



PRAVOS



**Studenti na čekanju:  
procjena dostupnosti usluge  
savjetovanja za studente  
u Osijeku**

**Društvo za psihološku pomoć "Sunce"**

# Studenti na čekanju: procjena dostupnosti usluge savjetovanja za studente u Osijeku

Kolegij: Socijalni rad u zajednici

Nositelj kolegija: izv. prof. dr. sc. Carmen Luca Sugawara

Suradnica: doc. dr. sc. Dinka Caha

Suradnik: Naslovni asistent Filip Lažeta, univ. spec. act. soc.

Organizacija: Društvo za psihološku pomoć - Sunce

Izradile: Anamarija Boduljak, Marija Ćurić, Lara Kovačević, Nikolina Kusturić, Petra Krešić, Josipa Krnjeta, Lana Luketić i Marija Matić

Zahvala

Dragi sudionici i suradnici,

Ovim putem želimo izraziti našu duboku zahvalnost za sudjelovanje u istraživanju koje smo proveli u suradnji s Udrugom Sunce – društvom za psihološku pomoć. Vaš doprinos bio je ključan za uspjeh ovog projekta. Posebno želimo zahvaliti predsjednici Udruge, Ljubici Brigitte Nikić i Tei Žagar mag. psych. na kontinuiranoj podršci i suradnji. Bez njihove pomoći, ovaj projekt ne bi bio moguć.

Također, zahvaljujemo se svim sudionicima koji su pristali na intervju, stručnjacima i studentima, koji su izdvojili svoje dragocjeno vrijeme i podijelili svoja iskustva i znanja s nama. Vaš doprinos je neprocjenjiv.

Zahvaljujemo se i izv.prof.dr.sc. Carmen Luca Sugawara koja je kroz predavanja nesebično dijelila svoje znanje i iskustvo s nama. Njeni uvidi i stručnost bili su od velike koristi za naše istraživanje. Velika zahvala i doc. dr. sc. Dinka Caha te Filipu Lažeti univ. spec. act. soc. koji su nas vodili kroz vježbe, uvijek bili dostupni za pomoć i podršku te prenijeli svoja znanja i vještine na nas. Vaša predanost i angažman bili su izuzetno vrijedni.

Nadamo se da će ovaj rad i naše istraživanje pomoći samoj Udruzi, ali i potaknuti druge na promišljanje o problematici duge liste čekanja te na samu promjenu.

Još jednom, hvala svima od srca.

Anamarija Boduljak, Marija Ćurić, Lara Kovačević, Nikolina Kusturić, Petra Krešić, Josipa Krnjeta, Lana Luketić, Marija Matić

Studentice Sveučilišnog diplomskog studija Socijalni rad

## **SADRŽAJ**

|                                                                       |           |
|-----------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. UVOD .....</b>                                                  | <b>1</b>  |
| <b>2. TEORIJSKI OKVIR.....</b>                                        | <b>2</b>  |
| <b>3. KARAKTERISTIKE ZAJEDNICE, ANALIZA PROBLEMA I POLITIKE .....</b> | <b>6</b>  |
| <b>3.1. OPIS LOKALNE ZAJEDNICE .....</b>                              | <b>6</b>  |
| 3.1.1. Gradske četvrti .....                                          | 7         |
| 3.1.2. Broj stanovnika.....                                           | 8         |
| 3.1.3. Reljefna struktura i okruženje .....                           | 10        |
| 3.1.4. Prosječna dob i kontingenti stanovništva .....                 | 11        |
| 3.1.5. Stopa nezaposlenosti i siromaštva .....                        | 15        |
| 3.1.6. Specifične karakteristike zajednice.....                       | 17        |
| 3.1.6.1. Infrastruktura zajednice.....                                | 17        |
| <b>3.2. ANALIZA PROBLEMA .....</b>                                    | <b>28</b> |
| 3.2.1. RIZIČNI I ZAŠTITNI ČIMBENICI .....                             | 28        |
| <b>3.3. Ciljevi održivog razvoja i politike .....</b>                 | <b>37</b> |
| 3.3.1. Politike .....                                                 | 41        |
| <b>4. MAPIRANJE .....</b>                                             | <b>42</b> |
| 4.1. Zaključak o bogatstvu i dostupnosti resursa .....                | 44        |
| <b>5. METODE, PRIKUPLJANJE PODATAKA I ANALIZA, GANTT .....</b>        | <b>47</b> |
| 5.1. Cilj rada .....                                                  | 48        |
| 5.2. Sudionici.....                                                   | 48        |
| 5.3. Postupak provedbe istraživanja.....                              | 48        |
| 5.4. Analiza podataka.....                                            | 49        |
| <b>6. REZULTATI I RASPRAVA .....</b>                                  | <b>50</b> |
| <b>6.1. Rezultati.....</b>                                            | <b>50</b> |
| 6.1.1. Obilježja psihološke pomoći .....                              | 51        |
| 6.1.2. Načini unaprjeđenja psihološke pomoći.....                     | 53        |

|                                                                                                          |           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>6.2. Rasprava .....</b>                                                                               | <b>54</b> |
| <b>6.2.1. Ograničenja istraživanja.....</b>                                                              | <b>55</b> |
| <b>7. PREPORUKE .....</b>                                                                                | <b>56</b> |
| <b>7.1. Preporuke društva za psihološku pomoć “Sunce” .....</b>                                          | <b>56</b> |
| <b>7.1.1. Organizacijska razmatranja.....</b>                                                            | <b>58</b> |
| <b>7.1.2. Prva taktika za ostvarivanje specifičnog cilja: Sastanci s donositeljima odluka .....</b>      | <b>60</b> |
| <b>7.1.3. Druga taktika za ostvarivanje specifičnog cilja: aktivnost na društvenim mrežama .....</b>     | <b>62</b> |
| <b>7.2. Preporuke autora .....</b>                                                                       | <b>64</b> |
| <b>7.2.1. Ostvarivanje suradnje s tri organizacije koje pružaju usluge psihološkog savjetovanja.....</b> | <b>65</b> |
| <b>7.2.2. Tehnika – Social media actions .....</b>                                                       | <b>66</b> |
| <b>7.2.3. Tehnika – Story telling .....</b>                                                              | <b>71</b> |
| <b>7.2.4. Tehnika – Student strike.....</b>                                                              | <b>76</b> |
| <b>8. ZAKLJUČAK .....</b>                                                                                | <b>81</b> |
| <b>LITERATURA.....</b>                                                                                   | <b>82</b> |
| <b>PRILOZI.....</b>                                                                                      | <b>88</b> |

## 1. UVOD

Mentalno zdravlje izuzetno je važan, no često neprepoznat aspekt ljudskog života. Prisutnost stresa, užurban životni stil, kao i značajan broj obaveza, studente nerijetko dovodi do sagorijevanja i razvoja psiholoških poteškoća. Otprilike 75% osoba do 24 godine razvije neki od oblika poteškoća mentalnog zdravlja, što studente svrstava u skupinu podložnu riziku nastanka brojnih problema mentalnog zdravlja. Navedenom uvelike doprinosi studiranje koje značajno mijenja dotadašnji način života studenata (Hunt i Eisenberg, 2010). Važnost razvoja usluga podrške navedenoj skupini treba biti prepoznato od strane pružatelja psihosocijalnih usluga kao i same lokalne zajednice. Također, ono treba postati prioritet zajednice, lokalne, ali i regionalne, kako bi studentima pružili nužnu podršku. Istraživanje provedeno na studentima prve godine studija riječkog Sveučilišta pokazalo je kako većina studenata doživljava simptome anksioznosti, odnosno 50% studenata doživljava blage simptome, dok 20% studenata ima simptome jakog intenziteta (Živčić-Bećirević, Smojver-Ažić, Martinac Dorčić, Juretić i Jakovčić, 2009). Sveučilište Josipa Jurja Strossmayera prepoznalo je važnost tematike mentalnoga zdravlja studenata te je u suradnji s Filozofskim fakultetom u Osijeku osnovalo Sveučilišno Savjetovalište koje studentima Sveučilišta pruža uslugu psihološke pomoći. Nažalost, potražnja za uslugom psihološke pomoći znatno je premašila kapacitet Savjetovališta te je upravo to razlog zbog kojeg se značajan broj studenata nalazi na dugim listama čekanja. Upisivanje studenata na listu čekanja ne doprinosi rješavanju njihovih problema te je potrebna određena akcija, odnosno pomoć, kako bi se napravio pozitivan pomak u smanjenju čekanja studenata na podršku. Problem duge liste čekanja prepoznat je od strane Društva za psihološku pomoć – Sunce, koje je u suradnji sa Sveučilištem, pokrenulo projekt pružanja psihološke pomoći savjetovanja studentima osječkog Sveučilišta. Navedeni projekt, pod nazivom „Trening vještina za mentalno zdravlje mladih“ usmjeren je na razvoj i poboljšanje vještina učenika i studenta (DPP-Sunce, 2023). U suradnji sa Sveučilištem organizacija Sunce preuzela je 32 studenata sa liste čekanja Savjetovališta, kojima trenutno pružaju uslugu psihološkog savjetovanja. Polazište ovoga rada istraživačko je pitanje prevelike opterećenosti sveučilišnog Savjetovališta, odnosno prevelika potreba za uslugom savjetovanja, dok je cilj ovoga rada identificirati oblike pružanja psihološke pomoći koji su dostupni studentima na području grada Osijeka te koje su lokalno prihvatljive alternative za povećanje opsega pomoći. Ciljana skupina kojoj se rad bavi su studenti Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku. Ova procjena potreba zajednice napravljena je u suradnji s Društvom za psihološku pomoć – Sunce (dalje u tekstu: Udruga).

Udruga je osnovana 1991. godine s početkom rada SOS telefona psihološke pomoći u Osijeku u okviru tadašnjeg Stožera civilne zaštite. Ciljevi organizacije su povezivanje, okupljanje i zajedničko djelovanje stručnjaka različitih profila iz područja psihosocijalnog rada u gradu Osijeku i Osječko-baranjskoj županiji sa svrhom pružanje savjetodavne i preventivne psihološke pomoći osobama u potrebi. Organizacija navodi svoj opći cilj kao promicanje, razvitak i unaprjeđenje mentalnog zdravlja pojedinaca (djece, mladih i odraslih osoba) te grupa (obitelji, skupina i društva). U organizaciji aktivno djeluje dvadeset stručnjaka (psihologa) i volontera (studenata psihologije).

## **2. TEORIJSKI OKVIR**

Teorija ovisnosti o moći, autora Richarda M. Emersona, govori nam o ovisnosti organizacija i zajednica o resursima koji najčešće dolaze iz vanjskih izvora te određuju raspodjelu moći u samim odnosima zajednice (Emerson, 1962).

Navedena teorija, jedna je od odabranih teorija koje možemo primijeniti na problem kojim se bavi procjena zajednice, odnosno ograničenu dostupnost psihosocijalnih usluga studentima Sveučilišta u Osijeku. Naime, za studente Sveučilišta jedan od glavnih izvora psihosocijalne usluge savjetovanja je upravo Sveučilišno savjetovalište, koje je svoja vrata otvorilo 2007. godine te od tada pruža svoje usluge. No, ograničenost samoga Savjetovališta, prvenstveno u pogledu ne postojanja stalno zaposlenih stručnih radnika od početka osnivanja Savjetovališta, kao i nedostatan broj aktivnih volontera, uvelike ograničavaju njegov rad. Prepreke u radu Savjetovališta očituju se u manjku otvorenih radnih mjesta od strane samoga Sveučilišta, kao i manjak stručnih radnika i zainteresiranih volontera na području grada Osijeka, koji bi u Savjetovalištu pružali usluge savjetovanja studentima koji na uslugu savjetovanja, upravo iz toga razloga, čekaju i do dvije godine. Ne postojanje stalnih radnih mjesta u Savjetovalištu u počecima njegova rada možemo povezati s ograničenosti financijskih resursa od strane Sveučilišta koji nisu prepoznali važnost uspostavljanja istih te također i nedovoljna prepoznatost same problematike narušenog mentalnog zdravlja studenata. Financijska sredstva, kao i dodatnu potporu u vidu poticanja rada Savjetovališta i širenja svijesti te povećanje brige o mentalnom zdravlju studenata uvelike su ovisna o Sveučilištu, ali i drugim važnim tijelima grada Osijeka i same Republike Hrvatske, koje su dužne studentima osigurati stalne te stabilne psihosocijalne usluge kako se isti ne bi morali oslanjati na vlastite novčane resurse u potrazi za adekvatnim i nužnim uslugama.

Homansova teorija razmjene opisuje društvene odnose kao rezultat interakcije koja se temelji na razmjeni resursa u obliku informacija, usluga, podrške ili materijalnog dobra, a pri čemu motivacija za održavanjem i razvijanjem takvih odnosa ovisi o procjeni koristi koja proizlazi iz tih odnosa (Homans, 1961). Temeljni koncepti su recipročnost, korist i norme, odnosno



uzajamna razmjena resursa (davanje i primanje), najviša dobrobit interakcije i očekivanje uzvraćanja usluge (Homans, 1961).

Osvrćući se na središnji problem kojim se bavi procjena zajednice, odnosno ograničenu dostupnost psihosocijalnih usluga studentima Sveučilišta u Osijeku, teorija razmjene objašnjava kako moć i utjecaj počivaju na resursima te spremnosti i sposobnosti da se oni koriste. Također, moć se može promatrati kao sredstvo razmjene, odnosno resurs koji se može uložiti ili potrošiti ovisno o dobitcima ili gubicima. Strane kojima su potrebni resursi, a koje drugi kontroliraju mogu se uključiti u razne strategije balansiranja moći i poboljšanja kako



bi ostvarile povoljniju razmjenu. U ovom slučaju razmjena uključuje pružanje usluge savjetovanja studentima i zadovoljstvo studenata pruženom uslugom, odnosno dostatnost usluge. Pri tome, Savjetovalište ima moć, točnije kontrolu nad resursima, odnosno uslugama koje se pružaju. Da bi se smanjila moć potrebno je smanjiti ovisnost studenata o usluzi ili povećati kapacitet usluge kako bi ona odgovarala zahtjevima i očekivanjima studenata. Drugim riječima, potreban je preventivni rad u području mentalnog zdravlja studenata. Navedeno bi trebalo rezultirati smanjenjem potreba za uslugom savjetovanja. Pored toga, postoji potreba i zatvaranjem novih objekata za pružanje usluge savjetovanja i nadogradnjom postojećih. Stvaranjem novih objekata odnos bi bio recipročan, usluga savjetovanja bi bila dostupnija studentima, a Savjetovalište bi ostvarivalo bolji učinak rada.

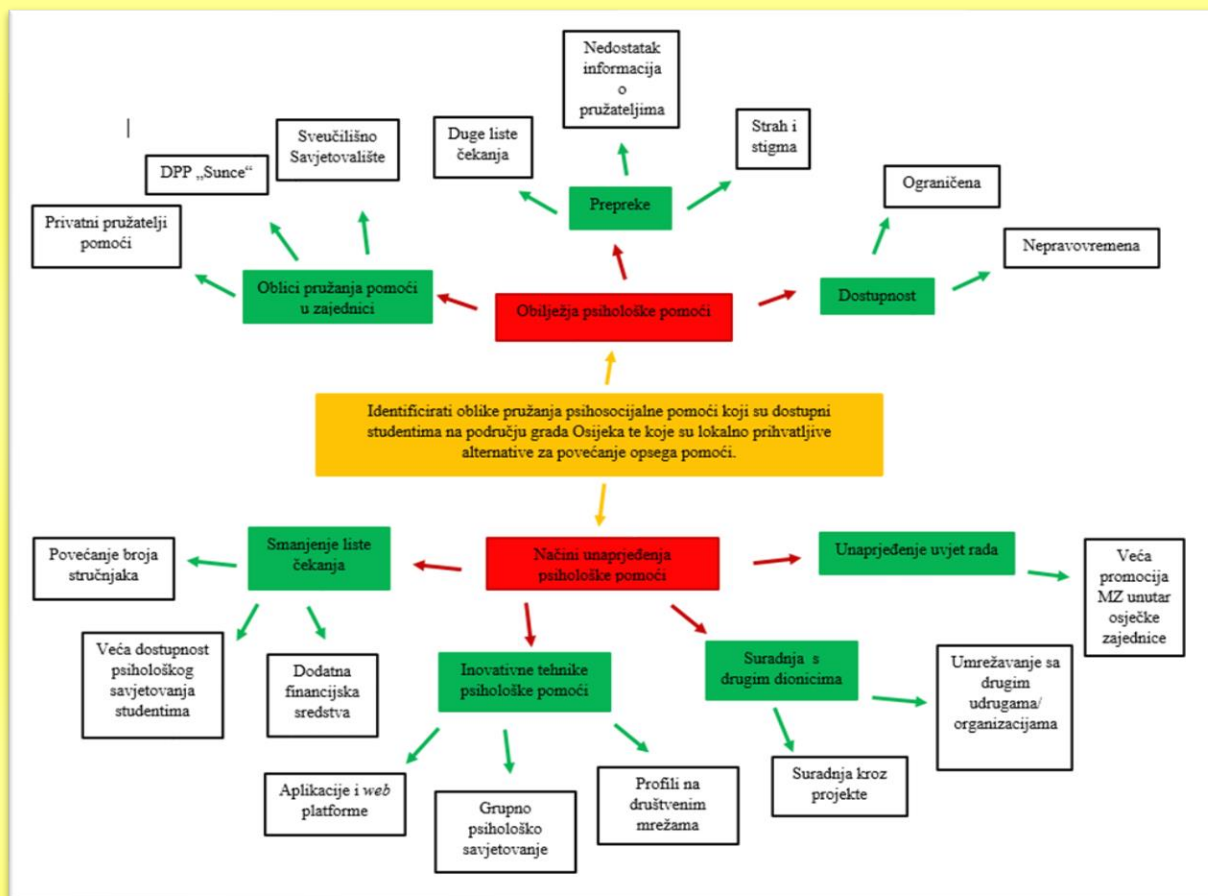
Unutar teorije ljudskog ponašanja govori se i o potrebama. Naime, smatra se da potrebe višeg reda ne mogu biti zadovoljene sve dok se ne zadovolje potrebe nižeg reda (Osemeke i Adegboyega, 2017). U sklopu problema ove procjene zajednice koji se odnosi na nedostatak tj. ograničenost usluga psihosocijalne pomoći i podrške studentima Sveučilišta Josipa Jurja

Strossmayera, osobitu važnost imaju društvene potrebe za uključivanjem u odnose, uzajamnu pomoć i podršku. Kroz ovu teoriju razumijemo koncept ljudskog ponašanja i važnost zadovoljenja različitih potreba da bi se postigao puni potencijal osobe, a ujedno i efekt na zadovoljstvo životom svakog pojedinca. Studenti se tako suočavaju s raznim problemima pri čemu njihove razne potrebe ostaju nezadovoljene. Izvori njihovog stresa mogu, ali ne moraju, biti povezani isključivo sa akademskim uspjehom. Razlog njihove potrebe za psihosocijalnom pomoći mogu biti i nezadovoljene potrebe za ljubavlju, pripadanjem. Također, prva skupina potreba koja mora biti zadovoljena, da bi bilo moguće ostvariti i ostale, odnosi se na potrebu za hranom, krovom nad glavom, zaštitom i opstankom. Studenti predstavljaju skupinu koja ima energiju, želju, pa i vrijeme za ispunjenje raznih ciljeva i potreba, no nemaju stabilne i stalne prihode, što također može predstavljati uzrok stresa.

Studenti su izloženi raznim stresnim situacijama uslijed studiranja, a njihov pristup psihosocijalnoj pomoći je ograničen zbog nedostatka financijskih sredstava. Zbog toga ostaju nezadovoljene njihove društvene potrebe, odnosno potrebe za podrškom i pomoći. Samim time, stvara se prepreka za zadovoljenjem nizom drugih potreba kao što su političke potrebe za moći, redom, kontrolom, duhovne potrebe ili pak intelektualne. Nezadovoljenje potreba u vidu psihosocijalne pomoći može imati dugoročne posljedice. Svaka osoba ima različite kapacitete za nošenje sa stresom, pa tako neki studenti mogu imati veće poteškoće koje se kasnije mogu odraziti i na nemogućnost koncentracije, loš akademski uspjeh i općenito nemogućnost nošenja sa stresnim situacijama. Mentalno zdravlje je podjednako važno kao i fizičko, štoviše, mentalno zdravlje i dobrobit pojedinca se u velikoj mjeri može odraziti i na fizičko zdravlje osobe. Upravo zbog navedenog je važno omogućiti studentima zadovoljenje potreba za pomoći i podrškom kako bi mogli ostvariti svoj puni potencijal, odnosno osiguranje besplatne psihosocijalne pomoći. Ostvarivanjem ove razine potreba stvaramo preduvjet za ostvarenje i svih sljedećih potreba, čime je utjecaj puno veći i značajniji za živote mladih.

Teorija sustava otkriva da će promjene u jednoj zajednici utjecati na druge jedinice. Pokazuje da promjene u podjedinicama također utječu na širu zajednicu. Dakle, prema teoriji sustava, zajednice se najbolje mogu shvatiti kao sustavi s međusobno povezanim komponentama pri čemu određena zajednička načela pomažu u razumijevanju sustava (Von Bertalanffy, 1968). Prema teoriji, pojedinac čini jednu jedinicu zajednice, odnosno podsustav. Uvidom u objekt problema procjene zajednice, taj podsustav čini pojedinac koji ima poteškoće mentalnog zdravlja. Ulaganje u dostupnost adekvatnih usluga podrške studentima oko poteškoća mentalnog zdravlja zapravo je dugoročno razvijanje kapaciteta budućih produktivnih članova

zajednice što bi gospodarstva i politike uređenih društava trebale prepoznati i tome težiti, jer posljedično dovodi do manje opterećenosti javnih sustava i državnog proračuna. Ukoliko pojedinac ne uspijeva riješiti poteškoće mentalnog zdravlja, to utječe na širu zajednicu donoseći negativne posljedice na cijeli sustav. Prema tome, neophodno je osigurati studentima usluge savjetovanja, podrške i pomoći u rješavanju poteškoća mentalnog zdravlja, jer se takvom mjerom ne pomaže samo studentima kao jedinicama, već i cijeloj zajednici, uzimajući u obzir da je dobrobit pojedinca razmjerna dobrobiti zajednice.



Fotografija 1: Teorijski okvir koji vodi procjenu zajednice (autorice rada, 2024.).

### 3. KARAKTERISTIKE ZAJEDNICE, ANALIZA PROBLEMA I POLITIKE

#### 3.1.OPIS LOKALNE ZAJEDNICE

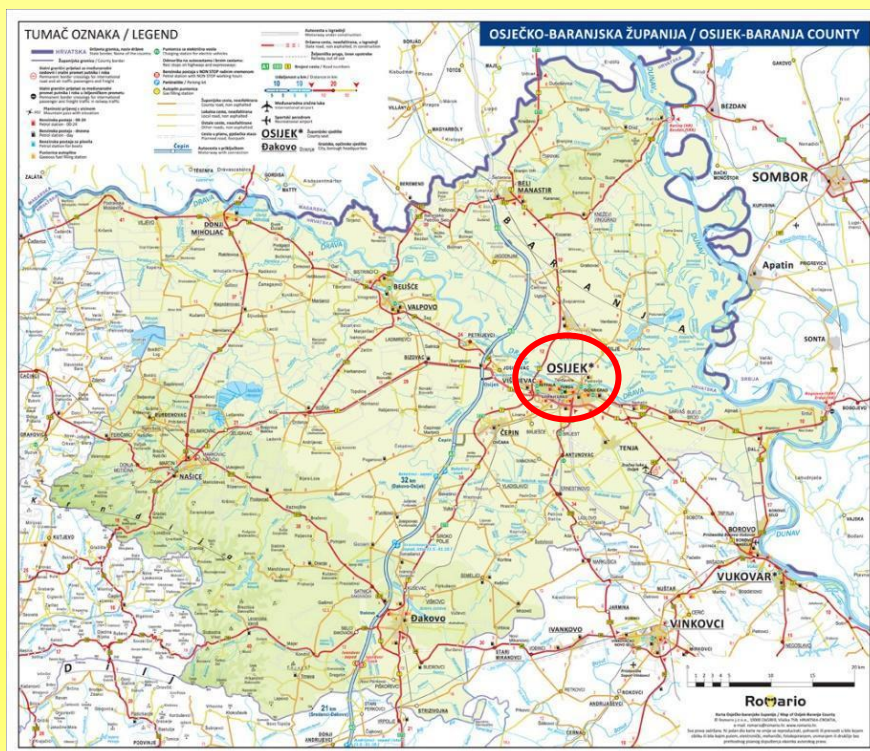


Grad Osijek nalazi se u istočnom dijelu Republike Hrvatske te je glavno središte Osječko-baranjske županije i jedan od makroregionalnih centara Republike Hrvatske. Grad Osijek ujedno je i gospodarsko, prometno i kulturno središte Slavonije. Osijek je riječna luka smještena na desnoj obali rijeke Drave, 21 kilometar uzvodno od mjesta gdje utječe u Dunav.

*Fotografija 2: Karta RH (Ministarstvo kulture i medija, 2024.)*

Osječko-baranjska županija graniči sa Republikom Mađarskom na sjeveru, Republikom Srbijom na istoku, na jugu s Vukovarsko-srijemskom i Brodsko-posavskom županijom, a na zapadu sa Požeško-slavonskom i Virovitičko-podravskom županijom (Hrvatska enciklopedija, 2013).

Područje Grada Osijeka graniči sa sljedećim dijelovima županije: općinama Bilje i Darda (sjever), općinom Erdut (istok), općinom Trpinja (jugoistok), općinama Antunovac, Šodolovci i Čepin (jug i jugozapad) te općinom Petrijevci (sjeverozapad). Grad Osijek nalazi se na ruti europskog prometnoga koridora Vc (Budimpešta-Osijek-Sarajevo-Ploče). Ujedno je i željezno i cestovno sjecište podravskih i posavskih prometnica s prometnicama Bosne i Hercegovine i Mađarske. Kao što je ranije rečeno, u Gradu Osijeku od 1975. godine nalazi se međunarodna riječna luka kao i Zračna luka Osijek, smještena 20 kilometara jugoistočno od grada (Hrvatska enciklopedija, 2013).



Fotografija 3: Osijek na karti (Romario, 2023.)

Povijest Grada Osijeka promatrana je od starog vijeka kada se na tom području nalaz Keltski te rimski grad Mursa. Ime Osijek nadjenuli su Hrvati zbog toga što je novi grad podignut na „oseki“ odnosno povišenom suhom tlu koje se nalazilo izvan dohvata silovite rijeke Drave. Prvi puta u povijesti pisano ime

grada spominje se u mađarskoj inačici 1196. godine pod nazivom *Eszek*, a Nijemci ga nazivaju *Esseg*. Tijekom srednjeg vijeka Osijek je bio bogati trgovački i obrtnički grad dok u ljeto 1526. godine nije osvojen od strane vojnika Osmanskog carstva. Krajem 17. stoljeća Osijek je vraćen Hrvatskoj, međutim kao dio Austro-ugarskog carstva. Tada je izgrađena današnja Tvrđa, velika utvrda uz rijeku Dravu, a grad je obnovljen u baroknom stilu. U 19. stoljeću Osijek je doživio veliki gospodarski i kulturni procvat. Izgrađena je zgrada Hrvatskog narodnog kazališta, Županijska palača, Kon-katedrala Sv. Petra i Pavla, a u promet je pušten i prvi tramvaj u široj regiji. Nakon Prvog svjetskog rata Hrvatska ulazi u sastav Kraljevine Jugoslavije, a nakon Drugog svjetskog rata postala je dijelom Socijalističke Republike Jugoslavije. Godine 1991. Osijek je napadnut od strane vojnih postrojbi Jugoslavije. Grad je mjesecima razaran, no ostao je „nepokoreni grad“ (Turistička zajednica grada Osijeka, 2016).

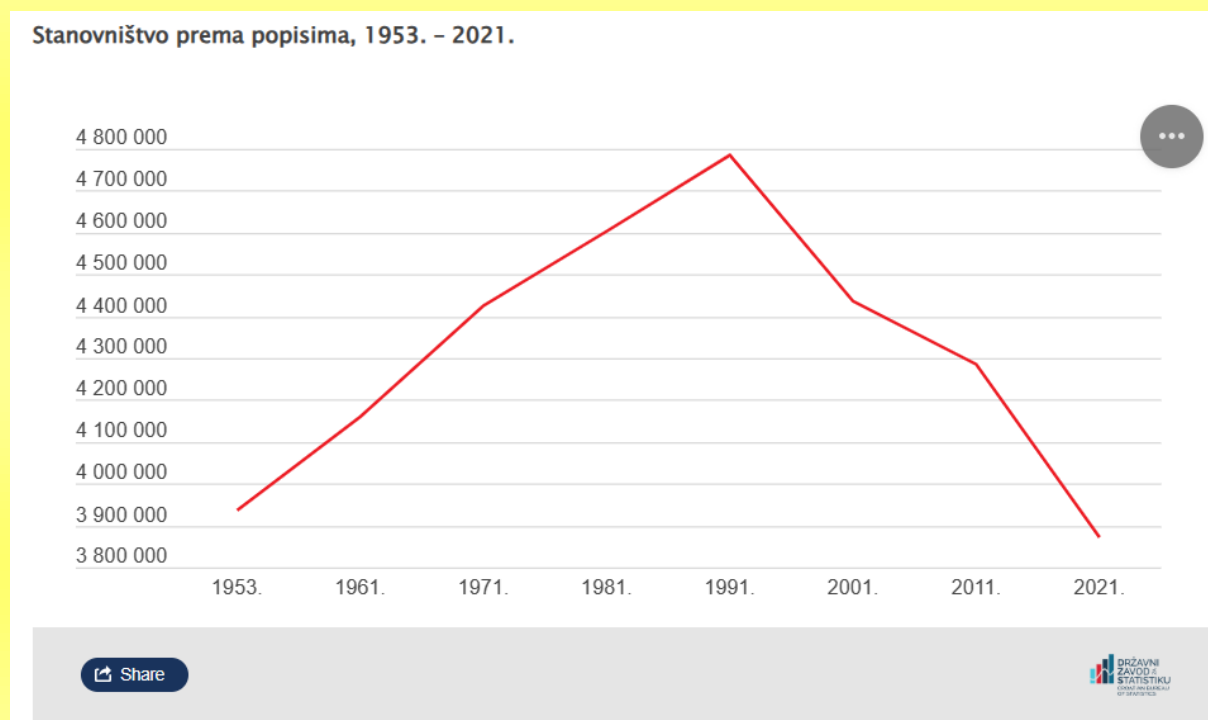
### 3.1.1. Gradske četvrti

Grad Osijek je svojim Statutom Grada Osijeka (Službeni glasnik Grada Osijeka broj: 6/01., 3/03., 1A/05., 8/05., 2/09., 9/09., 13/9., 9/13. i 11/13- pročišćeni tekst) prema člancima 66. i 67. osnovao mjesne odbore i gradske četvrti kao oblike mjesne samouprave. Prema tome, grad se sastoji od 7 gradskih četvrti: gradska četvrt Retfala, gradska četvrt Gornji grad, gradska četvrt Industrijska četvrt, gradska četvrt Tvrđa, gradska četvrt Novi grad, gradska četvrt Jug II i gradska četvrt Donji grad te osam mjesnih odbora: mjesni odbor Josipovac, mjesni odbor

Višnjevac, mjesni odbor Cvjetno, mjesni odbor Brijest, mjesni odbor „Osijek lijeva obala“, mjesni odbor Tenja, mjesni odbor Klisa i mjesni odbor Sarvaš.

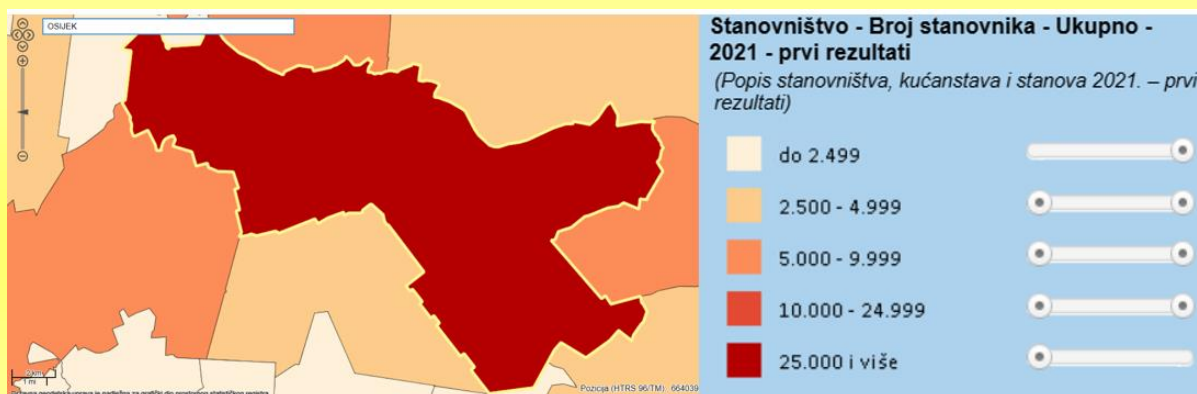
### 3.1.2. Broj stanovnika

Prema popisu stanovništva iz 2021. godine, Republika Hrvatska bilježi 3 871 833 stanovnika. Dio koji čine muškarci u ukupnom stanovništvu je 1 865 129 odnosno 48,17%, a žena 2 006 704 to jest 51,83%. Promatrajući prilog: stanovništvo prema popisima, 1953.- 2021. vidimo kako je najviši broj stanovnika bio 1991. godine te nakon te godine dolazi do pada broja stanovnika. Upravo 2021. godina prikazuje najmanji broj stanovnika.



Grafikon 1: Stanovništvo prema popisima, 1953.-2021. (mrežna stranica Državnog zavoda za statistiku, 2021.)

U ovom radu promatrat će se Osječko-baranjska županija koja je smještena na istoku Republike Hrvatske. Nalazi se na površini od 4155 km<sup>2</sup> te broji ukupno 258,026 stanovnika. Gustoća naseljenosti u županiji iznosi oko 62.10 stanovnika po kvadratnom kilometru, što ukazuje na razmjerno umjerenu gustoću naseljenosti u ovom dijelu zemlje. U okviru županije nalazi se sedam gradova i 35 općina, obuhvaćajući ukupno 263 naselja. Poseban naglasak je na gradu Osijeku koji prema najnovijim statistikama broji više od 96 313 stanovnika, što ga čini najvećim urbanim središtem u županiji i važnim čimbenikom u ekonomskom, kulturnom i društvenom razvoju regije. U nastavku se nalazi kartografski prikaz broja stanovnika na području grada Osijeka (DZS).



*Kartograf 1: prikaz broja stanovnika grada Osijeka (Geostat, 2021.)*

Kontekst koji se promatra u ovom radu je obrazovna infrastruktura na području grada Osijeka, a populacija koja se promatra su studenti. Djelatnost visokog obrazovanja i znanosti je vrlo dobro razvijena, a nositelj je Sveučilište J. J. Strossmayera u Osijeku. U sklopu Sveučilišta nalazi se 17 znanstvenih sastavnica od kojih je 11 fakulteta, pet sveučilišnih odjela te jedna umjetničko-nastavna sastavnica (Grad Osijek, 2017). Prema zadnjem popisu stanovništva iz 2021. godine, u kategoriji Stanovništvo prema pohađanju škole i spolu prema gradovima/županijama, brojke pokazuju da Sveučilišni studij pohađa 123 446, od čega je 48 978 muškog spola, dok je 74 468 ženskog spola. Stručni studij ukupno pohađa 49 797 studenata, a ukupnom djelu je 25 705 muški i 24 092 ženskih. Značajna populacija najvećim dijelom je koncentrirana na Kampusu gdje se nalazi nekolicina fakulteta kao i smještajni kapaciteti za studente.

Radi boljeg upoznavanja populacije promatrani su upisi studenata u akademsku godinu 2017./2018., 2018./2019., 2019./2020. 2020./2021. i 2021./2022. Prema podacima u zimski semestra akademske godine 2017./2018. upisano je ukupno 159 638 studenata u Republici Hrvatskoj, od ukupnog broja je 10.5% na Sveučilištu u Osijeku. Dalje, 2018./2019. godine ukupan broj studenata na je 158 016 te 10.15% otpada na Sveučilište u Osijeku i 2019./2020. je 156 325 studenata, a 10.1% od toga je upisano na Sveučilište u Osijeku. U akademskoj godini 2020./2021. na visoka učilišta u Republici Hrvatskoj upisano je 155 627 studenata, a Sveučilište u Osijeku broji 9,0% studenata. Krajnja godina koju analiziramo u ovom radu je 2021./2022. te prema statističkom izvješću Sveučilište u Osijeku je brojilo 9.3% studenata od ukupnog broja 154 894 (DZS, statistička izvješća). Iz prikazanih podataka vidimo pad broja upisanih studenata na području cijele Republike Hrvatske kao i samog grada Osijeka

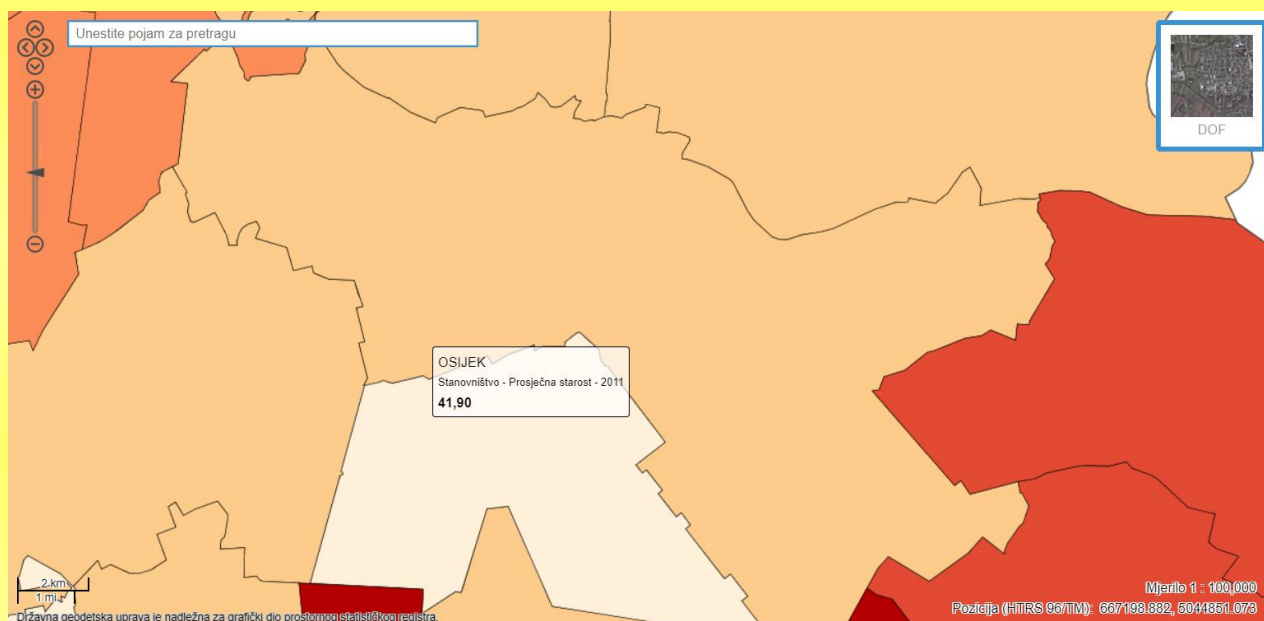
### 3.1.3. Reljefna struktura i okruženje

Područje grada Osijeka obuhvaća ravničarsko i ruralno područje, prilagođeno poljoprivrednoj aktivnosti. Područje se prostire na sjevernom dijelu hrvatskog Podunavlja i istočnom Podravlju, u Panonskoj nizini na sjeveroistoku Hrvatske, unutar sjeveroistočnog dijela Osječko-baranjske županije (Grad Osijek, 2017). Ovo područje bogato je ravnica, šumama, blagim brežuljcima, ribnjacima, vodenim tokovima i močvarnim područjima. Njime teku rijeke Karašica, Drava, Vuka i Dunav. Geografski, područje Osijeka pripada kontinentalnom ravničarskom području, bogatom poviješću, kao i kulturnom i prirodnom baštinom. Tu se nalazi i prepoznatljivi Park prirode Kopački rit, te niz zaštićenih perivoja i parkova (Grad Osijek, 2017).

Grad Osijek smješten je na krajnjem sjeveroistočnom dijelu Republike Hrvatske te obuhvaća dio sjeverne i istočne Baranje i cijeli istočni dio Osječko-baranjske županije do Dunava i granice s Republikom Srbijom. Općina Erdut smještena je uz samu granicu (Grad Osijek, 2017). Na sjeveru se nalazi Općina Kneževi Vinogradi, koja se nalazi u blizini granice s Republikom Mađarskom, te graniči s Općinom Bilje na istoku i Dunavom s Republikom Srbijom. Dio sjeverne granice područja Grada Belišća uz rijeku Dravu također graniči s Republikom Mađarskom. Grad Osijek udaljen je svega stotinjak kilometara od granice s Bosnom i Hercegovinom (Grad Osijek, 2017). Ovo područje ima izuzetno povoljan geografski i prometni položaj u širem kontekstu - smješteno je u samom središtu Panonske nizine između rijeka Drave i Dunava, uz granice dviju susjednih država, Mađarske i Srbije. U širem prostornom smislu, grad Osijek je integriran u Podravlje, Podunavlje i Panonsku nizinu, što ga svrstava u prostor srednje Europe. Ovo područje karakteriziraju prekogranične interakcije i međusobni utjecaji sa susjednim državama i drugim regijama (Grad Osijek, 2017).

### 3.1.4. Prosječna dob i kontingenti stanovništva

Prosječna dob stanovništva na području grada Osijeka iznosi 41,9 godina prema podacima Geostata iz 2021. godine s obzirom na popis stanovništva, kućanstva i stanova.



Kartograf 2: Stanovništvo – Prosječna starost na području grada Osijeka (Geostat, 2021.)

#### 3.1.4.1. Kontingenti stanovništva

U gradu Osijeku prema službenim podacima Popisa stanovništva iz 2021. godine ukupno radno sposobno stanovništvo čini 62 091 osoba, od čega muškaraca ima 30 111 stanovnika, a žena 31 980. Također, ukupan broj radnog stanovništva u dobi od 0-19 godina iznosi 17 314, dok stanovništvo starije od 65 godina čini 21 349 stanovnika (Tablica 1, 2, Državni zavod za statistiku, 2021.).

Tablica 1. Radno sposobno stanovništvo u gradu Osijeku (Državni zavod za statistiku, 2021.)

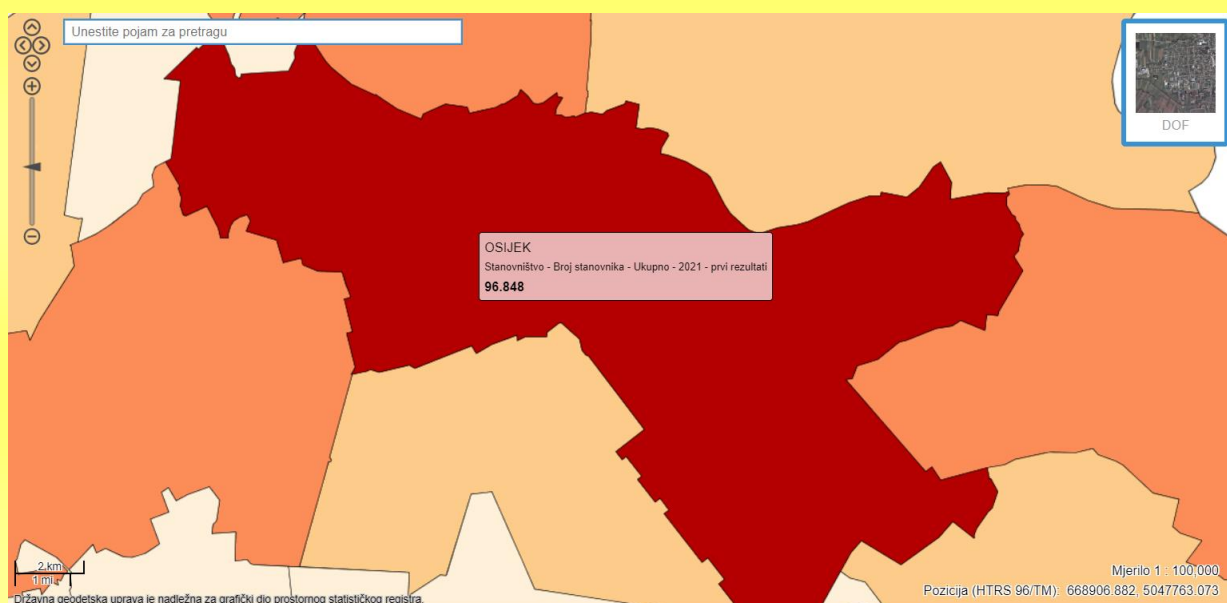
| Grad/općina<br>Town/Municipality | sv.<br>All | Radno sposobno stanovništvo<br>(15 – 64 godine)<br>Working-age population<br>(15 – 64 years) | 60 i više godina<br>60 years and over | 65 i više godina<br>65 years and over | 75 i više godina<br>75 years and over | Pr |
|----------------------------------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|----|
| Osijek                           | sv. All    | 62.091                                                                                       | 28.524                                | 21.349                                | 8.700                                 |    |
| Osijek                           | m M        | 30.111                                                                                       | 11.446                                | 8.258                                 | 3.005                                 |    |
| Osijek                           | ž W        | 31.980                                                                                       | 17.078                                | 13.091                                | 5.695                                 |    |

Tablica 2. Radno sposobno stanovništvo u gradu Osijeku (Državni zavod za statistiku, 2021.)

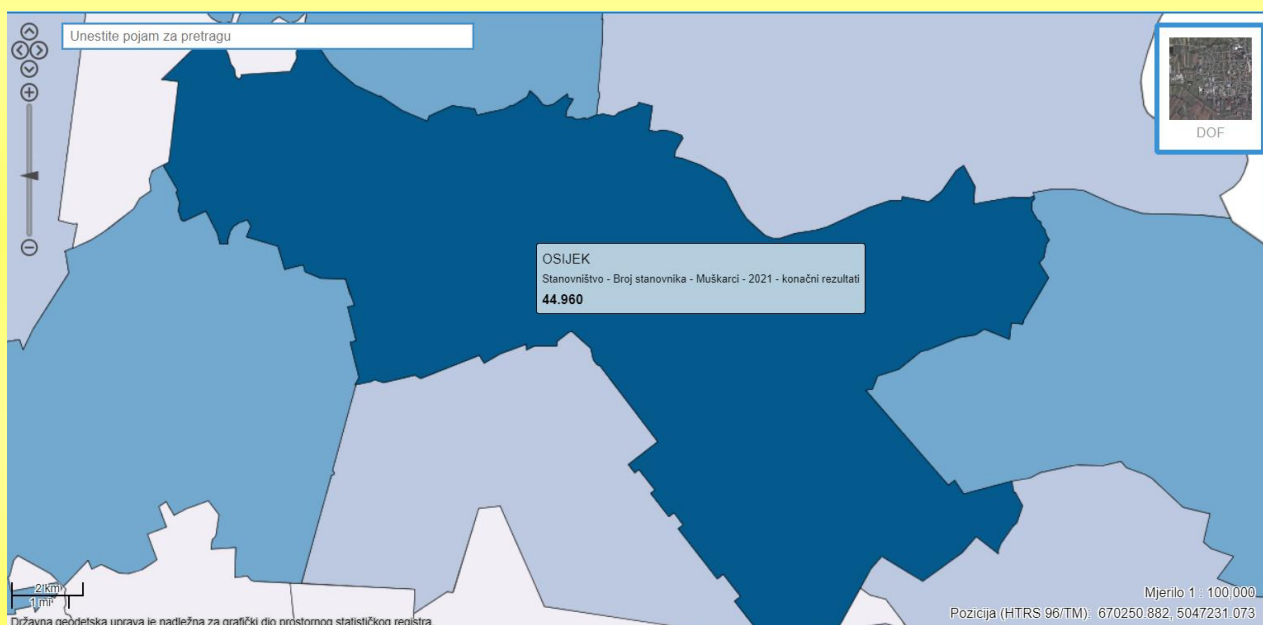
| Grad/općina<br>Town/Municipality | spol<br>Sex | Ukupno<br>Total | 0 – 6 godina<br>0 – 6 years | 0 – 14 godina<br>0 – 14 years | 0 – 17 godina<br>0 – 17 years | 0 – 19 godina<br>0 – 19 years |
|----------------------------------|-------------|-----------------|-----------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
|                                  |             |                 |                             |                               |                               |                               |
| Osijek                           | sv. All     | 96.313          | 5.857                       | 12.873                        | 15.509                        | 17.314                        |
| Osijek                           | m M         | 44.960          | 3.036                       | 6.591                         | 7.953                         | 8.889                         |
| Osijek                           | ž W         | 51.353          | 2.821                       | 6.282                         | 7.556                         | 8.425                         |

### 3.1.4.2. Spolna struktura stanovništva

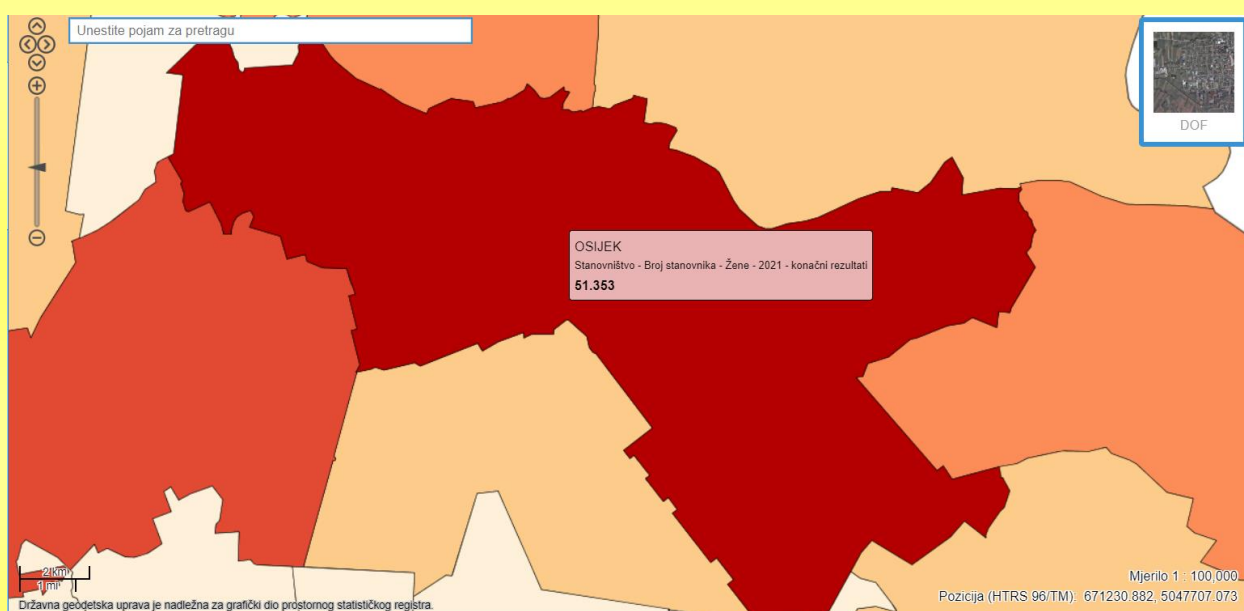
Službeni podaci Popisa stanovništva iz 2021. godine prikazuju da od ukupnog broja stanovništva u gradu Osijeku koji iznosi 96 848, muškaraca ima 44 960, a žena 51 353 stanovnika.



Kartograf 3: Ukupan broj stanovnika u gradu Osijeku (Geostat, 2021.)



*Kartograf 4: Ukupan broj muškaraca u gradu Osijeku (Geostat, 2021.)*



*Kartograf 5: Ukupan broj žena u gradu Osijeku (Geostat, 2021.)*

### **3.1.4.3. Obrazovna struktura stanovništva**

Prema popisu stanovništva iz 2021. godine (*Tablica 3, Državni zavod za statistiku, 2021*), na osječkom sveučilištu studira 43 330 studenata, od čega je 19 038 muškaraca i 24 292 žena. Pri tome, 13 151 studenata je završilo stručni studij od čega je 6 296 muškaraca i 6 855 žena, a 29 041 studenata je završilo sveučilišni studij od čega je 12 177 muškaraca i 16 864 žena. Doktorat

znanosti steklo je sveukupno 1 138 studenata na području grada Osijeka, od čega je 565 muškaraca i 573 žena. Nadalje, sveukupno 123 595 osoba ima razinu obrazovanja srednje stručne spreme, od čega je 67 305 muškaraca, a 56 290 žena (tablica 4.)

Tablica 3. *Studenti koji su diplomirali ili završili stručni/sveučilišni studij i doktorat na području grada Osijeka (Državni zavod za statistiku, 2021.)*

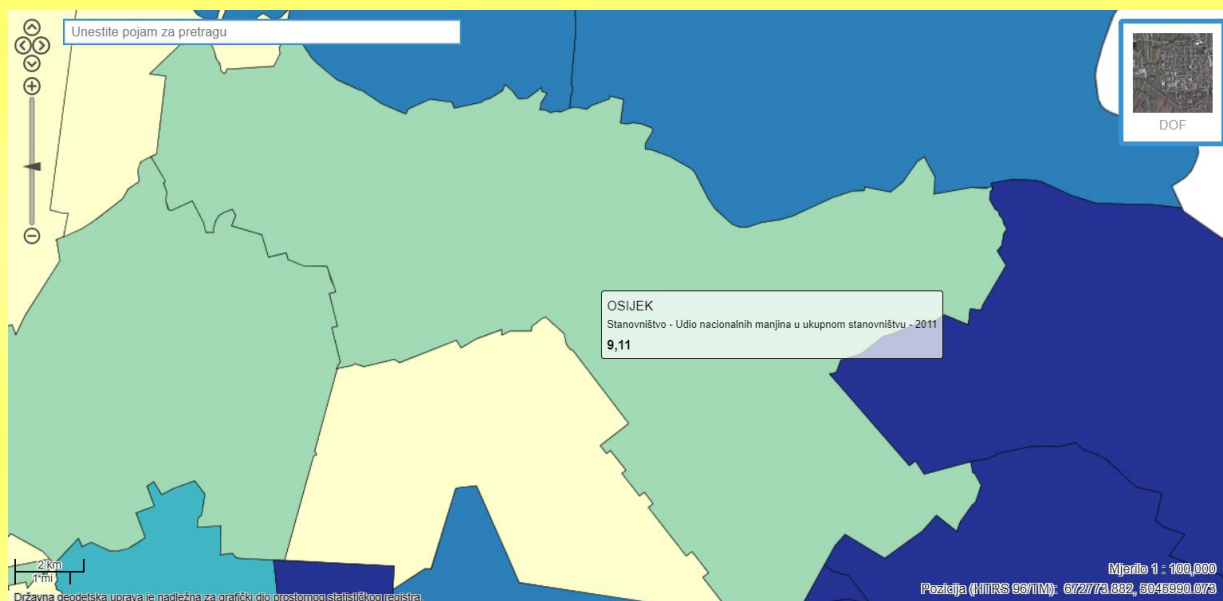
| Sex<br>▼ | Visoko obrazovanje<br>Higher education |                                                                     |                                                                    |                                              |
|----------|----------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
|          | svega<br>All                           | stručni studij <sup>2)</sup><br>Professional<br>study <sup>2)</sup> | sveučilišni studij <sup>3)</sup><br>University study <sup>3)</sup> | doktorat znanosti<br>Doctorate of<br>science |
| All      | 43.330                                 | 13.151                                                              | 29.041                                                             | 1.138                                        |
| M        | 19.038                                 | 6.296                                                               | 12.177                                                             | 565                                          |
| W        | 24.292                                 | 6.855                                                               | 16.864                                                             | 573                                          |

Tablica 4. *Stanovništvo koje je završilo 3, 4-7, osnovnu i srednju školu na području grada Osijeka (Državni zavod za statistiku, 2021.)*

| Sex<br>▼ | 1 – 3 razreda<br>osnovne škole<br>1 – 3 grades of<br>basic education | 4 – 7 razreda<br>osnovne škole<br>4 – 7 grades of<br>basic education | Osnovna škola<br>Basic<br>education | Srednja škola <sup>1)</sup><br>Secondary<br>education <sup>1)</sup> |
|----------|----------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
|          |                                                                      |                                                                      |                                     |                                                                     |
| All      | 852                                                                  | 4.888                                                                | 47.940                              | 123.595                                                             |
| M        | 206                                                                  | 1.418                                                                | 17.597                              | 67.305                                                              |
| W        | 646                                                                  | 3.470                                                                | 30.343                              | 56.290                                                              |

#### 3.1.4.4. Etnička i kulturalna raznolikost

Udio nacionalnih manjina prema popisu stanovništva iz 2011. godine u gradu Osijeku iznosi 9,11 (Fotografija 4).



Fotografija 4: Udio nacionalnih manjina u ukupnom stanovništvu grada Osijeka (Geostat, 2024.)

#### 3.1.5. Stopa nezaposlenosti i siromaštva

##### 3.1.5.1. Stopa nezaposlenosti

Krajem siječnja 2024. godine u Područnoj službi Osijek evidentirano je 14.767 nezaposlenih osoba, odnosno 354 osobe (2,5%) više nego prethodnog mjeseca, a 42 osobe (0,3%) manje nego u siječnju 2023. godine.

Tablica 5. Stopa nezaposlenosti na području grada Osijeka u prosincu 2022. godine, siječnju 2023. godine, prosincu 2023. godine i siječnju 2024. godine (mrežna stranica Hrvatskog zavod za zapošljavanje, 2024)

|                  | 2022.<br>2023. | 2023.<br>2024. | Razlika | Stopa %<br>promjene |
|------------------|----------------|----------------|---------|---------------------|
| <b>Prosinac</b>  | 14.371         | 14.413         | 42      | 0,3                 |
| <b>Siječanj</b>  | 14.809         | 14.767         | -42     | -0,3                |
| Razlika          | 438            | 354            |         |                     |
| Stopa % promjene | 3,0            | 2,5            |         |                     |

### 3.1.5.2. Stopa rizika od siromaštva

Podatci Državnog zavoda za statistiku (DZS, 2021) navode da je stopa rizika od siromaštva u Hrvatskoj u 2023. godini iznosila 19,3%, pri čemu su najvećem riziku izloženi samohrani roditelji, osobe starije dobi, samci te stanovnici Panonske Hrvatske. Govoreći o gradu Osijeku kao dijelu Panonske Hrvatske, stopa rizika od siromaštva iznosi 29,4% što je značajno više u odnosu na Grad Zagreb u kojemu stopa rizika od siromaštva iznosi najmanje, odnosno 10,5%. Pri tome, prag rizika od siromaštva za jednočlano kućanstvo u 2023. godini iznosio je 5.924 eura, dok je za kućanstvo s dvije odrasle osobe i dvoje djece mlađe od 14 godina, iznosio 12.440 eura.

Tablica 6. Stopa rizika od siromaštva i osobe u riziku od siromaštva ili socijalne isključenosti prema klasifikaciji HR\_NUTS 2021. – HR NUTS (Državni zavod za statistiku, 2021.)

|                                                                   | Republika<br>Hrvatska | Panonska<br>Hrvatska | Jadranska<br>Hrvatska | Grad Zagreb | Sjeverna<br>Hrvatska |
|-------------------------------------------------------------------|-----------------------|----------------------|-----------------------|-------------|----------------------|
| Stopa rizika od<br>siromaštva                                     | 19,3                  | 29,4                 | 17,5                  | 10,5        | 17,7                 |
| Osobe u riziku od<br>siromaštva ili<br>socijalne<br>isključenosti | 20,7                  | 31,3                 | 18,9                  | 11,9        | 18,6                 |

### **3.1.5.3. Broj i popis ustanova koje se bave pružanjem psihosocijalnih usluga**

Na području grada Osijeka dostupan je značajan broj pružatelja usluga psihosocijalne pomoći, odnosno psihosocijalnog savjetovanja za mlade. U Osijeku se nalazi velik broj udruga, od kojih je nekoliko usmjerenih na pružanje psihosocijalnih usluga među kojima je i pružanje usluga psihosocijalnog savjetovanja za studente i mlade. Neke od spomenutih udruga su Sunce – Društvo za psihološku pomoć, Motiv – kabinet za psihologiju, Udruga Samospoznaja, Kršćanska humanitarna udruga „Putevi milosti“, Caritas te Udruga za rad s mladima Breza (Google pretraživanje, 2024). Osim udruga, na području grada Osijeka nalazi se i Psihološko savjetovalište Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku, kojemu su ciljani korisnici studenti Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera, kao i Centar za psihosocijalnu pomoć Osijek, Medijacijski centar, koji pruža individualno ili grupno savjetovanje, te ured pučkog pravobranitelja. Navedeni pružatelji svoje usluge pružaju besplatno, no važno je istaknuti kako na području grada Osijeka postoji i niz pružatelja usluga psihološkog savjetovanja koji svoje usluge naplaćuju, poput Kognitivne muze, Norvel-a, Psihogym-a te Psiha – privatne prakse (Google pretraživanje, 2024).

### **3.1.6. Specifične karakteristike zajednice**

#### **3.1.6.1. Infrastruktura zajednice**

Grad Osijek čini sedam gradskih četvrti: Tvrđa, Donji grad, Gornji grad, Novi grad, Retfala, Jug 2 te osam mjesnih odbora: Višnjevac, Josipovac, Tenja, Sarvaš, Klisa, Brijest, Cvjetno i Osijek lijeva obala. U gradu Osijeku organiziran je autobusni i tramvajski promet kao dio javnog prijevoza. Tramvaj je važna prometna poveznica gradskih cjelina kao što su Tvrđa, Donji grad, Gornji grad i Novi grad. Od 2023. godine, tramvaji nisu u funkciji zbog cestovnih radova, stoga voze autobusi, a trenutno postoji osam linija od kojih četiri prometuju do centra grada. Također, željeznički prijevoz u Osijeku važan je dio prometne infrastrukture koji omogućuje poveznicu s drugim dijelovima Hrvatske i susjednim zemljama (Službeni portal grada Osijeka, 2024).

#### **Organizacije: državne, lokalne, civilne, gospodarske, religijske.**

U gradu Osijeku nalazi se Klinički bolnički centar Osijek te zdravstvene ustanove kao što su: Dom zdravlja Osječko-baranjske županije, Nastavni zavod za javno zdravstvo Osječko-baranjske županije, Poliklinika za rehabilitaciju slušanja i govora Suvag Osijek, Ljekarne srce

te drugi pružatelji zdravstvene skrbi uključujući privatne prakse u području opće i obiteljske medicine, zdravstvene zaštite žena, zdravstvene zaštite predškolske djece te u području dentalne zdravstvene zaštite, koji imaju zaključen ugovor s Hrvatskim zavodom za zdravstveno osiguranje. Ustanove koje pružaju socijalnu skrb u Osijeku su: Područni ured za socijalnu skrb Osijek, Obiteljski centar, Centar za pružanje usluga u zajednici Osijek „Ja kao ti“, Centar za pružanje usluga u zajednici Klasje Osijek, Centar za odgoj i obrazovanje „Ivan Štark“ Osijek, Dom za odgoj djece i mladeži Osijek, Centar za profesionalnu rehabilitaciju Osijek te Dom za starije i nemoćne osobe Osijek. Nadalje, najperspektivnije udruge koje pružaju izvaninstitucionalne oblike socijalne skrbi u gradu Osijeku za starije i nemoćne osobe te umirovljenike su: Udruga za promicanje kvalitete života starijih osoba Klub 60+, Udruga umirovljenika HPT Osijek, Udruga umirovljenici zajedno Osijek, Udruga sindikata umirovljenika Hrvatske Osijek, Udruga Izvor, Centar za mir nenasilje i ljudska prava te Katolička udruga Veronikin rubac. Udruge koje pružaju izvaninstitucionalne oblike socijalne skrbi u gradu Osijeku za djecu su: Udruga izviđača Slavonski hrast, Izviđački klub Javor Osijek, Udruga gluhoslijepih osoba grada Osijeka i Osječko-baranjske županije, Udruga paraplegičara i tetraplegičara Osječko-baranjske županije, Dječji kreativni centar DOKKICA te Centar za nestalu i zlostavljanu djecu. Udruge koje pružaju izvaninstitucionalne oblike socijalne skrbi u gradu Osijeku za mlade su: Društvo za psihološku pomoć „Sunce“, Udruga izviđača Slavonski hrast, Izviđački klub Javor Osijek, Udruga za borbu protiv ovisnosti Ne-ovisnost, Udruga za terapiju i aktivnosti MOGU Osijek, Centar za nestalu i zlostavljanu djecu, Volonterski centar Osijek, Udruga gluhoslijepih osoba grada Osijeka i Osječko-baranjske županije te Centar za nestalu i zlostavljanu djecu. Već spomenuta Udruga za borbu protiv ovisnosti Ne-ovisnost pruža izvaninstitucionalne oblike skrbi za ovisnike, Udruga Izvor za žene i žrtve nasilja, Centar za mir, nenasilje i ljudska prava pruža izvaninstitucionalne oblike skrbi za žene i pripadnike nacionalnih manjina. Udruge koje pružaju izvaninstitucionalne oblike socijalne skrbi u gradu Osijeku za osobe s invaliditetom su: Udruga MOGU, Društvo za pomoć osobama s intelektualnim teškoćama Osijek, Udruga gluhoslijepih osoba grada Osijeka i Osječko-baranjske županije, Udruga paraplegičara i tetraplegičara Osječko-baranjske županije, Društvo multiple skleroze Osječko-baranjske županije, Udruga gluhih i nagluhih Osječko-baranjske županije te Udruga invalida grada Osijeka.

Nadalje, kada govorimo o obrazovanju i mogućnostima istoga u gradu Osijeku, grad broji sedamnaest osnovnih škola uključujući Centar za odgoj i obrazovanje „Ivan Štark“ Osijek, četrnaest srednjih škola uključujući gimnazije i strukovne škole, te Sveučilište Josipa Jurja

Strossmayera koje čini jedanaest fakulteta, jednu Akademiju za umjetnost i kulturu i četiri sveučilišna odjela. Grad Osijek broji tri srednjoškolska doma, četiri studentska doma uključujući jedan pri veleučilištu te jedan centar za smještaj studenata (Službeni portal grada Osijeka, 2024).

Od posebnog značaja u gradu Osijeku, građevine namijenjene za sport i sportska događanja su: Nastavno sportska dvorana „Gradski vrt“, Sportska dvorana Zrinjevac, Sportska dvorana JUG, Srednjoškolsko igralište, Gradski bazeni, Sportsko rekreacijski centar Copacabana, Teniski centar „Osijek“, Streljana Pampas, Sportski centar Mačkamama, Boćarski dom Retfala, Hipodrom Pampas, Sportski centar „Olimpija i nogometni stadion Opus Arena (Službeni portal grada Osijeka, 2024).

Sve prethodno navedene zdravstvene ustanove, ustanove socijalne skrbi, udruge, škole, fakulteti i sportski objekti kvalitetno su međusobno povezani i građanima je olakšano kretanje putem izgrađene mreže cesta i ulica, javnih prijevoznih sustava te biciklističkih staza.

Dotičući se razine informiranosti građana Osijeka o radu organizacija u zajednici, ona varira o aktivnosti i dostupnosti informacija organizacija u području komunikacije s javnošću. Prema tome, promocija aktivnosti različitih organizacija u zajednici ovisi o lokalnim medijima, društvenim mrežama, internetskim platformama te drugim kanalima komunikacije kao što su letci, plakati i javna događanja.

Društvo za psihološku pomoć „Sunce“ nudi usluge telefonske psihološke pomoći kao i usluge savjetovanja uživo korisnicima svih dobnih skupina. Savjetodavnom pomoći imaju cilj unaprijediti telefonsko savjetovanje, osobno savjetovanje te podizanje svijesti djece, mladih i odraslih o važnosti prepoznavanja vlastitih problema mentalnog zdravlja i rada na istima („Sunce“, 2024).

Nadalje, trenutno rade na dva projekta: „Sunce za mlade obitelji“ te „Trening vještina za mentalno zdravlje mladih“ koje financira Ministarstvo rada, mirovinskoga sustava, obitelji i socijalne politike („Sunce“, 2024.).

Stoga u prvom projektu, „Sunce za mlade obitelji“, pruža besplatne usluge, aktivnosti i individualno savjetovanje, uživo na području grada Osijeka ili online, preko Zoom platforme. Također, ovaj projekt nudi i psihoterapijski rad koji unaprjeđuje razvoj roditeljskih vještina te psihološku podršku za trudnice i mlade obitelji te kroz psihoedukativne radionice. Radionice se također održavaju online, preko Zoom platforme, a teme radionica su: „Sretan roditelj =

sretno dijete“, „Ruka radi, mozak pamti“, „Glavica pametnica“, „Od poljupca dijete raste“, „Razvojne igre“ te „Digitalne dadilje.“ Usluge ovog projekta su namijenjene trudnicama i roditeljima djece do dvije navršene godine života („Sunce“, 2024).

Drugi projekt, sufinanciran od Ministarstva, provodi se pod nazivom „Trening vještina za mentalno zdravlje mladih“. Njegove usluge su namijenjene učenicima srednjih škola i studentima u gradu Osijeku koji su u riziku od siromaštva i socijalne isključenosti, ili su žrtve ili počinitelji vršnjačkog nasilja. Usluge se provode kroz 6 radionica. Radionice imaju cilj pomoći mladima da razvijaju komunikacijske vještine, adekvatno se suočavaju sa stresom i emocijama te rade na izgradnji svoga samopouzdanja. Uz radionice, pruža im se i usluga savjetodavne pomoći.

Iz razgovora s Teom Žagar mag.psych., saznaje se da u Udruzi aktivno sudjeluje dvadeset psihologa i volontera koji su studenti psihologije, a udruga posvećuje svoj rad pojedincima svih dobnih skupina i grupama kao što je obitelj, skupina ili društvo

Udruga postoji od davne 1991. te je kroz godine doseglo velike uspjehe zbog kojih je zajednica upoznata s njihovim radom te građani znaju za njihovo postojanje. Ipak, ova udruga nema dovoljan kapacitet za sve građane kojima treba psihološka pomoć, stoga građanima uvelike nedostaju usluge pružanja savjetodavne besplatne pomoći na području grada Osijeka („Sunce“, 2024).

U današnjem društvu, dominantna sredstva javnog komuniciranja u zajednici obuhvaćaju tradicionalne medije poput televizije, radio stanica i tiskanih novina, ali sve više ono obuhvaća nove oblike komunikacije kao što su blogovi, forumi i društvene mreže. S obzirom na velik broj mladih u zajednici nova dominantna sredstva komuniciranja uključuju platforme poput Twittera, Facebooka, Instagrama i drugih mreža jer omogućuju mladima da dijele svoje mišljenje, interese i aktivnosti s drugima te da se povežu s vršnjacima iz svoje zajednice i šire. Tehnološki napredak donosi razvoj novih medija, pri čemu internet dominira, pružajući brojne prednosti koje olakšavaju svakodnevni život. Mlade generacije posebno su povezane s ovakvom vrstom medija i tehnologija. Istraživanje provedeno 2015. godine od strane *Interactive Advertising Bureau* Hrvatska, koje je obuhvatilo 1000 ispitanika, otkrilo je da je 100% ispitanika u Hrvatskoj koristilo internet tijekom tjedna. Što se tiče tradicionalnih medija, televiziju koristi 89% ispitanika, dok radio koristi 58% ispitanika (Zadravec, 2019). S obzirom na veći broj studenata na području grada Osijeka, kao i prethodno navedenu argumentaciju, možemo pretpostaviti da je upravo internet najčešće korišteno sredstvo javnog informiranja.

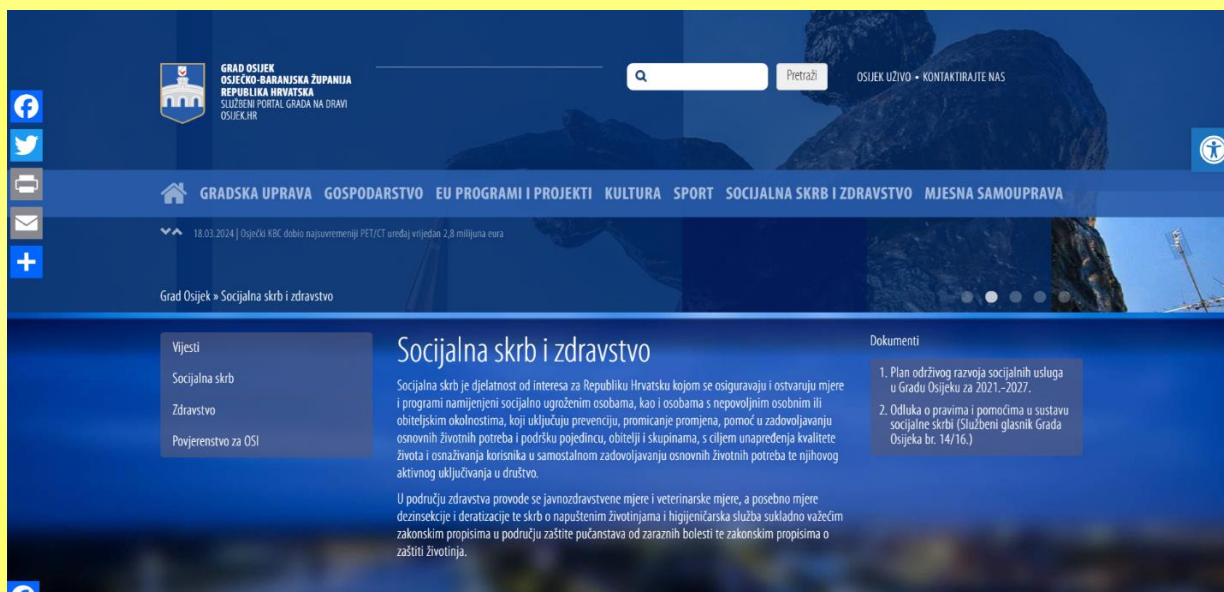
Važno je da lokalni mediji prenose informacije koje utječu na život građana. Oni se bave problemima koji direktno utječu na građane, poput stanja u prometu, sigurnosti, zdravstvenim pitanjima, okolišu i infrastrukturi. Jedno od sredstva javnog komuniciranja na području grada Osijeka je SiB (Slavonski internet portal) kao digitalna platforma koja pruža širok spektar lokalnih vijesti, događaja, informacija i zabave za stanovnike. Navedeni portal pokriva aktualne teme, a često su dostupne vijesti o lokalnoj politici, političkim događanjima u gradu, kao što su izbori, aktivnosti gradskih vijeća i odluke gradskih vlasti, te događajima u gradu, ekonomiji, poput stanja gospodarstva ili otvaranja novih poslova, obrazovanju, kulturi, sportu i javnim projektima.



Fotografija 5: Snimka zaslona: Lokalni medij OBŽ (SiB.hr, 2024.)

Građanima Osijeka dostupna je službena web stranica grada za pristup najvažnijim informacijama. Na njoj je moguće pronaći razne vijesti o lokalnim događanjima poput kulturnih manifestacija ili koncerata u gradu. Također, ona nudi pregled informacija o gradskim institucijama te kontakte i adrese ureda i javnih službi, kao i podatke vezane uz gospodarstvo i najnovije vijesti. Uz to, na njoj se nalaze obavijesti o javnim natjecajima, primjerice javni poziv za dodjelu potpora u poljoprivredi na području grada Osijeka te rješenje o dodjeli iste potpore. Mogu se pronaći informacije vezane uz programe Europske Unije i projekte koji se provode, kao i podaci vezanu uz socijalnu skrb, zdravstvo i Povjerenstvo za osobe s invaliditetom. Stranica pruža mnogo sadržaja i resursa kako bi građanima olakšala pristup informacijama i uslugama koje su im potrebne za svakodnevni život u gradu. Također, dostupna je i neslužbena

Facebook stranica “Grad Osijek” koju vode građani koja isto tako nudi pregled aktualnih tema u gradu (Grad Osijek, 2009).



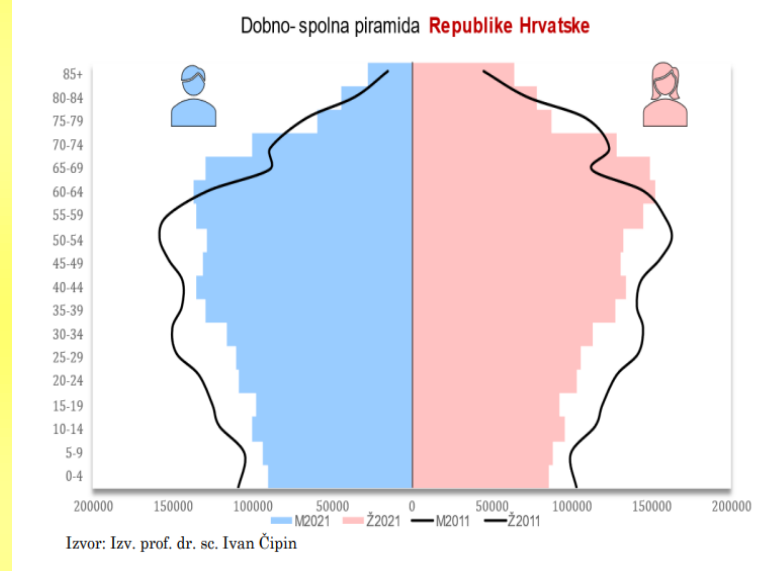
Fotografija 6: Snimka zaslona: službene web stranica grada Osijeka (Osijek.hr, 2024.)

Građani Osijeka, kao i cjelokupno društvo mnogo vremena provode online, osobito na društvenim mrežama i lokalnim portalima. Prema istraživanju o učestalosti korištenja društvenih mreža na području Republike Hrvatske, 34,8% sudionika provodi na društvenim mrežama više od 3 sata dnevno, dok 44,2% sudionika provodi između 1 i 3 sata dnevno na društvenim mrežama. Za manje od 1 sat dnevno na društvenim mrežama provodi 21% sudionika. Najpopularnija društvena mreža među sudionicima istraživanja je Facebook, koju koristi 90,7% ispitanika. Također, značajan broj korisnika koristi i druge društvene platforme kao što su YouTube (76,3%), Instagram (42,4%), te društvene aplikacije poput Vibera (47,5%), WhatsAppa (58,5%) i Facebook Messengera (58,8%) (Prpić, 2016). Tema koje ih najviše zanimaju ovise o interesima i potrebama svakog pojedinca, ali i zajednice. Česte su rasprave o infrastrukturnim problemima, prometnim gužvama i sigurnosti. Također, često se dijele informacije o kulturnim događajima, sportskim natjecanjima, koncertima, festivalima i drugim aktivnostima koje se odvijaju u Osijeku, kao i razmjene mišljenja o sportskim klubovima i drugim sportskim temama.

### 3.1.6.2. Stanovništvo i kvaliteta života

Na prikazanoj piramidi iščitavamo da se proces starenja stanovništva u Republici Hrvatskoj nastavlja. Dobno-spolna piramida je prikaz stanovništva prema dobnim i spolnim skupinama, pri čemu je muška populacija prikazana s lijeve strane, označeno plavom bojom, a ženska s

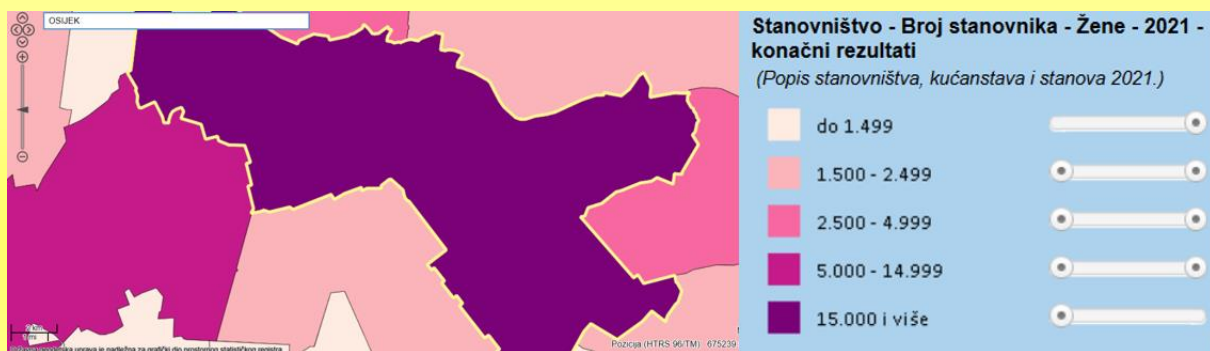
#### Dobno-spolna piramida Republike Hrvatske 2011. i 2021. godine



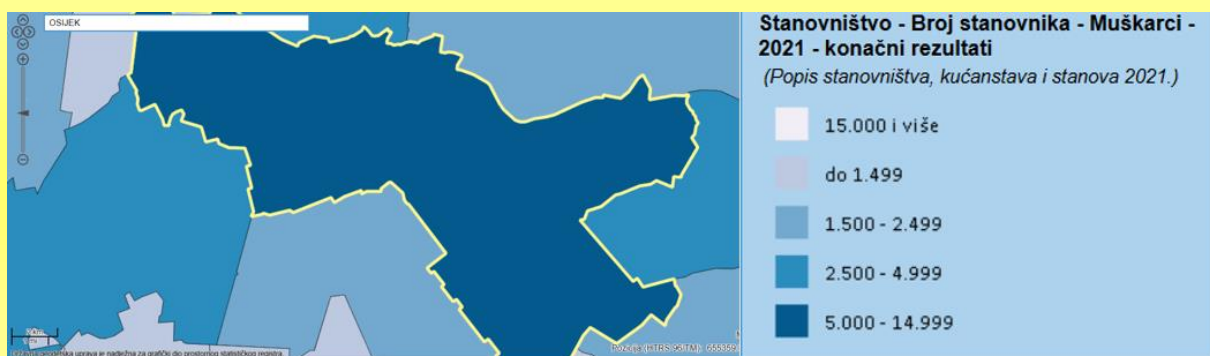
desne strane. Uspoređujući 2021. s 2011. godinom, vidljiv je pad broja stanovnika u većini dobnih skupina. Iznimka je starije stanovništvo, odnosno dobne skupine 60+ čiji se udio u stanovništvu povećao, dok se mlađa dobna skupina i skupina od 15 do 64 godina smanjuje (Središnji državni ured za demografiju i mlade, 2022).

Fotografija 7: Dobno spolna piramida Republike Hrvatske (Mrežna stranica DZS-a, 2024.)

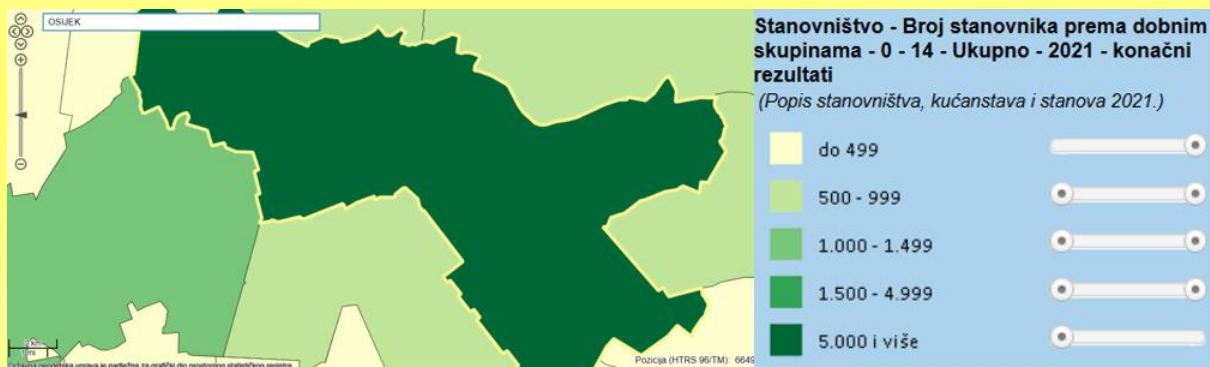
U kontekstu Osijeka, preuzeli smo podatke s portala Državnog zavoda za statistiku – Geostat. Na području Osijeka, raspodjela stanovništva prema dobi i spolu je sljedeća: žene čine većinu stanovništva s brojem od 15 000 i više, dok se muškarci nalaze u rasponu od 5000 do 14 999. Kada je riječ o dobnoj strukturi, u dobnoj skupini od 0 do 14 godina ima 5 000 i više stanovnika. Veći dio populacije, koji čini 15 000 i više stanovnika, nalazi se u dobnoj skupini od 15 do 64 godine. Međutim, važno je napomenuti da ova dobna skupina obuhvaća veliki raspon godina te je problem u interpretiranju jer se ne zna je li više prisutna mlađa populacija, srednja ili starija. Na kraju, dobna skupina od 65 godina i više broji 5000 stanovnika ili više, što ukazuje na prisutnost značajnog dijela populacije u starijoj dobi. U nastavku su rezultati prikazani kartografski (Kartograf 6 – 10).



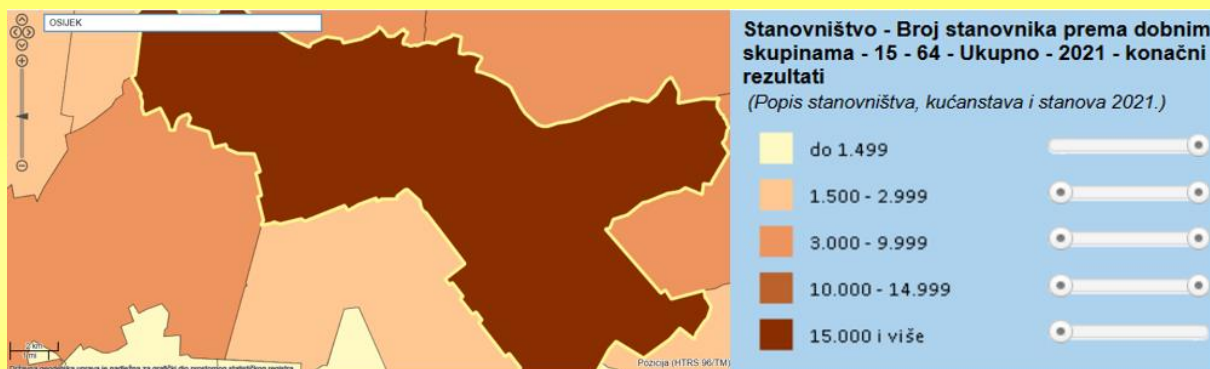
Kartograf 6: prikaz po spolu - žene (Geostat, 2024.)



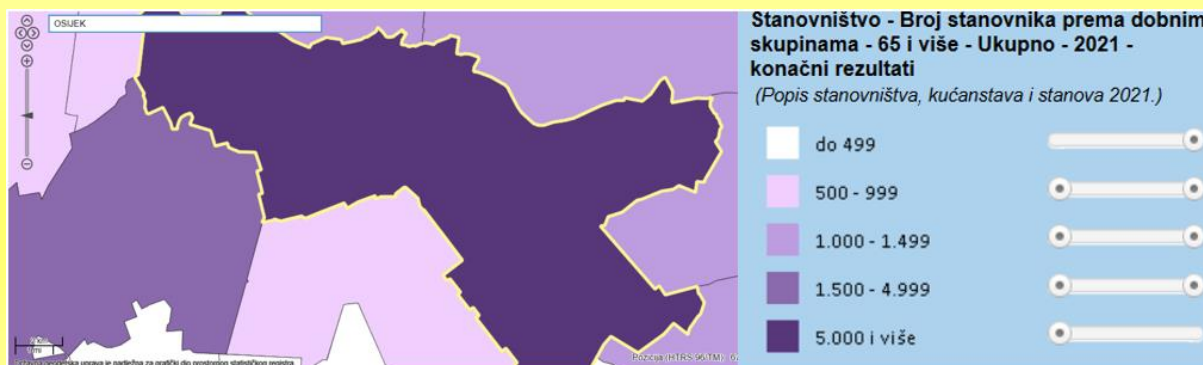
Kartograf 7: prikaz po spolu - muškarci (Geostat, 2024.)



Kartograf 8: prikaz prema dobi, 0-14 (Geostat, 2024.)



Kartograf 9: prikaz prema dobi, 15-64 (Geostat, 2024.)



Kartograf 10: prikaz prema dobi, 65+ (Geostat, 2024.)

Kada se usporede podaci o udjelu visokoobrazovanog stanovništva u 2021. godini s prethodnim popisima, primjećuje se kontinuirani porast udjela visokoobrazovanog stanovništva u Republici Hrvatskoj svakih deset godina. Naime, udio visokoobrazovanog stanovništva u ukupnom stanovništvu iznosio je svega 1,8% u 1961. godini, dok je dostigao 24,1% u 2021. godini. U odnosu na 2011. godinu, udio stanovništva sa završenim visokim obrazovanjem povećao se za 7,7 postotnih bodova. Također, zapaža se da u visokoobrazovanom stanovništvu dominiraju žene u gotovo svim dobnim skupinama, osim u dobnim skupinama iznad 60 godina, gdje je veći udio muškaraca. Kada se analizira situacija u Osječko-baranjskoj županiji, u navedenoj dobnoj skupini, 19,5% stanovništva posjeduje visoko obrazovanje (Državni zavod za statistiku, Republika Hrvatska, 2024).

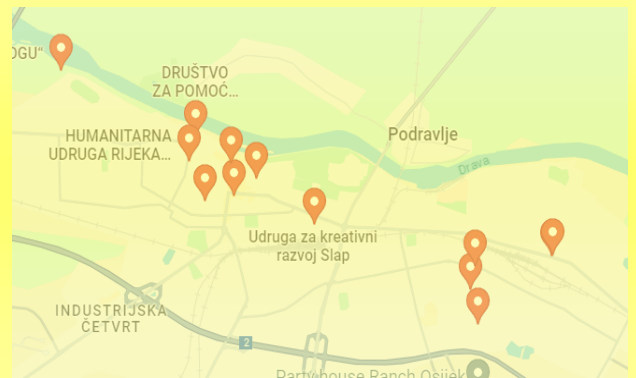
Osijek, kao jedan od sveučilišnih gradova, nudi brojne manifestacije i sadržaje namijenjene studentima. Neke od manifestacija koje mogu zanimati studente su: Osječko ljeto kulture koje nudi različite programe za vrijeme ljetnih mjeseci, kao što su kazališni, koncertni, plesni, književni, likovni programi i filmske kulture. Nadalje, koncertni ciklusi koji redovito održavaju različite glazbene žanrove. Kazališni maraton koji nudi niz predstava i performansa. Jedan od festivala daje priliku za uživanjem u tamburaškoj glazbi, a to je Međunarodni festival umjetničke tamburaške glazbe. Također, studenti koji sviraju klavir imaju priliku za EPTA - Međunarodno natjecanje za mlade pijaniste „Dora Pejačević“ (Grad Osijek, Službeni portal grada na Dravi, pristupili: 2024).

Jedan od glavnih za populaciju kojim se ovaj rad bavi je Studentska roštiljada kojoj je cilj druženje, natjecanje uz roštilj, igre i uživanje u glazbi. Ova priča je započela idejom dvaju studenata 2012. godine te postala tradicija koja iz godine u godinu okuplja sve više studenata. Grad Osijek je bogat i s dvije zgrade, kino Urania i Europa, koje osim što su zaštićene kao spomenici kulture imaju dugu tradiciju prikazivanja filmova (Grad Osijek, mrežna stranica).

Svi studenti koji borave u gradu Osijeku imaju pravo na sudjelovanje u različitim aspektima studentskog života koji obogaćuju njihovo iskustvo tijekom studija. Osim akademskih obveza, studenti imaju mogućnost aktivnog sudjelovanja u studentskim zborovima, sportskim aktivnostima i vjerskim zajednicama, pružajući im priliku za osobni razvoj, stvaranje prijateljstava i povezivanje s lokalnom zajednicom.

### **3.1.6.3. Odnosi u zajednici**

Položaj mladih u zajednici grada Osijeka vidljiv je kroz uključenost u Savjet mladih grada Osijeka koji za cilj ima aktivno uključivanje mladih u javni i društveni život zajednice. Savjet mladih svojim radom nastoji mlade poticati istraživanju mogućnosti u gradu Osijeku te potaknuti suradnju s osječkim neprofitnim organizacijama u svrhu kvalitetnijeg provođenja slobodnog vremena (Savjet mladih grada Osijeka, 2024). Neke od neprofitnih organizacija za rad s mladima su: Udruga za rad s mladima Breza, PRONI Centar za socijalno podučavanje, Volonterski centar Osijek, Udruga PLANTaža, Udruga KultAkt, ISKRA waldorfska inicijativa, IAESTE Udruga i brojne druge.



Prema izvješću Državnog zavoda za statistiku iz 2022. godine, ukoliko promatramo dobnu skupinu 18-24, stopa rizika od siromaštva za muškarce iznosi 11.8%, dok je za žene 13.8%, što ukazuje na potrebu za zaštitom navedene skupine (Državni zavod za statistiku, 2022). Savjet mladih grada Osijeka u okviru svoga djelokruga, kao savjetodavno tijelo Grada, putem svojih predstavnika sudjeluje u donošenju odluka, mjera, programa i drugih akata Gradskog vijeća koji su od osobitog značaja za poboljšanje položaja mladih kroz mišljenje, prijedloge i preporuke koji su od interesa za mlade građane. Također, sudjeluju i u provedbi, izvedbi i praćenju provedbe lokalnih programa za mlade te daju pisana očitovanja i prijedloge nadležnim tijelima o aktualnim temama i poteškoćama sa kojima se mladi susreću, te ukoliko je potrebno, predlažu i donošenje programa kojim bi se otklonili trenutni problemi mladih i poboljšao njihov položaj (Grad Osijek, 2024).

#### 3.1.6.4. Fizički aspekti, povijest, kultura i multikulturalnost

Grad Osijek je jedinica lokalne samouprave smještena u istočnom dijelu Republike Hrvatske, unutar Osječko-baranjske županije. Pozicioniran je u ravnici, duž desne obale rijeke Drave, između 16. i 24. kilometra od njenog ušća u Dunav (EU Centar, 2021). Prostire se na površini od 174,85 km<sup>2</sup> zajedno s okolnim naseljima. Ovaj grad četvrti je po veličini u Republici Hrvatskoj te istovremeno sjedište Osječko-baranjske županije, koja obuhvaća 7 gradova, 35 općina i 263 naselja (EU Centar, 2021). Naglasak se stavlja na iznimno povoljan geoprometni položaj grada, koji omogućuje laku povezanost s glavnim europskim koridorima i blizinu većih gradova poput Zagreba (udaljenog 278 km), Novog Sada (udaljenog 112 km), Tuzle (udaljene 148 km), Beograda (udaljenog 186 km) i Budimpešte (udaljene 257 km). Osijek ima značajnu ulogu kao zračno središte županije, smješten je duž trase transeuropskog prometnog koridora Vc prema Budimpešti, područjem prolazi željeznički koridor, a luka u Osijeku otvorena je za međunarodni promet (EU Centar, 2021). O značaju i veličini grada govori i broj studenata prema kojemu je Osijek, nakon Zagreba i Splita, grad s najvećim brojem studenata.

Osvrćući se na vjersku strukturu stanovništva, Osijek je multireligijski grad, u kojemu je prema podacima Državnog zavoda za statistiku (DZS) u ukupnom stanovništvu grada, 78,6%



katolika, 4,3% pravoslavaca, 0,7% protestanata, 4,3 ostalih kršćana, 0,64% muslimana, 0,03% židova te 0,07% pripadnika istočnih religija (Državni zavod za statistiku, 2024). Vjerske zajednice su osobito značajne u životu zajednice jer predstavljaju alternativni oblik skrbi za građane, a jedna od najpoznatijih takvih ustanova Katoličke crkve je Hrvatski Caritas.

Fotografija 8: Karta RH - vjerske zajednice u RH (mrežna stranica Hrvatskog Caritasa, 2024.)

Nadalje, veliki utjecaj na današnji život zajednice imalo je objavljivanje pandemije izazvane novim sojem koronavirusa (SARS-CoV-2) u ožujku 2020. godine (Pavković, 2023). Pandemija je donijela značajne transformacije u svakodnevnom životu ljudi. Studenti, kao jedna od osjetljivih društvenih skupina, suočili su se s mnogim izazovima. Osim straha od same bolesti, morali su se prilagoditi promjenama u načinu obavljanja nastavnih obveza, strepnji od

akademske neuspjeha, mogućnosti gubitka godine, financijskim teškoćama, ali i nedostatku socijalne interakcije (Pavković, 2023). Kao posljedica navedenog, studenti su se u sve većoj mjeri suočavali s problemima mentalnog zdravlja.

### **3.2. ANALIZA PROBLEMA**

#### **3.2.1. RIZIČNI I ZAŠTITNI ČIMBENICI**

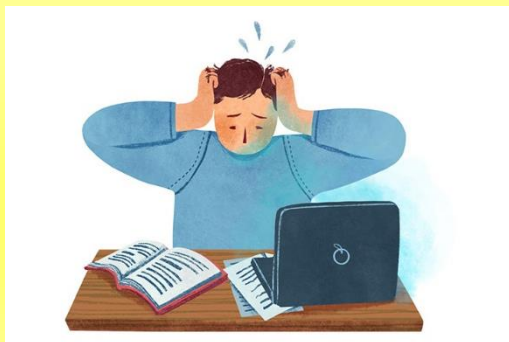
##### **3.2.1.1. Individualni čimbenici**

Razumijevanje rizičnih čimbenika s kojima se studenti suočavaju za vrijeme svoga akademskog puta ključno je za pružanje odgovarajuće podrške i prevencije mogućih negativnih ishoda. Upravo ti čimbenici mogu značajno utjecati na studentsko iskustvo i uspjeh. Nošenje s akademskim neuspjehom jedan je od tih izazova (Ključević, 2016; Bešenić, Pačić-Turk, Bogović-Dijaković, 2021; Tihić Čihoratić, 2017), a navedeno je nerijetko povezano s narušenim mentalnim zdravljem (Jakovčić, Živčić-Berićević, Biroljević, 2015). Narušeno mentalno zdravlje popraćeno je različitim simptomima i pojavama kao što su depresija, anksioznost (Zhong, Schroder, Gao, Guo, Gu, 2021), stres i pretjerana samokritičnost (Mamić, Nekić, Vidaković, Ombla, Sučić-Šantek, 2022). S obzirom da su studenti tijekom studija suočeni s brojnim izazovima, kao što su predavanja, intenzivni rasporedi, rokovi izvršavanja raznih zadataka, navedeno rezultira njihovom preopterećenošću (Mamić, Nekić, Vidaković, Ombla, Sučić-Šantek, 2022) i gubitkom motivacije (Mamić, Nekić, Vidaković, Ombla, Sučić-Šantek, 2022; Živčić-Berićević, Jakovčić, 2013). Studenti se bore i s financijskim problemima (Mamić, Nekić, Vidaković, Ombla, Sučić-Šantek, 2022) te navedeno može biti značajan izvor stresa i opterećenje za studenta koji mora balansirati akademske obaveze i financijsku stabilnost. Dodatno otežava nošenje s izazovima i nedostatak emocionalne podrške od strane bliskih osoba (Tihić Čihoratić, 2017; Živčić-Berićević, Jakovčić, 2013). Pandemija COVID-19 značajno je utjecala na cijelo društvo pa tako i na studentsku populaciju (Paić, 2023; Antičević, 2021). Navedeni čimbenici mogu imati dubok i dugoročan utjecaj na studentsko iskustvo stoga je potrebno osigurati podršku i resurse studentima da bi se uspješno suočili s različitim izazovima. S obzirom na navedeno, javlja se dodatni problem, a to je nedostatak svijesti o dostupnim resursima u zajednici (Barney, Griffiths, Jorm, Christensen, 2006) ili odustajanjem od tretmana ili podrške (Jakovčić, Živčić-Berićević, Biroljević, 2015). Svi ovi čimbenici predstavljaju kompleksnu mrežu faktora koji utječu na studentsko iskustvo. Stoga je

važno prepoznavanje tih čimbenika da bi se bolje razumjeli izazovi s kojima se bori studentska populacija za vrijeme svoga školovanja.

### 3.2.1.2. Čimbenici bliskog okruženja

Mentalno zdravlje obuhvaća emocionalno, psihološko i socijalno blagostanje pojedinca. Ono pretpostavlja mogućnost pojedinca da se samostalno suočava s izazovima života, da se uspješno prilagođava promjenama, da uspješno formira odnose s drugima te da ostvaruje svoj puni potencijal (Perišić i Tomiša, 2018). Ipak, ostvarivanje navedenog ovisi o čimbenicima bliskog okruženja, odnosno okolnostima u kojima pojedinac razvija svoju ličnost i odnos prema okolini. Središnju ulogu u tom procesu imaju članovi obitelji, a ponajprije roditelji koji oblikuju obiteljske vrijednosti i identitet (Jerončić Tomić, Mulić i Milišić Jadrić, 2020). Osim toga, neminovna je i uloga vršnjaka koji često ostvaruju značajan utjecaj na pojedinca i modeliranje njegovog ponašanja, odnosno oblikovanje stavova i uvjerenja koje ima (Živčić-Bećirević i Jakovčić, 2013). Izuzev najbližih članova, utjecaj ostvaruju i drugi članovi zajednice poput

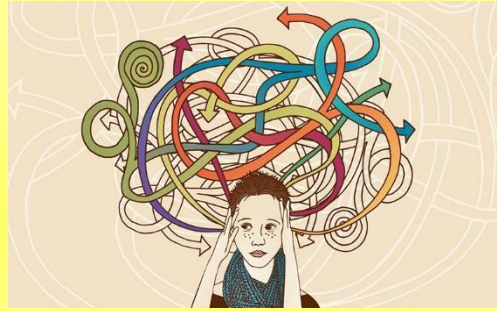


susjedstva, škole i drugih stručnih djelatnika s kojima pojedinac ostvaruje kontakt. Govoreći o mentalnom zdravlju, utjecaj čimbenika bliskog okruženja očituje se u potrebi pojedinca za pripadanjem. Osjećaj pripadnosti grupi ili zajednici može pozitivno utjecati na mentalno zdravlje, pružajući osjećaj podrške, zajedništva i povezanosti

(Jerončić Tomić, Mulić i Milišić Jadrić, 2020). Ukoliko izostaje spomenuta podrška i pomoć od bliskih osoba, javlja se potreba za profesionalnom pomoći, a traženje iste predstavlja važan aspekt brige o mentalnom zdravlju.

Štrkalj Ivezić (2022), ukazuje na neophodan angažman zajednice, u vidu sudjelovanja nevladinih organizacija, sa svrhom razvoja usluga podrške osobama s mentalnim poremećajima, kao i pozitivnog utjecaja na percepciju javnosti prema mentalnom zdravlju. Postoji značajna odgovornost svih sektora, a posebno zdravstvenog, obrazovnog i socijalnog, u zaštiti mentalnog zdravlja (Štrkalj Ivezić, 2022). Kada potrebe nisu zadovoljene na nekom od tih područja, one postaju čimbenik rizika za mentalno zdravlje ili oporavak od određenog mentalnog poremećaja ukoliko je već prisutan. Pri tome je bitno staviti naglasak na mogućnost oporavka, odnosno gledati na pojavu mentalnog poremećaja kao prolazno stanje koje zahtijeva

adekvatan sustav podrške, bio on formalni ili neformalni (Štrkalj Ivezić, 2022). Govoreći o formalnom sustavu podrške, izazov i prepreku pri traženju profesionalne pomoći predstavlja stigma povezna s mentalnim zdravljem, tzv. samostigma, strah od izlaganja terapeutu te neprepoznavanje samog



problema u zajednici (Štrkalj Ivezić, 2022). Mišljenje drugih, odnosno negativna percepcija o tome što će drugi misliti o pojedincu kada zatraži stručnu pomoć ima temeljnu ulogu u odustajanju od traženja pomoći (Baptista i Zanon, 2017). Istaknute su četiri značajne varijable koje određuju odluku o traženju pomoći, a uključuju stav prema traženju pomoći, korist od traženja pomoći, rizik koji odluka o traženju pomoći može nositi te kvaliteta i blizina međuljudskih odnosa (Baptista i Zanon, 2017). Neminovno odlučujuću ulogu ima i stav prema traženju stručne psihološke pomoći kao najvažniji prediktor namjere traženja pomoći te uvjerenje pojedinca u mogućnost oporavka, odnosno kompetentnost psihološke znanosti i psihoterapeuta da stvarno pomognu korisniku pri rješavanju problema (Baptista i Zanon, 2017). Osvrćući se na mogućnosti koje nude usluge u zajednici, oporavak može biti značajno usporen ili čak onemogućen uslijed nedostatka preventivnih usluga i samog liječenja u zajednici (Štrkalj Ivezić, 2022).

Osim neformalnih izvora podrške, tijekom proteklih nekoliko godina sve više se usmjerava na promicanje pozitivnih iskustava u djetinjstvu kao primarnog čimbenika zaštite za pojavu problema mentalnog zdravlja (Samji i sur., 2024). Naglasak se stavlja na sigurne, stabilne i poticajne odnose unutar obitelji i odnosu s drugim bliskim članovima iz okoline.



Međutim, takvi odnosi nisu uvijek mogući zbog čega je, opet, bitno ulaganje napora na razini sustava za pružanje dodatne potpore obiteljima od strane institucija, a što uključuje pravosuđe, zdravstvo, škole, kao i sustav socijalne skrbi (Samji i sur., 2024).

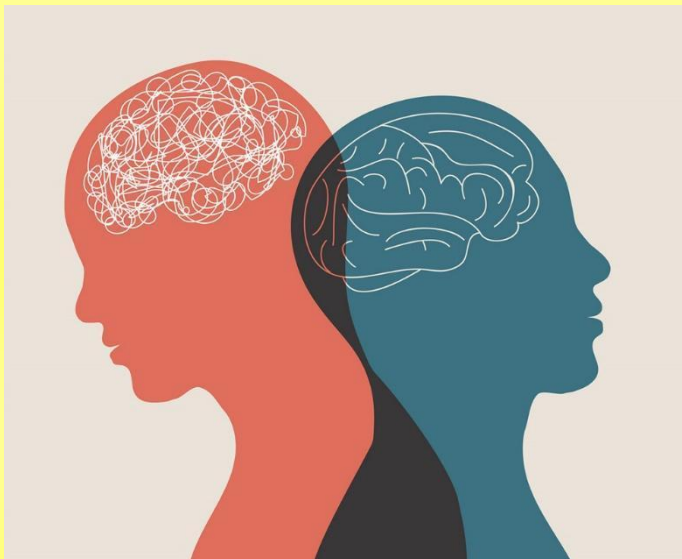
Konačno, važno je istaknuti da je mentalno zdravlje dinamičan proces koji se razvija tijekom života. Sukladno tome, različiti ljudi mogu imati različite potrebe kao i strategije za održavanje svog mentalnog zdravlja. Ipak, podrška obitelji, prijatelja, drugih osoba iz okoline i stručnjaka ključna je u ovom procesu.

### ***3.2.1.3. Čimbenici na razini politike***

Problem mentalnog zdravlja mladih, ali i svih ostalih skupina je problem koji se tiče svih nas. Ključnu ulogu predstavlja suradnja između lokalne i nacionalne politike i razvoj usluga dostupnih svima (Štrkalj Ivezić, 2022). Mentalno zdravlje predstavlja jednako bitnu stavku kao i fizičko, a uslijed problema vezanih uz mentalnog zdravlja moguće je da će se odraziti kao posljedica i na fizičko zdravlje. Važno je da politike budu usmjerene na očuvanje mentalnog zdravlja i prevencija nastanka raznih teškoća vezanih uz isto. Mentalno zdravlje se ne tiče samo pojedinca i njegove bliže okoline, već cijelog društva (Fičko i sur., 2022). Problemi s istim mogu dovesti do smanjene produktivnosti na poslu, izostajanja s posla te problem funkcioniranja u svakodnevnicima (Božičević, Brlas i Gulin, 2012). Autori (Božičević i sur., 2012) ukazuju na problematiku orijentiranosti zdravstvenog sustava na liječenje „bolesti“, što vrlo stigmatizirajuće, a uz sve to nedostaje velik broj stručnjaka u radu s mentalnim zdravljem. Također autori Božičević i sur., 2012 prikazuju važnost politika za mentalno zdravlje koje ponajviše vidimo iz sfere preventivnih programa, edukacija, rada na smanjenju diskriminatornih stavova ustaljenih u društvu i stigmi općenito, podršci ranjivim skupinama te promidžbi mentalnog zdravlja, naglašava se važnost promjene prakse u kojoj za mentalno zdravlje brinu najviše stručnjaci iz zdravstvenog sektora te postoji potreba za uključivanjem drugih pomažućih profesija. Što se tiče mentalnog zdravlja, potrebno je osigurati pristup svim uslugama i resursima koje šira zajednica nudi. Ukoliko ne postoji dovoljan broj usluga i stručnog kadra, tim više se radi o problemu koji se tiče širih politika i stvaranja programa i

kampanja. Važnost politike gleda se kroz ulaganje u postojeći sustav, ali i ispravljanje grešaka i propusta u trenutnoj praksi (Novak i Petek, 2015).

Danas problemi mentalnog zdravlja znatno utječu na ekonomiju zbog smanjenja produktivnosti na poslu, stresa, pokušaja uspostave balansa između privatnih i radnih obveza, tada politika predstavlja ključnu ulogu pri čemu se



očekuje pružanje podrške i omogućavanje pristupa takvoj podršci. U današnje vrijeme više ljudi izostaje s posla zbog depresije nego primjerice šećerne bolesti (Božičević, Brlas i Gulin, 2012). Ističe se potreba za holističkim pristupanjem ovoj problematici, a u svemu nedostaje osoba koja će u javnom prostoru otvoreno govoriti i upozoriti na postojeće stanje cjelokupnog sustava (Novak i Petek, 2015). Ključno je provesti preventivne programe u okviru škola kao odgojno obrazovnih ustanova, ali i ustanova koje predstavljaju mjesto druženja i socijalizacije djece (Novak i Petek, 2015). Na taj način može se djelovati na smanjenje stigme kada govorimo o mentalnom zdravlju te zapravo normalizirati govor o svim teškoćama s kojima se netko može susresti te poticati otvoren razgovor.



Studenti predstavljaju osobito rizičnu skupinu zbog izloženosti raznim stresorima, kako akademskim, tako i onim vezanim uz privatni život izvan fakulteta, a uz sve to nemaju stabilne prihode. Zbog navedenog, studenti su ti kojima je potreban razni broj usluga, osobito besplatna psihološka pomoć (Zhong i sur., 2021). Ulaganjem u mlade i u njihovo mentalno zdravlje zapravo ulažemo u budućnost. Fakultetska sredina pogodna je za otkrivanje i produbljivanje znanja o mentalnom zdravlju (Živčić-Bećirević i Jakovčić, 2013). Potrebna je veća uključenost ostalih sustava (obrazovnog, socijalnog, sektora za zapošljavanje...) u radu s mentalnim

zdravljem. Problematika suradnje navedenih sustava, ukazuje na potrebu razvijanja adekvatnih stručno-preventivnih odgovora na pojavnost rizika mentalnog zdravlja stanovništva zajednice. Kada govorimo o samom oporavku, on je moguć liječenjem pri kojem se poštuju sva prava i načela koja osoba posjeduje (Štrkalj Ivezić, 2022). Politika ima važnu ulogu u stvaranju okruženja u kojem će se o mentalnom zdravlju razgovarati otvoreno i bez predrasuda, razbijajući sve stigme i stereotipe koji postoje u društvu (Fičko i sur., 2022). Kroz razne preventivne programe, intervencije te promicanje mentalnog zdravlja, politika može imati efekt na društvo tako što širi svijest o ovoj tematici.

Problem preopterećenosti savjetovališta Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera, odnosno prevelika potreba za savjetovanjem, a mala dostupnost usluga u zajednici problem je na kojemu je izuzetno važno raditi u cilju njegova otklanjanja. Pitanje mentalnog zdravlja danas je tema o kojoj se nedovoljno govori te samim time važnost očuvanja mentalnog zdravlja stavlja se u drugi plan. Budući da Sveučilište u Osijeku broji približno 16 000 studenata na njegovim sastavnicama (Agencija za znanost i visoko obrazovanje, 2023), nužno je osigurati studentima adekvatne i dostupne usluge očuvanja mentalnoga zdravlja. Studenti su rizična skupina za razvoj raznih mentalnih problema zbog velikih promjena koje studij donosi u njihove živote (Hunt i Eisenberg, 2010), stoga je od iznimne važnosti osigurati studentima usluge dostupne u njihovoj okolini koje će im pružiti potrebnu pomoć. U tablici 7. prikazan je broj studenata na Sveučilištu u Osijeku u usporedbi s brojem studenata na listi čekanja Sveučilišnog Savjetovališta. Vidljivo je da je broj studenata na listi čekanja Savjetovališta tijekom početka 2023. godine bio približno 300 studenata, što je izuzetno velika brojka. No, podatci s kraja 2023. godine ukazuju da je došlo do drastičnog pada broja studenata na listi čekanja, što možemo povezati i sa zapošljavanjem stručnih radnika u samome Savjetovalištu, o čemu će dalje u tekstu biti rečeno nešto više.

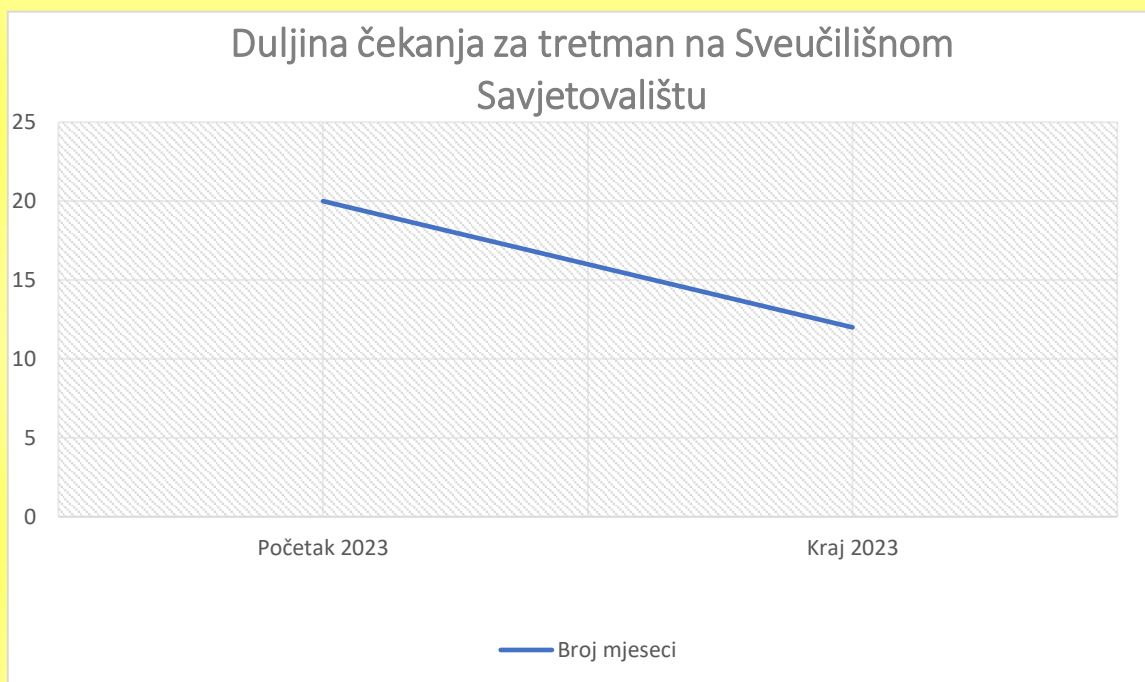
Tablica 7. Broj studenata na Sveučilištu J.J. Strossmayera i broj studenata na listi čekanja Sveučilišnog Savjetovališta (Filozofski fakultet Osijek, 2023.)

|                                                                    | Prva polovina 2023. | Druga polovina 2023. |
|--------------------------------------------------------------------|---------------------|----------------------|
| <b>Broj studenata na sveučilištu</b>                               | 16 000              | 16 000               |
| <b>Broj studenata na listi čekanja sveučilišnog Savjetovališta</b> | 287                 | 90                   |

Prema podacima Izvješća o radu psihološko savjetovanje studenata za razdoblje od 5. veljače 2023. do 30. studenog 2023. godine, ukupno su 42 studenta uspješno završila psihološki tretman, dok su 34 studenta trenutno u tretmanu od kojih ukupno 8 studenata uskoro završava sa tretmanom. U navedenom su razdoblju sa studentima provedena ukupno 623 individualna psihološka savjetovanja, prema kognitivno-bihevioralnom modelu (Filozofski fakultet Osijek, 2023).

Rad Savjetovališta započeo je inicijativom za osnivanjem psihološkog savjetovališta za studente pokrenutom od strane asistenata Odsjeka za psihologiju Filozofskog fakulteta 2007. godine. Obzirom da je inicijativa prepoznata kao kvalitetna, došlo je do osnivanja Ureda za potporu studenata te je 2011. godine Ured preimenovan u Psihološko savjetovalište za studente Filozofskog fakulteta. Djelatnost Savjetovališta je tijekom akademske godine 2016./2017. službeno proširena na cijelo Sveučilište. Na Sveučilišnom Savjetovalištu trenutno su, u trajnom radnom odnosu, zaposlene dvije djelatnice, magistricе psihologije s edukacijom iz kognitivno-bihevioralne terapije uz koje savjetovanje obavljaju i dvije volonterke temeljem volonterskog ugovora. Početkom 2023. godine Sveučilišno Savjetovalište u stalni radni odnos primilo je dvije magistricе psihologije, Sanja Diósy i Maja Matković, obje s edukacijom iz kognitivno-bihevioralne terapije (Filozofski fakultet Osijek, 2023).

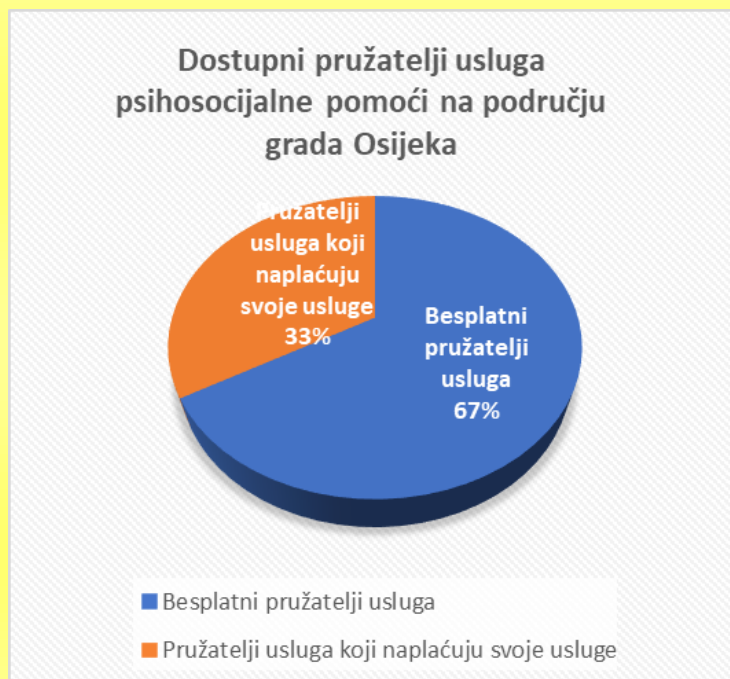
Grafikon 2: Duljina čekanja na tretman na Sveučilišnom Savjetovalištu (Filozofski fakultet Osijek, 2023.)



Grafikonom 2. prikazani su podaci duljine čekanja na tretman psihološkog savjetovanja na Sveučilišnom Savjetovalištu. Uočljivo je značajno smanjenje vremena potrebnog za ostvarenje pristupa usluzi savjetovanja. Navedeno smanjenje možemo povezati s dodatnim zapošljavanjem dvoje stručnjaka koji su uz aktivan rad volontera, prisutnih dugi niz godina u Savjetovalištu, uspješno proveli tretmane na većem broju studenata.

Obzirom na duljinu liste čekanja Savjetovališta, potrebno je istražiti i prikazati alternative, odnosno dostupne pružatelje usluga na području grada Osijeka. Grafikonom 3. prikazan je omjer dostupnih pružatelja usluga koji naplaćuju svoje usluge u usporedbi s onim pružateljima čije su usluge dostupne svima te besplatne. Omjer pružatelja usluga pokazuje nam kako je postoji značajan broj dostupnih pružatelja usluga na području grada Osijeka koji bi studentima mogli poslužiti kao alternativa Sveučilišnom Savjetovalištu. Neke od udruga ili društava koje se bave besplatnim pružanjem usluga psihološke pomoći na području grada Osijeka su Sunce - Društvo za psihološku pomoć, Motiv – kabinet za psihologiju, Udruga Samospoznaja, Psihološko savjetovalište, Centar za psihosocijalnu pomoć Osijek, Zavod za socijalni rad, Caritas te Pučki pravobranitelj.

Grafikon 3: Prikaz dostupnih pružatelja usluga psihosocijalne pomoći na području grada Osijeka (Google pretraživanje, 2024.)



Prikaz kvalitete usluga savjetovanja ostvaruje se analizom broja korisnika po savjetniku, učestalosti susreta te prosječnog trajanja susreta. Navedeni podaci pomažu u procjeni koliko savjetovanje može biti individualizirano i koliko duboko može adresirati potrebe korisnika. Navedeno se postiže na način da je visoka kvaliteta usluga ostvarena manjim brojem korisnika po savjetniku, redovitim susretima koji odražavaju kontinuiranu podršku te susretima koji su temeljito strukturirani. U prosjeku prema podacima Udruge jedna savjetodavka istovremeno je posvećena 2-3 korisnika na način da se susreti odvijaju jednom tjedno ili svaka 2 tjedna što ostavlja dovoljno vremena za detaljno istraživanje i rješavanje pitanja svakog korisnika. Također, svaki susret traje do 60 minuta, a broj susreta ovisi o potrebama svakog korisnika. Navedeno pozitivno utječe na kvalitetu usluga. Fleksibilnost u trajanju i učestalosti susreta omogućuje prilagodbu podrške prema individualnim potrebama svakog korisnika, tako da svaki korisnik ima dovoljno vremena za razgovor i rješavanje svojih izazova, dok mu je pružena adekvatna podrška i resursi za napredak. Na temelju podataka Udruge, ukupan broj korisnika u procesu savjetovanja trenutno iznosi oko 25 korisnika, pretpostavljajući da svaka savjetnica ima dva korisnika.

Što se tiče SOS telefona, pregled za 2023. godinu, prema podacima Udruge, pruža bolji uvid u prosjek primljenih poziva. Tijekom 2023. godine, postojao je jedan volonter koji je pokrивao termine ponedjeljkom i srijedom od 16:00 do 19:00 sati, što čini ukupno 80 od 104 moguća pokrivena termina unutar jedne godine, a navedeno je prikazano tablicom 8. Važno je

napomenuti da se ne prati broj poziva koji dolaze izvan termina dežurstva, odnosno kada nema dežurnog volontera. Prema tome, Udruga ne raspolaže s podacima broja potencijalnih klijenata u potrebi, tijekom cijele godine. Navedeni podaci upućuju na važnost kontinuiranog praćenja i evaluacije da bi se osigurala adekvatna pokrivenost i pružila podrška korisnicima tijekom cijele godine. Kvaliteta usluga na projektu "Sunce za mlade obitelji" osigurana je angažmanom četvero stručnjaka koji pružaju podršku 15 sudionika putem individualnog savjetovanja, dok dodatnih desetak sudionika sudjeluje u radionicama. Na projektu "Trening vještina za mentalno zdravlje mladih", kvaliteta usluga dodatno je naglašena kroz sudjelovanje sedmero stručnjaka. Tri izvoditeljice radionica provode intenzivne cikluse radionica s manjim grupama od 15 sudionika, dok četiri savjetodavke preuzimaju 8 korisnika te sa svakim korisnikom odrade do 6 susreta individualnog savjetovanja. Navedeno znači da su ukupno u savjetovanje uključena 32 korisnika u godinu dana provedbe. Uz to, prisutnost voditeljice projekta i administratorice, koja je jedina stalno zaposlena osoba na projektu, dodatno pridonosi organizaciji i kontinuiranoj podršci.

*Tablica 8. Volontiranje na telefonu - 2023. (podaci DPP Sunce)*

|                          | Broj uspostavljenih poziva | Broj sati dežuranja |
|--------------------------|----------------------------|---------------------|
| 1.                       | 18                         | 78                  |
| 2.                       | 5                          | 21                  |
| 3.                       | 1                          | 6                   |
| 4.                       | 13                         | 39                  |
| 5.                       | 1                          | 39                  |
| 6.                       | 1                          | 15                  |
| 7.                       | 7                          | 27                  |
| 8.                       | 0                          | 15                  |
| 9.                       | 0                          | 9                   |
| 10.                      | 0                          | 3                   |
| <b>UKUPNO</b>            | <b>46</b>                  | <b>252</b>          |
| <b>Ukupno termina</b>    | <b>104</b>                 |                     |
| <b>Pokriveni termini</b> | <b>80</b>                  |                     |

### 3.3. Ciljevi održivog razvoja i politike

S problematikom preduge liste čekanja na savjetovanje na Sveučilištu Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku povezana su 3. cilja održivog razvoja; cilj 3. koji se tiče zdravlja i

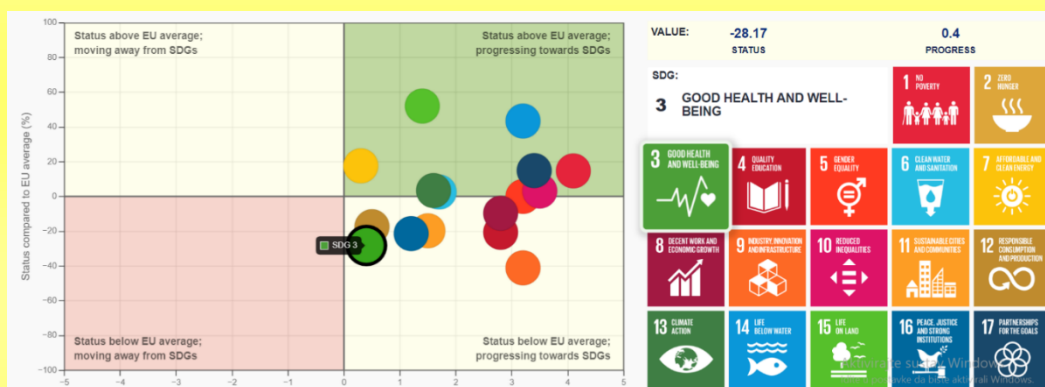
blagostanja, cilj 16. usmjeren na mir, pravdu i snažne institucije te cilj 17. koji promovira partnerstvo kao glavni ključ postizanja ciljeva (UN, 2015)

U 3. cilju održivog razvoja fokus se stavlja na podcilj 3.4 koji do kraja 2030. ima zadatak smanjiti za jednu trećinu broj prijevremenih smrtnih slučajeva od nezaraznih bolesti kroz



prevenciju i liječenje i promovirati mentalno zdravlje i blagostanje te podcilj 3.C. kojim se želi značajno povećati financiranje u području zdravstva, kao i zapošljavanja, obuke i zadržavanje zdravstvenih radnika u zemljama u razvoju, posebno u najmanje razvijenim zemljama i malim otočnim zemljama u razvoju. Prema podacima s Eurostata (2023), Hrvatska se u politikama s područja zdravlja i blagostanja nalazi ispod prosjeka razvijenosti ostalih zemalja Europske unije (grafikon 4.)

Fotografija 9: Cilj 3 održivog razvoja (Google fotografije, 2024.)



Grafikon 4: Republika Hrvatska u odnosu na druge zemlje Europske unije prema 3. cilju održivog razvoja (Eurostat, 2024.)

Nadalje, prema podacima s Eurostata, u 2019. godini Republika Hrvatska je bila 8. zemlja od njih 37 prema kojima stanovnici u dobi od 16 do 29 godina svoje zdravlje smatraju lošim. Hrvatski zdravstveno statistički ljetopis za 2022. godinu ukazuje da od ukupnih 437 slučajeva problema s mentalnim zdravljem mladeži i studenata, 31 njih je s područja Osječko-Baranjske županije (tablica 9.).

Tablica 9. Djelatnost zdravstvene zaštite, školske djece, mladeži i studenata (Hrvatski zavod za javno zdravstvo, 2022.)

|                        | Savjetovalište / Counseling center |                   |                   |                        |                  |                                                           |                                            |        |  |
|------------------------|------------------------------------|-------------------|-------------------|------------------------|------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------|--------|--|
| Županija               | Problemi učenja                    | Rizično ponašanje | Mentalno zdravlje | Reproduktivno zdravlje | Kronične bolesti | Očuvanje i unapređenje zdravlja i zdravijeg načina života | Kratke konzultacije s doktorom ili sestrom | Ostalo |  |
| County                 | Learning difficulties              | Risk behavior     | Mental health     | Reproductive health    | Chronic diseases | Healthier life style counseling                           | Short consultation with MD or nurse        | Other  |  |
| Hrvatska - Croatia     | 89                                 | 59                | 437               | 657                    | 610              | 4.206                                                     | 2.608                                      | 99     |  |
| Grad / City of Zagreb  | 63                                 | 5                 | 253               | 108                    | 193              | 154                                                       | 561                                        | 64     |  |
| Zagrebačka             | 0                                  | 0                 | 0                 | 0                      | 0                | 0                                                         | 0                                          | 0      |  |
| Krapinsko-zagorska     | 0                                  | 0                 | 0                 | 0                      | 0                | 0                                                         | 0                                          | 0      |  |
| Sisačko-moslavačka     | 0                                  | 0                 | 0                 | 1                      | 1                | 0                                                         | 1                                          | 1      |  |
| Karlovačka             | 0                                  | 0                 | 0                 | 2                      | 0                | 0                                                         | 0                                          | 0      |  |
| Varaždinska            | 0                                  | 0                 | 1                 | 0                      | 3                | 0                                                         | 1                                          | 0      |  |
| Koprivničko-križevačka | 0                                  | 0                 | 0                 | 5                      | 0                | 13                                                        | 0                                          | 0      |  |
| Bjelovarsko-bilogorska | 0                                  | 0                 | 0                 | 0                      | 0                | 0                                                         | 0                                          | 0      |  |
| Primorsko-goranska     | 16                                 | 17                | 103               | 314                    | 286              | 3.474                                                     | 920                                        | 23     |  |
| Ličko-senjska          | 0                                  | 1                 | 1                 | 3                      | 1                | 1                                                         | 3                                          | 0      |  |
| Virovitičko-podravska  | 0                                  | 0                 | 0                 | 0                      | 0                | 0                                                         | 0                                          | 0      |  |
| Požeško-slavonska      | 0                                  | 0                 | 0                 | 0                      | 0                | 0                                                         | 0                                          | 0      |  |
| Brodsko-posavska       | 0                                  | 1                 | 3                 | 26                     | 1                | 21                                                        | 3                                          | 0      |  |
| Zadarska               | 0                                  | 0                 | 11                | 4                      | 1                | 9                                                         | 169                                        | 0      |  |
| Osječko-baranjska      | 0                                  | 33                | 31                | 127                    | 104              | 362                                                       | 751                                        | 1      |  |
| Šibensko-kninska       | 0                                  | 0                 | 2                 | 2                      | 0                | 10                                                        | 44                                         | 0      |  |
| Vukovarsko-srijemska   | 0                                  | 0                 | 0                 | 0                      | 0                | 0                                                         | 0                                          | 0      |  |
| Šplitsko-dalmatinska   | 10                                 | 2                 | 16                | 64                     | 5                | 152                                                       | 91                                         | 6      |  |
| Istarska               | 0                                  | 0                 | 16                | 1                      | 15               | 8                                                         | 14                                         | 3      |  |
| Dubrovačko-neretvanska | 0                                  | 0                 | 0                 | 0                      | 0                | 0                                                         | 3                                          | 0      |  |
| Međimurska             | 0                                  | 0                 | 0                 | 0                      | 0                | 2                                                         | 47                                         | 0      |  |

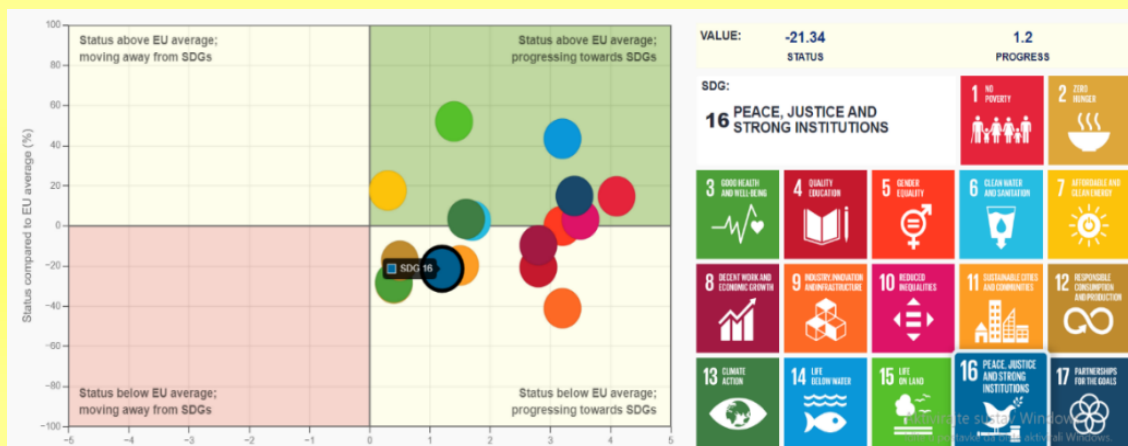
Kroz 16. cilj održivog razvoja se u fokusu pronašao podcilj 16.6. koji želi razviti djelotvorne,



odgovorne i transparentne institucije na svim razinama.

I u ovom slučaju se, po pitanju mira, pravde i snažnih institucija, Republika Hrvatska nalazi ispod prosjeka razvijenosti ostalih zemalja Europske unije (Eurostat, 2023, grafikon 5.). Ono što dokazuje ovaj problem je podatak s Eurostata koji navodi da povjerenje građana prema institucijama od 2019. do 2023. raste iznimno sporo, dok je u 2023. godini samo 56% stanovništva imalo povjerenja prema državnim institucijama.

Fotografija 10: Cilj 16 održivog razvoja (Google fotografije, 2024.)



Grafikon 5: Republika Hrvatska u odnosu na druge zemlje Europske Unije prema 16. cilju održivog razvoja (Eurostat, 2024.)

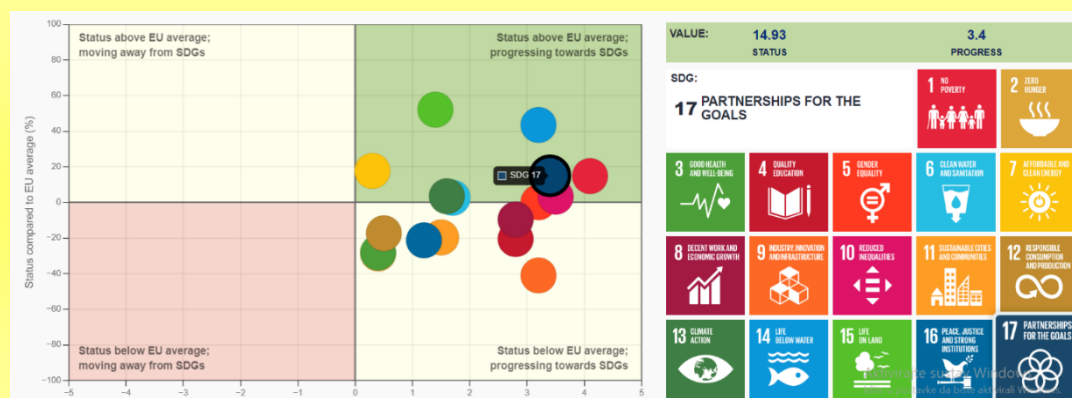
Zadnji cilj, 17. usmjeren je na partnerstvo, a u fokusu je njegov podcilj 17.17. koji želi ostvariti



podržavanje i promoviranje djelotvornih javnih i javno-privatnih partnerstva, odnosno partnerstva civilnog društva, gradeći ih na iskustvima i strategijama pronalaženja resursa za partnerstva. U ovom slučaju, Republika Hrvatska se nalazi malo iznad prosjeka razvijenosti ostalih zemalja Europske unije (Eurostat, 2023, grafikon 6.).

Fotografija 11: Cilj 17 održivog razvoja (Google fotografije, 2024.)

Konkretan primjer nalazi se u partnerstvu Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku sa Društvom za psihološku pomoć „Sunce“ koje je u sklopu projekta preuzelo određen broj korisnika i pružilo im savjetodavnu pomoć.



Grafikon 6: Republika Hrvatska u odnosu na druge zemlje Europske Unije prema 17. cilju održivog razvoja (Eurostat, 2024.)

### 3.3.1. Politike

Dokument koji može biti od velikog značaja za poboljšanje mentalnog zdravlja studenata, a koji je ujedno i temelj kada je riječ o zdravstvenoj zaštiti građana Republike Hrvatske, jest **Zakon o zdravstvenoj zaštiti (NN 100/18, 125/19, 147/20, 119/22, 156/22, 33/23)**. Zakonom o zdravstvenoj zaštiti (dalje u tekstu: Zakon) propisano je da svaka osoba u Republici Hrvatskoj ima pravo na zdravstvenu zaštitu kao i na mogućnost ostvarivanja najviše moguće razine zdravlja. Također, prema članku 6. stavku 1. Zakona, Republika Hrvatska dužna je mjerama gospodarske i socijalne politike osigurati svima najvišu razinu zdravstvene zaštite te uvjete za očuvanje i poboljšanje zdravlja stanovništva. Osim toga, jedinice lokalne (regionalne) samouprave u skladu s utvrđenim pravima i obvezama dužne su osigurati uvjete za zaštitu, očuvanje i poboljšanje zdravlja stanovništva. Prema članku 29. Zakona, zdravstvena djelatnost podrazumijeva djelatnost koju obavljaju zdravstveni radnici, iznimno, zdravstvenu djelatnost na području promicanja zdravlja, prevencije bolesti te zaštite mentalnog zdravlja mogu obavljati i nezdravstveni djelatnici. Nadalje, članak 30. Zakona uređuje zdravstvenu zaštitu na primarnoj razini, a među kojom je i savjetovanje, zdravstveno prosvjeđivanje i promicanje zdravlja radi njegova očuvanja te zaštita mentalnog zdravlja, izvanbolničko liječenje mentalnih bolesti i poremećaja, uključujući ovisnosti (Zakon o zdravstvenoj zaštiti, NN 100/18, 125/19, 147/20, 119/22, 156/22, 33/23).

**Zakon o djelatnosti socijalnog rada (NN 16/19, 18/22)** (dalje u tekstu: Zakon o djelatnosti) propisuje da se djelatnost socijalnog rada temelji na načelima i spoznajama koje, između ostalog, obuhvaćaju savjetovanje kao komunikacijski proces. U tom procesu socijalni radnik potiče korisnika na razvoj novih mogućnosti u svrhu sagledavanja životne situacije, radi prevladavanja određene poteškoće te stvaranja uvjeta za razvoj i očuvanje vlastitih mogućnosti. Također, djelatnost socijalnog rada obuhvaća i psihosocijalnu podršku koja predstavlja skup stručnih postupaka pružanja pomoći i podrške pojedincu radi razvoja i jačanja kognitivnih, funkcionalnih, komunikacijskih ili socijalnih vještina korisnika (Zakon o djelatnosti socijalnog rada, NN 16/19, 18/22). Navedene kompetencije propisane Zakonom o djelatnosti omogućuju socijalnom radniku kao nezdravstvenom djelatniku sudjelovanje u promicanju i jačanju mentalnog zdravlja građana Republike Hrvatske.

**Strateški okvir razvoja mentalnog zdravlja do 2030. (Ministarstvo zdravstva, 2022)** (dalje u tekstu: Strateški okvir) za cilj ima definirati dugoročne ciljeve za unaprjeđenje već postojećih i razvoj novih načina zaštite mentalnoga zdravlja građana Republike Hrvatske. Prema

Strateškom okviru nužno je smanjiti pojavu mentalnih poremećaja i invaliditeta povezanih s njima te povećati dostupnost skrbi na cijelom teritoriju Republike Hrvatske. Jedan od temelja za kvalitetniju skrb uključuje i podizanje svijesti o problemima i potrebi za poboljšanjem usluga za zaštitu i očuvanje mentalnog zdravlja među građanima. Prema Strateškom okviru očuvanje mentalnog zdravlja od velike je važnosti za rast i razvoj cjelokupne zajednice jer pridonosi poboljšanju općeg zadovoljstva građana, osobnom razvoju, socijalnoj uključenosti i produktivnosti. Na taj način se smanjuje potreba za zdravstvenom skrbi, a potiče ekonomski i društveni razvoj države.

**Nacionalni plan razvoja zdravstva za razdoblje od 2021. – 2027. godine (Vlada Republike Hrvatske, 2021)** (dalje u tekstu: Nacionalni plan) za osnovni cilj ima unaprijediti zdravstveni sustav i zdravstvene ishode populacije. Prema Nacionalnom planu, srednjoročna vizija jest osigurati da zdravstveni sustav Republike Hrvatske postane učinkovitiji, kvalitetniji i održiviji, uz izvrsnu dostupnost zdravstvene skrbi bez obzira gdje građani žive. Prema Nacionalnom planu, neki od prioriteta javne politike uključuju promicanje zdravlja i aktivnog života svih građana, suradnju između sektora zdravstva, socijalne skrbi, obrazovanja, sporta, poljoprivrede i kulture, koordinaciju sa sustavom socijalne skrbi, osiguravanje dovoljno radne snage u zdravstvu i poboljšanje zdravstvene zaštite za ranjive skupine. Osim toga, Strateškim okvirom definirani su i posebni ciljevi, a oni uključuje poboljšanje životnih navika i učinkovitija prevencija bolesti, prevencija vodećih nezaraznih bolesti koje, uz karijes, podrazumijevaju i ozljede i bolesti mentalnog zdravlja te unaprjeđenje sustava zdravstvene zaštite kroz koordinaciju i integraciju resursa zdravstva i socijalne skrbi.

**Plan zdravstvene zaštite Republike Hrvatske (NN 19/20)** (dalje u tekstu: Plan) za cilj ima zaštititi i unaprijediti zdravlje stanovništva u cjelini, organizirati zdravstvenu zaštitu na način da ispunjava načela sveobuhvatnosti, kontinuiranosti te dostupnosti. Osim toga, navodi potrebe stanovništva od posebnog interesa za Republiku Hrvatsku, a među kojima je promicanje tjelesnog i mentalnog zdravlja. Nadalje, nalaže osnove razvoja djelatnosti na primarnoj razini, a koje uključuju zaštitu zdravlja majke, djece i mladih te zaštitu mentalnoga zdravlja u zajednici (Plan zdravstvene zaštite Republike Hrvatske, NN 19/20).

#### **4. MAPIRANJE**

Prostorije Udruge smještene u samome središtu grada Osijeka, s dobrom prometnom infrastrukturnom povezanošću, svojim korisnicima i drugim dionicima, omogućuju lakši

pristup Udruzi te korištenje usluga koje su namijenjeni članovima zajednice. Kada promatramo kulturološke resurse, važno je istaknuti da članovi Udruge izuzetno proaktivno djeluju na smanjenje problema kojim se bavi ova procjena zajednice – duge liste čekanja studentskog Savjetovališta pri Sveučilištu Josipa Jurja Strossmayera u Osijeku. Također, izuzev činjenice da članovi aktivno rade na rješavanju istaknutog problema, važno je spomenuti i njihovu vitalnost te agilnost. Naime, agilnost članova ogleda se u njihovom nastojanju pronalaska najadekvatnijeg rješenja problema dugih lista čekanja – uz sufinanciranje od strane Republike Hrvatske rade na projektu putem kojeg u suradnji sa studentskim Savjetovalištem pružaju psihosocijalnu uslugu savjetovanja studentima u potrebi za istim. Jedan od važnijih aspekata jesu i infrastrukturne prednosti koje odlikuju samu Udrugu. Budući da je ista smještena u samome centru grada, izvršno je prometno povezana sa ostatkom grada. Gradom prometuju autobusi i tramvaji Gradskog prijevoza putnika, koji imaju zavidan broj linija kojima povezuju sve dijelove grada, no osim autobusne i tramvajske povezanosti važno je istaknuti i velik broj biciklističkih staza koje građanima omogućuju brz, jednostavan i siguran put do gotovo svakog kutka grada. Sama Udruga u svome vlasništvu ima dva prostora, koja su prilagođena za provedbu aktivnosti Udruge te pružanje usluga psihološkog savjetovanja, ali i provedbu raznih drugih aktivnosti u svome djelokrugu. Financiranje Udruge temelji se na financiranju iz državnog proračuna putem javnih natječaja raspisanih od strane nadležnih ministarstava, te samom motivacijom stručnjaka u Udruzi za pronalaskom dodatnih financijskih sredstava u cilju djelovanja na rješenje problema. Nadalje, od iznimne je važnosti istaknuti jedan od najznačajnijih resursa – resurse ljudi. Resursi koje posjeduju stručnjaci zaposleni i aktivni u Udruzi su, prvenstveno, zavidno znanje u području pružanja psiholoških usluga te kompetencije, kao i vještine vođenja koje se ponajviše ogledaju u provedbi raznih radionica, seminara, edukacija te savjetodavnog rada. Također, nužno je istaknuti i volontere u Udruzi koji su, prije svega stručnjaci iz područja psihologije, te koji svojim znanjima i kompetencijama dodatno doprinose radu i funkcioniranju same Udruge, ali i radu sa studentima u vidu pružanje psihosocijalne pomoći savjetovanja. Radna etika u Udruzi osigurava povjerenje klijenata, obzirom da povjerljive informacije stručnjaci tretiraju s pažnjom. Profesionalizam, koji uključuje pridržavanje standarda prakse i poštivanje granica klijenata, također proizlazi iz etičkih normi te štiti klijente od neprimjerenih intervencija što posljedično povećava učinkovitost same usluge. Politički se pak resursi očituju u postojanju pristupačnih puteva putem kojih Udruga može ostvariti kontakt s donositeljima odluka poput rektora sveučilišta ili predstavnika grada te čak samog gradonačelnika grada Osijeka. Osim toga, sama Udruga uspješno surađuje s donositeljima odluka što mogu zahvaliti i online sastancima putem *Zoom*

platforme koji značajno olakšavaju stupanje u kontakt sa donositeljima odluka te rješavanju određenih pitanja. Naposljetku, nužno je spomenuti i socijalne resurse u koje se ubrajaju studentske udruge i zborovi na području osječkog Sveučilišta te njihova međusobna umreženost. Osim umreženosti osječkih studenata, važno je istaknuti i dobru povezanost članova unutar same Udruge koja rezultira raznim aktivnostima usmjerenim na studentsku populaciju. Udruga također odiše i međusobnim povjerenjem koje je vidljivo u funkcioniranju Udruge čiji je fokus rada usmjeren na dobrobit zajednice – kako ranjivih skupina društva, tako i studenata osječkog Sveučilišta kod kojih su prepoznali potrebu za uslugom psihosocijalnog savjetovanja. Dobra povezanost između organizacija, posebice Udruge te studentskog Savjetovaništa vidljiva je kroz rezultate postignute projektom na kojem trenutno surađuju te studentima koji su zahvaljujući njihovoj suradnji ostvarili mogućnost pristupa usluzi savjetovanja.

#### **4.1. Zaključak o bogatstvu i dostupnosti resursa**

Analizom raznih resursa, od prirodnih i financijskih do resursa ljudi i socijalnih resursa, možemo zaključiti kako Udruga posjeduje mnoštvo resursa koji uvelike doprinose njenom radu te uslugama koje pruža članovima zajednice, no posebno studentima osječkoga Sveučilišta. Znanja, kompetencije i sposobnosti stručnjaka koji djeluju u Udruzi jedan su od izuzetno važnih resursa koji doprinose rješanju problema kojim se ova procjena zajednice bavi, a to je smanjenje dugih lista čekanja studentskoga Savjetovaništa. Osim znanja i vještina stručnjaka, značajnu ulogu ima i infrastruktura, odnosno postojanje prostora u vlasništvu Udruge u kojem se odvijaju susreti, radionice te druge brojne aktivnosti provedene od strane Udruge. Značaj prostora za održavanje navedenih aktivnosti jedna je od glavnih prednosti Udruge te mogućnosti njezina djelovanja, budući da je problematika manjka prostora za održavanje aktivnosti drugim udrugama na području grada Osijeka izuzetna prepreka, odnosno poteškoća, koja negativno djeluje na njihov rad. Također, kao jedna od prednosti Udruge ističe se prepoznatljivost stručnog djelovanja kao i ostvareni rezultati, smanjenja liste čekanja studentskog Savjetovaništa, u proteklom vremenskom periodu. Osim ljudskih i infrastrukturnih resursa, kao značajne pozitivne strane važno je istaknuti i uspješna suradnja s lokalnim donositeljima odluka koja uvelike pozitivno može djelovati na rast i razvoj same Udruge te na njezin utjecaj u samoj zajednici. S druge pak strane, usprkos bogatstvu ljudskih resursa kao i prisutnosti značajnih političkih resursa, jedna od slabosti djelovanja same udruge jesu financijski resursi. Naime, Udruga djeluje kao neprofitna organizacija koja se financira

isključivo putem projekata i drugih sličnih izvora financiranja na državnoj razini, odnosno Udruga nema stalan izvor prihoda kojima bi osigurala zadovoljenje potreba u lokalnoj zajednici. Istaknutu prepreku stručnjaci aktivni u Udruzi nastoje prevladati pronalaskom dodatnih financijskih sredstava koje imaju za cilj usmjeriti prema razvoju daljnjih alternativnih načina rješenja duge liste čekanja Savjetovašta, odnosno osiguravanja pružanja usluga psihološkog savjetovanja studentima.

### Prirodni resursi

Smještaj u centru grada Osijeka što uvelike doprinosi povezanosti s građanima, odnosno korisnicima.

### Kulturološki resursi

Članovi Društva za pružanje psihološke pomoći - Sunce proaktivno su usmjereni na poboljšanje trenutne situacije manjka usluga psihološkog savjetovanja usmjerenih na studente, kulturalna vitalost i agilnost

### Infrastrukturne prednosti

Udruga je smještena u centru Osijeka te je prometno izvrsno povezana s ostatkom grada, infrastruktura prostora prilagođena je za provedbu aktivnosti, mogućnost korištenja dodatnih prostorija u vlasništvu udruge

### Financijski resursi

Motivacija stručnjaka za pronalaskom dodatnih financijskih sredstava u cilju djelovanja na identificirani problem, financiranje na državnoj razini putem projekata

### Resursi ljudi

Znanja stručnjaka, dobre vještine vođenja članova DPP Sunce, volonteri - stručnjaci, radna etika

### Politički resursi

Postojanje pristupačnih puteva do donositelja odluka - rektor, predstavnici grada Osijeka, umreženost sa donositeljima odluka - Zoom sastanci

### Socijalni resursi

Postojanje studentskih zborova/udruga - umrežavanje, dobra povezanost ljudi unutar DPP Sunce, međusobno povjerenje, rad usmjeren na dobrobit zajednice, dobra povezanost između organizacija

## 5. METODE, PRIKUPLJANJE PODATAKA I ANALIZA, GANTT

Ovim istraživanjem nastoje se identificirati oblici pružanja psihološke pomoći koji su dostupni studentima na području grada Osijeka te koje su lokalno prihvatljive alternative za povećanje opsega pomoći. U sklopu ovoga istraživanja nastojalo se ispitati važne aktore kao što su studenti koji su prošli sam proces savjetovanja, oni koji su na listi čekanja, ali i oni koji žele ući u sam proces, te stručnjaci koji posjeduju duboko razumijevanje ove tematike. Korištena je kvalitativna istraživačka metodologija, a sami cilj kvalitativne analize je detaljno opisivanje i tumačenje pojava da bi se one u potpunosti i dublje razumjele, ona je obično dublja i detaljnija, nego ona analiza zahvaćena tradicionalnim istraživačkim metodama. Primarni su podaci kod ovakvog tipa istraživanja riječi koje nalazimo u tekstu sačinjenom na temelju provedenog intervjua (Milas, 2009). Metoda kojom smo se koristile u provedbi ovog kvalitativnog istraživanja jesu intervju-standardizirani ili strukturirani intervju. Mjerni instrument u kvalitativnom tipu istraživanja, kako tvrdi Milas (2009) jest istraživač sam. Buljan (2021) navodi, intervju se odnosi na individualnu komunikaciju s jednom osobom te je takva metoda prikladna za provođenje istraživanja kojima su predmeti istraživanja osjetljivije tematike kao što su procjene iskustava. Standardizirani se intervju temelji na pretpostavci da se točno zna što se želi istražiti te se sudionike vodi u tom smjeru (Milas, 2009). Pitanja u istraživanju za sve sudionike bila su ista. Postavljala se jednakim redoslijedom i istim riječima te su se provodili u unaprijed dogovorenim prostorijama i bez prisutnosti drugih osoba. Intervju je sniman, a na temelju snimki su izrađivani transkripti koji su služili za obradu podataka. Prije samog intervjua sudionicima je predstavljen cilj istraživanja te se sudionicima ispitivanja naglašava anonimnost sudionika, kao i mogućnost odustajanja od intervjuiranja u bilo kojem trenutku. Dodatna sigurnost se garantira i time što će rezultati istraživanja biti promatrani na grupnoj, a ne pojedinačnoj razini. Snimljeni audio zapisi su bili dostupni isključivo istraživačima i samo su oni znali identitet osobe. Također u uvodnim riječima je iskazana i zahvala za izdvajanje vremena za sudjelovanje. Nakon informiranja o samom istraživanju sudionici su dali pisani informirani pristanak za snimanje cijelog intervjua te da se njihovi odgovori koriste u obradi podataka. Dakle, istraživanje je ispunilo etička načela tako što se osigurao informirani pristanak svih sudionika, zaštitu njihove privatnosti i povjerljivosti te primjenu pravednih i poštenih metoda u prikupljanju i analizi podataka. Ulogu intervjuera imale su studentice četvrte godine Sveučilišnog diplomskog studija socijalnog rada upisane na kolegij „Socijalni rad u zajednici“ u akademskoj godini 2023./ 2024., a prikupljanje podataka

je trajalo tijekom travnja 2024. godine. Trajanje intervjua u prosjeku iznosilo 20 minuta, pri čemu je najkraći trajao 15 minuta, a najduži 30 minuta.

### **5.1. Cilj rada**

Cilj je istraživanja identificirati oblike pružanja psihološke pomoći koji su dostupni studentima na području grada Osijeka te koje su lokalno prihvatljive alternative za povećanje opsega pomoći. U skladu s ciljem istraživanja oblikovana su sljedeća istraživačka pitanja: (1) Kako smanjiti liste čekanja na studentskom savjetovalištu? (2) Koji su mogući alternativni oblici pružanja pomoći?

### **5.2. Sudionici**

U istraživanju je korišten namjerni uzorak, odnosno istraživanje je obuhvatilo sudionike s posebnim karakteristikama koje su ključne za razumijevanje istraživačkog pitanja. S obzirom na to da se radi o kvalitativnom istraživanju uzorci su manji u odnosu na kvantitativna (Buljan, 2021.) Ukupna veličina uzorka ovog istraživanja je 16 sudionika (N=16), od čega su tri muškog, a 13 ženskog spola. Kako bismo dublje razumjeli istraživački problem, uzorak je uključivao stručnjake s područja psihologije te studente koji su prošli psihološko savjetovanje, koji se nalaze na listi čekanja i oni koji žele započeti proces savjetovanja. Od ukupnog uzorka, najveći broj sudionika činili su studenti, njih 10. Sudionici su unaprijed definirani te kontaktirani elektroničkom poštom ili telefonskim pozivom. Važno je napomenuti da se istraživanje fokusiralo na područje grada Osijeka, čime su rezultati direktno povezani s lokalnim kontekstom i specifičnostima ovog grada.

### **5.3. Postupak provedbe istraživanja**

Istraživači su najprije kontaktirali sudionike elektroničkom poštom ili telefonskim pozivom te nakon pristanka za sudjelovanje dogovoreno je vrijeme i mjesto provođenja intervjua. U timu je osam intervjuera te je svatko odabrao dva sudionika koja će intervjuirati. Intervjui su provedeni „licem u lice“ te osim istraživača i sudionika nisu bile prisutne druge osobe. Prije početka provođenja istraživanja potrebno je dobiti informirani pristanak. Informirani pristanak obuhvaća obavješćavanje sudionika o istraživačima (imenu i prezimenu, ustanovi u sklopu kojeg se provodi, kontaktu istraživača), relevantnim informacijama koje se tiču istraživanja kao što je svrha i cilj istraživanja, naziv istraživanja, mentora, o kakvoj se vrsti istraživanja radi i kojom će se metodom provoditi te koliko će trajati. Sudionici također, u sklopu informiranog pristanka, moraju biti obaviješteni i o dobrovoljnosti sudjelovanja u istraživanju i mogućnosti odustajanja od istoga u bilo kojoj fazi istraživanja i razini povjerljivosti. Također moraju dobiti

informaciju o načinu obrade podataka (Ajduković i Keteseš, 2020), na primjer u našem slučaju informaciju da će intervju biti sniman u svrhu transkriptiranja te da će se rabiti citati iz tako načinjenog teksta. Sve navedene segmente informiranog pristanka zadovoljile smo unutar ovog kvalitativnog istraživanja. Povjerljivost se podataka jamči na način da se ne otkriva identitet sudionika istraživanja niti u pisanim, niti u usmenim istraživanjima (Ajduković i Keteseš, 2020) te je ona također zadovoljena unutar ovog istraživanja. Ono što je također bitno da se unutar ovog istraživanja sudionicima jamčila anonimizacija, što znači da će se sve informacije koje bi mogle ukazivati o kojoj se osobi radi biti kodirane, odnosno da će se ono što može upućivati o kome se radi biti pseudonimiziran (poput imena i prezimena). Sudionici su također bili obaviješteni da, s obzirom na to da se radi o strukturiranom intervjuu, razgovor će se snimati, ali isključivo u svrhu prebacivanja govornih jedinica u tekst za analizu. Navedene informacije sudionicima bile su upućene usmenim putem, a potom se svakom od sudionika dao i pisani oblik na kojem su morali ostaviti svoj potpis koji je znak pristanka za sudjelovanje. Nakon navedenog, istraživač pokreće snimanje te koristi unaprijed dogovorena pitanja. Sva pitanja za sve sudionike bila su ista te su se postavljala jednakim redoslijedom i istim riječima. Pitanja su bila otvorenog tipa, a ispitivala su načine dostavljanja psihološke pomoći, dostupnosti istih, primjerima dobre prakse, moguće tehnike i alternativne načine koji bi unaprijedili usluge i tako riješili problematiku duge liste čekanja. Intervju je trajao od 15 do 30 minuta, nakon toga bi se istraživači još jednom zahvalili na izdvojenom vremenu te zaustavili snimanje.

#### **5.4. Analiza podataka**

Opisivanje rezultata kvalitativnog istraživanja razlikuje se od onog kvantitativnog tipa s obzirom na to da oni kod ovog tipa uključuju opis nalaza i citate (Buljan, 2021). Da bismo građu pripremili za obradu, postupak pripreme sastojao se od prebacivanja audio zapisa intervjuu u tekstualni oblik, a nakon prebacivanja u tekst, provedeno je kodiranje te su se odgovori dijelili u nekoliko tematskih jedinica. Kodiranje je provedeno na Google disku, a pristup istom je bio ograničen samo na intervjue. Dobivene tematske jedinice su: obilježja psihološke pomoći sa svojim podtemama: oblici pružanja pomoći, prepreke, dostupnost i unaprjeđenje uvjeta rada, a druga tematska jedinica je načini unaprjeđenja psihološke pomoći također sa svojim podtemama smanjenje liste čekanja, inovativne tehnike psihološke pomoći i suradnja s drugim dionicima.

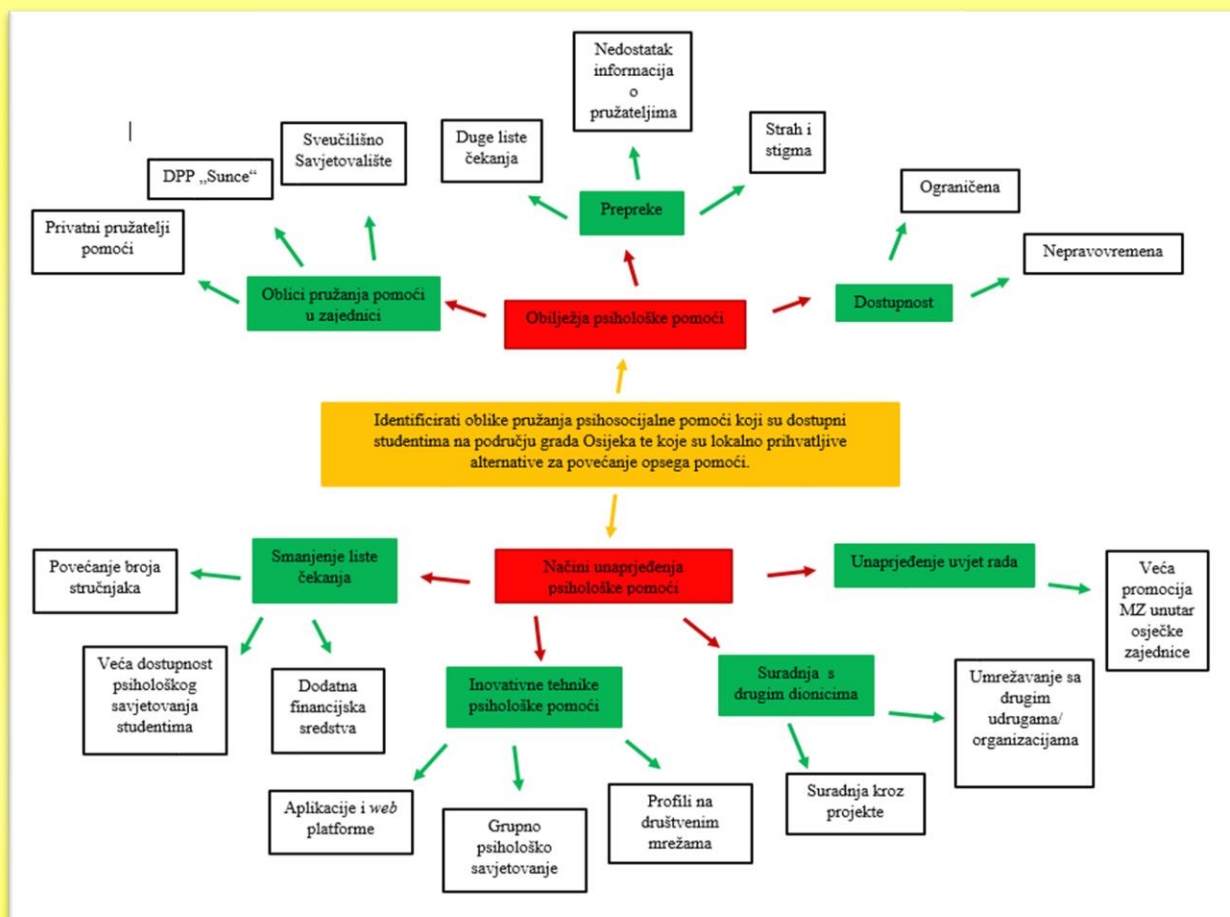
## **6. REZULTATI I RASPRAVA**

### **6.1.Rezultati**

U nastavku će biti opisane i analizirane tematske jedinice i njihove potkategorije koje su dobivene ovim istraživanjem.

1.      obilježja psihološke pomoći:
  - oblici pružanja pomoći
  - prepreke
  - dostupnost
  - unaprjeđenje uvjeta rada
2.      načini unaprjeđenja psihološke pomoći
  - smanjenje liste čekanja
  - inovativne tehnike psihološke pomoći

- suradnja



Fotografija 12: Teorijski okvir koji vodi procjenu zajednice (autorice rada, 2024.)

### 6.1.1. Obilježja psihološke pomoći

#### 6.1.1.1. Oblici

Pružanje besplatne psihološke pomoći studentima može se realizirati kroz razne načine, među ostalima i kroz pružanje psihološke pomoći na Sveučilištu te kroz neprofitne organizacije. Time omogućavamo studentima pristup raznovrsnim resursima i podršci, odnosno stvaranju boljih uvjeta za njihovim uključivanjem u podršku na različite načine. Pružanje psihološke pomoći na fakultetu omogućava studentima vid podrške u poznatom i sigurnom okruženju dok u neprofitnim organizacijama studenti imaju priliku sudjelovati u raznim aktivnostima, radionicama, predavanjima i sličnim oblicima podrške. U prilog tome govori izjava sudionika koji navodi: „...znači jedan oblik je kroz savjetovanje, kroz psihološko savjetovanje pri Sveučilištu, odnosno Filozofskom fakultetu, na taj način se zapravo pruža besplatno savjetovanje svim studentima. Znači to je jedan uvjet, zapravo da ne obuhvaća cijelu skupinu mladih već studente. Drugi način je zapravo kroz neprofitne organizacije koje pružaju zapravo

ili radionice ili nekakve aktivnosti, edukacije, predavanja, osvještavanje o mentalnom zdravlju...”

#### **6.1.1.2. Prepreke**

Jedna od najvećih prepreka kod pružanja besplatne psihološke pomoći studentima svakako je preduga lista čekanja pri čemu je otežan pravovremeni pristup potrebnoj pomoći. Ispitanik u intervjuu vezano uz prepreke rekao je sljedeće: „...ja ću se referirati na svoje iskustvo, a to je definitivno duga lista čekanja. Dakle, ono što se meni dogodilo jest to da sam se ja javila u petom mjesecu 2022., na što su oni meni povratno dogovorili...kao, žao nam je, ono...lista čekanja se proteže od jednu do dvije godine, tko zna kad će te doći na red...” Prema navedenom možemo vidjeti da su liste čekanja preduge, čeka se do dvije godine, a posljedice na mentalno zdravlje mogu biti katastrofalne. Jedna od prepreka je i nedostatak stručnog kadra. Postojeći sustav je preopterećen što za posljedicu ima toliko duge liste čekanja, također nedostaje podrška od strane drugih srodnih institucija i udruga koje bi mogle biti od značaja. Pojam "značaj" se odnosi na potencijalnu važnost i vrijednost koju te institucije i udruge mogu donijeti u kontekstu poboljšanja funkcioniranja sustava kroz dodatne resurse, stručnost i pomoć koja trenutno nedostaje. Navedene prepreke zahtijevaju hitna rješenja, uključujući povećanje broja stručnjaka u radu sa studentima, veću podršku, kao i ažurniji način upravljanja zahtjevima za psihološku pomoć.

„... i onda nakon nekog vremena se samo osjećaš  
bepomoćno jer nitko ne reagira...”

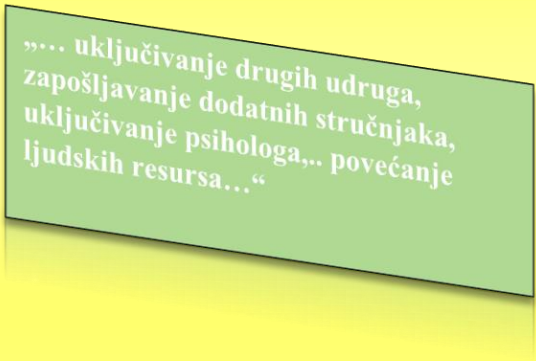
#### **6.1.1.3. Dostupnost**

Pristup psihološkoj pomoći često je ograničen nizom prepreka, što može imati ozbiljne posljedice za one kojima je pomoć potrebna. Jedan od najvažnijih problema je vrijeme čekanja na savjetovanje. Čak i kada se osoba odluči potražiti pomoć, može naići na dugačke liste čekanja, što dodatno povećava osjećaj bespomoćnosti i frustracije. Iskustva ispitanih studenata potvrđuju da vrijeme provedeno u čekanju može biti vrlo stresno i opasno. Jedna osoba je podijelila svoje iskustvo: „... ali nije baš dostupna jer baš postoji neka prepreka s vremenom kad se može pristupiti savjetovanju, mislim meni je u tom vremenu kad sam čekao moglo biti još puno gore, sva sreća da nije, ali opet to je moglo donijeti neke loše posljedice, a i stvarno treba puno da se netko odluči zapravo potražiti pomoć i onda nakon nekog vremena se samo osjećaš bepomoćno jer nitko ne reagira...” Dugotrajno čekanje može značajno otežati proces oporavka i dodatno obeshrabriti one koji su već uložili velik napor da potraže pomoć. Kada,

nakon donošenja te teške odluke, nailaze na prepreke poput dugih listi čekanja, osjećaj bespomoćnosti se samo pojačava jer, kako kaže naš ispitanik; "nitko ne reagira."

#### **6.1.1.4. Unaprjeđenje uvjeta rada**

Napredak u pružanju besplatne psihološke pomoći studentima može se postići kroz aktivno uključivanje studenata na način da glasnije traže pomoć i podršku, čime bi smanjili stigmatu vezanu uz mentalno zdravlje i na taj način povećali svijest o ovoj problematici. Studenti predstavljaju skupinu izloženu stresorima kao što su oni vezani uz fakultet i razne promjene u njihovim privatnim životima i na globalnoj razini. Kroz komunikaciju usmjerenu prema samom vrhu fakulteta i Sveučilišta, ali i kroz razne peticije, sastanke i kampanje moguće je postići napredak u smanjenju lista čekanja i povećanju broja psiholoških usluga za studente. Jedan od odgovora u intervjuu glasi: „Tako da možda čak i studente usmjeriti na to traženje pomoći, više na javne načine u smislu da budu glasni, a ne samo da mi kao stručnjaci budemo ti koji govore treba pomoć, treba pomoć, treba nam više podrške od strane vrha, nego bi bilo dobro da se i studenti više uključe i budu glasni. Poput dajte nam prilike za besplatnu pomoć jer čuli smo nekada da su stavovi fakulteta i nekih ljudi na višim pozicijama bude kao „pa dobro šta, to su studenti, nije da im,... kao trebaju se sami malo bolje nositi sa nekim stvarima“. Ta populacija da zapravo,... najčešće u toj dobi, ne samo zato što su studenti, nego zato što su to izazovne godine i taj period, tu je puno promjena i izazova. Potrebna je podrška, a i vremena su sama po sebi izazovna svima, a kamoli studentima.



„... uključivanje drugih udruga, zapošljavanje dodatnih stručnjaka, uključivanje psihologa, povećanje ljudskih resursa...“

### **6.1.2. Načini unaprjeđenja psihološke pomoći**

#### **6.1.2.1. Smanjenje liste čekanja**

Smanjenje lista čekanja za psihološko savjetovanje ključno je za osiguravanje pravovremene i učinkovite pomoći onima kojima je potrebna. Dugotrajno čekanje može dodatno pogoršati probleme mentalnog zdravlja i obeshrabriti osobe koje su se odlučile potražiti pomoć. Kako bi se ovaj problem riješio, potrebno je poduzeti važne korake. Upravo u intervjuima jedan od ispitanika nudi moguća rješenja kao što je: „...uključivanje drugih udruga, zapošljavanje dodatnih stručnjaka, uključivanje psihologa u pružanje usluga psihološkog savjetovanja;

povećanje ljudskih resursa; poticanje stručnih radnika u školama da pravovremeno reagiraju na potencijalne teškoće učenika...”

#### **6.1.2.2. Inovativne tehnike psihološke pomoći**

Inovativne tehnike psihološke pomoći predstavljaju budućnost mentalnog zdravlja, pružajući korisnicima raznovrsne i prilagođene opcije za poboljšanje njihove psihološke dobrobiti. Jedan ispitanik je iznio sljedeći prijedlog: „...Pa ono što ja smatram je da bi studenti pete godine, uz superviziju i uz pratnju profesora... studenti psihologije mogli pružati osnovno savjetovanje, odnosno raditi savjetodavni rad sa studentima i time bi se smanjile liste čekanja. Smatram da bi mogli održavati... To su naravno studenti drugih sastavnica sveučilišta, ne psiholozi. Mislim da bi oni mogli održati kvalitetno savjetovanje, a prostor za pogrešku nije velik s obzirom na to da imaju već dovoljno iskustvo, odnosno teorijskog znanja, nedostaje im iskustva, ali bi bili pod nadzorom i supervizijom, a na taj način bi se zbilja smanjile liste čekanja i to bi doprinijelo, evo, poboljšanju ove situacije na Sveučilištu...” Ovaj pristup bi značajno unaprijedio dostupnost psihološke pomoći na sveučilištima, omogućujući bržu i učinkovitiju podršku studentima.

„...studenti psihologije mogli pružati osnovno savjetovanje, odnosno raditi savjetodavni rad sa studentima i time bi se smanjile liste čekanja ...“

#### **6.1.2.3. Suradnja**

Da bismo unaprijedili psihološku pomoć studentima, jedan od ispitanika navodi suradnju kao jedan od načina. „Suradnja bi se mogla poboljšati stupanjem samoga Savjetovališta u kontakt sa Udrugama (ili obratno) te suradnja kroz projekte sa zajedničkim ciljem...”. Ovakva suradnja omogućila bi bolje korištenje resursa i stručnjaka, čime bi se povećao kapacitet pružanja psiholoških usluga. Uključivanje različitih udruga i organizacija može osigurati raznovrsniju i pristupačniju pomoć, omogućujući korisnicima da brže dobiju potrebnu podršku.

### **6.2. Rasprava**

„Definicija istraživanja uključuje bilo koje prikupljanje podataka, informacija i činjenica koje dovodi do napredovanja znanja“ (Preglej, 2014:100). Upravo cilj ovog istraživanja je bio prikupiti podatke, informacije i činjenice pomoću kojih bi se identificirali oblici pružanja psihološke pomoći koji su dostupni studentima na području grada Osijeka te koje su lokalno prihvatljive alternative za povećanje opsega pomoći. Problemi u istraživanju ispituju kako smanjiti duge liste čekanja i koje su moguće alternative za pružanje psiholoških oblika pomoći

studentima. Navedeno je istraživano strukturiranim intervjuom koji se provodio „licem u lice“. Ovo istraživanje je kvalitativnog tipa, a da bismo izabrali ciljanu populaciju korišten je namjerni uzorak. U ovom istraživanju je sudjelovalo 10 studenata (koji su prošli savjetovanje, u postupku i oni koji razmišljaju o prijavi na studentsko savjetovalište) te šest stručnjaka s posebnim znanjem i iskustvom o navedenoj tematici. Rezultati istraživanja pokazali su da postoje značajne barijere u pristupu pružanja psihološke pomoći studentima, uključujući nedostatak resursa i dugotrajne liste čekanja. Studenti su često prisiljeni čekati do godine i više dana na prvi termin kod savjetovatelja, što može dovesti do pogoršanja njihovog mentalnog stanja. Stručnjaci su istaknuli važnost povećanja broja dostupnih savjetovatelja i psihologa, kao i bolje organizacije korištenja postojećih resursa. Povećanje resursa, angažiranje studenata psihologije pod supervizijom, bolja suradnja s lokalnim udrugama i povećanje svijesti među studentima, ključni su koraci za osiguravanje pravovremene i učinkovite podrške. Kvalitativna priroda istraživanja omogućila je nama istraživačima da dobijemo iscrpan uvid u iskustva i stavove sudionika, pružajući tako temelj za daljnja istraživanja. Rezultati su pokazali konkretne barijere u pristupu psihološkoj pomoći, poput dugih lista čekanja i nedostatka resursa, te smo identificirali nekoliko mogućih intervencija za smanjenje ovih problema, uključujući angažiranje studenata psihologije u ulozi savjetovatelja i poboljšanje suradnje s lokalnim udrugama.

Ovo istraživanje doprinosi razumijevanju trenutne situacije, ali i služi kao poticaj za promjene u sustavu, konkretno na obrazovni i zdravstveni sustav. Preporuke koje su proizašle iz istraživanja mogu poslužiti kao osnova za razvoj novih politika i programa koji će poboljšati dostupnost i kvalitetu psihološke pomoći za studente. Uz daljnja istraživanja koja bi mogla kvantitativno potvrditi ove nalaze, očekuje se da će ovaj kvalitativni rad potaknuti konkretne akcije i reforme koje će unaprijediti sustav podrške studentima koji se žele uključiti u proces psihološkog savjetovanja, a i onih studenata koji su već u samom procesu.

### **6.2.1. Ograničenja istraživanja**

Mladi istraživači mogu se pronaći u nepovoljnom položaju tijekom provođenja istraživanja zbog nedostatka profesionalnih vještina, kompetencija, stručnog i životnog iskustva. Kad je riječ o društveno osjetljivim temama ili provođenju istraživanja s ranjivim skupinama, istraživaču ono može biti psihološki zahtjevno te cjelokupni rad može biti izazov (Čorkalo Biruški, 2014). Prema prethodno navedenom, jedno od ograničenja provedenog istraživanja je nedostatak iskustva u provođenju kvalitativnog istraživanja. Drugo, općenito ograničenje kvalitativnog istraživanja je ne-reprezentativnost odnosno rezultati koji se dobiju, ne mogu se

uopćiti na cjelokupnu populaciju jer se istraživanje provodi na jako malom uzorku (Milas, 2009). Što se tiče uzorka u konkretnom istraživanju ograničenje je i mali broj muških ispitanika. Problem uzorkovanja vuče za sobom i problem rezultata istraživačkog rada jer neka iskustva nisu obuhvaćena.

## **7. PREPORUKE**

### **7.1. Preporuke društva za psihološku pomoć "Sunce"**

Tijekom radionica s predsjednicom Društva za psihološku pomoć "Sunce" (dalje u tekstu: Društvo), Ljubicom Brigitte Nikić, i psihologinjom Teom Žagar (dalje u tekstu: stručnjaci), utvrđene su specifične potrebe Društva i lokalne zajednice. Najistaknutiji problem, a ujedno i dugoročni cilj na koji se Društvo želi usmjeriti odnosi se na povećanje broja angažiranih stručnjaka u Društvu, koji bi mogli provoditi psihološko savjetovanje za studente na području grada Osijeka. Stručnjaci su naglasili potrebu povećanja broja financiranih projekata u prethodno navedenu svrhu. Također, potrebno je ostvariti bolju suradnju s fakultetima, studentskim savjetovalištem te s Info centrom za mlade na temu mentalnog zdravlja, u svrhu promocije i povećanje svijesti o istome. Naposljetku, važno je dodatno povezivanje sa zajednicom psihologa i potencijalnim volonterima u savjetovalištu u svrhu umrežavanja, koje može povećati zainteresiranost za obavljanje posla psihološkog savjetovanja studenata. Navedeno posljedično može dovesti do povećanja broja stručnjaka koji mogu provoditi savjetovanje za studente. Sve navedeno su specifični ciljevi za koje stručnjaci u Društvu smatraju izvedivim. Pored toga, ostvarenje postavljenih ciljeva Društva, poboljšava život studenata grada Osijeka, mijenja odnose moći, izgrađuje organizaciju rada. Osim navedenog, u Društvu zainteresirano i optimistično, uz visoku razinu motivacije, smatraju da bi ih provedba planiranih projekata „*veselila*“.

Tablica 10. Worksheet Midwest Academy Strategy Plan (predložak koji je ispunilo Društvo)

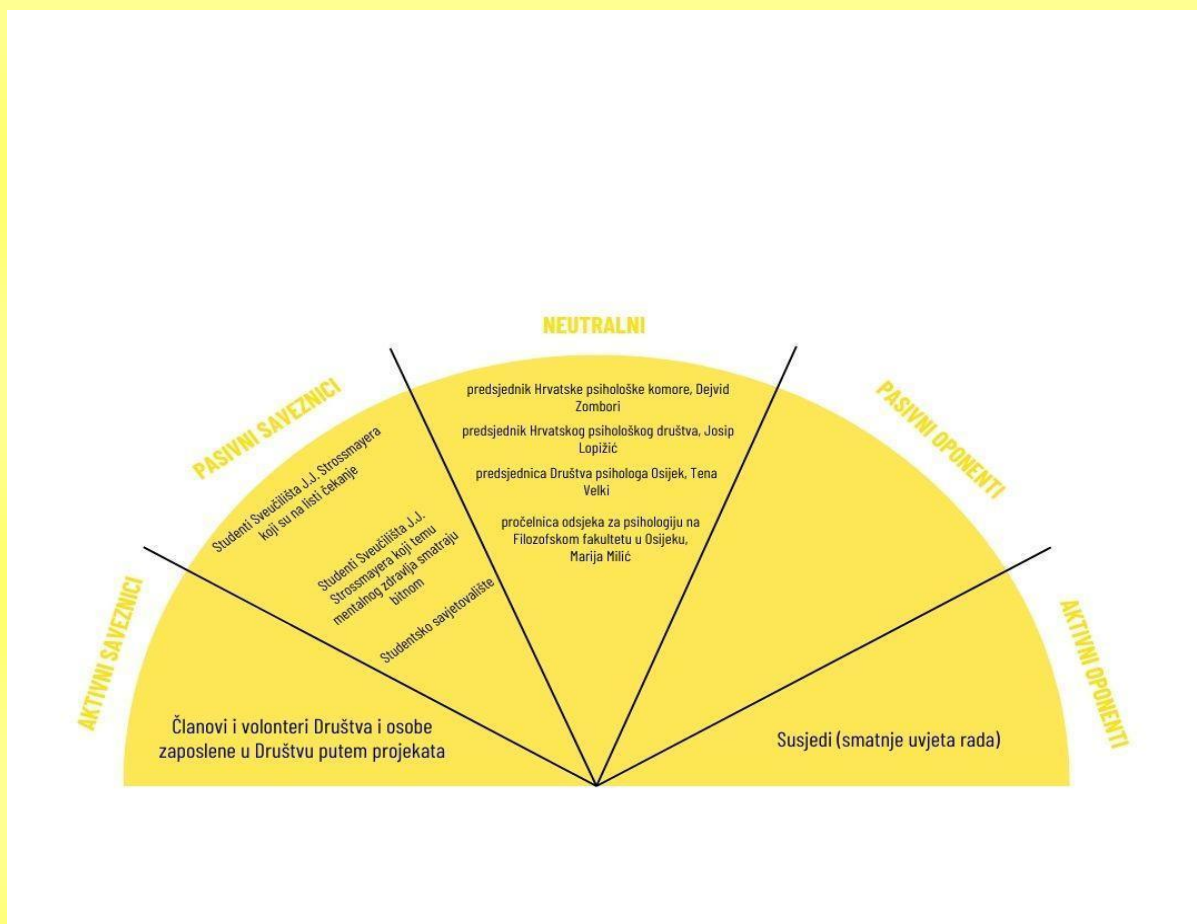
| Dugoročni cilj                                                                                                         | Specifični ciljevi                                                                               | Poboljšava živote ljudi | Specifičan i mjerljiv | Izvediv je | Mijenja odnose moći | Izgrađuje našu organizaciju | Veseli nas njegova provedba |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------|------------|---------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| Povećati broj stručnjaka u Suncu koji bi mogli provoditi psihološko savjetovanje za studente na području grada Osijeka | Osigurati veći broj financiranih projekata                                                       | X                       |                       | X          | X                   | X                           |                             |
|                                                                                                                        | Ostvariti bolju suradnju s fakultetima                                                           | X                       |                       | X          | X                   | X                           | X                           |
|                                                                                                                        | Ostvariti bolju suradnju sa studentskim savjetovalištem                                          | X                       |                       | X          | X                   | X                           | X                           |
|                                                                                                                        | Ostvariti bolju suradnju s Info centrom za mlade na temu Mentalnog zdravlja (dalje u tekstu: MZ) | X                       |                       | X          | X                   | X                           | X                           |
|                                                                                                                        | Dodatno se povezati sa zajednicom psihologa – potencijalnih volontera – u savjetovalištu         | X                       |                       | X          | X                   | X                           | X                           |
|                                                                                                                        |                                                                                                  |                         |                       |            |                     |                             |                             |

### 7.1.1. Organizacijska razmatranja

Prilikom definiranja dugoročnog cilja te specifičnih ciljeva, stručnjaci Društva povezivanje sa zajednicom psihologa i potencijalnim volonterima u savjetovalištu navode kao prvi korak koji može dovesti do ostvarivanja dugoročnog cilja. Ono što Društvo smatra kao korisne resurse koje može unijeti u kampanju je vrijeme. Vrijeme predstavlja vrijedan resurs, ponajviše u suvremenom dobu kada svaka osoba živi užurbano i istoga nema na pretek. Osim toga, jedan od važnih resursa koje Društvo drže na okupu su i volonteri, odnosno ljudski resursi, a bez kojih cjelokupni rad na razvoju Društva ne bi bio moguć. Volonteri su ti koji su zaslužni za funkcioniranje samoga Društva i pokretači cjelokupne priče. Nadalje, kroz godine rada i truda Društvo je uspjelo stvoriti veoma pozitivnu sliku, a koja također može biti koristan resurs za postizanje specifičnog cilja. Osim toga, još neki od potrebnih i važnih resursa kojima Društvo može pridonijeti vlastitom razvoju su: aktivnosti na komunikacijskim platformama (poput *WhatsApp*, *Vibera* i *Instagrama*) te internet koji je uvelike potreban za povezivanje u suvremenom dobu. Nadalje, dostupnost Društva putem elektroničke pošte sa svrhom brže i dostupnije komunikacije između dionika, tehnički resursi (poput mobitela i laptopa) te informacije kojima Društvo raspolaže, a koje mogu biti od koristi za dionike i ostvarivanje specifičnog cilja. Primarni resursi koje Društvo ističe odnose se na stvaranje i posjedovanje novih poznanstava, komunikaciju i komunikacijske vještine, (pozitivnu) reputaciju samoga Društva te vrijednosti koje ono posjeduje. Da bi Društvo bilo u mogućnosti postići specifični cilj, potrebno je prepoznati unutarnje probleme koji se pojavljuju, kao i potencijalna rješenja istih. Ono što Društvo smatra kao unutarnje problema su: nezainteresiranost trenutnih volontera, manjak vremena trenutnih volontera, manjak zaposlenih stručnjaka (osoba), manjak i ograničavanje trenutnih projekata koji su temelj Društva uslijed ukidanja financijskih potpora. Ono što Društvo smatra kao potencijalna rješenja navedenih unutarnjih problema su: dolazak novih volontera, smanjivanje opsega posla trenutnih članova kako bi se izbjegao/spriječio *burn-out* i nezainteresiranost, više kapaciteta za pružanje usluge savjetovanja, zagovaranje novih projekata i financiranje istih, međusobno povezivanje i suradnja stručnjaka te mogućnost izbora novog predsjednika/ce Društva. Omogućavanje zahtjeva, odnosno ciljeva Društva je u „rukama“ svih u Društvu, dakle volontera, zaposlenih na projektima, članovima i upravi, a ne isključivo predsjednice Društva.

Da bi se postigao najprije specifični, a zatim i dugoročni cilj, važno je uključiti različite dionike, koji se mogu razvrstati u četiri kategorije: aktivni saveznici, pasivni saveznici, neutralni,

pasivni oponenti te aktivni oponenti. Aktivni saveznici predstavljaju organizacije i osobe koje se slažu s Društvom i bore se za postizanje cilja, a to su upravo članovi i volonteri Društva kao i osobe koje su zaposlene na projektima koje Društvo provodi. Ovi dionici biti će uključeni radi održavanja uzajamne unutarnje kohezije Društva, osiguravanja povratne informacije, identificiranja i kontaktiranja drugih meta koje mogu doprinijeti ostvarenju cilja, ohrabrivanja te aktivne podrške i njegovanja odnosa. Nadalje, pasivni saveznici su: studenti sveučilišta s liste čekanja, studenti sveučilišta koji temu mentalnog zdravlja smatraju važnom, stručnjaci savjetovašta te predsjednici studentskih zborova. Karakteristika pasivnih saveznika je da se slažu s ciljem koji je postavljen, no ne čine ništa po pitanju njegovoga ostvarivanja. Kod ovih dionika važno je osnaživanje, poticanje uključenosti, povećanje kohezije te pružanje prilika za osiguravanje podrške Društvu. Na taj način izgledno je da će pasivni saveznici ujedno postati i aktivni saveznici u koračanju prema postavljenom cilju. Neutralni dionici predstavljaju organizacije ili osobe koje nisu uključene niti informirane o problemu, a u navedenom primjeru oni su: predsjednici psihoterapijskih centara/kuća gdje se educiraju psiholozi poput HOMA, HUBIKOT i sličnih, predsjednik Hrvatske psihološke komore, Dejvid Zombori, predsjednik Hrvatskog psihološkog društva, Josip Lopižić, predsjednica Društva psihologa Osijek, Tena Velki, pročelnica Odsjeka za psihologiju na Filozofskom fakultetu u Osijeku, Marija Milić te Dubravka Pešorda. Da bi neutralni dionici postali pasivni, a naposljetku i aktivni saveznici važno je poticati ih na sudjelovanje i uključenost, informirati ih o važnosti teme kojom se bavimo i ostvariti pozitivne odnose. Aktivni oponent koji se aktivno organizira kako bi spriječio sva nastojanja Društva, u navedenom slučaju, je samo jedan; susjeda koja ometa uvjete rada Društva, a za koju je važno imati razumijevanja, no učiniti sve kako bi shvatila problem i što prije postala pasivni oponent, a po mogućnosti i neutralni dionik. Pasivnih oponentata u navedenom primjeru (slučaju) nema.



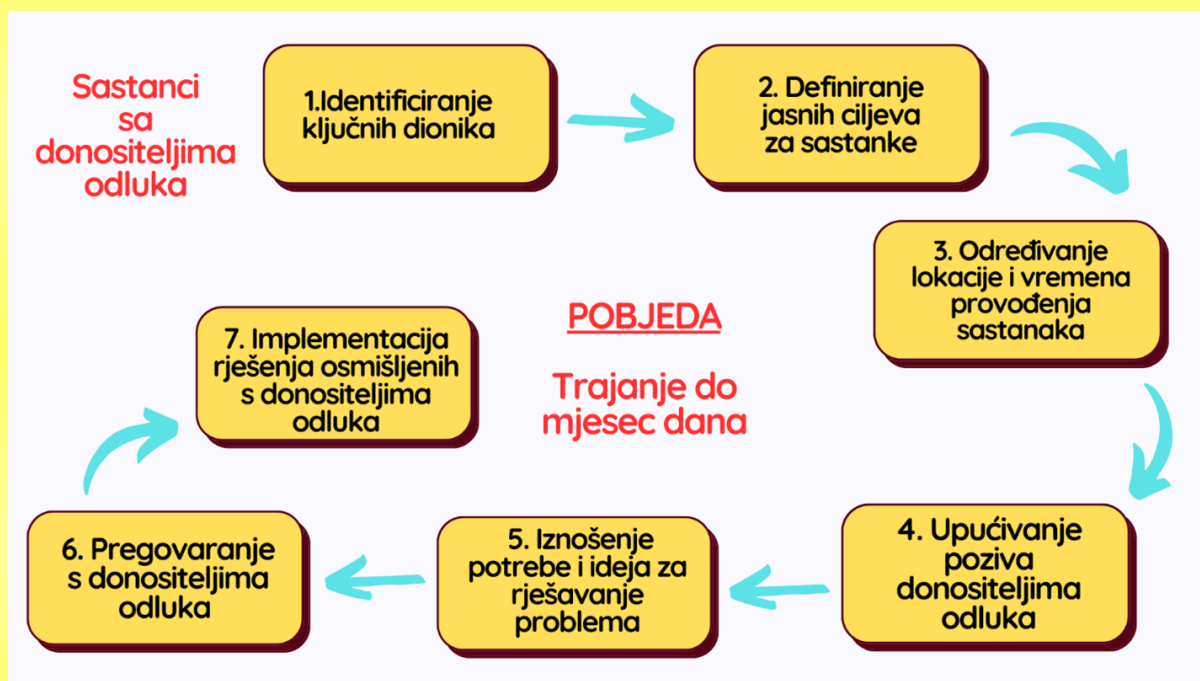
Fotografija 13: Spektar dionika (predložak koji je ispunilo Društvo „Sunce“)

### 7.1.2. Prva taktika za ostvarivanje specifičnog cilja: Sastanci s donositeljima odluka

Prva taktika koja je od velike važnosti i može uvelike doprinijeti postizanju specifičnog cilja, koji se odnosi na dodatno povezivanje sa zajednicom psihologa i potencijalnim volonterima u savjetovalištu, podrazumijeva organiziranje i provođenje sastanaka s donositeljima odluka. Cilj sastanaka koji bi se provodili s donositeljima odluka su raznovrsni, a odnose se na postizanje kontinuiranosti sistematične kampanje. Sastanci s donositeljima odluka poboljšati će komunikaciju i prenošenje informacija među dionicima, a ujedno će biti komplementarna sa vrijednostima Društva. Meta, odnosno oni dionici koji trebaju biti prisutni na sastancima su donositelji odluka i vođe zajednice u kojoj želimo postići promjenu (u ovome primjeru/slučaju to je Osječko-baranjska županija, točnije grad Osijek). Važno je na sastanke pozvati predstavnika grada Osijeka, gradonačelnika Ivana Radića. Također, sastancima može prisustvovati i župan Osječko-baranjske županije, Mato Lukić. Osim toga, prisutni bi bili i predsjednik Hrvatske psihološke komore, Dejid Zombori, predsjednik Hrvatskog psihološkog

društva, Josip Lopižić, predsjednica Društva psihologa Osijek, Tena Velki, pročelnica odsjeka za psihologiju na Filozofskom fakultetu u Osijeku, Marija Milić te predsjednica Društva, Ljubica Brigitte Nikić s psihologinjom Društva, Teom Žagar. Ovi sastanci će djelovati na mete na način da ih informiraju i pozivaju na akciju, a ujedno i čine da postanu aktivni saveznici u postizanju ciljeva. Reakcija koja se očekuje od prisutnih donositelja odluka je ona neutralna. Sastanci s donositeljima odluka održavali bi se online putem platforme *Zoom* ili druge slične platforme za virtualnu komunikaciju. Provođenje sastanaka online ukazuje na problem koji se tiče nemogućnosti usklađivanja rasporeda svih donositelja odluka koji sudjeluju na sastancima, a što je povezano s užurbanosti i stresnim načinom života dionika koji imaju moć utjecati i donositi odluke. Poruka sastanka je jasna: **Potreba za ostvarivanjem suradnje u svrhu zaštite mentalnog zdravlja studenata kao osjetljive skupine i budućnosti grada Osijeka**, a ista se smatra jasnom i uvjerljivom. Vrijeme provođenja sastanaka s donositeljima odluka nema veliki utjecaj na aktivnost. Sastanci bi se provodili u jesen kako bi se izbjegli godišnji odmori i potencijalno ne pojavljivanje donositelja odluka. Isti bi trajali mjesec dana, s intenzitetom koji bi se prilagođavao ovisno o dostupnosti donositelja odluka i procjeni njihove angažiranosti. Taktika/akcija odnosi se na poboljšanje mentalnog zdravlja studenata koji čine budućnost grada Osijeka, stoga je ista vrijedna vremena, energije i resursa koje Društvo unosi. Sastanci su sveprisutni i sastavni su dio profesionalne i poslovne karijere svakoga od navedenih donositelja odluka, stoga nije upitno jesu li oni održivi i mogu li se nastaviti te proširiti dalje ukoliko za rješavanje problema budu zainteresirani upravo oni koji su na sastanke i pozvani. Ton taktike je smiren, suradljiv i prijateljski. Predviđa se da će ljudi na koje je taktika usmjerena reagirati neutralno, no naginjati u pozitivnom smjeru koji je sukladan samom tonu u kojem se taktika provodi. Članovi društva taktiku bi smatrali vrijednom i promatrali bi je kao pomak prema unapređenju mentalnog zdravlja lokalne zajednice s naglaskom na studente. Također, ulaganje napora da se radi na rješavanju problema utječe na izgradnju povjerenja između članova Društva međusobno, ali i između članova i donositelja odluka Društva. Osim toga, moguće je da će usmjerenost na akciju i ostvarivanje ciljeva te koraćanje prema promjeni biti poticaj za dolazak novih članova koji su zainteresirani za ulaganje u bolju zaštitu i očuvanje (mentalnog) zdravlja studenata, ali i za rad samog Društva. Svaki od članova, novih ili starih, dobiva priliku razmjenjivati svoja znanja i iskustva kao i priliku za praktični rad i usavršavanje u području psihologije i savjetovanje, te općenito brige za mentalno zdravlje. Sastanci bi trebali dovesti do ostvarivanja novih suradnji među stručnjacima i udrugama, povećanja vidljivosti, kako Društva, tako i potrebe za djelovanjem u područje brige o mentalnom zdravlju studenata, ali i općenito. Uvelike će doprinijeti izgradnji novih i kvalitetnih odnosa i poznanstava. Kako

bi svi članovi Društva bili upućeni u napredak provođenja sastanaka s donositeljima odluka važno je tjedno izvještavanje o novostima koji se događaju na istima kako bi svaki od članova bio informiran o napretku u postizanju zadanoga cilja. Ukoliko, naposljetku, taktika bude uspješna (pa i neuspješna) članovi i uprava Društva to će proslaviti na neformalan način, kroz zabavu i druženje kako bi se održala motivacija volontera i zaposlenika.



Fotografija 14: Prikaz puta strategije „Sastanci s donositeljima odluka“ (autorice rada, 2024.)

### 7.1.3. Druga taktika za ostvarivanje specifičnog cilja: aktivnost na društvenim mrežama

Druga taktika odnosi se na društvene mreže, koje su danas najveći prijenosnik informacija. Cilj samog oglašavanja na društvenim mrežama je dolazak u kontakt s psiholozima u edukaciji koji su u potrebi odraditi praksu te bi na taj način volontirali u udruzi, pomogli pri radu s korisnicima, a istovremeno odradili potrebne sate prakse. Oglašavanje bi se odvijalo putem Instagrama gdje imaju otvoren profil, međutim javlja se potreba za detaljnim uređenjem i vođenjem profila što bi privuklo mnoge pratitelje, ali i stručne radnike. Nadalje, pojavila se ideja i otvaranja Facebook profila koji bi se vodio usporedno s Instagram profilom te putem

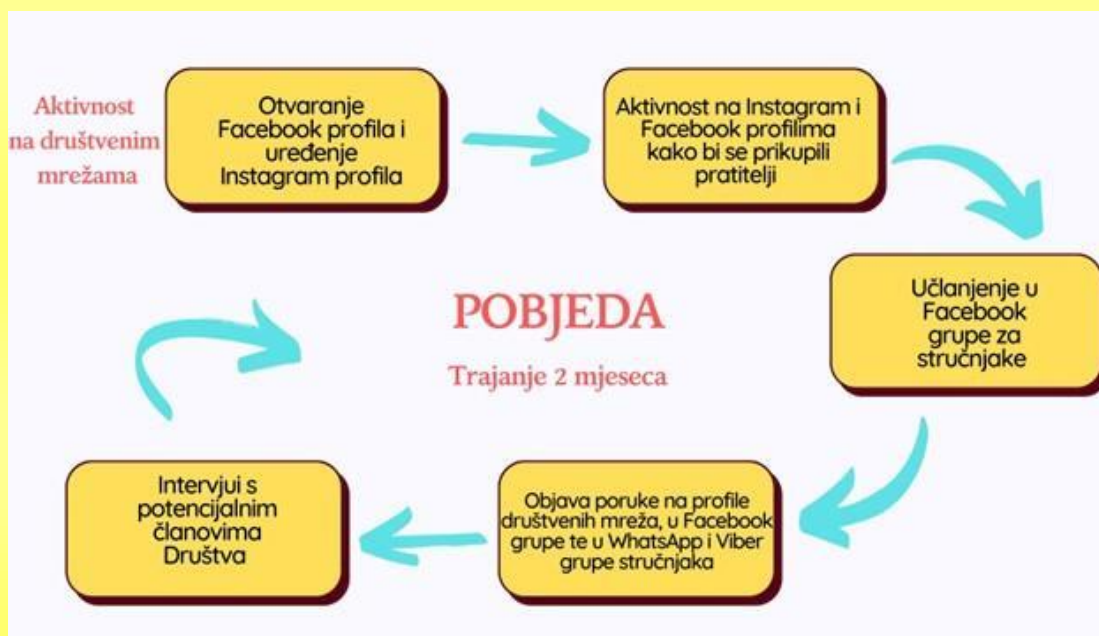
kojeg bi se Društvo moglo oglašavati u grupama u kojima se nalaze i drugi stručnjaci, s



Fotografija 15: Promotivni letak DPP „Sunce“  
(autorice rada, 2024.)

naglaskom na grupe *Psihologijom do posla* i *Psiholozi i psihoterapeuti poduzetnici*. Također, Društvo bi se koristilo i aplikacijama WhatsApp i Viber u kojima su već članovi u nekoliko grupa gdje stručnjaci razmjenjuju iskustva, pa bi s njima također podijelili svoju potrebu za novim članovima Društva. Poruka za ostvarenje ovog cilja je jednostavna; **Potreba za volonterima psiholozima koji bi doprinijeli radu i razvitku**

**Društva za psihološku pomoć „Sunce“.** Vrijeme obavljanja ove taktike nije bitno, međutim nedostatak vremena za posvetiti se društvenim mrežama je resurs koji im nedostaje. Ipak, Društvo polaže nadu u studente volontere koji bi svoju pažnju posvetili društvenim mrežama. Ton ove poruke bit će smiren, uljudan i prijateljski stoga Društvo očekuje jednak odgovor od primatelja poruke. Ono čime se organizacija obogaćuje u slučaju uspješne taktike su potencijalni novi stručni članovi Društva. Ono čemu će ova taktika doprinijeti, s obzirom na velik broj poznanstava s drugim stručnim radnicima, odnosi se na informiranje zajednice stručnjaka o radu Društva i veću vidljivost problematike preopterećenosti Društva i potrebe za novim članovima. S obzirom na dobre odnose s drugim stručnjacima, Društvo polaže nade da će spomenuti poznanici također dijeliti ove informacije s ciljem što bržeg rješavanja ove problematike. Na samom kraju, kako bi provjerili svoj napredak, Društvo će pratiti statistiku praćenja i aktivnosti svojih profila na društvenim mrežama te na zajedničkim sastancima izvještavati članove Društva o uspješnosti ove taktike.



Fotografija 16: Prikaz puta strategije „Aktivnost na društvenim mrežama“ (autorice rada, 2024.)

## 7.2. Preporuke autora

Tematskom analizom uspostavljena je jedna od potkategorija “Načini unaprjeđenja psihološke pomoći” te je razrađeno nekoliko preporuka s obzirom na dimenziju problema i resurse u zajednici koje se postižu kroz specifične ciljeve. Preporuke su osmišljene koristeći Shemu planiranja strategija Midwest akademije kojom su raspisani načini planiranja strategije. Shema predstavlja alat koji nas pažljivo i sustavno usmjerava kroz proces planiranja i provedbe korak po korak. U kontekstu strategije Midwest akademije, shema je još složenija uvođenjem ključnih alata kao što su: spektar dionika za identifikaciju ključnih donositelja odluka koja vodi do promjene, dijagram strategija za bolju vizualizaciju ciljeva i planova te zvijezda razrade strategije koja vodi sveobuhvatnom pregledu svih aspekata planiranja strategija.

Tablica 11. Midwest Academy Strategy Plan

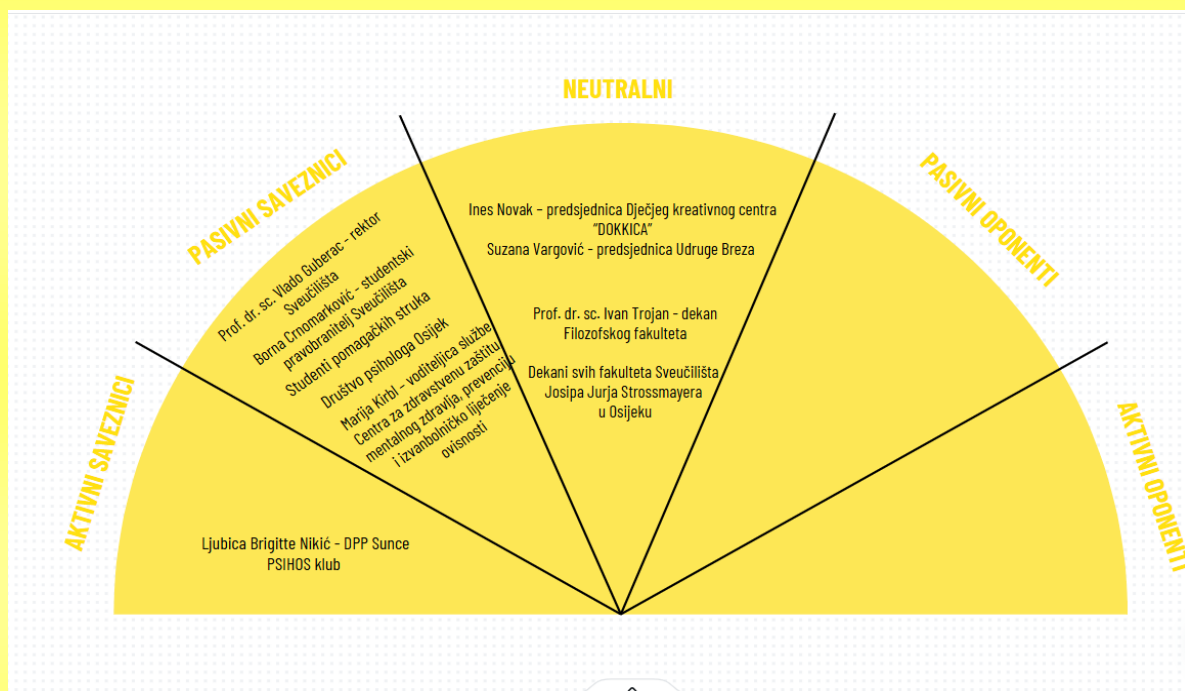
| Dugoročni cilj | Specifični ciljevi                                                 | Poboljšava živote ljudi | Specifičan i mjerljiv | Izvediv je | Mijenja odnose moći | Izgrađuje našu organizaciju | Veseli nas njegova provedba |
|----------------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------------------|------------|---------------------|-----------------------------|-----------------------------|
|                | Zapošljavanje više stručnih radnika na Sveučilišnom savjetovalištu | X                       | X                     | X          | X                   |                             | X                           |

|                                                   |                                                                                          |   |   |   |   |   |   |
|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|---|---|---|---|---|---|
| Smanjiti listu čekanja studentskog Savjetovališta | Određivanje prakse studenata pete godine psihologije i socijalnog rada                   | X | X | X |   |   | X |
|                                                   | Uvođenje usluge psihološkog savjetovanja na svim sastavnicama Sveučilišta                | X | X | X | X |   | X |
|                                                   | Promocija mentalnog zdravlja s ciljem osvještavanja donositelja odluka o važnosti istoga | X |   | X | X | X | X |
|                                                   | Ostvariti suradnju s tri organizacije koje pružaju usluge psihološkog savjetovanja       | X | X | X | X | X | X |

### 7.2.1. Ostvarivanje suradnje s tri organizacije koje pružaju usluge psihološkog savjetovanja

Nakon razmatranja navedenih pet ciljeva koji dovode do smanjenja liste čekanja u Studentskom savjetovalištu smatramo ključnim ostvarivanje suradnje s tri organizacije koje pružaju usluge psihološkog savjetovanja. Kako bi se smanjile liste čekanja studenata na savjetovanje, nužna je suradnja sa Suzanom Vargović, predsjednicom Udruge Breza, Ines Novak, predsjednicom Dječjeg kreativnog centra "DOKKICA" i Marijom Kribl, voditeljicom službe Centra za zdravstvenu zaštitu, mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti. Navedene organizacije imaju važne ljudske resurse, odnosno stručne kadrove potrebne za pružanje usluge psihološkog savjetovanja studentima. Iako rad organizacija nije prvobitno usmjeren na rad sa studentima, njihov stručni kadar uključuje psihologe čija znanja

i vještine omogućuju proširenje područja djelovanja s fokusom na rad sa studentima. Osim toga, time bi se rasteretilo Sveučilišno Savjetovalište i povećala dostupnost usluge. Također, rektor Sveučilišta Josipa Jurja Strossmayera, Vlado Guberac predstavlja ključnu osobu, prema prijedlogu autora, s obzirom na moguć potencijal osiguravanja dodatnih izvora sredstava usmjerenih na unaprjeđenje rada Sveučilišnog Savjetovališta, zapošljavanjem dodatnog stručnog kadra i osiguravanjem adekvatnijeg prostora. Naime, ukoliko Sveučilište ima stabilan i zdrav proračun, rektor može imati veću fleksibilnost u preusmjeravanju dodatnih sredstava za specifične potrebe, te ako postoje detaljni izvještaji i analize koji pokazuju povećanu potrebu za uslugama mentalnog zdravlja i prednosti zapošljavanja dodatnog stručnog kadra i osiguravanja boljeg prostora, rektor može koristiti te podatke kao osnovu za osiguranje sredstava. Osim toga, njegova uloga se očituje i u poticanju suradnje s lokalnim ustanovama i organizacijama kako bi se studentima osigurao pravovremen pristup savjetodavne pomoći.

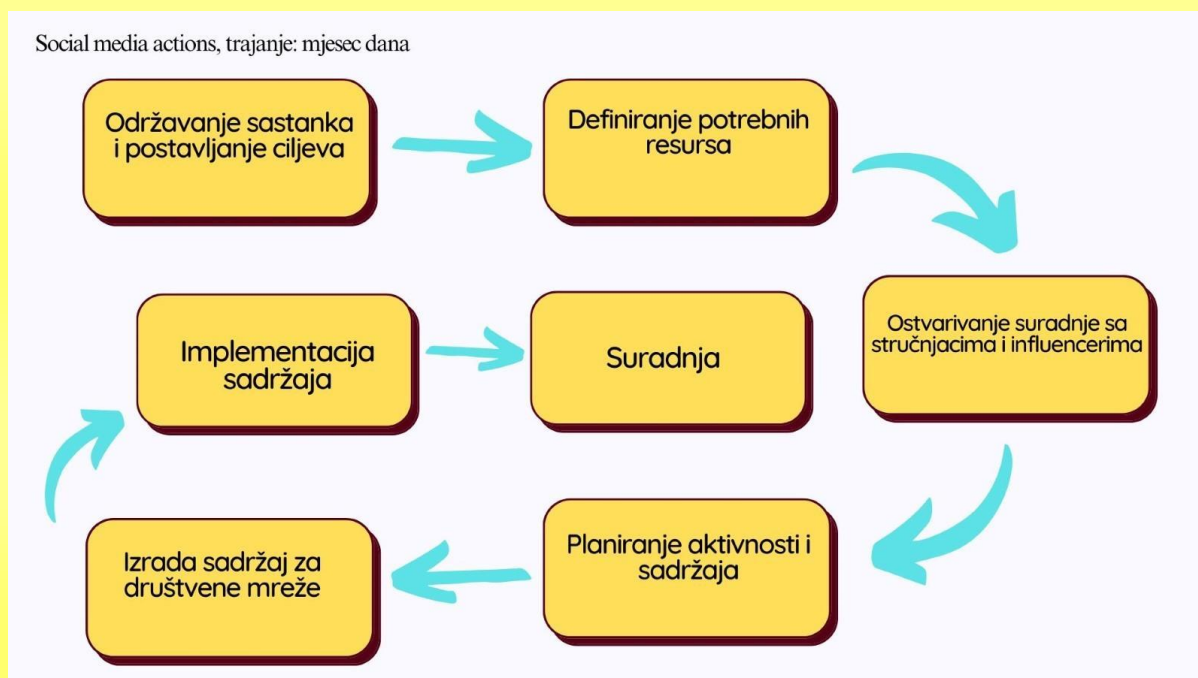


Fotografija 17: Spektar dionika ključan za Ostvarivanje suradnje s tri organizacije koje pružaju usluge psihološkog savjetovanja (prijedlog autorica rada, 2024.)

## 7.2.2. Tehnika – Social media actions

Za ostvarivanje postavljenog cilja suradnje s tri organizacije koje pružaju usluge psihološkog savjetovanja važna je taktika *Social media actions*, odnosno djelovanje putem društvenih mreža. Platforme društvenih mreža ubrzano evoluiraju u značajan resurs za masovnu

komunikaciju. Podizanje svijesti o mentalnom zdravlju putem društvenih mreža može biti odlična inicijativa za doseganje široke publike u kratkom vremenskom periodu što može označiti početak suradnje organizacija koje pružaju usluge psihološkog savjetovanja. Društveni mediji služe kao platforma za povezivanje ljudi sa sličnim interesima. Mreže poput Facebooka ili Instagrama pružaju mogućnosti za istraživanje i razumijevanje javne svijesti, istovremeno omogućavajući pristup relevantnim informacijama o mentalnom zdravlju. Kroz ove digitalne zajednice, korisnici mogu dijeliti iskustva, pronalaziti podršku i educirati se o temama koje se odnose na mentalno zdravlje i dostupnost usluga psihološkog savjetovanja. Ove platforme olakšavaju širenje informacija, potičući raspravu i podizanje svijesti o važnosti mentalnog zdravlja u društvu (Saha, Weber, Birnbaum, De Choudhury, 2017). Taktikom *Social media actions* može se postići suradnja s tri organizacije koje pružaju uslugu psihološkog savjetovanja, čime se ciljano smanjuje lista čekanja studentskog savjetovišta putem isticanja prednosti suradnje, poput širenja njihove vidljivosti i utjecaja na društvenim mrežama, mogućnosti pružanja podrške većem broju studenata te zajedničkog djelovanja u podizanju svijesti o važnosti mentalnog zdravlja. Također, moguće je poticanje interaktivnog dijaloga kroz komentare ili direktnu poruku, gdje se razmjenjuju dodatne ideje i informacije o potencijalnoj suradnji, uz to organizacije mogu postaviti pitanja ili izraziti svoje potrebe i očekivanja. Na temelju povratnih informacija i rasprava, prilagođava se ponuda suradnje svakoj organizaciji kako bi se maksimalno iskoristile njihove snage i resursi. Navedeno može uključivati dijeljenje sadržaja, organizaciju zajedničkih događaja ili promociju njihovih usluga putem kanala. Suradnja bi uključivala zajedničke kampanje, edukativne događaje i dijeljenje resursa. Isticala bi se kampanja za promociju mentalnog zdravlja te kako zajedničko djelovanje i suradnja nose mnoge prednosti, stvaraju dodatne mogućnosti, odnosno načine pružanja psihološke pomoći.



Fotografija 18: Prikaz puta strategije Social media actions (autorice rada, 2024.)

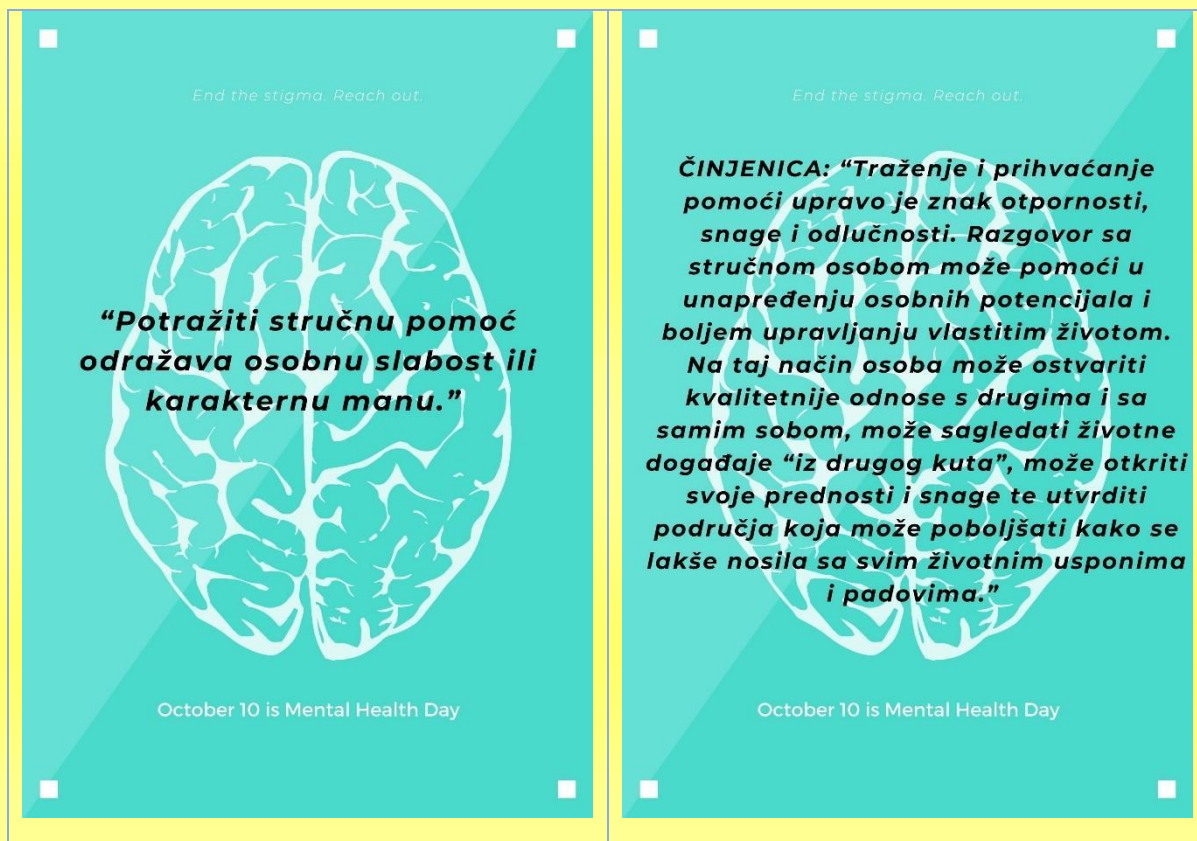
Za ostvarivanje suradnje s tri organizacije koje pružaju uslugu psihološkog savjetovanja, osmišljena je kampanja #MindfullMentalHealth koja predstavlja online inicijativu pokrenutu na društvenim mrežama Instagram, Facebook i Tik tok, a glavna poruka koju bi prenosila glasi: **“Mentalno zdravlje jednako je važno kao i fizičko - informirajmo se, podržimo i budimo svjesni!”** Početak kampanje predviđen je za 10. listopada kada se obilježava Svjetski dan mentalnog zdravlja, a trajala bi mjesec dana. Na početnom sastanku definirat će se ključni ciljevi, resursi i potreban tim za provedbu, što možemo vidjeti u prikazanoj tablici.

Tablica 12. Početak kampanje za promociju mentalnog zdravlja

| CILJEVI                                                                                                                                                                               | POTREBNI RESURSI                                                                                                                 | KLJUČNI DIONICI                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Podizanje svijesti o mentalnom zdravlju</li> <li>2. Povećanje dostupnosti resursa</li> <li>3. Unapređenje kvalitete savjetovanja</li> </ol> | Platforme društvenih mreža (Instagram, Facebook, Tik tok)<br><br>Alati za izradu (Google Forms)<br><br>Softver za dizajn (Canva) | Ljubica Brigitte Nikić (DPP Sunce)<br><br>Suzana Vargović (Udruga Breza)<br><br>Ines Novak (Dječji kreativni centar “DOKKICA”)<br><br>Marija Kribl (Centar za zdravstvenu zaštitu, mentalnog |

|  |  |                                                                                                                             |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti)<br><br>Influenceri (Kognitivna Muza, Marko Vuletić, Nika Pavičić) |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Nakon uspostavljanja ciljeva kampanje, ključno je ostvariti suradnju sa stručnim osobama i spomenutim organizacijama. Zbog veće podrške na društvenim mrežama potrebna je i podrška influencera, odnosno identifikacija relevantnih osoba s velikim dosegom na društvenim mrežama. Zatim se definiraju očekivanja suradnje, uključujući vrstu sadržaja i vrijeme objave. Nakon uspostavljanja suradnje, slijedi planiranje aktivnosti kampanje, te implementacija sadržaja. Prvo se provodi uvodni kviz o mentalnom zdravlju kako bi se potaknula interakcija čitatelja. Zatim slijedi dijeljenje rezultata i informacija kako bi se podigla svijest o tematici. Nastavlja se s objavljivanjem sadržaja koji između ostaloga razotkrivaju mitove o mentalnom zdravlju. Paralelno se pripremaju i edukativni sadržaji o mentalnom zdravlju, kao što su tekstovi, video uratci i planiraju live prijenosi sa stručnjacima. Ljubica Brigitte Nikić, Suzana Vargović, Ines Novak i Marija Kirbl kao stručne osobe u cijeloj kampanji dijele savjete za upravljanje stresom i anksioznošću, pružaju informacije o tehnikama opuštanja, kao što je duboko disanje. Edukativnim sadržajem objašnjavaju kako prepoznati simptome depresije i kada potražiti profesionalnu pomoć. Djele strategije za poboljšanje emocionalne otpornosti i mentalne izdržljivosti. Također nude smjernice za razvijanje zdravih međuljudskih odnosa i komunikacijskih vještina. Organiziraju webinare i radionice na kojima detaljno raspravljaju o različitim aspektima mentalnog zdravlja. Na kraju, potiče se dijeljenje osobnih priča studenta koji su prošli psihološko savjetovanje, onih na listi čekanja i svih zainteresiranih putem hashtaga #MindfulMentalHealth kako bi se stvorila podržavajuća zajednica.



Fotografija 19: Primjer objave - MIT/ČINJENICA (Canva, djelo autorica rada, 2024)

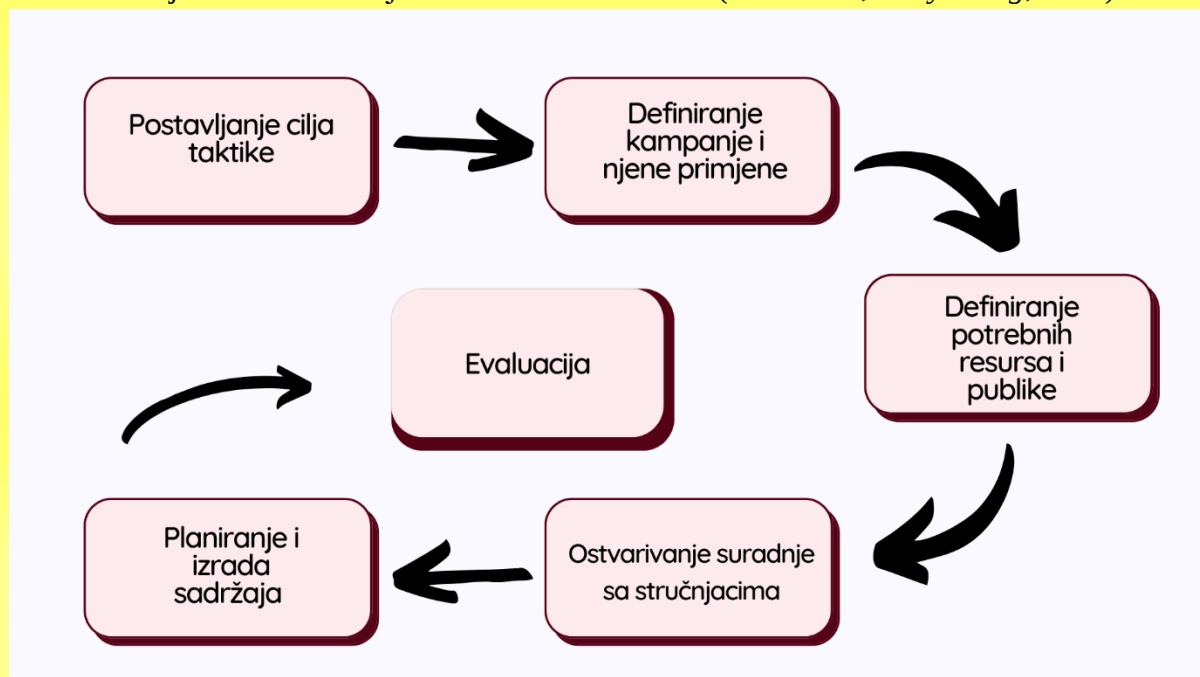
Kampanja #MindfullMentalHealth predstavljala bi sveobuhvatan pristup podizanja svijesti o mentalnom zdravlju i procesu traženja pomoći putem društvenih mreža. Kroz suradnju stručnjaka, provođenje interaktivnih aktivnosti poput kvizova i dijeljenje relevantnih informacija, kampanja ima za cilj informirati, educirati i potaknuti ljude na brigu o vlastitom mentalnom zdravlju i unaprijediti kvalitetu pružanja psihološkog savjetovanja. Kombinacija edukativnih sadržaja, osobnih priča i podrške stručnjaka stvara okruženje koje potiče otvoreni dijalog o mentalnom zdravlju i važnost povećanja resursa, odnosno zapošljavanje većeg broja stručnjaka i financijska sredstva. Kampanja koja potiče suradnju organizacija koje nude uslugu psihološkog savjetovanja i dijeljenje priča studenata koji su prošli savjetovanje te onih na listi čekanja, može potaknuti rektora Sveučilišta Vladu Guberca na dodatno financiranje sveučilišnog savjetovaništa isticanjem konkretnih potreba i koristi. Dijeljenjem iskustava studenata, kampanja pokazuje stvarni utjecaj lista čekanja savjetovaništa na živote studenata. Organiziranjem kampanje koja uključuju široku zajednicu, pokazuje se kolektivna potreba i podrška za povećanje resursa, a korištenjem medija za objavljivanje relevantnih sadržaja, povećava se svijest i pritisak javnosti. Taktika kojom se iskorištavaju društvene mreže za

vođenje kampanje predstavlja djelotvornu inicijativu jer omogućuje dosezanje velikog broja ljudi u kratkom vremenskom razdoblju.

Prethodno je naveden značaj suradnje s tri organizacije koje pružaju usluge savjetovanja. Udruga Breza, Dječji kreativni centar „DOKKICA“ i Centar za zdravstvenu zaštitu, mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti, ključni su dionici suradnje u procesu smanjivanja liste čekanja studenata na savjetovanje. Za ostvarivanje takvog cilja, osim *Social media actions*, bitna je i taktika *story telling* odnosno pričanje priča.

### 7.2.3. Tehnika – Story telling

Taktika *story telling* daleko je više od uobičajenog pričanja priča. Ona obuhvaća organiziranje stvarnosti i političke moći u priču koja može dovesti do grupne solidarnosti, razvitka zajedničke analize društvenog problema i većeg sudjelovanja. Da bi se dogodila neka značajna promjena, ljudi se trebaju udružiti na način da razgovaraju jedni s drugima kako bi shvatili koju promjenu žele napraviti i izgradili odnose kako bi to učinili, a ti se odnosi odvijaju u malom dijelu kroz priče. Uloge pričanja priča mogu biti kroz educiranje o ispravljanju nepravde, organiziranje, zagovaranje prava, a u svakome slučaju rezultat je otkrivanje sebe i jedni drugih te osjećaji nade i snage nakon ispričane priče. Taktika pričanja priča je jedno od vitalnih sredstava koje služi suočavanju sa životnim izazovima (*SendPulse; storytelling, 2024*).



Fotografija 20: Prikaz taktike *story telling*; trajanje od listopada 2024. do lipnja 2025 (autorice rada, 2024.)

Ovaj rad bavi se ostvarenjem cilja smanjenja lista čekanja studenata na savjetovanje, kroz suradnju s tri organizacije koje pružaju usluge savjetovanja (Udruga Breza, Dječji kreativni centar „DOKKICA“ i Centar za zdravstvenu zaštitu, mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti). Ostvarenje cilja odnosi se na rasterećivanje sveučilišnog savjetovališta. Cilj mora biti: specifičan (povećanje dostupnosti usluge besplatnog psihološkog savjetovanja za studente u potrebi), mjerljiv (smanjenje lista čekanja na sveučilišnom savjetovalištu na način da tri navedene organizacije preuzmu po 100 studenata koji čekaju na savjetovanje te da nastave pružati uslugu), dostižan, relevantan i vremenski ograničen (kroz iduću akademsku godinu 2024./2025.). S obzirom na odabranu taktiku pričanje priče, cilj će biti smanjenje stigme oko traženja psihološke pomoći kod studenata sveučilišta u Osijeku, koji će se odviti na način da aktivni sudionici i studenti pričaju vlastita iskustva o pružanju ili primanju psihološke pomoći i važnosti dobrobiti mentalnog zdravlja što će utjecati na pasivne sudionike i ostale organizacije sa svrhom povećanja svijesti o mentalnom zdravlju i važnosti dostupnih savjetovališta za potrebite.

U okviru taktike *story telling-a* provest će se kampanja pod nazivom „**Otvoreni umovi su nova mentalna snaga**“ – **dijelimo priče o mentalnom zdravlju**. Ključni ciljevi kampanje su: podizanje svijesti kroz isticanje važnosti mentalnog zdravlja među studentima i šire zajednice, smanjenje stigme kroz zagovaračke aktivnosti i razgovore o psihološkoj pomoći i mentalnim teškoćama. Nadalje, cilj je i osnaživanje studenata kroz pružanje platforme studentima da podijele svoja iskustva i osjećaju se osnaženo kroz: dijeljenje priča, edukaciju i informiranje studenata o dostupnim resursima i načinima pružanja i primanja pomoći te kroz stvaranje osjećaja zajedništva unutar studentske populacije.



Fotografija 21: Web platforma kampanje – naslovna stranica (djelo autorica rada; Canva, 2024).

Cilj kampanje „Otvoreni umovi su nova mentalna snaga“ – dijelimo priče o mentalnom zdravlju, odnosi se na osnaživanje studenata kroz pružanje platforme gdje mogu podijeliti svoja iskustva i osjećati se osnaženo kroz dijeljenje priča. Platforma će služiti kao siguran prostor za izražavanje o iskustvima s mentalnim zdravljem bez straha od osude ili stigmatizacije, a razgovori o mentalnom zdravlju postati će dijelom svakodnevnog diskursa. Osim toga, priče studenata uključivati će različite simptome, tretmane ali i resurse u bliskom okruženju i zajednici sa svrhom studentskog međusobnog educiranja usmjerenog prepoznavanju znakova problema u mentalnom funkcioniranju i pravovremenom traženju pomoći. Povrh svega, dijeljenje osobnih priča i iskustava može ostvariti osnažujući učinak i emocionalnu podršku te pomoć u prepoznavanju vlastitih snaga i otpornosti. Priče o uspjehu u prevladavanju pojedinih poteškoća u mentalnom funkcioniranju poslužiti će kao inspiracija i motivacija drugim studentima u suočavanju sa svojim izazovima.

Kampanja će se primjenjivati kroz online platformu i korištenje društvenih mreža za dijeljenje priča uz korištenje *hashtaga* za širenje dosega kampanje s početkom akademske godine 2024./2025 u listopadu 2024. godine. Glavna digitalna platforma pod nazivom „Otvoreni umovi su nova mentalna snaga“ služiti će za međusobnu komunikaciju studenata Osječkog i drugih sveučilišta na području Republike Hrvatske, gdje će anonimno ili pod svojim imenom podnositi priče o vlastitim iskustvima, potencijalnim resursima i mogućim rješenjima u

području mentalnog zdravlja. Tim moderatora platforme činiti će: studentice diplomskog studija Socijalni rad; autorice Izvještaja (Lara Kovačević, Marija Matić, Lana Luketić, Marija Ćurić, Josipa Krnjeta, Petra Krešić i Nikolina Kusturić), Ljubica Brigitte Nikić ispred Udruge te Mia Pucić ispred PSIHOS-kluba i njeni članovi volonteri. Tim će osigurati prikladan sadržaj koji će biti podržavajući i u skladu s prethodno navedenim pravilima platforme. Osim toga, tim će biti zadužen za relevantnost kontakata hitne službe, dostupnim uslugama socijalne i psihološke pomoći te za savjete o mentalnom zdravlju prema stručno izabranoj literaturi. Osim platforme, društvene mreže kao što su: Instagram, Twitter, Facebook i Tiktok služiti će za promociju sadržaja s platforme na način da će se priče studenata dijeliti (uz dozvolu studenta autora priče) i uz pomoć hashtagova kao što su #FakultetskiNaSvakidašnji #PričeNašeDobrobiti #MojUmMojaSnaga #RazgovoromLiječimo #PričajMOjeOK #SrećaDolaziIznutra kako bi se sadržaji kampanje lakše pronalazili i dijelili. Sami proces prikupljanja priča odvijati će se na način da studenti podnose svoje priče putem web platforme koje se zatim pregledavaju i odobravaju od strane tima moderatora. Moderator ima mogućnost uređivanja priče sa svrhom njezine prikladnosti. Potom se priče objavljuju na web platformi i mogu se dijeliti dalje uz pripadajuće hashtagove na društvenim mrežama.

U cijelu kampanju nužno je ostvariti suradnju s drugim organizacijama i stručnjacima kao što su Udruga Breza, Dječji kreativni centar „DOKKICA“ i Centar za zdravstvenu zaštitu, mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti i njihovi predstavnici i zaposlenici, koji bi imali pristup platformi i savjetovali studente putem sadržaja, radionica, sudjelovanjima u podcastima kao i pružanja informacija o mogućim resursima podrške.

Tablica 13. Početak kampanje „Otvoreni umovi su nova mentalna snaga“

| CILJEVI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | POTREBNI RESURSI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | KLJUČNI DIONICI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Podizanje svijesti zajednice kroz isticanje važnosti mentalnog zdravlja</li> <li>- Smanjenje stigme kroz normaliziranje razgovora o teškoćama mentalnog funkcioniranja i psihološkoj pomoći</li> <li>- Osjećaji emocionalne podrške i osnaženosti studenata kroz dijeljenje priča</li> <li>- Edukacija i informiranje studenata o dostupnim resursima i načinima pružanja i primanja pomoći</li> <li>- Osjećaji zajedništva unutar studentske populacije</li> </ul> | <p>Aplikacije za kreativnost i izradu dizajna (Canva)</p> <p>Web platforma (google)</p> <p>Društvene mreže (Instagram, Twitter, Facebook, TikTok)</p> <p>Alati za izradu anketa (Google forms)</p> <p>Alati za izradu izvještaja (Microsoft Word)</p> <p>Alati za evaluaciju i praćenje (društvene mreže, Google)</p> <p>Viralni hashtagovi za lako praćenje i dijeljenje sadržaja (#FakultetskiNašSvakidašnji #PričeNašeDobrobiti #MojUmMojaSnaga #RazgovoromLiječimo #PričajMOjeOK #SrećaDolaziIznutra)</p> <p>Moderatori platforme (studentice diplomskog studija Socijalni rad)</p> | <p>Ljubica Brigitte Nikić ispred DPP Sunce</p> <p>Mia Pucić ispred PSIHOS-kluba i njeni članovi</p> <p>dobrovoljci</p> <p>Suzana Vargović - predsjednica Udruge Breza</p> <p>Ines Novak – predsjednica Dječjeg kreativnog centra “DOKKICA”</p> <p>Marija Kribl – voditeljica službe Centra za zdravstvenu zaštitu, mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti</p> |

Učinak kampanje „Otvoreni umovi su nova mentalna snaga“ biti će potrebno pratiti i evaluirati na način da će se koristiti alati za praćenje posjećenosti web platforme i angažman na društvenim mrežama kroz broj *hashtagova*. Također, na kraju svakog mjeseca podijeliti će se kratka anketa s ciljem prikupljanja povratnih informacija studenata o zadovoljstvu rada platforme. Na kraju akademske godine, izraditi će se izvještaj o učinku web platforme na

temelju mjesečne evaluacije i anketiranja što će poslužiti za identifikaciju područja za poboljšanje rada u zajednici.

Publiku ćemo okupiti na sljedeće načine:

- Pružiti priliku ljudima (studentima) da se dublje uključe i da aktivni sudionici (moderatori) preuzmu veće obveze
- Pozvati pasivne sudionike (studente i stručnjake) na sudjelovanje, dijeljenjem svojih priča
- Kako bi osvijestili ljude koji ne podržavaju kampanju, koristiti zajedničku kulturu i pozivati se na zajedničke vrijednosti naše zajednice
- Posvetiti vrijeme pokušavajući doći do ciljne publike (40% vremena na stvaranje sadržaja, 60% promocija sadržaja) na različitim mrežama uzimajući u obzir one koje su najaktualnije (Instagram, Twitter, TikTok, Facebook)

Potencijalni rizici i rješenja ogledaju se u tome kako je vjerojatnije je da će korisnici čitati ili gledati priče koje je preporučio prijatelj nego netko iz drugih izvora. Iz tog razloga, učiniti ćemo priče lako razumljivima i dostupnima. Pružiti ćemo mogućnost svakom studentu i stručnjaku da dodaju vlastite priče na temu mentalnog zdravlja i posebnu pozornost posvetit ćemo vizualnim efektima i promociji tih sadržaja uz hashtagove za uspješniji pronalazak i prolongiranje.

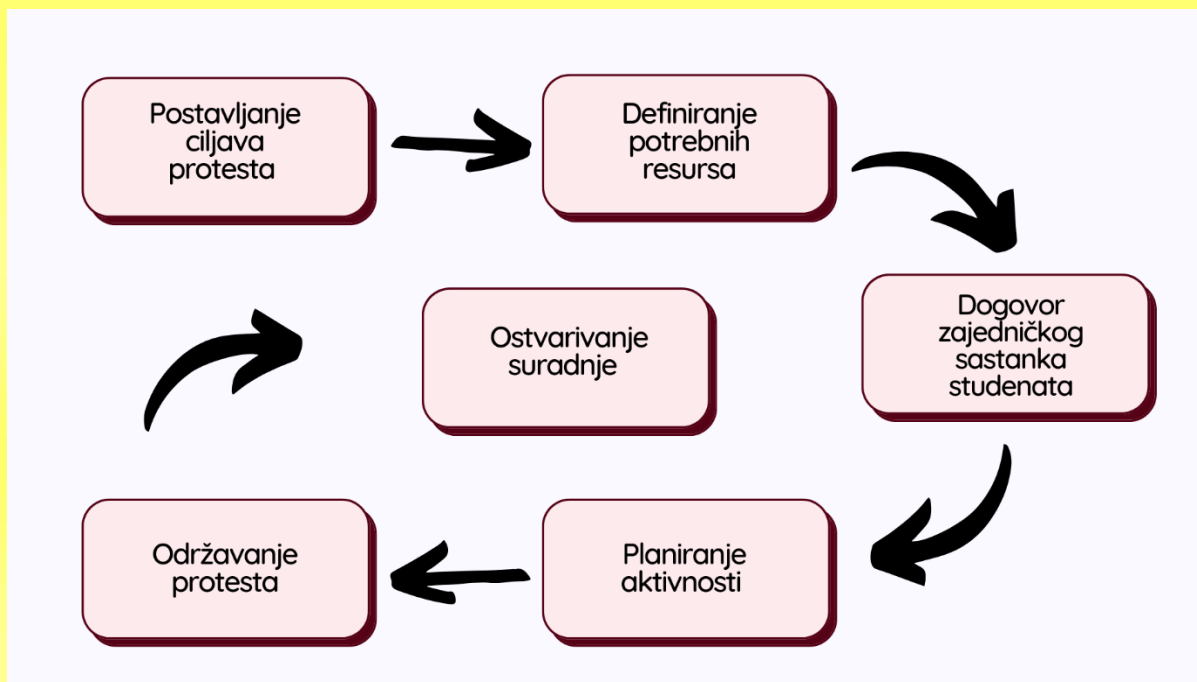
Neutralni i pasivni dionici koji su potencijalno svjesni ovog problema studentske populacije, uz pomoć aktivnih stručnjaka i sudjelovanjem na podcastima, pokušati ćemo više osvijestiti studente na način da ćemo izložiti zajedničke ciljeve za budućnost, koji su jednaki. Ti ciljevi odnose se na: opću dobrobit, veću svijest unutar cijele zajednice, veću dostupnost resursa, manju opterećenost institucija, ekonomičnost i efikasnost, promociju zdravlja i smanjenje stigme te osiguravanje podržavajuće zajednice za sve članove.

Osim navedene dvije taktike, za ostvarenje suradnje s tri organizacije koje pružaju usluge savjetovanja: Udruga Breza, Dječji kreativni centar „DOKKICA“ i Centar za zdravstvenu zaštitu, mentalno zdravlje, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti, značajnu ulogu ima i taktika Student strike, odnosno protest studenata.

#### **7.2.4. Tehnika – Student strike**

Student strike iliti protest studenata izrazito je moćna tehnika koja može ostvariti značajan utjecaj na politike, odnosno kreatore politika. Jedna je od tehnika koja osobito privlači

pozornost javnosti, a time osigurava moć za promjene koje se zahtijevaju. U srži same tehnike kriju se zasebni ciljevi kao što su: podizanje svijesti, mobilizacija javne potpore, utjecaj na kreatore politika što može voditi do izravnih pregovora te stvaranje dugoročnih promjena.



Fotografija 22: Prikaz taktike student strike; trajanje 3-4 dana (autorice rada, 2024.)

S obzirom na to da je primarni cilj smanjiti duge liste čekanja za pružanje psihološke pomoći studentima, protest studenata kao taktika ima osobito značajnu ulogu. Naime, studenti kao glavni akteri na ovaj način mogu informirati širu javnost o problemima s kojima se suočavaju, ali i privući pozornost donositelja odluka te stvoriti pritisak na suradnju i hitno djelovanje u smjeru rješavanja problema.

Provest će se kampanja pod nazivom „Zdravlje ne čeka“ sa svrhom stavljanja naglaska na važnost pravovremenog pružanja psihološke pomoći studentima, kao i rizika od nepravovremenog. Kratkoročni ciljevi kampanje su postizanje dogovora s upravom Sveučilišta, prvenstveno s rektorom, prof. dr. sc. Vladom Gubercem o hitnim mjerama za smanjenje trenutnih lista čekanja te osiguravanje privremenih rješenja kao što su angažiranje dodatnih stručnjaka na ugovor ili suradnja s lokalnim organizacijama. Dugoročni ciljevi su uvođenje sustavnih promjena, odnosno povećanje broja zaposlenih stručnjaka, koji mogu pružati usluge psihološke pomoći te pružanje veće financijske podrške samim organizacijama za isto. Također, potrebno je kampanjom naglasiti i važnost preventivnih mjera i implementacije programa prevencije mentalnih problema.

Cilj kampanje „Zdravlje ne čeka“ je prije svega osnažiti studente na zauzimanje za svoja prava te staviti naglasak na važnost zaštite mentalnog zdravlja. Protesti imaju vrlo snažan odjek u javnosti zbog čega pozivaju na automatsku intervenciju. Studenti na ovaj način imaju priliku biti aktivni dionici društva, odnosno mogu sudjelovati u promjenama društvenih postavki, a čiji rezultati ne ostaju samo njima, nego i svim narednim generacijama i članovima zajednice općenito. Problem nedostupne ili nepravovremene psihološke pomoći ne zahvaća samo studente, već i sve njihove bližnje zbog čega smanjenje dugih lista čekanja za pružanje psihološke pomoći nije samo problem studenata, nego društva u cjelini. Kampanja šalje puno veću i značajniju poruku od same potrebe smanjenja lista čekanja, a to je da ako želimo zaštititi budućnost zajednice, potrebno je zaštititi i njezine članove.

Za provedbu kampanje, najprije je potrebno prikupiti potrebne statističke podatke o trenutnom stanju lista čekanja studenata, podatke o zastupljenosti problema mentalnog zdravlja u populaciji studenata i negativnim učincima koje ima na svakodnevno funkcioniranje studenata. Time studenti raspolazu s podacima, odnosno argumentima koji ih stavljaju u položaj moći u odnosu na donositelje odluka. Potrebno je ostvariti i koaliciju sa studentskim organizacijama i stručnjacima koji u prvom redu podupiru potrebne promjene glede problema dugih lista čekanja. Nakon toga slijedi najvažniji dio, odnosno organizacija protesta i skupova na vidljivim mjestima na Sveučilištu i samom gradu. S obzirom na tematiku problema, s protestom mogu započeti studenti pomažućih struka, a potom se očekuje priključivanje i drugih studenata. Kampanju uključuje i pisanje otvorenih pisama i pokretanje peticija usmjerenih Sveučilišnoj upravi i vlastima. Ukoliko je potrebno, studenti mogu organizirati javno zagovaranje, sa svrhom jasnijeg iznošenja problema i definiranja ciljeva za postizanje promjene. Nakon toga se očekuje ostvarenje utjecaja na donositelje odluka čemu slijedi dogovaranje sastanaka s predstavnicima Sveučilišta te pokretanje pregovora o mogućim rješenjima.

| CILJEVI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | POTREBNI RESURSI                                                                                                                                                                                                                         | KLJUČNI DIONICI                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>- Razvijanje svijesti o zastupljenosti problema mentalnog zdravlja u populaciji studenata</li> <li>- Educiranje javnosti o rizičnim čimbenicima za pojavu problema mentalnog zdravlja, kao i za njihovo zanemarivanje</li> <li>- Staviti naglasak na prevenciju problema mentalnog zdravlja</li> <li>- Započeti sustavne promjene u brizi za mentalno zdravlje</li> <li>- Dati studentima glavnu ulogu u pitanjima koja se direktno odnose na njih i njihove potrebe</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Studenti pomažućih struka koji su spremni započeti s javnim okupljanjima</li> <li>- Podrška studentskih organizacija i stručnjaka</li> <li>- Poster s natpisima („Zdravlje ne čeka“)</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ljubica Brigitte Nikić ispred DPP Sunce</li> <li>- Mia Pucić ispred PSIHOS-kluba i njeni članovi volonteri</li> <li>- Suzana Vargović - predsjednica Udruge Breza</li> <li>- Ines Novak – predsjednica Dječjeg kreativnog centra “DOKKICA”</li> <li>- Marija Kribl – voditeljica službe Centra za zdravstvenu zaštitu, mentalnog zdravlja, prevenciju i izvanbolničko liječenje ovisnosti</li> <li>- Studenti pomažućih struka</li> <li>- Borna Crnomarković- studentski pravobranitelj Sveučilišta</li> </ul> |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                      |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- prof. dr. sc. Vlado Guberac - rektor Sveučilišta</li> <li>- Prof. dr. sc. Ivan Trojan - dekan Filozofskog fakulteta</li> <li>- Dekani svih fakulteta Sveučilišta</li> </ul> |
|--|--|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Tablica 14. Početak kampanje „Zdravlje ne čeka“

Rezultati kampanje će, s obzirom na izabranu taktiku, biti vidljivi. Protesti pri tome ponekad zahtijevaju više vremena za postizanja konačnog cilja, a nekad je njihov učinak odmah evidentan. U slučaju da protesti ne privuku pozornost javnosti i ciljane grupe, protesti se nastavljaju sve dok se cilj ne ostvari. Ipak, samu potvrdu učinkovitosti kampanje donose promjene koje će nastupiti nakon nje u dogovoru s donositeljima odluka.

Za okupljanje publike potrebno je krenuti od samih studenata pomažućih struka koji će sudjelovati u protestu iz pozicije znanja, odnosno upoznatosti s bitnim odrednicama zaštite mentalnog zdravlja i pravovremenog pružanja psihološke pomoći. Osim studenata pomažućih struka, potrebno je uključiti i druge studentske grupe u širenje poruke, a samim time i svijesti o ozbiljnosti problema u zajednici. Bitno je također, ostvariti suradnju sa stručnjacima i organizacijama koje su uključene u rad s problemima mentalnog zdravlja, sa svrhom dodatnog prepoznavanja problema. U konačnici, ključno je osigurati medijsku popraćenost protesta da bi se poruka što prije širila i stvarala snažniji utjecaj na vlasti, odnosno donositelje odluka.

Primarni rizik predstavlja otpor donositelja odluka za suradnju i gušenje ideje za promjenama u sustavu u samom početku. Razlozi mogu biti nedostatak financijskih sredstava ili uvjerenje da trenutačni oblici rada zadovoljavaju potrebe studenata. U tom slučaju je potreban značajniji angažman i podrška stručnih radnika koji trebaju potvrditi važnost daljnjih pregovora i ozbiljnost problema.

## 8. ZAKLJUČAK

Studenti na čekanju: procjena dostupnosti usluge savjetovanja za studente u Osijeku provedena je s ciljem identificiranja dostupnih izvora psihološke pomoći te njezinih mogućih alternativnih oblika. U istraživanju je korištena metoda intervjua; namjernim uzorkom 16 sudionika svrstanih u dvije kategorije. Prvoj kategoriji pripadaju stručnjaci iz područja psihologije, a drugoj kategoriji studenti. Kategorija studenata podijeljena je na tri potkategorije: studenti koji su prošli proces psihološke pomoći, studenti koji su na listi čekanja za pružanje psihološke pomoći te studenti koji još nisu na listi čekanja, ali imaju potrebu prijaviti se. Analizom provedenih intervjua utvrđeno je da je trenutno pružanje psihološke pomoći ograničeno i nepravovremeno, pri čemu se ističu prepreke kao što su duge liste čekanja, nedostatak informacija o pružateljima usluga psihološke pomoći te izraženost straha zbog stigmatizacije osoba s teškoćama u području mentalnog zdravlja. Nadalje, rezultati upućuju na moguće načine unaprjeđenja psihološke pomoći koje uključuju smanjenje liste čekanja, inovativne tehnike psihološke pomoći, suradnju s drugim dionicima te unaprjeđenje uvjeta rada. Za ostvarivanje navedenoga potrebno je povećanje broja stručnjaka, dodatna financijska sredstva, veća promocija mentalnog zdravlja unutar osječke zajednice, umrežavanje s drugim udrugama/organizacijama, suradnja kroz projekte te formiranje aplikacija i web platformi na kojima bi bila dostupna usluga psihološke pomoći.

Preporukom Udruge ističe se njihov primarni cilj, odnosno povećanje broja stručnjaka u njihovoj organizaciji koji bi mogli provoditi psihološko savjetovanje za studente na području grada Osijeka. Pri tome, prvi korak uključuje povezivanje sa zajednicom psihologa – potencijalnih volontera kroz sastanke s donositeljima odluka i aktivnosti na društvenim mrežama.

Iako je riječ o izazovu velikog opsega koji zahtijeva značajan angažman, ove smjernice postavljaju čvrste temelje za transformaciju načina pružanja psihološke pomoći, sa svrhom osiguranja zatraženih usluga psihološke pomoći svakom studentu.

## LITERATURA

Agencija za znanost i visoko obrazovanje (2023). Broj studenata prema ustanovi izvođača Sveučilišta u Zagrebu, Splitu, Osijeku i Rijeci, <https://www.azvo.hr/broj-studenata-prema-ustanovi-izvodaca-sveucilista-u-zagrebu-splitu-osijeku-i-rijeci-2022-23/>. Pristupljeno: 27.06.2024.

Ajduković, M. i Ketesteš, G. (2020). *Etički kodeks istraživanja s djecom*, [https://mrosp.gov.hr/UserDocsImages/dokumenti/Socijalna%20politika/NEPID/Eti%C4%8Dki%20kodeks%20istra%C5%BEivanja%20s%20djecom\\_%20revidirana%20verzija%202020.pdf](https://mrosp.gov.hr/UserDocsImages/dokumenti/Socijalna%20politika/NEPID/Eti%C4%8Dki%20kodeks%20istra%C5%BEivanja%20s%20djecom_%20revidirana%20verzija%202020.pdf). Pristupljeno: 27.5.2024.

Baptista, M. i Zanon, C. (2017). Why not seek therapy? The role of stigma and psychological symptoms in college students. *Paidéia (Ribeirão Preto)*, 27(67), 76-83, <https://doi.org/10.1590/1982-43272767201709>. Pristupljeno: 27.3.2024.

Barney, L. J., Griffiths, K. M., Jorm, A. F. i Christensen, H. (2006). Stigma about depression and its impact on help-seeking intentions. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 40(1), 51-54, <https://doi.org/10.1080/j.1440-1614.2006.01741.x>. Pristupljeno: 27.3.2024.

Božičević, V., Brlas, S., & Gulin, M. (2012). Psihologija u zaštiti mentalnog zdravlja. *Priručnik za psihološku djelatnost u zaštiti i promicanju mentalnog zdravlja*, Zavod za javno zdravstvo Sveti Rok Virovitičko-Podravske županije, Virovitica. [http://bib.irb.hr/datoteka/617730.Psihologija\\_u\\_zatiti\\_mentalnog\\_zdravlja\\_2012\\_2.pdf](http://bib.irb.hr/datoteka/617730.Psihologija_u_zatiti_mentalnog_zdravlja_2012_2.pdf). Pristupljeno: 27.3.2024.

Buljan, I. (2021). Izvješćavanje o rezultatima kvalitativnih istraživanja. *Zdravstveni glasnik*, 7(2), 49-58, [388001 \(srce.hr\)](https://www.srce.hr/388001). Pristupljeno: 27.3.2024.

Canva (2024), [https://www.canva.com/design/DAGGoDhIsOY/z\\_nCccDPg5e79pEWkQgl9g/edit](https://www.canva.com/design/DAGGoDhIsOY/z_nCccDPg5e79pEWkQgl9g/edit). Pristupljeno: 27.5.2024.

Čorkalo Biruški, D. (2014). Etički izazovi kvalitativnih istraživanja u zajednici: od planiranja do istraživačkog izvještaja. *Ljetopis socijalnog rada*, 21(3), 393-423 , [3. ČORKALO.indd \(srce.hr\)](https://www.srce.hr/388001). Pristupljeno: 15.3.2024.

Državni zavod za statistiku (2024). Pokazatelji siromaštva i socijalne isključenosti u 2023, <https://podaci.dzs.hr/2024/hr/77038>. Pristupljeno: 25.3.2024.

Emerson, R. M. (1962). Power-Dependence Relations. *American Sociological Review*, 27(1), 31-41, <https://doi.org/10.2307/2089716>. Pristupljeno: 15.3.2024.

EU Centar (2021) Zelena zanimanja, <https://zelenazanimanja.eu-centar.org/grad-osijek/>. Pristupljeno: 27.3.2024.

Eurostat (2023). SDG country overview, Skup podataka. ec.europa.eu, <https://ec.europa.eu/eurostat/cache/infographs/sdg-country-overview/>. Pristupljeno: 15.3.2024.

Eurostat data browser. (2024). Population with confidence in EU institutions by institution, Skup podataka. ec.europa.eu, [https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/sdg\\_16\\_60/default/table?lang=en](https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/sdg_16_60/default/table?lang=en). Pristupljeno: 15.3.2024.

Eurostat data browser. (2024). Self-perceived health by sex, age and educational attainment level, Skup podataka. ec.europa.eu, [https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/hlth\\_silc\\_02/default/table?lang=en](https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/hlth_silc_02/default/table?lang=en). Pristupljeno: 15.3.2024.

Fičko, S. L., Čukljek, S., Smrekar, M., Hošnjak, A. M., & veleučilište Zagreb, Z. (2022). Promocija mentalnog zdravlja i prevencija mentalnih poremećaja kod djece i adolescenata – sistematičan pregled literature. *Journal of Applied Health Sciences = Časopis za primijenjene zdravstvene znanosti*, 3(1), 61-71, <https://doi.org/10.24141/1/3/1/7>. Pristupljeno: 15.3.2024.

Filozofski fakultet Osijek (2023). Izvješće o radu Ureda za psihološko savjetovanje studenata. Za razdoblje od 5. veljače 2023. do 30. studenoga 2023. Pristupljeno: 18.3.2024.

Grad Osijek (2017). *Strategija razvoja urbane aglomeracije Osijek do 2020*, <https://www.osijek.hr/wp-content/uploads/2018/05/STRATEGIJA-RAZVOJA-UA-OSIJEK-DO-2020.pdf>. Pristupljeno: 15.3.2024.

Grad Osijek (2024) Službeni portal grada na Dravi osijek.hr, <https://www.osijek.hr/gradska-uprava/gradsko-vijece/savjet-mladih-grada-osijeka/>. Pristupljeno: 18.03.2024.

Grad Osijek (2009) Facebook, [https://www.facebook.com/Vijesti.Grad.Osijek/?locale=hr\\_HR](https://www.facebook.com/Vijesti.Grad.Osijek/?locale=hr_HR). Pristupljeno: 10.4.2024.

Homans, G. C. (1961). *Social behavior: Its elementary forms*. Harcourt, Brace. Pristupljeno: 16.4.2024.

Hrvatska enciklopedija, mrežno izdanje (2013). Leksikografski zavod Miroslav Krleža, <https://www.enciklopedija.hr/clanak/osijek>. Pristupljeno: 18.3.2024.

Hrvatski zavod za javno zdravstvo, Hrvatski zdravstveno statistički ljetopis za 2022. godinu (2022), [https://www.hzjz.hr/periodicne-publikacije/hrvatski-zdravstveno-statisticki-ljetopis-za-2022-g-tablicni-podaci/https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/hlth\\_silc\\_02\\$dv\\_381/default/table?lang=en&category=qol.qol\\_hlt.qol\\_hlt\\_st](https://www.hzjz.hr/periodicne-publikacije/hrvatski-zdravstveno-statisticki-ljetopis-za-2022-g-tablicni-podaci/https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/hlth_silc_02$dv_381/default/table?lang=en&category=qol.qol_hlt.qol_hlt_st). Pristupljeno: 20.4.2024.

Hunt, J., & Eisenberg, D. (2010). Mental Health Problems and Help-Seeking Behavior Among College Students. *Journal Of Adolescent Health*, 46(1), 3-10, <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2009.08.008>. Pristupljeno: 16.4.2024.

Jakovčić, I., Živčić-Bećirević, I., Birovljević, G. (2015). Učinkovitost psihološkog savjetovanja studenata riječkog Sveučilišta. Izvorni znanstveni članak. *Psihologijske teme*, 24(3), 495-516. <https://hrcak.srce.hr/149106>. Pristupljeno: 16.4.2024.

Jerončić Tomić, I., Mulić, R. i Milišić Jadrić, A. (2020). Utjecaj društvenih mreža na samopoštovanje i mentalno zdravlje mladih. In *medias res*, 9 (17), 2649-2654. <https://doi.org/10.46640/imr.9.17.4>. Pristupljeno: 16.4.2024.

Ključević, Ž., Ninčević, J., Karin, Ž., Lončar, L., Grbić, M., Matković, R., & Kovačić Borković, D. (2017). Zaštita mentalnog zdravlja djece i mladih-uloga javnozdravstvenih projekata-okrugli stol. In v. *Hrvatski kongres školske i sveučilišne medicine «Djeca i mladi – izazov za budućnost»* (pp. 70-70), <https://nzjz-split.hr/wp-content/uploads/2021/05/zastita-mentalnog-zdravlja-djece-i-mladih-knjiga-1.pdf>. Pristupljeno: 16.4.2024.

Koprić, I. (2014). Prilagodbe hrvatske javne uprave europskim standardima. *Godišnjak Akademije pravnih znanosti Hrvatske*, 5(1), 8-39, <https://hrcak.srce.hr/121892>. Pristupljeno: 16.4.2024.

Mamić, S., Nekić, M., Vidaković, M., Ombla, J., Sučić-Šantek, I. (2022) Uloga Studentskog savjetovališta u brizi za mentalno zdravlje studenata – stavovi i iskustva studenata Sveučilišta

u Zadru. Stručni članak, *Klinička psihologija* 15(1-2), 37-49, <https://doi.org/10.21465/2022-KP-1-2-0004>. Pristupljeno: 16.4.2024.

Milas, G. (2009). *Istraživačke metode u psihologiji i drugim društvenim znanostima*. Naklada Slap: Jastrebarsko. Pristupljeno: 16.4.2024.

Novak, M. i Petek, A. (2015). Mentalno zdravlje kao politički problem u Hrvatskoj. *Ljetopis socijalnog rada*, 22 (2), 191-221, <https://hrcak.srce.hr/file/217065>. Pristupljeno: 16.4.2024.

Osemeke, M., & Adegboyega, S. (2017). Critical review and comparism between Maslow, Herzberg and McClelland's theory of needs. *Funai journal of accounting, business and finance*, 1(1), 161-173, <https://www.fujabf.org/wp-content/uploads/2018/01/Critical-Review-and-Comparism-between-Maslow-Herzberg-and-McClellands-Theory-of-Needs.pdf>  
Pristupljeno: 28.3.2024.

Pavković, N. (2023). *Utjecaj COVID-19 pandemije na mentalno zdravlje studenata* (Završni rad). Zagreb: Zdravstveno veleučilište, <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:139:890792>. Pristupljeno: 20.3.2024.

Perišić, K., & Tomiša, T. (2018). Mentalno zdravlje. *Zagrebačko psihološko društvo*, <https://zgpd.hr/2018/10/09/mentalno-zdravlje>. Pristupljeno: 20.5.2024.

Povijest grada (2016). Turistička zajednica Grada Osijeka, <https://www.tzosijek.hr/povijest-grada-671>. Pristupljeno: 18.3.2024.

Preglej, L. (2014). *Istraživanja u nastavi*. Educ.biol. 1: 100-116, [219241 \(srce.hr\)](https://www.srce.hr/219241). Pristupljeno: 20.5.2024.

Prpić, T. (2016). *Izazovi i mogućnosti prevencije prekomjernog korištenja društvenih mreža* (Diplomski rad). Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Edukacijsko-rehabilitacijski fakultet, <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:158:403343>. Pristupljeno: 16.3.2024.

Saha K, Weber I, Birnbaum ML, De Choudhury M. (2017). Characterizing Awareness of Schizophrenia Among Facebook Users by Leveraging Facebook Advertisement Estimates. *Journal of medical Internet research*, 19(5), e156.

Samji, H., Long, D., Herring, J., Correia, R., & Maloney, J. (2024). Positive childhood experiences serve as protective factors for mental health in pandemic-era youth with adverse childhood experiences. *Child Abuse & Neglect*, [https:// doi.org/10.1016/j.chiabu.2024.106640](https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2024.106640).

Savjet mladih grada Osijeka (2023), <https://savjetmladih.osijek.hr/udruge-za-mlade/>.  
Pristupljeno: 18.03.2024.

Sendpulse (2024), *Guide on storytelling*, <https://sendpulse.com/support/glossary/storytelling>.  
Pristupljeno: 30.5.2024.

„Sunce“ društvo za psihološku pomoć (2023), <http://www.dppsunce.hr/>. Pristupljeno:  
28.03.2024.

Štrkalj Ivezić, S. (2022). Mentalno zdravlje u zajednici. *Epoha zdravlja: glasilo Hrvatske mreže zdravih gradova*, 15(1), 9-11, <https://hrcak.srce.hr/280612>. Pristupljeno: 17.3.2024.

Tihić Čihoratić, Lj. (2017). Jesu li naša savjetovališta dovoljno vidljiva? - Savjetovalište za poteškoće učenja i prilagodbe pri Centru za mlade Nastavnog zavoda za javno zdravstvo „Dr. Andrija Štampar“. *Socijalna psihijatrija*, 45, 57-62, <https://hrcak.srce.hr/178947>. Pristupljeno:  
17.3.2024

Vlada Republike Hrvatske, Ministarstvo zdravstva (2020). *Plan zdravstvene zaštite Republike Hrvatske*. Zagreb. NN 19/2020, <https://www.zakon.hr/cms.htm?id=43311>. Pristupljeno:  
2.7.2024.

Vlada Republike Hrvatske, Ministarstvo zdravstva (2021). *Nacionalni plan razvoja zdravstva za razdoblje 2021- - 2025*. NN 147/21, <https://zdravlje.gov.hr/UserDocsImages/2022%20Objave/Nacionalni%20plan%20razvoja%20zdravstva%202021.-2027..pdf>. Pristupljeno: 2.7.2024.

Vlada Republike Hrvatske, Ministarstvo zdravstva (2022). *Strateški okvir razvoja mentalnog zdravlja do 2030*. Zagreb, <https://zdravlje.gov.hr/UserDocsImages/2022%20Objave/STRATE%C5%A0KI%20OKVIR%20RAZVOJA%20MENTALNOG%20ZDRAVLJA%20DO%202030..pdf>. Pristupljeno:  
2.7.2024.

Von Bertalanffy, L. (1968). *General system theory: Foundations, Development, Applications*. George Brazziler. Pristupljeno: 20.5.2024.

Zadravec, M. (2019). *Percepcija otuđenosti i načini komuniciranja mladih u novim medijima* (Završni rad). Zagreb: Sveučilište u Zagrebu, Fakultet hrvatskih studija, <https://urn.nsk.hr/urn:nbn:hr:111:082415>. Pristupljeno: 24.3.2024.

Zakon o djelatnosti socijalnog rada NN 18/22 (NN 16/19), <https://www.zakon.hr/z/509/Zakon-o-djelatnosti-socijalnog-rada>. Pristupljeno: 2.7.2024.

Zakon o zdravstvenoj zaštiti NN 36/24 (NN 100/18, 125/19, 147/20, 119/22, 156/22, 33/23), <https://www.zakon.hr/z/190/Zakon-o-zdravstvenoj-za%C5%A1titi>. Pristupljeno: 2.7.2024.

Zhong, Y., Schroeder, E., Gao, Y., Guo, X. i Gu, Y. (2021). Social support, health literacy and depressive symptoms among medical students: an analysis of mediating effects. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 633, <https://doi.org/10.3390/ijerph18020633>. Pristupljeno: 25.3.2024.

Živčić-Bećirević, I., Smojver-Ažić, S., Martinac Dorčić, T., Juretić, J. i Jakovčić, I. (2009). Zastupljenost psiholoških simptoma kod studenata riječkog Sveučilišta. II. Hrvatski kongres primijenjene psihologije. Zagreb: Hrvatska psihološka komora, 65-65. Pristupljeno: 1.4.2024.

Živčić-Bećirević, I., & Jakovčić, I. (2013). Naših prvih petnaest. Sveučilišni savjetodavni centar; psihološko savjetovalište. Sveučilište u Rijeci, [https://www.ssc.uniri.hr/files/Nasih\\_prvih\\_15.pdf](https://www.ssc.uniri.hr/files/Nasih_prvih_15.pdf). Pristupljeno: 1.4.2024.

## PRILOZI

### Prilog 1: Letak za Okrugli stol



# BUDI I TI DIO

## PROMJENE

10. LISTOPAD  
2024

- povećanje broja stručnjaka
- zaštita mentalnog zdravlja
- besplatno savjetovanje
- praksa za studente

**Prijavi se!**  
<https://zoom.us/>





## Prilog 3: Gantt chart

| ČLANOVI GRUPE                                                                                  | KRAJNJI ROK | 27.02.2024 | 06.03.2024 | 06.03.2024 | 07.03.2024 | 14.03.2024 | 16.03.2024 | 17.03.2024 | 18.03.2024 | 22.03.2024 | 13.04.2024 | 15.04.2024 | 16.04.2024 | 17.04.2024 | 18.04.2024 | 19.04.2024 | 06.05.2024 | 16.05.2024 | 27.05.2024 | 27.05.2024 | 03.06.2024 | 10.06.2024 | 10.07.2024 | Status | IZVRŠENOST ZADATAKA |      |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|--------|---------------------|------|
| Svi                                                                                            | 04.06.2024. |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Anamarija Bekajuk                                                                              |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Marija Čurić                                                                                   |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Marija Matić                                                                                   |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Lara Kovalević                                                                                 |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Pera Korelić                                                                                   |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Nikolina Kitarović                                                                             |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Lara Lukerlić                                                                                  |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Josipa Kinjara                                                                                 |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| RAD SA ORGANIZACIJOM                                                                           |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Dogovori, koordinacija, prikupljanje podataka, aktivnosti (daljnji)                            |             |            | x          | x          | x          |            |            |            |            | x          |            |            | x          | x          | x          | x          | x          |            | x          | x          |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Sastanak s organizacijom definira nje problema                                                 |             |            | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Sastanak s organizacijom fokus problema                                                        |             |            | x          |            |            |            |            |            |            | x          |            |            | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| ZADATCI                                                                                        |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Zadatci - seminar                                                                              |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Određivanje cilja procjene zajednice                                                           |             |            | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Root cause tehnika                                                                             |             |            | x          | x          |            |            | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Istražiti literaturu na root cause                                                             |             |            |            |            |            |            | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Istraživanje Udruge                                                                            |             |            |            |            | x          | x          |            |            |            | xx         |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Provedba plana istraživanja                                                                    |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Obilježja lokalne zajednice                                                                    |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Povijest lokaliteta                                                                            |             |            |            |            |            |            | x          | x          |            |            | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| O građanskim četvrtima, mjesnim odborima, opće informacije o povijesti te geografskom          |             |            |            |            |            |            | x          | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Stanovništvo te opis istoga                                                                    |             |            |            |            |            |            | x          |            | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Struktura stanovništva                                                                         |             |            |            |            |            |            | x          |            | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Stopa nezaposlenosti i siromaštva                                                              |             |            |            |            |            |            | x          | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Broj i popis ustanova usmjerenih na problem                                                    |             |            |            |            |            |            | x          | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Identificirati sudionike intervjua                                                             |             |            |            |            |            |            | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Zadatci za polaganje ispita                                                                    |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |
| Zadatak 1 - "Analiza problema"                                                                 |             |            |            |            |            |            |            |            |            | xx         |            | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Zadatak 2 - oblikovati tekst na temelju umne mape Root cause                                   |             |            |            |            |            |            | x          | x          |            |            | xx         |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Zadatak 3 - Povezati problem s ciljevima SDG - politike koje adresiraju problem                |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            | xx         |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Zadatak 4 - Formirati tekst za poglavlje "Obilježja lokalne zajednice"                         |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Zadatak 5 - "Metoda - sudionici" napraviti tablicu s popisom ispitanika i njihovim obilježjima |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Teorijski okvir koji vodi ovu procjenu zajednice                                               |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            | x          |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Metode i rezultati                                                                             |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Mapiranje resursa u zajednici                                                                  |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Provedba radionice sa udrugom                                                                  |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| Raspisivanje radionice                                                                         |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        | Ispravljeno         | 100% |
| PRIKUPLJANJE PODATAKA -                                                                        |             |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |            |        |                     |      |

|                                                         |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |         |      |
|---------------------------------------------------------|-------------|---|---|----|--|---|---|---|---|---|---|---|----|---|---|---------|------|
| PRIKUPLJANJE PODATAKA -                                 |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |         |      |
| Identificirati sudionike intervjua                      |             |   | x |    |  |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   | Invieno | 100% |
| Sastaviti pitanja za intervjue                          |             |   |   |    |  | x |   |   |   |   |   |   |    |   |   | Invieno | 100% |
| Provođenje intervjua                                    |             |   |   |    |  |   | x |   |   |   |   |   |    |   |   | Invieno | 100% |
| Analiza dobivenih podataka                              |             |   |   |    |  |   |   |   |   | x |   |   |    |   |   | Invieno | 100% |
| PROCJENA POTREBA ZAJEDNICE                              |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |         |      |
| Preliminarny                                            | 04.06.2024. |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |         |      |
| Dizajn prezentacije uređivanje teksta                   | 11.03.2024. |   |   | xx |  |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   | Invieno |      |
| Evaluacija                                              |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |         |      |
| Evaluacija rezultata: nedostataka, prepreka, prilika... |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   | x |    |   |   | Invieno | 100% |
| Izveštaj                                                |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |         |      |
| Pisanje izvještaja - svatko zadužen za svoj             |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   | Invieno | 100% |
| Uređivanje izvještaja                                   |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   | x  |   |   | Invieno | 100% |
| Izrada vizualnog predloška                              |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   | Invieno | 100% |
| Prikupljanje fotografija                                |             | x | x | x  |  | x |   | x | x | x | x | x | x  | x |   | Invieno | 100% |
| Finaliziranje izvještaja                                |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   | x | x  |   |   | Invieno | 100% |
| FINALNA PREZENTACIJA                                    |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |         |      |
| Izrada i uređivanje izlaganje                           |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   | xx |   |   | Invieno | 100% |
|                                                         |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   | xx |   |   | Invieno | 100% |
| PREDAJA PROCJENE ZAJEDNICE                              |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   |    |   |   |         |      |
| Predaja glva verzije procjene                           |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   |    | x |   | Invieno | 100% |
| Predaja konačne verzije procjene                        |             |   |   |    |  |   |   |   |   |   |   |   |    |   | x | Invieno | 100% |