati skupina izvoditeljica u Slavonskome Brodu).**
- Valja naglasiti kako ova tema nošenja s gubitkom (osim pojedinaca koji su s područja primorske Hrvatske sudjelovali samoinicijativno na webinarima) na čitavom području od Istre, Hrvatskog primorja, Like, Gorskog kotara, Dalmacije i Dubrovnika NIJE uopće pokrivena, pa postoji potreba za provedbom projekta ili njegovih glavnih aktivnosti na tome području.

---

<sup>19</sup> Jedinice lokalne i područne samouprave

#### **4. PREPORUKE NA NIVOU INSTITUCIJA SUSTAVA (OBRAZOVNIH I SOCIJALNE SKRBI) NA NACIONALNOM NIVOU**

**4.1 ODRŽIVOST PROJEKTA**, u smislu nastavka grupa potpore, individualnog savjetovanja i inovativnog programa Vjetar u leđa trebalo bi osigurati na sljedeći način:

- Nastavak projekta uz **miješanu potporu nadležne županije (sredstva) i Crvenoga križa** koji upravo ima mrežu infrastrukturnu raširenu u cijeloj RH, definitivno u svakoj županiji, i prostoru i vozila, itd.
- Valja i generalno učvrstiti komunikaciju (procedure uvriježiti) kod svih pitanja traume, a posebno tugovanja, na relaciji sljedećih dionika: ŠKOLE – ŽUPANIJA – CZSS i obiteljski centri – Crveni križ – projekt, u tome smjeru dalje razvijajući komunikaciju navedenih dionika. To je ujedno i način da se s teme stigne stigma, da se detabuizira, kao i da se iskorači iz patrijarhalnih obrazaca koji je prate.
- **Financiranje je moguće i od Ministarstva nadležnog za pitanja socijalne politike, kao i MZO-a<sup>20</sup>** – ravnatelj uprave za potporu i unapređenje sustava odgoja i obrazovanja, te državni tajnik njemu nadređen treba biti pozvan na završne događaje projekta, razmotriti i taj izvor financiranja, putem redovitih godišnjih natječaja MZO-a.
- **Zadnji vid održivosti bi bio radi dinamike ljudi koji su se okupili: da grupe potpore nastave lokalno, no uz osobu koja će facilitirati (1 na razini većega grada), pro bono, iako je ovo najkrhkiji vid nastavka projekta.**

---

20 Ministarstvo znanosti i obrazovanja.

**4.2. ODRŽIVOST PROJEKTA**, u smislu nastavka *webinara/seminara* za stručne službe i ravnatelje škola, obiteljskih centara i CZSS-a valja podupirati na sljedeći način:

**Putem AZOO-a u perspektivi su sljedeći koraci:**

- a. Uključivanje sadržaja *webinara/seminara* kojima se stručne službe u školama informiraju i ojačavaju u ovoj temi u **Katalog stručnih usavršavanja za 2022.** kroz sadržaje predavanja stručnim suradnicima, ili kroz temu pristupa „drugačijoj djeci“ u školskom sustavu
- b. Uključivanje u **Katalog stručnih usavršavanja u 2023.** pod posebnom temom poput Senzibilizacije za djecu/roditelje u tugovanju ili gubitku – u tom bi slučaju AZOO mogao i nadoknaditi honorare izvoditeljima tih edukacija, što predstavlja inkorporiranje od strane sustava, i za to je potrebna suglasnost svih razina rukovodećih u AZOO-u
- c. Zagovarati i dalje i pratiti inicijativu da se napišu, objave i diseminiraju putem **AZOO-a Preporuke/smjernice o postupanju u slučajevima gubitka za učitelje,** stručne suradnike i socijalne radnike
- d. AZOO može dati preporuku stručnim suradnicima i razrednicima da se tema gubitaka obrađuje na SRZ-u<sup>21</sup>, kako bi se senzibilizirala djeca, vršnjaci, kao i njihovi roditelji na ponašanja djece koja su doživjela gubitak, što je od iznimne važnosti, radi detabuizacije ove teme u društvu.
  - Platforme za širenje informacija o potpori tugovanju mogu biti i **ŽUPANIJSKI I GRADSKI AKTIVI** (koji postoje po definiciji), kao i **GRADSKI PREVENTIVNI PROGRAMI** (npr. Grada Karlovca, koji su razvijeni).
  - Edukacije bi trebale biti **OBVEZNI** dio stručnog usavršavanja, te bi se svakako trebale **BODOVATI, certificirati i kroz KOMORSKE sustave raznih struka** (pedagozi, psiholozi, socijalni radnici itd.).
  - Putem **INTERNETSKIH STRANICA ŠKOLA, VRTIĆA, GRADOVA I OPĆINA TE SVAKAKO AZOO-a** valjalo bi **sustavno i repetitivno informirati o postojanju spomenutih županijskih mobilnih timova i/ili grupa podrške, kao i o stručnim usavršavanjima i edukacijama na ovu temu.**

---

21 Satu razredne zajednice



## 7. PRILOZI: Evaluacijski instrumentarij /Anketni upitnici

*Prilog 1: Prilagođena instrument evaluacije – Hogan lista reakcija na tugovanje*

### **HOGAN Upitnik o reakcijama u tugovanju, nadopunjjen i prilagođen za projekt podrške u tugovanju PUT**

Ovaj upitnik sastoji se od popisa misli, osjećaja i situacija koje ste možda imali otkako je vaša voljena osoba umrla. Molimo pažljivo pročitajte svaku rečenicu i **odaberite broj koji najbolje opisuje način na koji ste se osjećali tijekom protekla dva tjedna, uključujući i danas.**

**Zaokružite broj pored tvrdnje koja Vas najbolje opisuje.** Molimo Vas da ne preskačete nijednu stavku.

1. Uopće me ne opisuje
2. Opisuje me malo
3. Opisuje me relativno dobro
4. Dobro me opisuje
5. Jako dobro me opisuje

1. Izgubio/la sam nadu.	1 2 3 4 5
2 Naučila/naučio sam se bolje nositi sa životom.	1 2 3 4 5
3 Imam osjećaj da slabo mogu kontrolirati svoju tugu.	1 2 3 4 5
4 Pretjerano brinem.	1 2 3 4 5
5 Osjećam se kao da sam u šoku.	1 2 3 4 5
6 Ponekad mi srce zakuca brže nego što je uobičajeno, bez ikakvog razloga.	1 2 3 4 5
7 Osjećam se ogorčen i kivna/kivan na druge.	1 2 3 4 5
8 Teško se odvajam od preostalih članova obitelji, želim biti stalno s njima.	1 2 3 4 5
9 Vjerujem da sam ja trebao/trebala umrijeti, a da je on/ona trebao živjeti.	1 2 3 4 5
10 Moj pogled na život je sada drugačiji, dublji.	1 2 3 4 5
11 Javljam mi se napadaji panike.	1 2 3 4 5
12 Imam česte glavobolje.	1 2 3 4 5
13 Nije mi do jela ili pak imam pretjeranu potrebu za hranom	1 2 3 4 5
14 Osjećam se osvetoljubivo.	1 2 3 4 5



15 Osjećam kao da manje brinem o sitnicama i nebitnim stvarima.	1 2 3 4 5
16 Osjećam nervozu i žarenje u trbuhu.	1 2 3 4 5
17 Želim umrijeti kako bih bio s njim / s njom.	1 2 3 4 5
18 Često osjećam napetost u mišićima.	1 2 3 4 5
19 Osjećam više samilosti za druge i mogu se lakše uživjeti u ono što drugi prolaze.	1 2 3 4 5
20 Lako zaboravljam stvari kao npr. imena, brojeve telefona i sl.	1 2 3 4 5
21 Izbjegavam druženja s ljudima.	1 2 3 4 5
22 Zbunjen/a sam oko toga tko sam.	1 2 3 4 5
23 Izgubila/izgubio sam povjerenje u život, ništa mi nema smisla.	1 2 3 4 5
24 Patim od nesanice.	1 2 3 4 5
25 Osjećam se nekako jačim/jačom zbog gubitka koji sam sam proživio/la.	1 2 3 4 5
26 Ne vjerujem da ću ikad više biti sretna/sretan.	1 2 3 4 5
27 Teško se prisjećam stvari iz prošlosti.	1 2 3 4 5
28 Ne vesele me toliko trenutci s nekoć dragim osobama.	1 2 3 4 5
29 Često se osjećam prestrašeno.	1 2 3 4 5
30 Osjećam da sam nesposoban/na nositi se sa situacijama koje život nosi.	1 2 3 4 5
31 Izgubila/izgubio sam povjerenje u sebe samu/sebe samog.	1 2 3 4 5
32 Očajan/očajna sam zbog njegove ili njezine smrti.	1 2 3 4 5
33 Mislim da sam sada osoba koja lakše opršta drugima.	1 2 3 4 5
34 Osjećam ljutnju na sudbinu.	1 2 3 4 5
35 Ovisan/sna sam o cigaretama ili alkoholu ili lijekovima.	1 2 3 4 5
36 Teže se koncentriram na čitanje ili učenje.	1 2 3 4 5
37 Osjećam se krivim/krivom što sam živ(a), a ne on/ona.	1 2 3 4 5
38 Osjećam se umorno i bez energije većinu vremena.	1 2 3 4 5
39. Ne mogu se pomiriti s time da je preminula osoba umrla.	1 2 3 4 5
40. Često zamišljam da je preminula osoba tu s nama/sa mnom.	1 2 3 4 5



*Prilog 2: Upitnici za sudionike edukacije za buduće voditelje grupa podrške u tugovanju/gubitku*

**a. Evaluacijski Upitnik, program PUT – online edukacija za buduće voditelje grupa podrške u tugovanju (početni moduli)**

*Edukacija za voditelje grupa podrške u tugovanju u okviru programa/modela PUT ključan je dio projekta na kojem počiva daljnja provedba i razvoj modela u četiri lokalne sredine i nadalje na nacionalnom nivou, pa nam je izuzetno važno da nam vi kao budući voditelji date povratnu informaciju o svim aspektima edukacije, kako bismo je mogli unaprjeđivati. Isto tako, važno nam je pratiti vaša očekivanja od projekta, kakva su ona u inicijalnoj fazi, kako se razvijaju te jesu li završetkom projekta ispunjena.*

1. U kojoj je mjeri *online* edukacija uspjela stvoriti poticajno okruženje za aktivno učenje, razmjenu iskustava iz prakse i uključivanje svih sudionika/ca? Zaokružite broj kod željenog odgovora.
  4. Nije uspjela stvoriti takvo okruženje
  5. U maloj je mjeri uspjela stvoriti takvo okruženje
  6. Donekle je uspjela stvoriti takvo okruženje
  7. U velikoj je mjeri uspjela stvoriti takvo okruženje
  8. U potpunosti je uspjela stvoriti takvo okruženje
2. Koliko sada razumijete Vašu ulogu u dalnjem procesu edukacije, kao i cijelokupnom programu PUT ? Zaokružite broj kod željenog odgovora.
  1. Ne razumijem je
  2. U maloj je mjeri razumijem
  3. Donekle je razumijem
  4. U velikoj je mjeri razumijem
  5. U potpunosti je razumijem
3. Koliko je ova *online* edukacija dodatno doprinijela Vašem teorijskom znanju o tugovanju? Zaokružite broj kod željenog odgovora.
  1. Nije doprinijela
  2. U maloj je mjeri doprinijela
  3. Donekle je doprinijela
  4. U velikoj je mjeri doprinijela
  5. U potpunosti je doprinijela
4. Po Vašoj procjeni, koliko je ova *online* edukacija dodatno doprinijela Vašim sposobnostima facilitacije grupe koju ćete voditi? Zaokružite broj kod željenog odgovora.
  1. Nije doprinijela
  2. U maloj je mjeri doprinijela
  3. Donekle je doprinijela



4. U velikoj je mjeri doprinijela  
5. U potpunosti je doprinijela
5. Osjećate li se nakon *online* edukacije osnaženiji i pripravniji brinuti se za sebe u procesu pomaganja drugima u njihovome procesu tugovanja?
1. Ne osjećam se osnaženija/i
  2. U maloj se mjeri osjećam osnaženija/i
  3. Donekle se osjećam osnaženija/i
  4. U velikoj se mjeri osjećam osnaženija/i
  5. U potpunosti se osjećam osnaženija/i
6. Koliko je ova *online* edukacija doprinijela Vašemu razumijevanju kriterija i načina izbora korisnika/ca u programu PUT? Zaokružite broj kod željenog odgovora.
1. Nije doprinijela
  2. U maloj je mjeri doprinijela
  3. Donekle je doprinijela
  4. U velikoj je mjeri doprinijela
  5. Iznimno je mnogo doprinijela
7. Koliko je ova *online* edukacija doprinijela Vašem poznavanju grupnih iskustava iz dosadašnje provedbe pilot-programa modela PUT? Zaokružite broj kod željenog odgovora.
1. Nije doprinijela
  2. U maloj je mjeri doprinijela
  3. Donekle je doprinijela
  4. U velikoj je mjeri doprinijela
  5. Iznimno je mnogo doprinijela
8. Koliko je ova *online* edukacija doprinijela razumijevanju i razgradnji stereotipa i mitova vezanih uz tugovanje? Zaokružite broj kod željenog odgovora
1. Nije doprinijela
  2. U maloj je mjeri doprinijela
  3. Donekle je doprinijela
  4. U velikoj je mjeri doprinijela
  5. Iznimno je mnogo doprinijela
9. Koliko se sada nakon *online* edukacije osjećate osnaženiji i spremniji za provedbu/sudjelovanje u provedbi promocije programa PUT u zajednici? Zaokružite broj kod željenog odgovora.
1. **Ne osjećam se spremniji/a**
  2. U maloj se mjeri osjećam spremniji/a
  3. Donekle se osjećam spremniji/a
  4. U velikoj se mjeri osjećam spremniji/a
  5. Osjećam se znatno spremniji/a



**10. Što biste na 2. dijelu edukacije (u online okruženju) izdvojili kao najuspješnije (bilo da je to tema, aktivnost i/ili osoba – voditeljica / facilitatorica radionice)?**

---

---

---

**11. Što još prepoznajete kao svoju potrebu (u smislu edukacije i/ili podrške), a što bi Vam se u nekim dalnjim projektnim fazama eventualno moglo pružiti? Treba li na nešto staviti osobit fokus?**

---

---

---

**12. Još nešto što želite dodati/komentirati?**

---

---

---



## **b. Evaluacijski upitnik, projekt PUT – Edukacija za buduće voditelje grupa podrške u tugovanju (završni modul)**

*Edukacija za voditelje grupa podrške u tugovanju u okviru programa/modela PUT ključan je dio projekta na kojem počiva daljnja provedba i razvoj modela u četiri lokalne sredine i nadalje na nacionalnom nivou, pa nam je izuzetno važno da nam vi kao budući voditelji date povratnu informaciju o svim aspektima edukacije, kako bismo je mogli unaprjeđivati. Isto tako, važno nam je pratiti vaša očekivanja od projekta, kakva su ona u inicijalnoj fazi, kako se razvijaju te jesu li završetkom projekta ispunjena.*

1. Koliko sada nakon završnog modula razumijete Vašu ulogu u cjelokupnom programu PUT u organizacijsko-operativnom smislu? Zaokružite broj kod željenog odgovora.
  1. Ne razumijem je
  2. U maloj je mjeri razumijem
  3. Donekle je razumijem
  4. U velikoj je mjeri razumijem
  5. U potpunosti je razumijem
2. Koliko je završni modul edukacije pridonio Vašemu dodatnom razumijevanju kriterija i načina izbora korisnika/ca u programu PUT? Zaokružite broj kod željenog odgovora.
  1. Nije doprinijela
  2. U maloj je mjeri doprinijela
  3. Donekle je doprinijela
  4. U velikoj je mjeri doprinijela
  5. Iznimno je mnogo doprinijela
3. Što još prepoznajete kao svoju dodatnu potrebu (u smislu edukacije i/ili mentorske podrške), a što bi Vam se u nekim dalnjim projektnim fazama eventualno moglo pružiti?

---

---

---



### *Prilog 3: Upitnik za sudionike radionica – djecu*

*Dragi članovi i drage članice grupe!*

*Na kraju ovih naših susreta željeli bismo saznati koliko su vam radionice u grupi bile korisne i kako ste se osjećali sudjelujući u njima. Na ova pitanja ne postoji točan i netočan odgovor. Nigdje se ne morate potpisati tako da nećemo točno znati što je svatko od vas odgovorio.*

*Vaši odgovori će nam pomoći u planiranju budućih projekata pa vas molimo da budete iskreni u svojim odgovorima.*

#### **Oboji smajlić koji se odnosi na tebe.**

Kako si se većinom osjećao/la na radionici?



Kako si se većinom osjećao/la poslije radionice?



Kako su ti se svidjele aktivnosti na radionici?



Kako su ti se svidjele vježbine opuštanja koje smo radili?



#### **Zaokruži slovo uz odgovor koji se odnosi na tebe:**

**Koliko sigurno si se osjećao/la pričati i sudjelovati u grupi?**

- |                              |                                |
|------------------------------|--------------------------------|
| <i>a) Niti malo</i>          | <i>c) Uglavnom sigurno</i>     |
| <i>b) Uglavnom nesigurno</i> | <i>d) U potpunosti sigurno</i> |



**Koliko su ti radionice pomogle da se lakše nosiš s gubitkom?**

- |                                   |                                  |
|-----------------------------------|----------------------------------|
| <i>a) Niti malo</i>               | <i>c) Uglavnom su mi pomogle</i> |
| <i>b) Jako malo su mi pomogle</i> | <i>d) Puno su mi pomogle</i>     |

**Bi li preporučio/la ove radionice drugoj djeci koja su izgubila blisku osobu?**

- a) NE*      *b) DA*      *c) NE ZNAM*

**Što ti se posebno svidjelo na radionicama?**

---

---

---

**Što ti se nije svidjelo na radionicama ili što bi u njima promijenio / promijenila?**

---

---

---

**Slobodno nam napiši ili nacrtaj nešto za kraj. 😊 Hvala ti puno!**



#### *Prilog 4: Upitnik za sudionike/ce programa Vjetar u leđa – mlade*

*Dragi članovi i drage članice programa Vjetar u leđa!*

*Na kraju ovog programa željeli bismo saznati koliko vam je korisna bila podrška i kako ste se osjećali sudjelujući u aktivnostima. Na ova pitanja ne postoji točan i netočan odgovor. Nigdje se ne morate potpisati tako da nećemo točno znati što je svatko ponaosob odgovorio. No vaši odgovori pomoći će nam u planiranju budućih aktivnosti i projekata pa vas najljepše molimo da budete iskreni.*

**Zaokružite slovo uz odgovor koji se odnosi na vas.**

**1. Kako ste se većinom osjećali na grupnim aktivnostima?**

- a) Vrlo ugodno
- b) Ugodno
- c) Neutralno
- d) Nelagodno

Objasnite:

---

---

---

**2. Kako ste se većinom osjećali nakon grupnih aktivnosti?**

- a) Vrlo ugodno
- b) Ugodno
- c) Neutralno
- d) Nelagodno

Objasnite:

---

---

---

**3. Kako su vam se svidjele aktivnosti koje smo radili u programu Vjetar u leđa?**

- a) Vrlo su mi se svidjele
- b) Svidjele su mi se
- c) Donekle su mi se svidjele
- d) Nisu mi se svidjele



4. Koliko sigurno ste se osjećali otvoreno govoriti, dijeliti iskustva i sudjelovati u grupi?

- a) Vrlo sigurno
- b) Uglavnom sigurno
- c) Uglavnom nesigurno
- d) Nesigurno

5. Koliko su vam grupe pomogle da se lakše nosite s gubitkom?

- a) Puno su mi pomogle
- b) Pomogle su mi
- c) U manjoj mjeri su mi pomogle
- d) Nisu mi pomogle

6. Biste li preporučili ovaj projekt drugim mladima koji su izgubili blisku osobu?

- a) NE
- b) DA
- c) NE ZNAM

7. Što vam se posebno svidjelo tijekom programa podrške?

---

---

---

8. Što vam se nije svidjelo?

---

---

---

9. Što biste predložili da se dodatno uključi, koje aktivnosti, koje teme?

---

---

---

Puno hvala!



## Prilog 5: Upitnik za sudionike grupa potpore – roditelje

Dragi članovi i drage članice grupe!

Na kraju ovih naših susreta željeli bismo saznati koliko su vam grupe podrške bile korisne i kako ste se osjećali sudjelujući u njima. **Na ova pitanja ne postoji točan i netočan odgovor. Nigdje se ne morate potpisati tako da nećemo točno znati što je svatko ponaosob odgovorio.** Vaši odgovori će nam pomoći u planiranju budućih aktivnosti i projekata pa vas najljepše molimo da budete iskreni.

**Zaokružite slovo uz odgovor koji se odnosi na vas.**

**1. Kako ste se većinom osjećali na radionici?**

- |                |              |
|----------------|--------------|
| c) Vrlo ugodno | c) Neutralno |
| d) Ugodno      | d) Nelagodno |

Objasnite:

---

---

---

**2. Kako ste se većinom osjećali poslije radionice?**

- |                |              |
|----------------|--------------|
| c) Vrlo ugodno | c) Neutralno |
| d) Ugodno      | d) Nelagodno |

Objasnite:

---

---

---

**Kako su vam se svidjele aktivnosti na radionici?**

- |                           |                              |
|---------------------------|------------------------------|
| c) Vrlo su mi se svidjele | c) Donekle su mi se svidjele |
| d) Svidjele su mi se      | d) Nisu mi se svidjele       |



**3. Koliko sigurno ste se osjećali otvoreno govoriti, dijeliti iskustva i sudjelovati u grupi?**

- c) Vrlo sigurno
- c) Uglavnom nesigurno
- d) Uglavnom sigurno
- d) Nesigurno

**4. Koliko su vam grupe pomogle da se lakše nosite s gubitkom?**

- c) Puno su mi pomogle
- c) U manjoj mjeri su mi pomogle
- d) Pomogle su mi
- d) Nisu mi pomogle

**5. Po vašoj procjeni, koliko su grupe pomogle vašem djetetu/djeci da se lakše nose s gubitkom?**

- e) Puno su pomogle
- c) U manjoj mjeri su pomogle
- f) Pomogle su
- d) Nisu pomogle

**6. Biste li preporučili ovaj projekt drugim roditeljima/starateljima koji su izgubili blisku osobu?**

- b) NE
- b) DA
- c) NE ZNAM

**7. Što vam se posebno svidjelo na grupama podrške?**

---

---

---

**8. Što vam se nije svidjelo?**

---

---

---

**9. Što biste predložili da se dodatno uključi, koje aktivnosti, koje teme?**

---

---

---

**Puno hvala!**



**Prilog 6: Upitnik – sudionici online studijskog posjeta za voditelje psihosocijalne podrške u tugovanju Danskome nacionalnom centru za tugovanje**

**Evaluacijski upitnik**

**Online studijsko putovanje za voditelje grupne psihosocijalne podrške u tugovanju iz provedbenih županija projekta PUT, 11. 2. 2022., Zagreb**

**Projekt PUT provode: Udruga roditelja Korak Po Korak, Udruženje Djeca Prva i Udruga Luč**

*Online studijsko putovanje namijenjeno je voditeljima grupne psihosocijalne podrške u tugovanju iz provedbenih županija, a prvotno je bilo zamišljeno kao studijsko putovanje uživo Danskome centru za tugovanje koji djeluje od 2000. godine. Zbog COVID okolnosti izmijenjeno je u formu online studijskoga putovanja/online posjeta toj ustanovi. Ovo je važan dio projekta namijenjen razmjeni međunarodnih iskustava, u cilju unapređenja metoda rada i mreža kontakata koji program PUT razvija. Važno da nam kao sudionici date povratnu informaciju o svim aspektima online posjeta kako bismo slične aktivnosti mogli dalje razvijati.*

- 1. Kako procjenjujete korisnost ovog *online* posjeta s obzirom na informacije i ideje koje ste kroz njega osobno dobili? Zaokružite broj kod željenog odgovora.**

- 1. Nije bio koristan**
- 2. U maloj je mjeri koristan**
- 3. Donekle je koristan**
- 4. U velikoj je mjeri koristan**
- 5. Izuzetno je koristan**

- 2. Koje biste još informacije željeli saznati od ovog centra u nekom od budućih posjeta, uživo ili online?**
- 
- 
- 

- 3. Koliko su i koje metode rada centra primjenjive u dalnjem razvoju programa PUT ili pak u Hrvatskoj generalno. Molimo vas izdvojite ih.**
- 
- 
-



Udruga roditelja „Korak po korak“  
Ilica 73, 10 000 Zagreb  
[info@urkpk.org](mailto:info@urkpk.org)  
01 4855 578  
[urkpk.org](http://urkpk.org)

Zagreb, 2022.

ISBN