

SOCIUS



Kriza i
solidarnost

Sadržaj

| | |
|---|----|
| Uvodna riječ..... | 4 |
| STUDENTSKA PERSPEKTIVA SOCIJALNOG RADA | 7 |
| Treba li ti to u životu?..... | 7 |
| Nisam ja odabrala socijalni rad, on je odabrao mene | 8 |
| Socijalni rad u svjetlu 2019. | 10 |
| Prosvjed socijalnih radnika: „Mijenjajmo sustav zajedno!“ | 11 |
| Studiranje u doba korone | 13 |
| ODABRANE TEME IZ STRUKE SOCIJALNOG RADA I SOCIJALNE POLITIKE | 14 |
| Temelji zelenog socijalnog rada | 14 |
| Izazovi u socijalnom radu: burnout | 16 |
| Duhovnost i religioznost u socijalnom radu | 18 |
| Rutinom do kvalitetnog sna | 20 |
| Socijalna država danas | 21 |
| STUDENTSKE RAZMJENE | 23 |
| Erasmus+ Youth Exchange 2021..... | 23 |
| Češki socijalni sustav i udruga „Pohoda“ | 26 |
| Petra u Krugovima – praksa u civilnom društvu | 28 |
| KUTAK DRUŠTVA STUDENATA SOCIJALNOG RADA..... | 30 |
| Svakog 25. Božić nekome | 30 |
| Tjedan zagovaranja prava beskućnika..... | 32 |
| Umjetnost protiv straha | 36 |
| 9. Regionalni kongres studenata i studentica socijalnog rada – Ljubljana..... | 38 |
| INFOSTRANICA..... | 39 |
| ZABAVNI KUTAK | 42 |

Impressum

Studenti - novinari:

Lorena Bošnjak, Petra Maruna,
Viktorija Lacković, Patricija Pedišić, Iva Komšić,
Ivona Tomurađ, Jurica Hržić, Matea Maljković,
Lara Koh, Karla Šneperger, Petra Klasić,
Matea Mrdeža, Karla Ambruš, Anahita Hajeb,
Petra Romac, Josipa Bičanić, Iva Patek

Studenti - fotografi:

Viktorija Lacković, Ena Levatić, Petra Krivačić,
Monika Barić, Lorena Bošnjak, Ivan Spajić

Uredništvo:

Matea Mrdeža, Josipa Bičanić, Iva Komšić, Anja
Babić

Grafički dizajn:

Studio HS internet d.o.o.
Kolodvorska 139, Osijek

Naklada: 300 kom

Ovaj časopis tiskan je uz potporu Studentskog
centra Sveučilišta u Zagrebu i Pravnog Fakulteta
Sveučilišta u Zagrebu.



društvo studenata socijalnog rada

Uvodna riječ

Draga čitateljice, dragi čitatelju,

moram priznati, nismo se dugo čitali tako da imamo svašta za podijeliti s tobom. U pauzi od zadnjeg broja puno toga se dogodilo. Svjedoci smo različitih turbulencija, kriza kao i promjena u svijetu, ali i u našoj struci. Svemu tome mi kao grupa vrijednih studenata želimo dati svoju perspektivu, želimo da čuješ neke zanimljivosti i novosti od nas, da vidiš što smo sve radili u proteklom periodu kao i da se zabaviš s nama.

Pripremili smo zanimljiv sadržaj kako bismo pronijeli glas o struci za koju se toliko zalažemo, za socijalni rad i socijalnu politiku.

Ovom prilikom se želim zahvaliti svojim kreativnim kolegicama Josipi, Ivi i Anji koje su svojim

radom dale završni sjaj Socius-u kao i kolegici Martini Budeš koja nas je svojim savjetima i podrškom vodila u ovom zadatku. Zatim, veliko hvala Studentskom centru i Pravnom fakultetu Sveučilišta u Zagrebu na financijskoj pomoći i podršci u radu kao i tvrtki Studio HS internet d.o.o. na trudu u dovršavanju i tiskanju novog broja. Također, hvala svim kolegicama i kolegama koji su nesebično podijelili svoje radove, članke i fotografije i tako postali dio Socius zajednice. Hvala i tebi što nas čitaš i što ti je ovaj časopis važan!

Matea Mrdeža,
urednica časopisa.







Foto: Viktorija Lacković – Jecaj

STUDENTSKA PERSPEKTIVA SOCIJALNOG RADA

Treba li ti to u životu?

Lorena Bošnjak

Tko god se na bilo kakav način bavi ovom strukom ili je u kontaktu s njom, sigurno zna gdje je bio 9.07.2019. kada je čuo vijest da je u Centru za socijalnu skrb Đakovo došlo do pucnjave i da je ubijena socijalna radnica, a ranjen pravnik koji će također, nekoliko dana kasnije, preminuti. Ja sam tada bila student prve godine studija. Bezbrizno sam uživala na plaži i u suncu s prijateljicama i veselila se što imam uvjet za upis druge godine studija i što sam svakim danom bliže ka ostvarenju svog sna, diplome magistre socijalnog rada. Za struku znam reći da je odabrala mene, a ne ja nju. Iako tada još nisam bila svjesna njezine širine i mogućnosti koje nudi, uzbuđivalo me što svaki dan spoznajem nešto novo o sebi i drugima.

Tog popodneva nazvala me mama i panično me obavijestila da su u Đakovu ubili socijalnu radnicu. Uz to mi je rekla da još nije kasno da odustanem od studija, da sam mlada i upitala me treba li mi to u životu. Jer mogu ići na elektrotehniku, ekonomiju, strojarstvo... ma bilo kamo gdje je manje opasno za mene. Budući da me moji roditelji, u strahu za moju egzistenciju, nisu ni prije u potpunosti podržavali u izboru struke, mami sam poklopila slušalicu i ostala zbunjena, pitajući samu sebe „Treba li mi to?” Razmišljala sam čemu pet godina studija, stalno usavršavanje, davanje sebe za druge, borba za korisnika, rad u neadekvatnim uvjetima, stres, stalno stajanje između korisnika i propisa i tko zna što još. I na kraju metak. Metak kao hvala. Metak kao odraz stanja cijele struke. Svi su mediji pisa-

li o ovom nemilom događaju. Tog devetog sedmog imala sam priliku čitati komentare o tome kako su zaslužili, kako im treba i kako je do ovog kad tad trebalo doći jer su socijalni radnici uhljebi koji u svojim uredima lakiraju nokte i krađu korisnike. A ja brucoš na putu do ostvarenja svog sna. Sna ili noćne more, pitala sam se tada.

Danas, dvije godine kasnije, još sam tu. Treća sam godina. Na pola puta reklo bi se. Taj metak i CZSS Đakovo još nisam zaboravila. Osim metka, kroz ove dvije godine imala sam priliku čitati o još ružnih događaja, napada, prijetnji i ponižavajućih komentara. I još uvijek me, dvije godine kasnije, uhvati strah od toga što me čeka i još se uvijek znam zapitati treba li mi to. Ali sada znam da treba, da želim biti tu i da sam s razlogom tu. Kako su godine išle dalje, uvidjela sam ljepotu ove struke i uvidjela sam koliko toga moćnog moje kolege svakodnevno rade. Shvatila sam da metak jest izazov koji ova struka nosi i da toga trebam biti svjesna, ali da se uvijek trebam vratiti na početak i zapitati zašto sam tu i zbog čega ovu struku smatram svojim pozivom. Ova struka ne pruža financijsko bogatstvo, ali pruža ono dubinsko bogatstvo jer svaki dan imamo priliku pomoći nekome da mu svijet bude ugodnije mjesto za život i da lakše nosi teškoće. I mnogi to neće prepoznati, rijetko kada će ta pomoć, obzirom na postojeće resurse, biti u potpunosti dovoljna i rijetko kada ćemo dobiti hvala, ali nekada i hoćemo. I to je stvar koja me drži tu, unatoč teškim danima, teškim ispitima, lošim vijestima i ružnim komentarima. Tu me drži činjenica da će uz moju pomoć nekome život biti ljepši, da će netko dobiti šansu krenuti ispočetka i da će mi netko umjesto metka reći hvala. Da će jedno dijete dobiti obitelj, a drugo biti spašeno iz svakodnevnog pakla. Da će jedan samohrani otac dobiti podršku, jedna mlada djevojka osobu s kojom će razgovarati o svojim teškoćama, jedna usamljena baka smještaj i jedan beskućnik krov nad glavom. I da ću na kraju dana i sama biti zahvalna što sam odlučila ići putem superheroja, unatoč trnju i kamenju, pa i hicima iz pištolja. I tu me drži nada da će Jakov, Blaženka i Ivan biti posljednje žrtve i da se ovakve tragedije više nikada neće ponoviti.

I oprostite mama što sam ti tada poklopila slušalicu. Razumijem da se bojiš za mene i da mi želiš samo najbolje. Ali ja želim i volim biti tu gdje sam. I ja se nadam da se ovakve tragedije neće ponoviti.

I znate što? Voljela bih kada bi svi socijalni radnici napisali barem jednu stvar kojom su danas unaprijedili živote svojih korisnika. Vjerujem da bismo imali mnogo toga lijepoga za pročitati. Voljela bih da ih više čujemo.

Nisam ja odabrala socijalni rad, on je odabrao mene

Petra Maruna

Na kraju gimnazije trebalo je odlučiti čime se želim baviti ostatak života. Znala sam da to trebaju biti ljudi ili djeca. Osjećala sam kao da sam ja za takvo što. Riješila sam valjda sve moguće dostupne testove da se uvjerim da mislim dobro. Testovi su mi izbacivali: odgojiteljica u vrtiću, učiteljica, psihologinja, socijalna pedagoginja, socijalna radnica, pedagoginja. Ne trebam ni spomenuti da sam svaku istražila, a da me je socijalni rad posebno zainteresirao. Rekla bih čak, sada već kada sam i na kraju studija, da me je odabrao. Zašto? Upravo zbog poštovanja.

Vratimo se opet u prošlost. Moji roditelji su me cijeli život učili o poštovanju. Uvijek su me upozoravali da ljudi nisu isti i da različitosti treba poštovati. Tako sam od malih nogu učena kako oni, koji su siromašniji od nas, nisu manje vrijedni, već da je važno kakav je netko kao osoba, kao prijatelj (tada sam bila dijete pa se mjerilo u prijateljstvu). Nadalje, da nekoga tko je druge nacionalnosti (išla sam u školu gdje djeca nisu bila samo Hrvati) ne treba izrugivati, već opet oni o tom prijateljstvu. Govorili su mi kako ljudskost ne definira ni to da si katolik (odrastala sam u



Foto: Viktorija Lacković – Izuzetak

okolini gdje nisu svi bili katolici), da nema veze koje je čovjek boje kože, dobi ili ima nekakav „nedostatak“. Sjećam se kada sam prvi put čula za termin gej ili lezbijka, a roditelji su mi tada, nisam imala više od deset godina zasigurno, rekli kako su i oni ljudi koji zaslužuju poštovanje, da ih ne smijemo mrziti, izrugivati ili ne znam što gore. To je bilo razdoblje 2000tih u Hrvatskoj, a znamo da danas ljudi nisu tolerantni na štošta, a kamoli tada. Oni su ostali pri svojim tezama. Suma svega ovoga je da su mi od malih nogu govorili da poštujem. Sve. Bez obzira koliko je to slično ili nije od mene ili nečeg mojeg.

Nije sve bilo tako bajno i idealno kroz moj petogodišnji studij. Bilo je komentara u smislu kako neki ljudi nikada ne bi mogli raditi taj posao, kako nismo dobro plaćeni, kako posla nema. Nadalje, u mojih pet godina studiranja dogodile su se mnoge krize sustava socijalne skrbi gdje smo bili svjedoci toga da nas u medijima zovu uhljebima i neradnicima pri čemu sam osjećala teret na duši i bol u želudcu. Dogodio se napad na naše kolege koji je završio sa smrtnim ishodom, dogodili

su se propusti koji su rezultirali gubitkom života korisnika. I tada se pitaš jesi li dobro izabrao, je li sve ono o čemu si učio na fakultetu, vidio na praksi ili volontiranju samo iluzija koja je daleko od zbilje? Ne mogu poreći kako mi se tada nisu javljala pitanja koja su poticala krizu želim li zaista raditi posao socijalnog radnika u ovoj zemlji. Ono što je svakako bilo osnažujuće je podrška okoline pri čemu sam osvijestila koliko dobrog nas uče na fakultetu, koliko promjene smo moje kolege i ja postigli već volontirajući tijekom fakulteta, u koliko ustanova sam obavljala praksu i koliko je stručnjaka „ginulo“ svakodnevno za svoje korisnike čineći male korake u slagalicama promjene baš svaki dan. Nakon svega toga čega sam se sjetila, shvatila sam kako nije vrijeme za odustajanje, već za akciju i promjenu, no nije bilo lako, a krize će dolaziti. Socijalni rad je poštovanje, ali i promjena, ona nit koja te tjera naprijed bez obzira koliko utega te uporno vuče natrag. Osim poštovanja koje sam usvajala kroz život, a izbrusila na fakultetu, osoba sam koju vuče optimizam i želja za mijenjanjem okoline oko sebe. Također, uvijek sam tražila najbolje u ljudima, a danas je to pogotovo naglašeno. To su samo neke sitnice koje potvrđuju tezu iz naslova.

I zaključit ću riječima iz svojeg drugog teksta.

Socijalni rad mi je samo još više otvorio srce, dušu i oči. Ne bih nikada rekla da sam bila osoba koja je imala kutiju na glavi no ako sam imala i malu, uklonila sam je. I zato ga volim. Puno toga me je naučio. Naučio me je još šire od onoga što su me roditelji učili. Postala sam još otvorenija prema svakome, vidjela koliko je svijet predivan u svojoj različitosti, a poštovanje svega toga došlo je prirodno. Naučio me je kako treba razumjeti, kako voljeti, kako zastupati ono što je važno. Odrasla sam uz njega svakako. I ne bih mijenjala ni za što to što ću biti socijalna radnica. Ona socijalna radnica koja će pružiti poštovanje prema svakome bez obzira na sve, ona koja će naći pravu riječ za bilo koga tko se nađe u njezinom uredu, ona koja će biti podrška, vikati, zastupati one koji ne mogu, poticati onu ljudskost iza koje stoji struka, konvencije, ali i ja sama. Ja to gledam kao na neki tip misije. Kada (ako) prestanem imati

srce u tome što ću biti, neka me netko upozori da predam komori licencu. I za kraj, malo mudrosti od uskoro magistre socijalnog rada: „Kada si budući socijalni radnik trebaš skidati te kutije s očiju, učiti, učiti i informirati druge o tome koliko su ljudi lijepi, takvi kakvi jesu, no prije toga trebaš srediti svoje srce i svoju kutiju na glavi. Prije nego postane kasno.“

Socijalni rad u svjetlu 2019.

Viktorija Lacković

Protekla 2019. godina mnogim će socijalnim radnicima ostati urezana u sjećanje. Ubojstvo socijalne radnice Blaženke Poplašen u Đakovu snažno je uzdrimalo javnost, a osobito ukazalo na brojne probleme s kojima se oni susreću u Hrvatskoj. Osim spomenute, ubijen je i pravnik Ivan Pavić. Blaženka Poplašen bila je djelatnica Centra za socijalnu skrb Đakovo, a presudio joj je čovjek koji je u Centar dolazio gotovo svakodnevno. Brojni hrvatski internetski portali isticali su kako je ona bila jedina osoba koja je iskreno i brižno skrbila o njegovim pravima. Nažalost, neki ljudi i danas to teško shvaćaju i prihvaćaju. Često se okreću predrasudama i generaliziranju te se nezadovoljstvo sustavom prelijeva na pojedince koji rade u ovom osjetljivom resoru.

Socijalni radnici su upravo oni koji se zalažu za prava i dobrobiti onih najosjetljivih i najranjivih članova društva. Ovaj događaj je zbog toga, nezasluženo, od dijela javnosti pogrešno interpretiran. Nasilje je, zbog tabloidizacije medija i često nestručnog te parcijalnog izvještavanja, u svakodnevnom životu svih ljudi portretirano na pogrešan način. Ovaj tragičan čin opravdan je brojnim komentarima na društvenim mrežama i portalima, šireći mržnju prema sustavu. Zbog toga i danas ima mnogo žena i muškaraca koji su odabrali ovo zanimanje, posvetili se pružanju

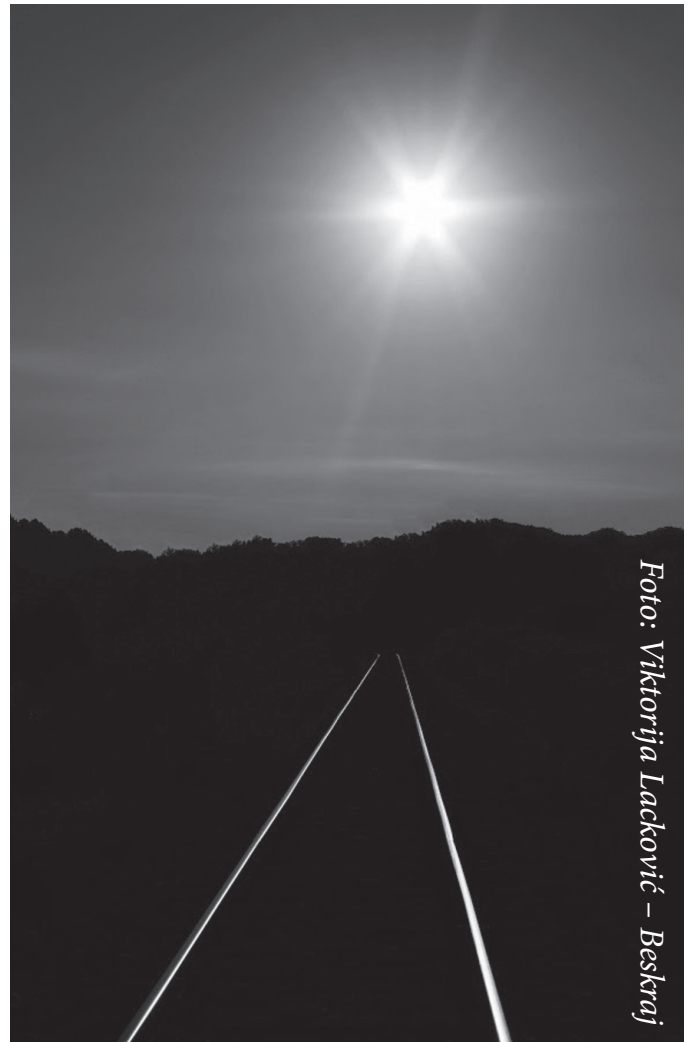


Foto: Viktorija Lacković – Bestraaj

pomoći najpotrebitijima, a sada osjećaju nesigurnost svakim odlaskom na posao. Najgore pitanje koje se može postaviti je upravo to koliko ljudi još mora biti fizički napadnuto na radnome mjestu ili ubijeno da bi se stalo na kraj nasilju.

RTL-ova Potraga provela je istraživanje u suradnji s Hrvatskom udrugom i komorom socijalnih radnika. Reprezentativan uzorak je pokazao da je više od 40% socijalnih radnika doživjelo fizički napad za vrijeme radnog vijeka. Osim toga, čak 15% njih se ne osjeća sigurno na radnom mjestu svaki dan. Postotci ukazuju na jasan problem nesigurnosti socijalnih radnika na radnom mjestu, ali i ograničenosti zbog zakona i propisa prema kojima moraju raditi. Još je jedan događaj obilježio struku socijalnog rada u 2019. godini. Svi-ma poznati slučaj Pag, kad je 54-godišnji otac s balkona bacio svoje četvero malodobne djece od 3, 5, 7 i 8 godina, također će ostati zapamćen. U medijima se moglo čitati o isključivom pripisiva-

nju odgovornosti sustavu socijalne skrbi, ignorirajući činjenicu da je počinitelj osoba u potrebi kojemu je potrebna pomoć sustava zdravstva, a kako ističe predsjednik HKSR-a: „Kad se radi o promjenama ponašanja uslijed zdravstvenih razloga, socijalni radnik NIJE stručnjak zadužen za procjenu uzroka ponašanja!“ Struka socijalnog rada treba promjene, od najniže do najviše razine sustav treba postati transparentniji u svom radu, educirati javnost, a najvažnije - štititi socijalne radnike koji se iz prve ruke svakog dana susreću s mogućim neugodnim situacijama.

Prosvjed socijalnih radnika: „Mijenjajmo sustav zajedno!“

Perspektiva studentice socijalnog rada

Patricija Pedišić

Krajem ožujka 2019. godine Udruga socijalnih radnika Splitsko - dalmatinske županije u suradnji sa Sindikalnom podružnicom Centra za socijalnu skrb Split organizira prvi veći prosvjed socijalnih radnika u Zagrebu pred tadašnjim Ministarstvom demografije, obitelji, mladih i socijalne politike. Na prosvjedu su prisustvovala brojne kolege iz sustava socijalne skrbi iz raznih gradova, neki od profesora Studijskog centra socijalnog rada na Pravnom fakultetu u Zagrebu kao i studenti/ice socijalnog rada. Zašto se odjednom dio stručnjaka - socijalnih radnika napokon odlučio javno istupiti i iznijeti svoje stavove? Možemo početi „od početka“ i navesti događaje i uzroke koji su doveli do istupa kolega u javnosti.

U veljači 2019. godine na Pagu se dogodio strašan slučaj nasilja nad djecom u obitelji u kojemu je otac bacio četvero maloljetne djece niz balkon. Obitelj je bila u tretmanu Centra za socijalnu skrb te su na društvenim mrežama ubrzo počeo



Studentice i profesorica socijalnog rada na prosvjedu

le optužbe na račun socijalnih radnika i Centra za socijalnu skrb nadležnog za ovaj slučaj. Reakcija tadašnjeg Ministarstva brza je i beskompromisna. Ministrica predlaže smjenu ravnateljice nadležnog Centra u Zadru, čak i prije završenog stručnog nadzora nad radom stručnjaka na konkretnom slučaju. Ovakav postupak izaziva veliko nezadovoljstvo među socijalnim radnicima, kako u Zadru, tako i u cijeloj Hrvatskoj. Upravo zbog težine navedenog slučaja i svih drugih okolnosti ono što se ubrzo javlja jesu konkretni istupi struke, kako na individualnoj razini, tako i na grupnoj. Otprilike mjesec dana nakon događaja na Pagu, navedene organizacije iz Splita pozivaju na prosvjed pod geslom „Mijenjajmo sustav zajedno“. Cilj okupljanja bio je pozvati sve stručnjake (civilni i javni sektor) da se pridruže s ciljem poboljšanja postojećeg sustava socijalne skrbi, zbog dobrobiti svih korisnika, ali i zaposlenih stručnjaka.

Kada smo na faksu čule da se organizira prosvjed, kolegice i ja nismo ni trenutka dvojile te smo odlučile otići podržati naše kolege i kolegice. Teško je opisati koji su se osjećaji javljali tijekom sudjelovanja na prosvjedu. U nekim trenucima osjećala sam se nekako posebno jer su oko mene bili moji budući kolege, ujedinjeni u istoj ideji – da se potaknu promjene koje će dovesti do kvalitetnijeg rada u centrima za socijalnu skrb. Samim time i korisnici će biti zadovoljniji. Na prosvjedu nisam čula niti jednu uvredu niti prozivanje bilo koga. Osjetila sam puno tuge i suosjećanja. Suosjećanja za kolege koji su radili na slučaju na Pagu, koji sigurno nisu namjerno počinili pogreške, te ranjivosti – one koja se odnosi na misao da je na tom radnom mjestu mogao biti bilo tko drugi od svih socijalnih radnika koji su u tom trenutku bili zaposleni u sustavu. Nadam se da je poruka podrške upućena iz Zagreba stigla do naših kolega iz Centra u Zadru te da smo im poručili da nisu sami. Kada sam se okrenula oko sebe, vidjela sam puno poznatih lica – mi studenti socijalnog rada držali smo se skupa, pomno pratili i slušali sve

poruke poslane masi, ali i one tiše, koje su među sobom šaputali i prepričavali naši kolege. To su bila neka iskustva iz prakse, dovoljno čudna i nesvakidašnja, prava „socijalnoradnička“. Osim svojih dragih kolegica studentica, razveselila bih se svaki put kad bih prepoznala neku od profesorica s našeg fakulteta, a bilo ih je nekolicina. Bilo je lijepo vidjeti da i one, iako nisu formalno dio sustava socijalne skrbi, prate što se događa u sustavu i podržavaju pozitivne promjene svojih kolega koji izravno rade s korisnicima.

Htjela bih još naglasiti kako se prosvjedom širio osjećaj naleta pozitivne promjene, borbe za prava socijalnih radnika, ali i korisnika u sustavu. Neke poruke koje su bile napisane na transparentima glasile su: „Centar nije dežurni krivac; Želim više od 6 minuta za korisnika; Osigurajte prostore dostupne osobama s invaliditetom; Studenti uz kolege...“. Mislim da je iskustvo prisustvovanja na ovom prosvjedu u meni probudilo određenu vjeru u bolje sutra. Da su tu moji kolege koji se sada bore kako bih ja sutra, na svome radnom mjestu, imala bolje uvjete rada i imala više od šest minuta za svog korisnika.

Nažalost, nismo ni slutili tragediju koja će se dogoditi za svega nekoliko mjeseci nakon ovog našeg prvog prosvjeda. U srpnju 2019. godine, na svome radnom mjestu, ubijeni su socijalna radnica i pravnik u Centru za socijalnu skrb Đakovo od strane njihovog korisnika. Uslijedili su ponovni prosvjedi i apeli prema nadležnom Ministarstvu od strane struke. Nažalost, malo se toga promijenilo do danas u sustavu. Ministarstva su se izmijenila, kao i vodeći ljudi, a kreće nam i reforma sustava socijalne skrbi, navelike kritizirana od strane organizacija javnog i civilnog sektora. Ono što preostaje socijalnim radnicima je da se nastavi borba za promjenu sustava socijalne skrbi kako bi našim korisnicima mogli osigurati kvalitetnu pomoć i skrb. Jer to i jest misija socijalnih radnika – zagovaranje prava ranjivih skupina u društvu.

Studiranje u doba korone

Iva Komšić

Dok smo slavili novu 2020. godinu, nitko nije ni slutio što nam sve nosi sljedeća nova godina. Razgovarali smo o tome jedino u kontekstu naših osobnih događaja, novina i slatkih problema, ali nitko nije znao da nam dolazi situacija s koronom koja će uskoro približiti svakog čovjeka na novoj, koronarazini. Promjene su brojne i postoje prednosti i nedostaci koje smo svi dobro izvagali dok smo razmišljali kako ćemo studirati, a časopis Socius donosi pregled studiranja na socijalnom radu za vrijeme pandemije koronavirusom u 2020. i 2021. godini.

Agencija za znanost i visoko obrazovanje je nedavno završila sa istraživanjem pod nazivom *Studenti i pandemija: Kako smo (pre)živjeli?* te svojim rezultatima pokazala da pandemija višestruko utječe na studente, uglavnom u negativnom smislu. Istraživanje se baziralo na stresu koji je postao podloga studiranju za vrijeme pandemije, stoga ne čudi kako su rezultati pokazali negativan ishod, a na koji ćemo se osvrnuti prije nego što iznesemo koje prednosti donosi pandemijsko vrijeme.

U rezultatima istraživanja je uočeno kako se pandemija odrazila traumatski na studentski život te su bili prisutni osjećaj nesigurnosti, strah od zaraze, umanjene društvene veze, neizvjesnost i financijske poteškoće koje su također bile okidač za psihičke smetnje. Ako u ovih nekoliko nabrojanih problema dodamo potres, izgledat će kao da smo benzinom gasili vatru. Stoga su ubrzo nakon potresa bile otvorene linije za psihološku pomoć studentima i Savjetovalište za studente na Pravnom fakultetu počinje raditi punom parom.

Poteškoće s kojima su se suočavali studenti su bile brojne, a uključuju prije svega teško praćenje predavanja na online nastavi zbog loše internetske veze bilo od strane studenta, profesora ili trenutne kiše i vjetra. Studenti su teško i učili jer je bilo teže ostati u jednom prostoru i koncen-



trirati se na predavanja izjutra i na popodneva učenja. Doista velik broj studenata je prisutan na društvenim mrežama, ako ne i svi, te su nam bile jedini izvor praćenja situacije oko korona virusa. Zabilježeno je da anksioznost i depresija rastu proporcionalno s količinom provedenog vremena na ekranima. Dakle, provodili smo dane i dane gledajući u ekrane i prateći predavanja, poslije toga smo učili s ekrana, ili oni sretniji su učili iz knjiga dostupnih u fizičkom obliku, te večeri provodili sa prijateljima na kamerama ili na društvenim mrežama prateći što se događa u svijetu. Naše studiranje je obilježilo i nekoliko teških događaja u struci o kojima smo već pisali, a koji su uvelike utjecali na emotivno stanje studenata socijalnog rada i poglavito doveli u pitanje motivaciju za studiranjem te ulili strah zbog toga što nas može očekivati kad izađemo s diplomama na radna mjesta. Neki studenti su imali problema sa spavanjem, neki s apetitom, a neki s prejedanjem. Primjećujete li kako do sada nismo ni spomenuli akademski stres koji je vezan za kolokvije, ispite i ostale studentske obaveze? Na sreću, Pravni fakultet je održao brojna predavanja, okrugle stolove, debate i rasprave te gostovanja profesora i predavača koji su nam nastojali pokazati na koji se način nositi sa svim, kao i priliku za naučiti nešto novo te se ponovo zbližiti sa kolegama ili upoznati nove.

Online studiranje je jedina stvar koju možemo svrstati pod obje kategorije: prednosti i nedostatke. Iako je s vremena na vrijeme online nastava pokazala svoju težu stranu, studenti su uštedjeli vrijeme koje bi inače proveli samo putujući do fakulteta. Moramo priznati da je osjećaj ustajanja iz kreveta pola sata prije predavanja ugodan, kao i slušanje predavanja na vlastiti način. Ipak, ne bismo htjeli nastaviti ovakav oblik studiranja, jer je kontakt s kolegicama i kolegama te svakodnevna rutina odlaska na fakultet neprocjenjiva vrijednost studentskog života. Tijekom zimskog semestra 2021./2022. god. se na fakultetima u Zagrebu odvijala groznica sasvim novog karaktera koja sa sobom nosi prilično podijeljena mišljenja. Jednima je bilo dopušteno pratiti nastavu uživo i voditi svoj studentski život kako i priliči, a drugima je to pravo bilo uvjetovano ili uskraćeno. Što će se dogoditi i čije će mišljenje na kraju prevagnuti, pokazat će vrijeme, a studenti su do tada obavezni prilagoditi se koliko god mogu, a možda najvažnije od svega, izgraditi svoj karakter kako bi u svakom trenutku svog osobnog i profesionalnog života bili u mogućnosti izraziti stav, mišljenje i gledište oko pojedinih stvari koje su, ni više ni manje, pitanje etičkih dilema.

Sigurni smo da je svatko uspio izvući svoju pozitivnu stranu priče iz korona situacije te Vas potičemo da i dalje budete proaktivni, ustrajni i hrabri u obavljanju svojih studentskih obaveza i očuvanju kvalitete studentskog života. Posebna riječ za kraj ide brucosima na Pravnom fakultetu, odnosno dvjema generacijama brucoša, kojima želimo izraziti iskrene čestitke zbog odlične prilagodbe na nastavu u ovim zahtjevnim vremenima te Vas potičemo na aktivnosti u sklopu fakulteta kako biste što kvalitetnije ispunili svoje brucoške dane. Upisali ste smjer koji odiše empatijom i čini se da nas krasi mnoge zajedničke osobine, stoga budite slobodni priupitati, djelovati, saznati i kontaktirati u svrhu pomoći, podrške ili savjetovanja.

Literatura:

1. http://www.efri.uniri.hr/hr/studenti_i_pandemija_kako_smo_preživjeli/2279/331

ODABRANE TEME STRUKE SOCIJALNOG RADA I SOCIJALNE POLITIKE

Temelji zelenog socijalnog rada

Ivona Tomurad

Zeleni socijalni rad polje je rada koje: “Želi pokrenuti ljudsku suradnju i socijalnu mrežu ljudi te sveg živog što nas okružuje, povećati razinu međuovisnosti u rješavanju socioekonomskih i ekoloških kriza te podići svijest o ljudskom ponašanju koje određuje Zemlju” (Dominelli, 2012:195). Iako se definicija može, kao i sam pojam, smatrati apstraktnom i nedostižnom, ovo područje u 21. stoljeću od ključnog je značaja za pomoć marginaliziranim skupinama. Praktično gledano, zeleni socijalni rad dotiče tri razine djelovanja - ublažavanje posljedica socijalnih problema uzrokovanih klimatskim promjenama, zagovaranje te terapijsko djelovanje.

Kao što se sve češće osvještava, zbog oštećenja ozonskog omotača, Sunce prodire sve jače na Zemlju te rastu temperature na svim područjima Zemlje. To dovodi do dvojakih posljedica. Prva od njih je nemogućnost življenja na određenim dijelovima Afričkog i Azijskog kontinenta zbog previsokih temperatura koje onemogućuju uzgoj hrane, vode te time i pukog preživljavanja. Navedeno stanovništvo mahom se preseljava prema Europi stvarajući time migracijske valove, ali i neminovno socijalne izdatke i rizike. Naime, napuštanjem doma postaju izbjeglice u potrebi za smještajem, psihosocijalnom podrškom te podrškom u integraciji u novo društvo (Dominelli, 2012). Drugi problem do kojeg globalno zatopljenje dovodi prirodne su katastrofe. Požari u Dalmaciji, poplave u Gunji, tsunamiji u Japa-



Foto: Ena Levatić

nu - sve su posljedice klimatskih promjena koje izravno dovode do socijalnih problema poput beskućništva, siromaštva te psihičkih problema za pogođeno stanovništvo (Dominelli, 2012). Na ovaj način postavljeno, vidljivo je da ljudi izravno pogođeni klimatskim promjenama u najvećoj mjeri tragaju za potporom struke socijalnog rada (Družić Ljubotina i Kletečki Radović, 2012).

Drugi način djelovanja zelenog socijalnog rada odnosi se na zagovaranje za prava svojih korisnika što je jedno od ključnih područja djelovanja socijalnog radnika (Zakon o djelatnosti socijalnog rada, NN 16/19, čl. 3). U svijetu oni djeluju kroz brojne inicijative koje sprječavaju izgradnju opasnih odlagališta otpada koji bi, u slučaju izgradnje, doveli do zdravstvenih rizika za lokalno stanovništvo, zalaganjem za zelene površine, razvrstavanje otpada itd. (Dominelli, 2012). Treća djelatnost zelenog socijalnog rada odnosi se na primjenu ekoloških tehnika prakse u rad s ranjivim skupinama poput rada u vrtu u domovima za starije, izrada rukotvorina u ustanovama za osobe s intelektualnim teškoćama itd. Primjena ovakvih metoda rada kroz istraživanja se pokazala blagotvornom za sve uključene skupine, a jasno od velikog je značaja i za prirodu (Pakenham, 2007).

Na pragu svih navedenih potreba i mogućnosti razvija se i hrvatska grana zelenog socijalnog rada. Ova grana u svijetu postoji već gotovo desetljeće, a kod nas prodire dolaskom profesorice Dominelli na Studijski centar socijalnog rada 2019. godine. U inicijativu su uključeni profesori sa Studijskog centra socijalnog rada, pojedine neprofitne organizacije koje u svojem radu primjenjuju postavke zelenog socijalnog rada te studentice, među kojima i autorica ovog članka. Kako se u budućnosti očekuje porast socijalnih problema uzrokovanih ekološkim rizicima, važno je daljnje ojačanje i senzibilizacija struke za ovo pitanje.

Literatura:

1. Dominelli, L. (2012). *Green social work. From Environmental Crises to Environmental Justice*. Cambridge: Polity Press.

2. Ljubotina, O. D., & Radović, M. K. (2012). *The problem of poverty from the perspective of the elderly*. Rad pripremljen za konferenciju: V. međunarodna konferencija socijalnih radnika Međugeneracijsko povezivanje i aktivno starenje: izazovi za socijalni rad.
3. Pakenham, K. I. (2007). The nature of benefit finding in multiple sclerosis (MS). *Psychology, health & medicine*, 12(2), 190-196.
4. Zakon o djelatnosti socijalnog rada. Narodne novine, br. 16/19.



Lorena Bošnjak – ReSoc (rekreativno penjanje studenata na Sljeme)

Izazovi u socijalnom radu: burnout

Iva Komšić

Sagorijevanje na poslu ili *burnout* je termin koji se često koristi za profesiju socijalnih radnika, ali i drugih profesija odnosno djelatnika poput policajaca, zatvorskih zaštitara, nastavnika i zdravstvenih djelatnika te djelatnika u pozivnim centrima. U tekstu će biti objašnjeno što je *burnout* i na koji se način javlja među socijalnim radnicima. Sagorijevanje na poslu je usko povezano sa stresom, stoga će biti riječi o izvorima i posljedicama stresa, ali i ključnim osjećajima koji se javljaju u cjelokupnoj situaciji. Naposljetku, bit će prikazane metode pomoću kojih se može izbjeći neželjeni doživljaj profesionalnog sagorijevanja.

Psiholog Herbert Freudenberger (1974.) prvi je uveo pojam *burnout* i objašnjava ga kao stanje emocionalne iscrpljenosti, preopterećenosti ili frustracije nastalo zbog osobnih ili društvenih očekivanja. Sagorijevanje je, stoga, negativno psihološko stanje i ima svoje simptome kao što su tjelesni umor i manjak motivacije. U Hrvatskoj je provedeno nekoliko istraživanja od 1995. godine do danas i potrebno je iznijeti nekoliko zaključaka koji su se javili u svakom od njih. Prvo, socijalni radnici koji rade u Centrima za socijalnu skrb pokazuju veći stupanj sagorijevanja od socijalnih radnika koji rade u nevladinim organizacijama, ali svi zajedno u većoj mjeri pokazuju početne znakove sagorijevanja. Drugo, socijalni su radnici češće pogođeni sagorijevanjem na poslu od djelatnika u ostalim pomažućim profesijama poput policajaca, vatrogasaca, psihologa ili prosvjetnih radnika. I treće, različita su shvaćanja sindroma sagorijevanja na poslu i prisutna su višestruka objašnjenja među autorima kao na primjer shvaćanja sagorijevanja kao procesa ili stanja. Prema tome, izabrana su objašnjenja pojedinih autora koja će prikazati suštinu teme.

Profesionalno sagorijevanje nastaje kao posljedica jednog ili više stresnih događaja, a čije je



izvore, za potpuno razumijevanje, nužno navesti. Tako Ajduković (1996.) u izvore stresa (stresore) uvrštava vanjske i unutarnje čimbenike. Vanjski se čimbenici izvora stresa odnose na radnu okolinu, organizaciju rada i kvalitetu komunikacije u radnom okruženju, a čine ih: pritisak rokova, odgovornost bez utjecaja na promjene, manjak zaposlenih unatoč opsegu posla i nedefinirane uloge zaposlenih, postojanje privilegija i nepostojanje jasnog određenja prava zaposlenih, emocionalno iscrpljivanje i rizik od fizičkog napada korisnika. Kao unutarnje čimbenike stresa ili, jednostavnije, one koji potiču izravno od osobe, Ajduković (1996.) navodi perfekcionizam, pretjerani entuzijizam, neefikasnu organizaciju radnog vremena i identifikaciju sa poslom u svrhu samopotvrđivanja. Moguće je zaključiti da socijalni radnik sam može djelovati u sprječavanju barem unutarnjih stresora tako što će prihvatiti da ne može ostvariti utjecaj unatoč velikoj motiviranosti za pomaganje, i tako što će usmjeriti samopotvrđivanje na ostale individualne preferencije kako bi izbjegao identifikaciju sa poslom.

Posljedice stresa su mnogobrojne, a osim profesionalnog sagorijevanja, posljedice se mogu vidjeti u obliku raznih zdravstvenih problema, smanjenog učinka u radu, pretjerane konzumacije hrane, alkohola, kofeina ili duhanskih proizvoda. Profesionalno sagorijevanje je, ipak, posljedica

koja najviše utječe na posao, i kao takva se, prema Christini Maslach (1976.), javlja na više dimenzija: emocionalna iscrpljenost, depersonalizacija i smanjeno osobno postignuće. Emocionalna je iscrpljenost stanje u kojem čovjek gubi osjećaj za druge ljude uslijed previše 'davanja sebe drugima' na nezdrav način, a javlja se manjak emocija i u ostalim sferama života (ne samo na poslu). Također, emocije koje ostaju prisutne su najčešće negativne, kao što su osjećaj praznine, tjeskoba ili nesigurnost. Depersonalizacija je stanje u kojem osoba gubi osjećaj za vlastiti identitet i postaje bezosjećajna ili čak 'umrtvljena' te zbunjena i ponašanje joj postane automatizirano. Smanjeno osobno postignuće se javlja zbog smanjene kompetencije i neuspjeha u radu s ljudima, a može dovesti do manjka samopouzdanja, depresije i posljedično, stvarnog neuspjeha. Ostali autori su više ili manje suglasni ovisno o tome gledaju li na sagorijevanje kao na stanje ili proces. Međutim, potrebno je navesti i 4 faze profesionalnog sagorijevanja autorice Ajduković (1996.). Prvu fazu obilježava visok entuzijizam kod osobe koja uslijed visokih očekivanja shvati da je bespomoćna. Druga faza je nastavak na prvu fazu kada osoba zbog spomenutog postane ranjiva, razočarana, frustrirana i pokazuje poteškoće u komunikaciji s kolegama i korisnicima. Treća faza je faza u kojoj se javljaju tjelesni simptomi te udaljavanje (depersonalizacija). U četvrtoj fazi se javlja 'apatija i gubitak životnih interesa'.

Sindrom profesionalnog sagorijevanja se proučava oko 40ak godina i u svijetu su provedena mnogobrojna istraživanja, a samim tim došlo je i do zaključaka odnosno metoda pomoću kojih se može izbjeći posljedica stresa u obliku sagorijevanja. Vidjeli smo da socijalni radnici imaju velike šanse doživjeti *burnout* i s takvim je saznanjem najbolje raditi na prevenciji već na početku profesionalne karijere. Vanjski stresori poput nejasno definiranih uloga su također uzročnici sagorijevanja, stoga je potrebno raditi na pravilnom određenju uloga svih zaposlenih na nekom mjestu, kao i jačati mentorstvo i supervizije, koje su se pokazale veoma korisnima za poboljšanje radnog učinka. Poznato je da su socijalni radnici preopterećeni poslom, točnije jedan socijalni

radnik u nekom Centru za socijalnu skrb obavlja oko 140 poslova, što nam govori da bi obećavajući faktor u prevenciji profesionalnog sagorijevanja bio da se socijalni radnici rasterete posla i da se, općenito, smanji udio posla kojeg moraju obavljati. Pokazalo se da jedan uzrok sagorijevanja često leži u nekvalitetnim odnosima na radnom mjestu te se svakako preporučuje osvještavanje potrebe kvalitetnih radnih odnosa koji bi rezultirali ugodnim radnim okruženjem i, naravno, bolje pruženom uslugom korisnicima. Nadalje, profesionalno sagorijevanje se može sprječavati i vlastitim naporima. Goliszek (1993.) predlaže neke od sljedećih metoda samopomoći: izražavanje osjećaja, pravilna organizacija vremena, prepoznavanje vlastitih granica, tjelovježba, raspodjela posla na manje dijelove, naučiti reći «ne» te se znati opustiti.

Socijalni rad je, prije svega, pomažuća profesija i ljudi koji se odluče biti socijalni radnici su većim dijelom motivirani zbog sposobnosti poboljšanja uvjeta neke zajednice ljudi. Unatoč tome, prepoznaje se koliko je socijalni rad mlada profesija po tome što ne postoje adekvatno razvijeni programi koji bi prevenirali razvijanje profesionalnog sagorijevanja, a pokazalo se da većina socijalnih radnika pokazuje barem početne simptome. Stoga, važno je promicati pozitivne promjene u socijalnom radu kako bismo, svi zajedno, bili zadovoljniji i produktivniji socijalni radnici.

Literatura:

1. Družić Ljubotina, O., i Friščić, Lj. (2014). 'PROFESIONALNI STRES KOD SOCIJALNIH RADNIKA: IZVORI STRESA I SAGORIJEVANJE NA POSLU', *Ljetopis socijalnog rada*, 21(1), str. 5-32.
2. Hrvatska enciklopedija, *depersonalizacija*, <https://www.enciklopedija.hr/natuknica.aspx?ID=14612> Posjećeno 17.05.2021.
3. Bebamur, *Emocionalna iscrpljenost*, <https://www.bebamur.com/blog/emocionalna-iscrpljenost> Posjećeno 17.05.2021.

Duhovnost i religioznost u socijalnom radu

Iva Komšić

Socijalni rad je jedinstvena pomažuća profesija koja svoje djelovanje temelji na integraciji različitih profesionalnih znanja, vještina i tehnika usmjerenih ka poboljšanju sveukupne socijalne slike društva, promicanju ljudskih prava i poštovanju različitosti. Religioznost i duhovnost, s druge strane, pridonose oblikovanju pojedinca uključujući aspekte poput moralnosti do sudjelovanja u religioznim skupinama. Stupanj religioznosti i osjećaj duhovnog ispunjenja su bitan okvir funkcioniranja društva jer pružaju pojedincima smisao pripadanja u zajednicu i omogućuju lakše prilagođavanje teškim životnim okolnostima. Samim time religija služi kao potpora društva, budući da pridonosi oblikovanju vrijednosnih stavova, ali i kao jedan oblik uređenja društva jer se zasniva na, općenito gledajući, zakonski poželjnim ponašanjima.

Termini religioznost i duhovnost se isprva čine kao sinonimi, ali potrebno je objasniti razliku između njih da bismo shvatili kako se zajedno isprepliću u socijalnom radu. Religioznost je subjektivne prirode, odnosi se na individualnu povezanost s Bogom i najčešće je temelj religioznosti u religiji koju se prakticira. Ipak, religija se odnosi na sustav institucija, a korisnici religije se dalje određuju kao više ili manje religiozni. S druge strane duhovnost označava određeni osjećaj koji ponajviše proizlazi iz unutarnjeg (tj. iz duše) i odnosi se na pobožnost, kao i na nešto što "tijelo opskrbljuje životnom energijom". Dakle, u socijalnom radu, kao pomažućoj profesiji, prisutna je duhovna sfera koliko u samim socijalnim radnicima, toliko i u korisnicima. U tu svrhu je provedeno istraživanje među socijalnim radnicima u Americi koje pokazuje kako socijalni radnici cijene svoju duhovnost, ali i potrebu korisnika za istom. Istaknuta je i potreba za pojačanim obrazovanjem u polju duhovnosti i religioznosti zbog višestrukih tehnika koje su otkrivene kori-



Foto: Petra Krivačić

steći ovu metodu, ali i zbog potrebe za otkrivanjem povezanosti između ova dva područja.

Sljedeće su opsežno istraživanje proveli Canda i Furman na sveukupno 1069 ispitanika i pokazali da socijalni radnici, unatoč nepostojanju ustaljene prakse koja spaja znanost socijalnog rada i duhovnost, ipak koriste 13 od 17 ponuđenih aktivnosti duhovnog pristupa u radu s korisnicima. Neke od ponuđenih aktivnosti su: saznanje o duhovnim uvjerenjima korisnika, međusobno uspoređivanje duhovnosti ili religioznosti, aktivno propitivanje vrijednosnih stavova, upućivanje na zajedničku molitvu i sudjelovanje na duhovnim skupovima.

Istraživanja također otkrivaju kako se većina socijalnih radnika slaže s upotrebom duhovnog i religioznog u svakodnevnom radu i smatraju potrebnim uvođenje dodatnih edukacija kako bi se usluge provodile na djelotvoran način, a ostatak socijalnih radnika se ne slaže te smatra kako su duhovnost i religioznost područje rada svećenika i religijskih profesionalaca. Načini na koje socijalni radnik može integrirati duhovnu sferu u svoj rad bili bi sljedeći: pomoć korisniku kod teških životnih gubitaka (bliske osobe), pomoć korisniku u shvaćanju na koji način duhovnost/religioznost može ostvariti pozitivno djelovanje i dobivanje informacija iz tog područja o stavovima korisnika. Konkretna primjena duhovnosti u socijalnom radu je najpotrebnija i najefikasnija

pri skrbi o starijima i nemoćnima, osobama s invaliditetom, osobama koje pate od raznih oblika ovisnosti, svim korisnicima koji izražavaju stres, bolne gubitke i egzistencijalna pitanja te korisnicima koji boluju od mentalnih bolesti.

Duhovnost i religioznost su snažne potpore u čovjekovu životu i, najvažnije, kroz njih se djeluje u društvu. Socijalni rad nastoji bez predrasuda pomoći svim ljudima u procesu osnaživanja, stoga je potrebno povezati navedena područja i početi ih zajedno prakticirati u većoj mjeri jer su se pokazala korisnima u integraciji. Iz provedenih istraživanja, kojih još nema dovoljno i što govori o znatnom zanemarivanju ove teme, može se zaključiti da postoje stavovi za i protiv integriranja. Kako stavovi proizlaze iz vlastitih uvjerenja može se vidjeti da oni manje religiozni shvaćaju duhovnost kroz širu sliku i obrnuto. Ipak, ostaje usporediti brojke iz istraživanja gdje se jasno vidi da je većina socijalnih radnika (80-90%) složna u provedbi duhovnosti i religioznosti u području socijalnog rada na profesionalan i razuman način.

Literatura:

1. Leutar, Z., i Leutar, I. (2010). 'Religioznost i duhovnost u socijalnom radu', *Crkva u svijetu*, 45(1), str. 78-103. Preuzeto s: <https://hrcak.srce.hr/49835> (Datum pristupa: 17.03.2021.)

Rutinom do kvalitetnog sna

Anahita Hajeb



Uspostavi redoviti raspored spavanja i buđenja, čak i vikendom

Odredi vrijeme kada svaku večer ideš spavati i vrijeme kada se svako jutro budiš. Drži se tog rasporeda. Odrasle osobe trebaju 7 - 9 sati sna dnevno.

Svaka osoba ima svoj biološki ritam koji našem organizmu govori kada je vrijeme za spavanje/buđenje. Biološki ritam razlikuje se od osobe do osobe.

Ograniči izlaganje plavom svjetlu

Izvori plave svjetlosti su računala, mobiteli, tableti i drugi elektronički uređaji. Ukoliko je to moguće, upali tamni način rada na svojem uređaju, smanji svjetlinu ekrana, koristi tamne pozadine i priguši svjetlo. Naime, plavo svjetlo odgađa produkciju melatonina (hormona koji je prirodno prisutan u mozgu), a to tijelu daje samo jednu poruku: još nije vrijeme za spavanje. Ideja: postavi si alarm na mobitelu sat vremena prije polaska na spavanje kako bi te alarm upozorio da se prestaneš izlagati plavom svjetlu i tako omogućiš svom tijelu da proizvede melatonin.

Melatonin je hormon koji se primarno oslobađa noću i povezan je s kontrolom ciklusa spavanja i budnosti kao i sa kvalitetom sna.

Pripazi na sobnu temperaturu

Koliko vas lošije spava ljeti nego zimi? Istraživanja pokazuju da kvalitetnije spavamo onda kada imamo mali pad u tjelesnoj temperaturi neposredno prije spavanja. Osim reguliranja temperature prostorije, to je moguće postići tuširanjem ili kupkom (što će potencijalno uspavati ne samo

tvoje tijelo, nego i um). Također, možeš na nekoliko minuta otvoriti prozor kako bi u sobu ušao svjež zrak prije spavanja. Optimalna temperatura prostorije za većinu ljudi iznosi 18°C stupnjeva.



Svoju spavaću sobu koristi samo za spavanje

Ukoliko je to moguće, svoju spavaću sobu ili barem svoj krevet koristi isključivo za spavanje. Poželjno je da soba bude mračna, tiha i hladna (ali ne prehladna). Ako povremeno učiš u krevetu, zbunit ćeš svoj mozak i on neće znati kada u tom krevetu treba biti koncentriran i kreativan, a kada treba spavati. Ideja: ukloni/ugasi sve elektroničke uređaje koji blinkaju ili svjetle, spusti rolete/navuci zastore, koristi masku za spavanje, redovito mijenjaj posteljinu i uvedi umirujuće mirise u svoju sobu, poput lavande.

Promijeni poslijepodneve navike

Izbjegavaj piti kavu ili drijemati u poslijepodnevni satima jer će to utjecati na mogućnost padanja u san, ostajanja u snu i kvalitetu tvog sna. Nemoj piti kavu nakon 14 sati kako bi imala/o dovoljno vremena da njezin negativan efekt na mirnoću i kvalitetu sna popusti do vremena za spavanje.

Jedi kvalitetnu hranu i kreći se

Izbjegavaj goleme porcije i teške obroke prije spavanja jer će pun želudac nesumnjivo poremetiti san. Kreći se barem 30 minuta dnevno jer ti vježbanje tijekom dana može pomoći da navečer lakše utoneš u san.



Socijalna država danas

Jurica Hržić

Neoliberalizam je karakteriziran dubokim ekonomskim otporom prema “socijalnoj državi”, koju vidi kao posebnu opasnost za procese rasta, inovacije, a posebno kontrole rada, pa neoliberalistički kapitalizam odustaje od kejnzijskih ekonomskih principa na kojima je “socijalna država” utemeljena, i vraća se na “izvorne” principe liberalnog kapitalizma. On u svojim temeljnim ekonomskim nazorima ima kontrolu nad područjem rada, a visoka stopa nezaposlenosti je najvažnije oruđe u kontroli područja rada (Leonard, 1997.: 135).

Neokonzervativizam spaja ideju slobodnog tržišta sa zahtjevom za jakom državom i obnovom tradicionalnih vrijednosti. Tako se u Velikoj Britaniji traži povratak Viktorijanskim vrijednostima, strožih zakona za useljenike, dok se u SAD-u vodi kampanja za povratak obiteljskim vrijednostima. Ove ideje samo su reakcija na veće promjene strukture zapadnog društva, naročito promjena modela jednog hranitelja i utjecaji globalizacije, no istovremeno je to i reakcija na neučinkovitost državnog aparata.

Pod utjecajem ekonomske krize, konzervativne političke ideologije neoliberalizma te problema vezanih za legitimaciju vlasti razvila se kroz 70-e godine prošlog stoljeća nova paradigma kojoj je cilj smanjiti javnu upravu te je podvrgnuti tržištu i njegovim zakonitostima. Prema neoliberalnoj doktrini svi sektori koji mogu, moraju biti privatizirani, što je u skladu s načelima ekonomskog pluralizma. U skladu s time, povećana je uloga obrazovanih profesionalaca, odnosno menadžera, koji upravljaju poduzećem umjesto vlasnika kapitala.

Menadžment povezuje funkciju vlasništva kapitala s funkcijom izvršavanja posla u nekom određenom djelokrugu. Tako se stvara nova profesionalna, ali i socijalna kategorija s iznimno snažnom društvenom pozicijom, vrlo često od-



Foto: Monika Barić

lučujućom. Takva pozicija omogućuje toj socijalnoj grupi vanjski pa zbog toga i neovisan položaj u odnosu na vršenje neke profesionalne prakse (Drucker, prema Reid i Silver, 2003.: 61). Osnovna teza menadžmenta je da nema razlike između tvornica te se funkcioniranje može postići primjenom teorije i vještine upravljanja.

Uz ekonomske reforme fokusirane na oslobađanje djelovanja tržišta od državne intervencije, reforme javnog sektora slijede istu logiku zamađujući razliku između “javnog” i “privatnog”, tražeći smanjenje veličine i aktivnosti države uz uvođenje disciplina privatnoga u javni sektor (Inge Perko Šeparović, 2002.). Uostalom, poslijeratni se model mogao oslanjati na stabilnost obiteljske strukture i na dobro funkcioniranje tržišta rada pa je tako mogao osigurati znatan dio socijalne zaštite većine ljudi tijekom većeg dijela njihova života. Obiteljska paradigma Gospodina Hranitelja ostala je stabilna do 70-ih godina prošlog stoljeća.

S nekoliko izuzetaka, ljudi su mogli računati na stabilnu zaposlenost, na stalan rast dohodaka i dugu profesionalnu karijeru koju je nakon 65 godina života slijedilo nekoliko godina mirovine. Žene su obično prestajale raditi nakon rođenja prvoga djeteta preuzimajući tako glavnu odgovornost za skrb o djeci i starijim osobama. Glavni socijalni rizici koncentrirali su se na početku i na kraju životnog ciklusa, to jest kod brojnih obitelji i kod starijih osoba. Europske socijalne države davale su prioritet, pored zdravlja, i održanju dohotka, to jest mirovinama par excellence.

Anthony Giddens navodi kako je glavna tema globalizacije intenzifikacija društvenih odnosa u svjetskim relacijama. Smisao je te intenzifikacije u tome da povezuje udaljene lokacije, čime se omogućuje da se lokalna događanja oblikuju događajima koji se odvijaju na velikoj udaljenosti od njih (Giddens, 1990.: 64).

Multinacionalne kompanije traže priliku za ulazak u razne zemlje te za investiranje u socijalne usluge koje će se pružati ljudima izvan njihovoga tradicionalnog područja. Tako su, na primjer, američke firme u dužem razdoblju (putem privatne ekspertize) ispitivale pružanje usluga u zemljama poput Velike Britanije i Kanade, osobito u pružanju zdravstvenih usluga, domova za starije osobe i domova za djecu. Otvaranje javnih usluga privatnim poduzetnicima pridonijelo je brisanju granica između javnoga i privatnog sektora (Clarke i Newman, 1997.:260).

Uz promjene u tipu rada koji se mora obaviti, država nastoji smanjiti profesionalnu snagu, zahtijevajući veću odgovornost i "vrijednost za novac" za sredstva koja troše stručnjaci. Profesionalci se ne žale na to da ih se drži odgovornima. Međutim, način na koji se ta odgovornost nameće može biti izvor stresa (Dominelli, 201.: 262).

Upravo potreba za socijalnom sigurnosnom mrežom je nešto što bi uvelike pomoglo pri ublažavanju posljedica kriza povezanih s ovim trendovima; onih prijašnjih kao i potencijalnih budućih. Važno je i napomenuti kako je potrebno očuvati sferu socijalne države i osnažiti socijalne mjere

koje su na udaru od samog početka primjene ovog modela. Pošto je ovaj model sastavnica neoliberalne filozofije i iz nje i proizlazi, nesumnjivo je kako će se u tome smjeru nastavljati razvijati aktualna sfera socijalne politike. No, moraju se ipak uzeti u obzir događanja povezana s COVID-19 krizom kako bi se shvatilo da socijalna država ima svoj početak, no ne i konačan kraj.

Literatura:

1. Esping-Anderson, G. (1996.) Nakon zlatnog doba: budućnost socijalne države u novom svjetskom poretku, *Revija za socijalnu politiku*, 1: 59.-80.
2. Esping-Anderson, G. (2001.) Kakva socijalna država za XXI. stoljeće?, *Revija za socijalnu politiku*, 3-4: 309.-324.
3. Dominelli, L. (2001.) Globalizacija: mit ili stvarnost za socijalne radnike?, *Revija za socijalnu politiku*, 3-4: 259.-266.
4. Bežovan, G. (1995.) Neprofitne organizacije i kombinirani model socijalne politike *Revija za socijalnu politiku*, Vol.2 No.3: 195.-214.
5. Inge Perko Šeparović, Novi javni menadžment – Britanski model, *Politička misao*, god. 39, br. 4, 2002., str. 36.
6. Romea Manojlović: Danski model novog javnog menadžmenta ... *HRVATSKA JAVNA UPRAVA*, god. 10. (2010.), br. 4., str. 961.-996.
7. Puljiz, V. i sur. (2005.) *Socijalna politika - povijest, sustavi, pojmovnik*. Zagreb: Pravni fakultet u Zagrebu.
8. Knežević, M. Miljenović, A. i Branica, V.; *Teorija socijalnog rada; Biblioteka Studijskog centra socijalnog rada* (2013).
9. Ozana Ružić, O. Golubić, H. Latin, M. Klopotan, I. (2014.) *Javni menadžment Public Management*, *Technical journal* 8, 4(2014.), 461.-466.

STUDENTSKE RAZMJENE

Erasmus+ Youth Exchange 2021.

Iva Komšić, Matea Maljković, Lara Koh

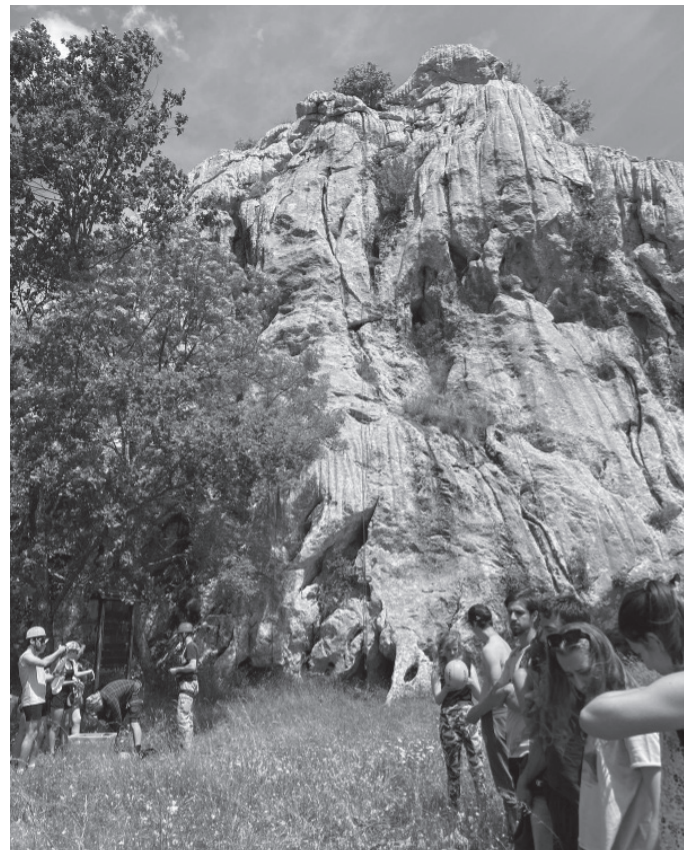
U lipnju 2021. godine održan je projekt razmjene mladih pod nazivom "I Care" u Velikom Žitniku kraj Gospića. U projektu su sudjelovale studentice socijalnog rada prve i treće godine: Lara Koh, Iva Komšić i Matea Maljković, koje su odlučile putem našeg časopisa podijeliti svoje iskustvo ostalim studentima i studenticama te ih potaknuti na sudjelovanje u sličnim projektima.

Razmjena mladih je održana u prirodi, daleko od gradova nadomak Velebita, održavajući principe Outward bound Croatia udruge koja promovira zdrav život, boravak u prirodi i učenje iz iskustva. Sudjelovalo je 25 mladih iz Latvije, Portugala, Slovačke, Italije i Hrvatske te su motivirani zdravim načinom života i poboljšanjem fizičkog i mentalnog zdravlja boravili u centru od 06.06. do 12.06.2021. Tema projekta "I Care" je sadržana u iskustvenom doživljaju Maslowljeve piramide ljudskih potreba te su polaznici unutar 7 dana prošli svaku od potreba kroz organizirane aktivnosti u dvorištu centra te boravkom u prirodi, kao odgovor na izazove s kojima se mladi susreću zbog pandemije korona virusa.

Mladi, koji su imali prilike sudjelovati, su odbačeni po kriterijima koji su sadržani u socijalnim, ekonomskim ili geografskim preprekama s kojima se susreću te su motivirani osobnim rastom izrazili želju za sudjelovanjem u projektu čija je tema fizičko, ali i mentalno zdravlje. Svakog dana su održavane jutarnje tjelovježbe, zatim doručak te razne aktivnosti o kojima će biti riječi kasnije, te još aktivnosti nakon ručka. Mladi su dva dana otišli na planinarenje u obližnje mjesto na vrh



Snalaženje po Velikom Žitniku putem karte i kompasa



Priprema za penjanje na stijenu

Krčmar, a drugog su dana sudjelovali na penjanju na stijenu, čija je svrha bila pokazati kako izgleda graditi samopouzdanje, jednu od Maslowljevih potreba, na stvaran i progresivan način. Krajnji ciljevi projekta su osnažiti mlade ljude metoda- ma i načinima, koje bi koristili u svakodnevnom životu poput fizičke spreme i održanja mentalnog zdravlja, ujedno i stvoriti navike koje bi nastavili

provoditi nakon projekta, zatim osnažiti komunikacijske vještine i timski rad kroz razne vježbe komunikacije i rad u timovima te, naposljetku, prenijeti znanje koje su stekli na zajednicu ljudi u kojoj žive.

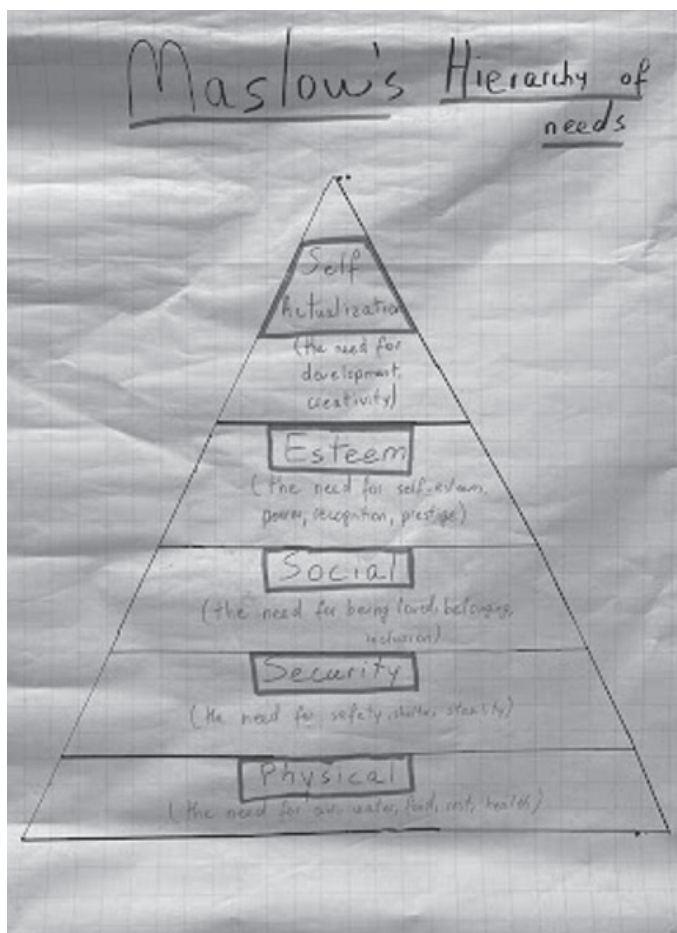


Uživanje u kavi svakog jutra u šumi

Outward bound je neprofitna organizacija koja pruža tečajeve iskustvenog učenja na otvorenom, a uključuje pružanje neformalnog obrazovanja mladima i djeci kroz razvijanje osobnih potreba i inovativnih načina na koje mogu djelovati unutar aktivnosti koje udruga provodi. Njihova misija je ohrabriti mlade ljude da u sebi pronađu više no što misle da jesu, stoga je održan projekt simbolična naziva "I Care" i u Hrvatskoj. Projekt je sponzoriran Erasmus+ programom o kojem su članovi razmjene imali prilike naučiti prilikom boravka, ali i o drugim projektima koje održava Erasmus u Europskoj Uniji. Vrijednosti Outward bound udruge su sadržane kroz nekoliko ključnih riječi; kooperacija, hrabrost, odgovornost i suosjećanje.

Kako bismo bolje dočarali sam program ovog Erasmusa ukratko ćemo prepričati kako je izgledalo ovih 7 dana u Velikom Žitniku. Na dan dolaska dočekali su nas volonteri i voditelji te nam pomogli sa smještajem u sobe. Imali smo slobodno vrijeme za druženje, upoznavanje te večeru. Prvi smo dan započeli sa različitim aktivnostima koje imaju u cilju povećati grupnu koheziju, te-

ambuilding i upoznavanje/učenje imena. Neke od aktivnosti su bile hodanje jedan za drugim po traci zavezanoj između dva drveta (slackline) na način da nitko od članova grupe ne padne (ako netko padne, ide se iz početka), izrada „svemirske letjelice“ od različitih materijala za jaje tako da se jaje ne razbije pri bacanju s veće visine, usklađivanje pokreta rukama kako bi kao grupa pomicali dugi konop u određenim smjerovima itd. Drugi dan započeli smo aktivnosti vezane uz Maslowljevku piramidu potreba. Bavili smo se potrebom za sigurnošću i zdravom okolinom. Shodno tome razgovarali smo o tome što je zapravo zdrav život, zdrava okolina, zdravi odnosi te sam zdrav svijet. Vrijeme nakon ručka provedli smo radeći mindfulness vježbe disanja i yogu. Cijeli treći dan smo proveli planinareći do vrha Krčmar. Poanta ove aktivnosti bila je povezivanje s prirodom kao i prikaz aktivnosti koje doprinose zdravom životu. Svaki dan nakon ručka imali smo pola sata za aktivnost u kojoj bismo otišli svatko na svoju stranu s malom bilježnicom i zapisivali svoje misli u svrhu odmora od konstantnog druženja. Četvrti dan, kao i svaki drugi, započeli smo jutarnjom tjelovježbom i doručkom. Nakon doručka slijedila je aktivnost „kazališta“. Podijelili smo se u pet grupa i svaka grupa dobila je papirić s ključnom riječi. Tu riječ (npr. sebičnost ili ljubomora) trebali smo prikazati kroz priču koju bismo odglumili zajedno. Poslije je uslijedio ručak te smo nakon toga imali prezentaciju o lošem učinku društvenih mreža i općenito medija na naše mentalno zdravlje pod nazivom „Social media and us“. Večer smo proveli prezentirajući naše države. Svaka država održala je prezentaciju s onim najbitnijim podacima te smo isprobavali tradicionalnu hranu, slastice i pića. Peti je dan bio predzadnja stepenica na Maslowljevoj piramidi. Nakon doručka smo se zaputili pješice do mjesta na kojem se nalazi visoka stijena. Tamo smo svi imali prilike popeti se do označene točke na vrhu. Cilj ovoga bio je kroz zahtjevnu fizičku aktivnost uvidjeti ulogu grupne podrške, koliko nam je ona potrebna i koliko je lakše ostvariti nešto dok imamo ljude koji navijaju i vjeruju u nas. Također, pomoglo nam je osvijestiti što sve ljudsko tijelo može učiniti iako ne-



Maslowljeva piramida potreba, tema projekta



Druženje oko vatre svaku večer prije spavanja

kad mislimo da nismo sposobni za to. Dan smo završili večerom i večernjim krugom kako bismo zaokružili što smo sve iskusili taj dan. Šesti dan bio je zadnji na Maslowljevoj piramidi. Nakon jutarnjeg vježbanja i doručka, uputili smo se prema rijeci. Tamo smo se raštrkali svatko na svoju stranu i imali smo sat vremena za provesti sami sa sobom. Također, dobili smo kuvertu, papir i olovku te je zadatak bio napisati pismo sebi koje će Outward Bound organizacija poslati na naše adrese za šest mjeseci. Nakon što smo se vratili u centar i ručali, imali smo zadatak pronaći pet kuverti koje su voditelji postavili na različita mjesta oko centra koristeći samo mapu i kompas. U kuvertama se nalazilo osam ključnih kompetencija te od tih osam, da bi Erasmus+ projekt uopće bio odobren, on mora sadržavati minimalno četiri. Jedan od volontera održao je prezentaciju kako bi nam ukratko objasnio kako funkcioniraju ovakvi projekti i što se sve ubraja u te ključne kompetencije. Sljedeći dan, ujedno i zadnji, radili smo svoj vlastiti plan za budućnost, što smo ovdje naučili i što od toga želimo primijeniti na svoje radnje u budućnosti. Nakon toga, svaka država imala je zadatak osmisliti „Follow-up project“ pomoću kojeg će svojoj lokalnoj zajednici prenijeti znanje koje smo naučili na ovom projektu. Nakon ručka uslijedila je ceremonija te smo dobili certifikat „YouthPass“. Imali smo malo slobodnog vremena prije večere te je uslijedila oproštajna zabava oko logorske vatre.

Za kraj smo napisale par rečenica o našem osobnom iskustvu.

Matea Maljković:

„Za mene je ovo bio prvi Erasmus projekt. Bila sam jako uzbuđena što ću upoznati ljude iz drugih država te provesti tjedan dana u prirodi. Uživala sam u svakoj aktivnosti te promijenila način na koji gledam neke navike u svom životu poput mobitela i izležavanja. Inspirirana sam za promjenu. Preporučila bih svakome da se upusti u ovakav projekt jer mislim da će donijeti puno novih znanja, nezaboravnih iskustva i prijateljstva 😊.“

Lara Koh:

„Meni je također ovo bio prvi Erasmus projekt, no sigurna sam da neće biti zadnji. Iskustvo je prekrasno i ne može se opisati riječima. Proširila sam svoje vidike, upoznala različite kulture, ljude koji su toliko dragi i zabavni. Pomaknula sam i svoje granice, sad mogu učiniti ono što sam mislila da nikad neću moći kao na primjer popeti se na stijenu. To ću pamtiti kao jedno jako lijepo iskustvo, pogotovo osjećaj koji je nastao nakon penjanja, osjećaj sigurnosti u sebe i svoje tijelo, osjećaj podrške okoline itd. Namjeravam sve što sam ovdje naučila nastaviti primjenjivati u svom daljnjem životu i pokušati prenijeti to drugim ljudima. Iz sveg srca preporučam svima koji imaju priliku otići na ovaj i na slične projekte jer nećete sigurno požaliti.“

Iva Komšić:

„Moje prvo Erasmus putovanje je bilo prekrasno. Išla sam s ciljem da naučim nešto novo, da upoznam zanimljive ljude koje privlači isto što i mene i da zaokružim svoju prvu godinu online studiranja nečim stvarnim. Ispunila sam sva tri cilja, a uz to sam se nezaboravno provela. Ono što želim reći studentima koji planiraju ići na Erasmus jest da je Erasmus puno više nego što mislimo da jest, jer se može naučiti toliko toga o sebi, ali i drugima. Najbolja stvar kod ovog projekta je to što sam se naučila smijati iz srca!“

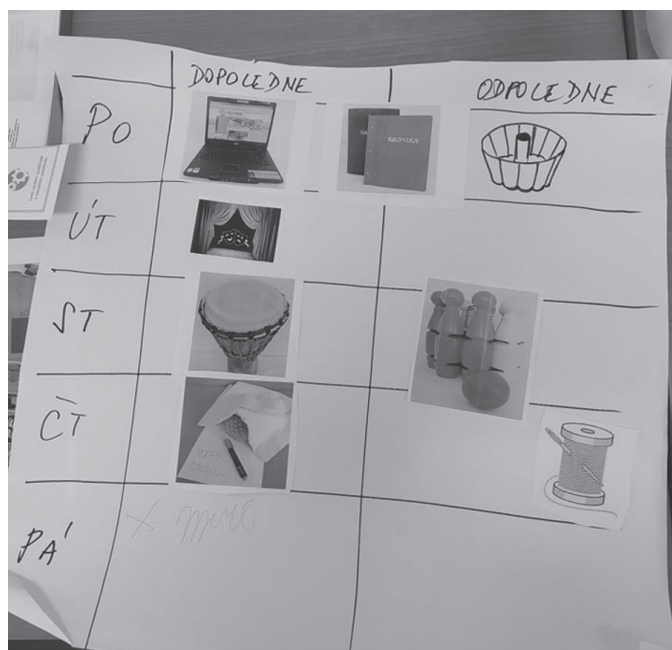
Literatura:

1. službena stranica Outward bound Croatia, <https://www.outwardboundcroatia.com/>

Češki socijalni sustav i udruga „Pohoda“

Karla Šneperger

U sklopu CEEPUS razmjene na Charles University u Češkoj Republici imala sam priliku upoznati se sa češkim sustavom socijalne skrbi. Češki sustav socijalne skrbi sličan je hrvatskome, što i ne čudi s obzirom da su obje postkomunističke države čiji su socijalni sustavi doživjeli tranziciju. Bitna razlika ova dva sustava leži u tome da oni nemaju jedinstveni centar za socijalnu skrb u kojoj se pružaju mnoge usluge te se po potrebi izdaju uputnice za druge institucije, već postoji tzv. „pracovní úřad“ u koji korisnici dolaze na inicijalni sastanak nakon kojeg budu upućeni u razne druge institucije koje im onda pružaju usluge. Osim te razlike, hrvatski i češki sustav socijalne skrbi je uglavnom isti ili sličan te ga muče isti problemi kao što su centralizacija usluga u glavnom gradu, kvotno zapošljavanje osoba s invaliditetom koje poslodavci ne poštuju, dugotrajni postupci posvajanja djece i drugi. U sklopu razmjene sam, također, bila u posjeti udruzi koja se bavi osobama s intelektualnim teškoćama „Pohoda“ u kojoj sam provela jedan radni dan sudjelujući u aktivnostima s korisnicima.





Senzorna soba



sami opremili uz pomoć sponzora. Tako se u senzornoj sobi nalaze oprema i materijali za razvijanje svih osjetila te vježbanje motoričkih sposobnosti. Senzorni terapeut sa svakim korisnikom organizira senzornu terapiju barem jednom tjedno te po potrebi npr. kada se korisnik uznemiri, u senzornoj sobi uz pomoć glazbe, zvukova, boja i pokreta uče kako savladati ljutnju te reagirati bez agresije. U sklopu udruge postoji i caffe bar pod nazivom „Bílá Vrána“, koji se nalazi u centru grada Praga, te predstavlja socijalno poduze-

Udruga Pohoda primjer je dobre prakse rada s osobama s invaliditetom pa tako kada osoba krene na dnevni boravak u udrugu odabere radionice na kojima želi sudjelovati te zajedno s asistentima izradi vlastiti individualni plan koji onda i sama evaluira. Kada osoba odabere pojedinu aktivnost, od nje se očekuje da u njoj ustraje do kraja jer se smatra odraslom osobom koja je odgovorna za svoje postupke. Od radionica mogu birati kuhanje, pisanje članaka za interni dnevnik, izrada sapuna, soli i „bombi“ za kupanje, glazbene radionice, pečenje kolača i druge. Jednom tjedno im dolazi profesionalni kazališni glumac s kojim vježbaju za završnu predstavu. Ono što me oduševilo u njihovom radu je to da imaju jednog asistenta na tek dvije ili tri osobe zbog čega se asistent može potpuno posvetiti svakome od njih. Asistenti mogu imati završeni tečaj te položeni ispit, ali ipak neki od njih su i magistri socijalnog rada i drugih pomažućih profesija.

Unutar prostorija udruge jedna je soba preuređena u senzornu sobu. S obzirom da je opremanje senzornih soba skupo, zaposlenici udruge su je

će u kojem su zaposlene osobe s intelektualnim i kombiniranim teškoćama. U caffè baru osobe s invaliditetom imaju stalno i dugotrajno zaposlenje te mogućnost razvijanja vještina u ugostiteljstvu jer, osim kuhanja i posluživanja kave i pića u caffè baru, kuhaju dnevne menije, peku kolače i razne slastice bez aditiva te pružaju još i usluge cateringa kako za privatne osobe tako i za velike kompanije i događanja.

Udruga Pohoda pruža još i usluge organiziranog stanovanja u nekoliko stanova diljem Praga podijeljene po stupnjevima asistencije od najveće u kojoj asistent provodi 24 sata dnevno s korisnicima do najmanje u kojoj korisnici trebaju pomoć asistenta samo za određene aktivnosti ili ih asistent dođe obići. Sve ove usluge udruga Pohoda pruža s ciljem osiguravanja ispunjenog života osobama s invaliditetom u kojem će razviti svoje talente, naučiti biti samostalni i odgovorni te samostalno zarađivati. Udruga Pohoda primjer je dobre prakse te može biti uzor udrugama kako u radu razviti sve potencijale korisnika. Također, uspješan je primjer socijalnog poduzetništva koji dugoročno i samoodrživo diže kvalitetu života osoba s invaliditetom. Voljela bih vidjeti više ovakvih primjera i u Hrvatskoj koja je na dobrom putu inkluzije osoba s invaliditetom u društvo.

Petra u Krugovima – praksa u civilnom društvu

Petra Klasić

Potreba za raznim ispunjenim obrascima o mojim željama i interesima, motivacijska pisma i mailovi prvo s Inicijativom mladih za ljudska prava Hrvatska doveli su me do prakse u civilnom društvu kao baš skrojene za mene. Moj put u Centru Krugovi krenuo je tako što me, prema mojoj prijavi, Inicijativa mladih za ljudska



Centar za edukaciju, savjetovanje
i humanitarno djelovanje

Logo Centra Krugovi



prava Hrvatska spojila s njima, tj. s mojom mentoricom. Moja praksa je bila po modelu učenja promatranjem i to za uloge voditelja/koordinatora projekta i trenera/edukatora u udruzi. Nakon detaljno razrađenog plana rada koji smo mentorica i ja zajedno pregledavale, dogovorile smo se za intenzitet i tijek prakse.

Moje putovanje od 80 sati prakse u udruzi počelo je u kolovozu i trajalo do listopada. S obzirom da sam već imala već razna iskustva u svom životo-

pisu, što od dodatnih edukacija, volontiranja ili prakse na fakultetu socijalnog rada u Zagrebu, mnoge je zanimalo zašto sam se prijavila na ovu praksu. Jedan od mojih razloga je što sam dodatno željela povezati razne teorije o projektima, koju sam do tada znala, s iskustvima u praksi. Iako sam već bila uključena u rad u udrugama, htjela sam i vidjeti kako rade i razvijaju se udruge koje rade već dugi niz godina i imaju puno uspješnih projekata i programa iza sebe. Mislim da sam imala sreće što me projekt povezo s Krugovima jer sam ovdje naišla na stvarno sjajan tim. Osim mentorice Ramone s kojom sam započela praksu, svaka osoba u timu mi je pokazala svoj dio posla i ekspertizu s kojom se inače bavi u udruzi. Mislim da niti jednom drugom prilikom netko ne bi imao toliko vremena i volje pokazati mi svaki detalj vezan za vođenje projekata, udruge, rada u timu itd., kao što mi je ovim projektom to pokazao tim u Krugovima, zbog čega sam im jako zahvalna.

Centar Krugovi je producirao i online edukacije na razne teme kao što su rad s ranjivim osobama koje prolaze njihovi volonteri, zatim jačanje osobnih i profesionalnih vještina za mlade i osobe koje traže posao te upravljanje projektima u organizacijama civilnog društva, tj. projektni menadžment. Iz svih tih radionica dobije se certifikat po uspješnom završetku, stoga sam za vrijeme svoje prakse uspjela steći dodatne potvrde o kompetencijama. Kroz praksu sam naučila i usavršila znanja o praćenju natječaja, prijavljivanja na njih, komuniciranju s partnerima i medijima, svim vrstama izvješća uključujući financijske, evaluacije, radu u timu kroz timske sastanke i uključenosti u razne projektne timove u udruzi i još mnogo toga. Dodatno smo prošli i promociju vidljivosti i digitalni marketing udruge na društvenim mrežama. Imala sam priliku proći kroz projekte na lokalnoj i državnoj razini kao i projekte financirane iz europskog socijalnog fonda. Naučila sam i nešto o humanitarnom djelovanju

i radu s donatorima te sam imala priliku vidjeti kako funkcionira rad donacijskog centra s igračkama i mnogim drugim stvarima koji se nalazi na adresi udruge. U sklopu projekta trebala sam i sama napisati i prijaviti projekt. Čekajući da se otvori neki natječaj, u vrijeme dok sam bila na praksi trajale su prijave za Erasmus+ projekte pa sam s kolegicom Natašom u timu i uz pomoć mentorice Ramone prijavila svoj prvi europski projekt razmjene mladih. Odavno sam već htjela pisati takav projekt jer sam i sama sudjelovala u razmjenama mladih koje bi me uvijek ostavile s mnogo ideja i željom da se i sama okušam u provođenju takvog projekta. Od ideje i aktivnosti došle smo do raspisanog cijelog projekta na temu rušenja stereotipa i predrasuda, osvještavanje privilegija i identiteta, ljudskih prava i mentalnog zdravlja te svih partnera iz drugih zemalja, osiguranog smještaja i obroka za planirano vrijeme projekta te načina na koje ćemo izvoditi aktivnosti. Poželite nam sreću da projekt bude odobren, a i ako ne bude, ovo iskustvo mi je dalo ideju kako to sve izgleda i samopouzdanje za probati ponovno, čak i s kompleksnijim projektima. Projekt uvijek možemo doraditi, preoblikovati i ponovno prijavljivati ako ćemo željeti, a ja bih svakako voljela da se on jednog dana realizira jer, kad netko nešto radi sa strasti za teme kojih se projekt tiče, može svima, koji sudjeluju, biti samo odlično.

Objavljujući slike i pričajući o svom iskustvu, mnogo me ljudi pitalo što sve tamo radim, kako mi je i mogu li se i oni nekako prijaviti. Nakon svih mojih podijeljenih dojmova, uvijek bih se složila s reakcijama kako će mi to biti jako korisno iskustvo i da imam sreće što sam se odlučila prijaviti na to. Mladi očito imaju potrebu za ovom dozom samopouzdanja u radu, čak i kada su već teorijski prošli neke stvari jer praksa je uvijek posebno vrijedno iskustvo. Nadam se da će se projekti ovakvog tipa nastaviti kako bi što više ljudi imalo priliku koju sam ja imala.

KUTAK DRUŠTVA STUDENATA SOCIJALNOG RADA

Svakog 25. Božić nekome

Matea Mrdeža i Matea Maljković

Akcija “Svakog 25. Božić nekome” je projekt studentske udruge Društvo studenata socijalnog rada - DSSR koji se provodi od prosinca 2019. godine. Ideja za projekt je nastala nakon sudjelovanja studentica socijalnog rada na debati povodom svečane dodjele “Svjetionik” namijenjenoj za dostojno izvještavanje o siromaštvu u organizaciji Caritas Zagrebačke nadbiskupije. U sklopu ovog događaja studentice su provele intervju s korisnicom, koja cijeli život živi u siromaštvu, te napisale rad. Osim toga, na pokretanje ovog projekta potaknuo ih je “božićni duh” koji su željele proširiti na cijelu godinu. U skladu s tim, akcija “Svakog 25. Božić nekome” se provodi svakog mjeseca (izuzev ljetnih) simbolično svakog 25. u mjesecu.

Uz to, ovaj projekt ima više ciljeva:

- 1) donijeti božićni prijateljski duh obiteljima slabijeg imovinskog stanja tako da im doniramo prehrambene proizvode i higijenske potrepštine te se ostanemo družiti. Doduše, zbog svima poznatih okolnosti, ulazak u domove korisnika je zabranjen, stoga, umjesto toga, studenti pišu pisma podrške, kojima upute toplu riječ građanima i koja dostave zajedno s doniranim artiklima.
- 2) Zatim, povezati teorijski i praktični dio te potaknuti studente na sudjelovanje u volonterskim akcijama i na iskustveno učenje. S obzirom na trenutnu okolnost nastave na daljinu, važno je za istaknuti kako ovaj i slični projekti mogu u nekoj mjeri održati povezanost sa stvarnim korisnicima.

- 3) Nadalje, motivirati ostale građane na humanost, tj. pokazati da se uz malo volje i truda može pomoći sugrađanima oko sebe.
- 4) Zaključno, pozitivno promovirati profesiju socijalnog rada s obzirom da se u medijskom prostoru nerijetko ističu negativne strane struke.

Također, valja istaknuti da su profesori, a posebno izv.prof.dr.sc. Gordana Berc, dali veliki doprinos u mentorstvu, pisanju preporuka i širenju informacija o ovoj akciji. Osim toga, akcija je



Svakog 25. Božić nekome

IBAN: HR0823600001102895561

Opis plaćanja: Humanitarna akcija "svakog 25. Božić nekome"

ili fizički doniraj trajne prehrambene i higijenske potrepštine
u kutiju koja se nalazi ispred prostorije DSSR-a
(Nazorova 51, Zagreb - prizemlje desno na kraju hodnika)

društvo studenata socijalnog rada

bila medijski popraćena od nekoliko televizijskih kuća i portala.

Donosimo iskustvo prošlogodišnje voditeljice ove akcije Matee Maljković:

„Sveukupni broj korisnika koje je ova akcija uključila bio bi oko 20-ak kućanstva. Najčešće se radi o samačkim kućanstvima (starije osobe u mirovini, osobe u prijevremenoj mirovini zbog bolesti), starijim parovima u mirovini, osobe koje imaju određene dugove ili su pod ovrhom, a rjeđe o obiteljima. Prema mojem iskustvu obišli smo 1 obitelj koju su činile samohrana majka i kćer. Razlog odlaska samačkim kućanstvima je količina novca koja je skupljena pa bi najčešće bilo dovoljno za jednu obitelj ili nekoliko samačkih kućanstava/parova pa se birala druga opcija da se obiđe što više ljudi. Više je bilo muških korisnika, posebice u samačkim kućanstvima. Reakcije korisnika su bile raznolike, ali najčešće su reagirali velikom zahvalnošću i gostoprimstvom (nudili nam kavu i kekse), pričali svoju životnu priču dok su se drugi pak samo sramežljivo zahvalili. Korona virus, karantena i potresi donijeli su neke promjene u praktičnom dijelu ove akcije. Recimo, neki korisnici su bili u strahu od dolaska u kontakt s nama tako da smo neke samo pozdravili i ostavili namirnice ispred vrata, dok su drugi imali oštećenja u svojim domovima. Smatram da je ova akcija važna s obzirom

da nas povezuje s ljudima slabijeg socio-ekonomskog statusa, omogućuje nam da vidimo tko oni zapravo jesu i kako žive te najvažnije da im uljepšamo dan našim društvom i namirnicama.“

Na kraju, navodimo da su kolegice za napisani rad o navedenoj akciji osvojile Dekanovu nagradu u kategoriji društveno koristan rad u akademskoj i široj zajednici!

Također, akcija Svakog 25. Božić nekome bila je dio udružene humanitarne akcije studentskih udruga Pravnog fakulteta u prosincu 2020. godine, a nakon potresa u Petrinji Društvo studenata socijalnog rada realiziralo je pomoć za kolege, koji žive na potresom pogođenom području, i to upravo kroz ovu akciju. Prikupili smo rekordnih 6 000 kn!

Pozivamo Vas da se odazovete ovoj humanitarnoj akciji uplatom na račun udruge Društvo studenata socijalnog rada HR0823600001102895561 kao i doniranjem namirnica i higijenskih potrepština u Nazorovoj 51.

Literatura:

1. Lesić V., Hajeb A., Kotlo L., Maljković M., Patek I., Pavlič S. i Sopta M. (2020.): Projekt „Svakog 25. Božić nekome“. Pravni fakultet, Sveučilište u Zagrebu.

Tjedan zagovaranja prava beskućnika

Karla Ambruš, Anahita Hajeb i Petra Romac

Društvo studenata socijalnog rada (DSSR) od 1999. godine organizira “Večeru ljubavi” namijenjenu beskućnicima u Prihvatilištu Crvenog križa. DSSR 2002. godine proširuje tu akciju na cijeli tjedan pod nazivom “Tjedan ljubavi za beskućnike”, a 2007. godine mijenja naziv projekta u „Tjedan zagovaranja prava beskućnika“ koji ostaje do danas.

Cilj tog projekta je informiranje građana Grada Zagreba o beskućništvu, poticanje javne rasprave o istom, izlaganje relevantnih činjenica o mogućim rješenjima, senzibiliziranje građana te poticanje na volontiranje i pomoć na principu “pomoć do samopomoći”.

Tjedan zagovaranja prava beskućnika mijenjao se kroz godine te su se unutar njega provodili razni programi i aktivnosti, od kojih su neke već postale tradicionalne.

Na radionicama, koje su se odvijale u prostorijama Studijskog centra socijalnog rada (prije razornih potresa i pandemije korona virusa u 2020.), izrađivali su se blagdanski ukrasi, čestitke i plakati. Također se provodila i izvedba Forum Teatra na temu beskućništva, a na ulicama Zagreba su studenti-volonteri dijelili letke i informirali građane o problemu beskućništva, s ciljem senzibilizacije javnosti i ukidanja predrasuda vezanih uz beskućnike.

U sklopu Tjedna se organiziraju i tribine na kojima stručnjaci, među kojima se ističu naši profesori i socijalni radnici, nevladine organizacije, koje se bave beskućništvom te osobe s iskustvom beskućništva upoznaju javnost s činjenicama, praksama i iskustvima iz prve ruke vezanima uz beskućništvo. Također se organizira volontiranje studenata socijalnog rada i drugih zainteresira-



Studentice socijalnog rada na dodjeli Dekanove nagrade za projekt „Socijalni rad nije samo..“



Priprema sendviča u HU Savao



Ručak ljubavi u Prihvatilištu Crvenog križa u Velikoj Kosnici

nih u pučkim kuhinjama u Zagrebu. Organizira se i tura Invisible Zagreb koja uključuje šetnju po gradu uz vodstvo bivšeg beskućnika koji sudionike upoznaje sa svojom životnom pričom iz perspektive beskućnika.

Unutar ovog projekta studenti odlaze i u prihvatilište za beskućnike kako bi ispitali njihove potrebe u zimskim mjesecima koje im studenti mogu pomoći podmiriti prikupljanjem potrebnih stvari ili kupnjom od sredstava prikupljenih humanitarnim partyjem. Također, jedan dan u Prihvatilištu Crvenog križa odvija se “Večera ljubavi” unutar koje se provodi vrijeme s beskućnicima uz glazbu i društvene igre te hranu i kolače za predblagdansko vrijeme koje su studenti pripremili ili napravili sami.

Prošlogodišnji Tjedan zagovaranja prava beskućnika se zbog pandemije korona virusa proveo u pomalo modificiranom obliku, nego uobičajeno, stoga neke aktivnosti nismo bili u mogućnosti održati. No to ne znači da je Tjedan bio siromašniji, već smo i u promijenjenim okolnostima željeli beskućnicima donijeti osmijeh na lice te osvijestiti javnost o problemu beskućništva.

19. Tjedan zagovaranja prava beskućnika se održao od 14. do 20.12.2020.godine. Prva aktivnost koju smo proveli bila je online tribina pod nazivom „Beskućništvo u očima socijalnog rada“ na kojoj su naše profesorice izv.prof.dr.sc. Olja Družić Ljubotina i doc.dr.sc. Marijana Kletečki Radović, koje se bave područjem beskućništva u svom radu, upoznale sudionike tribine s pojmom beskućništva, problemima s kojima se susreću beskućnici te s načinima na koje socijalni radnici mogu djelovati u području beskućništva. Sljedećih dana su uslijedile još dvije online aktivnosti, a to su bila dva okrugla stola. Na prvom okruglom stolu pod nazivom „Beskućništvo-odgovornost svih nas?“ na kojemu su sudjelovali Romana Galić, pročelnica Gradskog ureda za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom; Zvonko Mlinar, potpredsjednik Hrvatske mreže za beskućnike i Mile Mrvalj, osnivač Udruge Fajter se raspravljalo o tome koliko su beskućnici „sami krivi“ za to što su beskućnici te kolika je uloga svakog pojedinog sustava, ali i pojedinca za suzbijanje stigmatizacije beskućništva. Rasprava se vodila među navedenim gostima okruglog stola, a za pitanja i komentare su se javljali i ostali sudionici ove aktivnosti. Unutar ove aktivnosti i gospodin Mile Mrvalj je ispričao svoje iskustvo



Volontiranje u HU Savao

života kao beskućnika te iz prve ruke istaknuo s kojim se problemima, stereotipima i oblicima pomoći suočavao u tom životnom periodu. Na drugom okruglom stolu pod nazivom „Beskućnici-(ne)vidljiva skupina našega društva“ su sudjelovali predstavnici iz Udruge Dom Nade iz Zagreba, Prihvatilišta za beskućnike „Ruže sv. Franje“ iz Rijeke, Udruge MoSt iz Splita, Centra za prihvata beskućnika - Dom sv. Vinka Paulskoga iz Osijeka te Udruge Minores iz Mostara u Bosni i Hercegovini. Jako nam je drago da smo unutar ovog okruglog stola okupili sudionike iz većih gradova u Hrvatskoj te iz Bosne i Hercegovine te nam je za tu aktivnost online okruženje čak i pomoglo. S obzirom na to da navedene udruge i njihovi predstavnici inače surađuju, bilo nam je zadovoljstvo što su istaknuli i neke zajedničke aktivnosti koje provode ili su im u planu za provođenje, a dotiču se beskućnika i njihovih prava. Uz to nam je svatko od sudionika ispričao ukratko o udruzi čiji je predstavnik, o njihovom nastajanju, djelovanju te aktivnostima koje provode, a dotaknuli su se i činjenice kako epidemija utječe na njihov rad i njihove korisnike. Također su nam predstavili i koliko je razvijen sustav skrbi i brige o beskućnicima u pojedinom gradu ili županiji iz koje dolaze te kakvo je gledište šireg stanovništva

na beskućnike, a predstavnik iz Udruge Minores nam je opisao i kako funkcionira sustav socijalne skrbi prema beskućnicima na području Mostara, točnije u Bosni i Hercegovini. Ovom prilikom se još jednom želimo zahvaliti svim sudionicima naših online događaja unutar ovog Tjedna zagovaranja prava beskućnika na sudjelovanju te se nadamo i daljnjim suradnjama.

S obzirom na činjenicu da zbog pandemije nismo mogli održati našu tradicionalnu aktivnost Tjedna zagovaranja prava beskućnika „Večeru ljubavi“ s korisnicima u Prihvatilištu za beskućnike u Velikoj Kosnici, odlučili smo snimiti kratki video podrške, s ciljem da im pokažemo da bez obzira na sve poteškoće, koje su nas pogodile u ovoj godini, nismo zaboravili na njih te da mislimo na njih i želimo im sretne blagdane, uz želju da unutar sljedećeg Tjedna zagovaranja prava beskućnika održimo „Večeru ljubavi“ u okolnostima na koje smo se naviknuli svih prošlih godina.

Posljednja aktivnost, koju smo ove godine provedli unutar Tjedna zagovaranja prava beskućnika, jedina je aktivnost, koja se održala uživo, uz pridržavanje svih epidemioloških mjera, a to je bila podjela kolača i obroka beskućnicima s Udrugom Savao na Glavnom kolodvoru Zagreb. Naši stu-



denti, koji su ujedno i članovi Društva studenata socijalnog rada, zajedno su s članovima Udruge Savao podijelili beskućnicima obroke te paketiće s kolačima, koje su studenti sami napravili te tom malom gestom usrećili beskućnike koji su te večeri bili na Glavnom kolodvoru u Zagrebu. Ovom prilikom željeli bismo se još jednom zahvaliti i Udruzi Savao, koja nam je omogućila ovakvu vrstu volontiranja, i radujemo se novim zajedničkim suradnjama u što većem broju i boljim uvjetima bez pandemije.

Uz sve ove nabrojane aktivnosti, unutar prošlogodišnjeg Tjedna zagovaranja prava beskućnika osmišljena je još jedna aktivnost unutar koje su naši studenti, koji su ujedno i članovi DSSR-a, proveli intervju s korisnicima Hrvatske mreže za beskućnike koji su objedinjeni u brošuri „Čuj moju priču“.

Ideja o krovnom projektu „Socijalni rad nije samo...“ potaknuta je negativnim stavom i slikom o socijalnom radu kao nečem negativnom, kao nečem lošem i kao nečem što na pozornicu dolazi tek onda kada je već prekasno. Socijalni rad ima mnogo lica. Da, ponekad nam vežu ruke,

ponekad dolazimo na scenu kada je glavni čin već započeo. No, socijalni rad možemo pronaći u gotovo svim sferama života i socijalni rad može se doticati gotovo svih područja društvenog života. Cilj projekta bio je predstaviti različita područja u kojima nalazimo socijalni rad, ali na različite načine. Iako je uvijek važno čuti struku i s njome surađivati, jednako je važno čuti i onu drugu stranu priče, stranu koju znaju osobe koje žive te probleme. Tu stranu priče nama su ispričale upravo osobe koje žive u beskućništvu. Jer, kako nas uvijek uče na faksu, svatko je stručnjak za svoje probleme. Kolegice i kolega kroz tjedan dana su odlazili u Hrvatsku mrežu za beskućnike gdje su vodili intervju s osobama koje žive u siromaštvu, a potom su ti intervjui transkribirani i kao rezultat nastala je brošura *Čuj moju priču – Biti beskućnik u Hrvatskoj*.

Zašto baš brošura? Zato što smo htjeli da nam ostane „trajni“ zapis o ovom projektu i ovoj problematici. Nismo htjeli da ovo bude jednokratni događaj kojim smo obilježili Tjedan zagovaranja prava beskućnika. Htjeli smo potaknuti ljude da promišljaju o ovoj tematici kroz cijelu godinu, a ne samo pred blagdane. Htjeli smo razbiti predrasude da su beskućnici osobe koje su same krive što su se našle u beskućništvu. Htjeli smo da ljudi vide i „čuju“ što znači živjeti na ulici iz prve ruke. Da ih senzibiliziramo na surovu stvarnost u kojoj žive. Jer, koliko si puta, čovječe, prošao pored osobe koja je beskućnik i pomislio da je osoba sama kriva što se nalazi u takvoj situaciji? Koliko si puta, čovječe, skrenuo pogled birajući ignoranciju umjesto razumijevanja? Koliko si puta, čovječe, sam sebi rekao „nije moj problem“? A, koliko voljan si bio zastati i upitati osobu što joj zapravo treba? Koliko si voljan saslušati osobu i pružiti joj lijepu riječ? Koliko si spreman baciti se u koštac s ovim problemom koji izjeda sve više ljudi, tvojih sugrađana, ljude od krvi i mesa, stvorenih s jednakim pravom na dostojanstven život kao što si i ti stvoren s tim pravom, a koje ne može i ne smije biti otuđivo? Ja mogu bolje, ti možeš bolje. I gdje god se okreneš, svaka osoba koju ugledaš, može bolje. MI možemo i moramo bolje!

Umjetnost protiv straha

Josipa Bičanić

Umjetnost, strah i krize oduvijek su utkane u ljudsko postojanje. Povijest nas uči da razne krize, iako sa sobom donose egzistencijalne strahove, nerijetko po svom završetku iznjedre nove svjetonazorske paradigme. Pandemija kuge u 14. stoljeću u Europi odnijela je mnoge živote, te su prizori smrti i bolesti bili općeprisutni u svakodnevnom životu. Umjetnici su bili inspirirani svojom okolinom što se izražavalo na različitim medijima, pa je tako nastajalo mnoštvo djela kao što su Boccacciova zbirka novela „Dekameron“ i freska „Trijumf i ples smrti“ talijanskog autora Giacoma Borlone de Buschisa. Unatoč tome što pandemija kuge nije izolirani uzrok pojave renesanse, nagađa se da je neizbježna blizina bolesti, smrti i krize potakla mislioce tadašnjeg vremena da se više bave vlastitim životima na zemlji, nego duhovnošću i zagrobnim životom kao što je to bila praksa u srednjem vijeku. Možemo teoretizirati da su renesansni umjetnici koristili svoje stvaralaštvo kako bi se nosili s teškom svakodne-

vicom. Drugim riječima, djelatnost umjetnosti bila je svojevrsna terapija tadašnjim umjetnicima.

Upravo promišljanje o umjetnosti kao o oruđu u borbi protiv straha od potresa i korone bilo je ideja vodilja za projekt „ALU-SOC Umjetnost protiv straha“ koji je nastao kao suradnja više sastavnica Sveučilišta u Zagrebu i sveučilišne galerije „Galerija Šira“ pod vodstvom izv.prof.art. Tomislava Buntaka, izv.prof.art. Danka Friščića (Akademija likovnih umjetnosti) i prof. dr. sc. Nina Žganeća (Studijski centar socijalnog rada). Aktivnosti projekta uključivale su izložbu radova studenata Akademije likovnih umjetnosti te tribinu studenata i profesora socijalnog rada, medicine i tekstilno-tehnološkog fakulteta uz brojne druge sudionike. Rad je nagrađen Rektorovom nagradom u kategoriji interdisciplinarna područja umjetnosti za akademsku godinu 2020./2021.

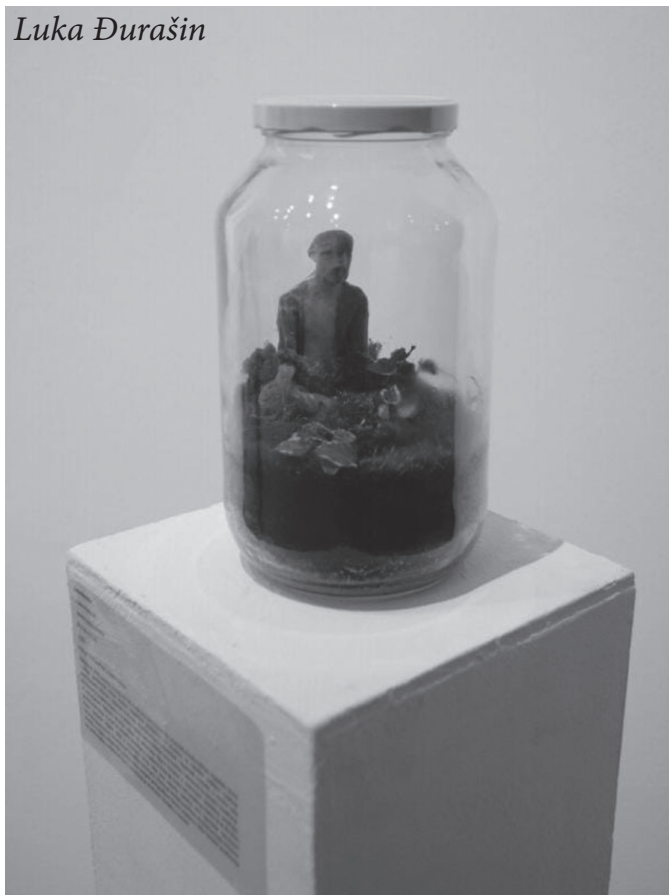
Umjetnost je alat kojim se estetski oblikuju osjećaji, a što se dogodi kada su ti osjećaji vezani uz egzistencijalni strah, strah od potresa i strah od bolesti prikazali su nam studenti Akademije likovnih umjetnosti svojim radovima:



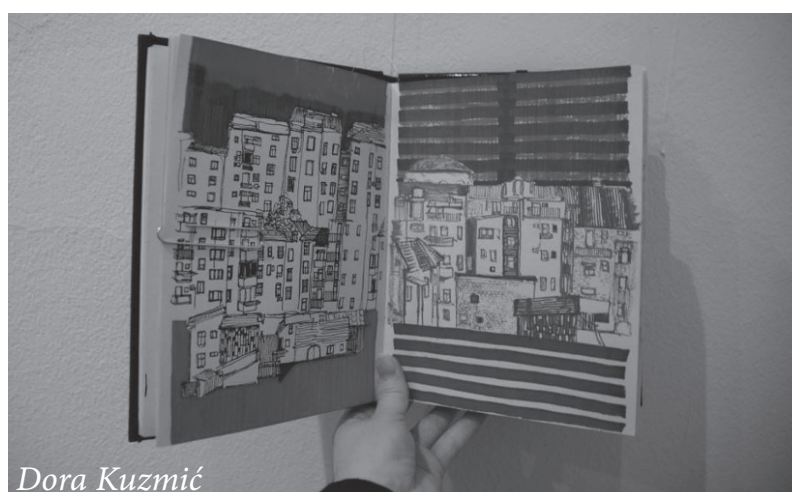
Luka Pacek



Luka Đurašin



Anamarija Kvas



Dora Kuzmić

9. Regionalni kongres studenata i studentica socijalnog rada – Ljubljana

uredila: Iva Patek

Od 22. do 25. travnja 2021. godine imali smo priliku družiti se i razmijeniti iskustva s kolegama iz regije na 9. po redu Regionalnom kongresu studenata socijalnog rada. Iako online, zbog spriječenosti trenutnom pandemijom koronavirusa, imali smo osjećaj kao da smo uživo sa svim kolegama u Ljubljani. Studenti iz Ljubljane priuštili su nam nezaboravan vikend uz red učenja, red meditacije i red dobre zabave, a kako je to zapravo bilo najbolje će vam prikazati naši dojmovi:

Iva Komšić: *Ovogodišnji Regionalni kongres je bio izuzetno uspješan i posebno je za istaknuti kako se online okruženje gotovo i nije osjetilo među sudionicima. Studenti i studentice iz svih gradova su aktivno sudjelovali na jutarnjim predavanjima i okruglim stolovima, kao i na večernjim druženjima. Naučili smo puno, između ostaloga o programu i kvaliteti studija socijalnog rada u regiji od studenata koji su održali lijepe, zanimljive i poučne prezentacije. Kao posebnost ovogodišnjeg Kongresa BiH izdvojila rasprave okruglih stolova, gdje smo imali prilike čuti perspektive socijalnih radnika zaposlenih u različitim nevladinim i državnim organizacijama. Bilo je lijepo saznati informacije iz prve ruke od socijalnih radnika i biti u mogućnosti da ih pitamo što god nas zanima, ali i razmisliti o budućnosti i razviti svoje afinitete. Pozitivna stvar uoči Regionalnog kongresa jest i za izlagače, koji su imali priliku usavršiti vještine govorenja i prezentiranja. Za kraj, stekla sam puno prijatelja i kolega s kojima mogu raditi kasnije tokom fakulteta u razvijanju ideja.*

Ivona Tomurad: *Između 22.4.2021. i 25.4.2021. imala sam priliku sudjelovati na 9. Regionalnom kongresu studenata socijalnog rada i socijalne po-*

9. regionalni kongres studenata i studentica socijalnog rada



9. regionalni kongres študentov in študentk socialnega dela

Logo kongresa

litike. Unatoč otežanim uvjetima uzrokovanim pandemijom, kongres se uspješno održao i ostavio nas s novim znanjima i poznanstvima za daljnji profesionalni razvoj. Na kongresu smo imali prilike čuti o različitim položajima u kojima se struka nalazi u pojedinim državama kao i o inovativnim pristupima socijalnim problemima današnjice. Slušali smo i o ustrojstvu studija socijalnog rada i socijalne politike u susjednim nam državama kao i o mogućim zaposlenjima. U društvu kolegica iz Zagreba održala sam usmeno izlaganje na temu Što nakon studija? Osim edukativnog dijela kongresa, isti nam je donio priliku i za neformalna druženja koja su nam donijela pogled na društvene probleme iz drugačijih kutova. Obogatila su nas i za nova prijateljstva koja ćemo, kao i tradiciju održavanja regionalnih kongresa studenata, njegovati čitav profesionalni život.

Helena Bajac: *Sudjelovanjem na kongresu naučila sam puno novih stvari, ali se i dobro zabavila. Svaka zemlja prezentirala je kako je studij i posao socijalnog radnika uređen kod njih tako da smo mogli uočiti ono što je slično, a što različito. Svakog dana kongresa, nakon što je prošao onaj "službeni" dio, navečer bismo se svi družili. Iako se sve odvijalo online putem, svaku večer smo se uspjeli dobro zabaviti i nasmijati. Tome i svjedoči činjenica da smo i nakon kongresa svi ostali u kontaktu putem*

zajedničke WhatsApp grupe. Jako mi je drago što sam se prijavila za sudjelovanje i nadam se da ću imati priliku ponoviti to iskustvo.

Lorena Bošnjak: *Ovogodišnji Kongres, iako održan virtualno, za mene je bio vrlo poseban, koristan i zanimljiv. Kroz četverodnevno druženje, ozbiljan rad i mnogo zabave, stekla sam dosta novih saznanja o stanju struke socijalnog rada u regiji kao i uvide u prostore za napredak struke. Stekla sam nova poznanstva, obnovila neka stara prijateljstva i naučila svašta novoga. Kolege iz Ljubljane osmislili su fantastičan program te su bili vrlo uspješni u organizaciji Regionalnog kongresa. Sretna sam što je ova udruga svojim idejama i projektima mogla dati svoj doprinos kolegama iz regije te da su projekti koje mi provodimo prepoznati kao hvalevrijedni. Mogu reći da sam nakon ovoga Kongresa još više zavoljela ovu udrugu, osjetila sam ponos što sam njezina članica i veselje zbog novih stvari koje će se tek realizirati. Ukoliko ću imati priliku ponoviti ovo iskustvo, možda već dogodine u Osijeku, rado ću to učiniti. Ovo iskustvo osnažilo me za rad u struci i sretna sam što je ova struka odabrala mene i što sam ja odabrala nju.*

Lorena Petrović: *Sveukupno jako pozitivno iskustvo i predrago mi je što sam se uključila. Kao brucoš nisam znala što me čeka, vidjela sam da uključuje regionalno druženje studenata i to me privuklo. Kao slušač bilo mi je jako zanimljivo čuti teme ostalih izlagača, ali ujedno i podržati naše izlagače. Osim što smo nešto novo naučili i super se zabavili, ekipa iz Ljubljane poslala nam je svima odlične poklone. Iako je sve bilo online, organizacija je super te je vladala opuštenu atmosferu i pozivam sve da se odluče sudjelovati na Kongresu sljedeće godine!*

Nadamo se da se vidimo na idućem Kongresu kod naših kolega iz Osijeka!

INFOSTRANICA



Iva Komšić i Matea Mrdeža

Nadolazeći događaji:

1. Svakog 25. Božić nekome – humanitarna akcija krajem svakog mjeseca
2. Umjetnost protiv straha #2
23.5. – 29.5.2022.
3. Regionalni kongres studenata socijalnog rada u Osijeku krajem svibnja
4. Obljetnica 70 godina Studijskog centra socijalnog rada u rujnu

Erasmus projekti:

Ako vas zanima sudjelovanje na nekom od projekata i programa razmjene ili samo želite saznati više, preporučamo da pogledate i da se pridružite sljedećim:

- Udrugama: Ocean znanja
 - Syncro-synergy Croatia
 - Association Strive
 - Meraki
 - Cet platform Croatia
- Facebook grupama: Erasmus+ Croatia
EU projects – Croatia
- Web stranice: Salto-Youth
Agencija za mobilnost mladih i
programe EU

Edukacije:

1. Centar za zdravlje mladih pokrenuo je platformu za edukaciju mladih koji sadržava nekoliko modula. Jedan od njih je „Unaprjeđenje mentalnog zdravlja mladih“ u kojem se kroz tri cjeline (Boli me/osjećam, Boli me/Pričamo i Radim na sebi) govori mladima o aktualnim problemima tijekom odrastanja te ih se edu-

cira kako se nositi s izazovima današnjice. Link stranice Centra za zdravlje mladih na kojem možete potražiti više informacija o edukaciji je <https://www.czm.hr/edukacije>.

2. Nacionalni pozivni centar za žrtve kaznenih djela i prekršaja: Poziv za novom regrutacijom volontera/ki objavljuje se dva puta godišnje, u veljači i u rujnu. Poziv se objavljuje putem društvenih mreža, suradnika, Volonterskog centra Zagreb te stranice MojPosao. Prijavni proces sastoji se od tri faze: prijava, selekcijski razgovor i edukacija. Svi volonteri/ke imaju priliku unaprijediti svoje komunikacijske vještine i pravna znanja, pohadati brojne edukacije, radionice i seminare, volontirati u dinamičnom i empatičnom okruženju te umrežiti se s ostalim organizacijama civilnog društva. Nakon završenog volontiranja, volonteri/ke dobivaju Potvrdu o kompetencijama stečenim volontiranjem, a nakon 200 odvolontiranih sati i preporuku za posao. Volonterima se osim zaprimanja poziva na 116 006 liniji omogućava sudjelovanje u dodatnim aktivnostima. Više informacija možete saznati na poveznici <https://pzs.hr/volontiraj-u-zagrebu/>.
3. Dom zdravlja Zapad i CroMSIC u sklopu projekta Pogled u sebe su pripremili ciklus predavanja ODMASKIRAJ SE! Radi se o ciklusu besplatnih online predavanja o psihijatrijskim stanjima o kojima se ne govori u velikom opsegu. Neke od tema su: narcistični poremećaji, poremećaji uzrokovani stresom i traumom, poremećaji raspoloženja i suicid itd. Snimke predavanja se mogu pronaći na Youtube kanalu udruge CroMSIC. Više informacija o samom projektu možete saznati na Facebook stranici Pogled u sebe <https://www.facebook.com/PogledUSebe>. Uz spomenuta predavanja, u tijeku je i kampanja #odmaskirajse u kojoj se potiče mlade da podijele svoju priču te poručuju da je svaka priča važna, a možda baš tvoja priča potakne nekoga da potraži pomoć!

i još brojne druge...

Aktivnosti DSSR-a:

1. Projekt „Biti brucoš (ni)je lako“ je ove godine započeo u listopadu 2021. godine. Cilj je pružiti pomoć i podršku studentima prve godine studija socijalnog rada na njihovim počecima. Na ovaj projekt u akademskoj 2021./2022. godini prijavilo se ukupno 68 studenata, od čega 34 studenta prve godine - brucoša i 34 mentora.
2. Međunarodni dan ljudskih prava i 16 dana aktivizma protiv rodno zasnovanog nasilja. Projekt je održan od 25.11. do 10.12.2021. god. u kojem su članovi izradili promotivni video, plakat na ulazu u fakultet i seriju edukativnih slika koje su studenti imali prilike vidjeti na društvenim mrežama DSSR-a.
3. Tjedan zagovaranja prava beskućnika održan je od 13.12. do 19.12.2021. god. Studenti su sudjelovali na online predavanjima i održali akcije u vidu volontiranja tijekom podjele obroka beskućnicima, posjeta Prihvatilištu, pripremanja kolača te prikupljanja odjeće i donacija za osobe s iskustvom beskućništva.
4. Tribina “Želim znati više” „Koje novine donosi reforma sustava socijalne skrbi?“ održana 9.12.2021. god. putem platforme Google Meet. Na tribini su sudjelovali: prof.dr.sc. Nino Žganec sa Studijskog centra socijalnog rada i Tatjana Katkić Stanić, ravnateljica Zavoda za socijalni rad u Ministarstvu rada, mirovinskog sustava, obitelji i socijalne politike.
5. Sekcija za zeleni socijalni rad je provela akciju ukrašavanja spremnika za odvajanje otpada 21.12.2021.god. Cilj tog projekta je postaviti spremnike u zgradi fakulteta u kojima bi se odvajali papir i povratna ambalaža, koja će se zamijeniti za novčana sredstva i koja će biti pridodana akciji Svakog 25. Božić nekome. Projekt je ostvaren preko udruge Bioteka, a sufinanciran od strane Grada Zagreba.
6. Humanitarna akcija „Svakog 25. Božić nekome“ provedena je netom prije Božića. Pri-

kupljene su novčane i prehrambene donacije koje su donirane građanima, koji su u riziku od siromaštva i socijalne isključenosti, u suradnji s Caritasom Zagrebačke nadbiskupije. Također, dio novca je doniran dvjema kolegicama koje žive na području pogođenom potresom. Akcija se nastavlja provoditi svaki mjesec izuzev ljetnih.

7. Tribina „Želim znati više - Upoznaj Erasmus+ program!“ održana je 18.2.2022. god. putem platforme Google Meet. Na tribini su sudjelovale predstojnica Gordana Berc te studentice socijalnog rada koje su bile na razmjeni. Upoznale su prisutne s postupkom prijave na ove programe te ispričale svoje iskustvo razmjene i potaknule na prijavu.
8. Snimanje reportaže krajem veljače 2022. god. za emisiju “Sveučilišna Hrvatska” za koju su studentice pričale o projektima nagrađenima Dekanovom i Rektorovom nagradom kao i o nenastavnim aktivnostima i uspjesima studenata koje je istaknula predstojnica studija.
9. Tjedan zagovaranja struke socijalnog rada održan je od 21.3. do 27.3.2022. Studenti su imali priliku sudjelovati na online predavanjima „Socijalni radnici/ce između prozivki i svakodnevice“ te „Socijalni radnici – oti mači djece?“. Uz to, intervjuirali su socijalnu radnicu s kojom su razgovarali o aktualnim temama i problemima u našoj struci, a na kraju Tjedna je održan pub kviz sa studentima i profesorima te je proslavljen 27. DSSR-ov rođendan!
10. Sudjelovanje u humanitarnoj akciji nastavnika i studenata Pravnog fakulteta „Zajedno solidarni za Ukrajinu!“. Prikupljaju se prehrambene namirnice i higijenski paketi na 3 lokacije fakulteta. Prikupljene donacije dostavljene su u Crveni križ i Caritas Zagrebačke nadbiskupije, a akcija se prema potrebi nastavlja i dalje.

Kontakti:

Pravni fakultet, Studijski centar socijalnog rada, Nazorova 51, 10000 Zagreb

- Ured predstojnice: Izv. prof. dr. sc. Gordana Berc, predstojnica Studijskog centra socijalnog rada, telefon: 01 4895 803, fax: 01 4821 206, e-mail: studij-soc-rada@pravo.hr
- Tajništvo i katedre: Karmela Pižeta, tajnica, telefon: 01 4895 803, fax: 01 4821 206, e-mail: karmela.pizeta@pravo.hr

Studentske referade:

- Referada I.: Zrinka Grubeša, referent za opće i studentske poslove za redovite studente i izvanredne studente I. i II. godine

Upisi, potvrde o statusu studenta, priznavanje ispita s drugih fakulteta, zaprimanje molbi, primanje prijave za ispite, raspored ispita

Telefon 01 4895 805, Fax. 01 4821 206, e-mail: zrinka.grubesa@pravo.hr

- Referada II.: Tihana Delak, referent za opće i studentske poslove za redovite i izvanredne studente III. i IV. godine i apsolventi

Upisi, potvrde o statusu studenta, priznavanje ispita s drugih fakulteta, zaprimanje molbi, primanje prijave za ispite, raspored ispita, nastavak studija, prijave za diplomski i promocija

Telefon 01 4895 806, Fax. 01 4821 206, e-mail: tihana.delak@pravo.hr

- Referada III.: Ana Duić, referent za opće i studentske poslove za redovite i izvanredne studente V. godine i poslijediplomske studije

Telefon 01 4895 831, Fax 01 4821 206, e-mail: ana.duic@pravo.hr

- Studentska evidencija: Ivana Bregović Žimbrek, referent za studentska pitanja

Telefon 01 4895 804, Fax. 01 4821 206, e-mail: ivana.bregovic.zimbrek@pravo.hr

- Knjižnica Studijskog centra socijalnog rada: dr. sc. Ksenija Švenda-Radeljak, viša knjižničarka i Branka Krapac, pomoćna knjižničarka

Telefoni 01 4895 817 i 01 4895 832, e-mail: ksenija.svenda.radeljak@pravo.hr

- Predstavnici studenata socijalnog rada u Studentskom zboru Pravnog fakulteta:

Slavica Martinić-Meštrante,

Petra Romac

Lorena Sabolić

e-mail: predstavniciszsr@gmail.com, Facebook grupa Socijalni rad ZG (sve godine) 2021./2022.

Studentska pravobraniteljica:

Alix Uzelac Vedriš,

e-mail: pravobranitelj.pravo@gmail.com

Zamjenici studentske pravobraniteljice:

Petar Alerić, Iva Rašić, Ana Kršinić,

Klara Vučković

Društvo studenata socijalnog rada – izvršni odbor:

Lorena Bošnjak, predsjednica

Josipa Bičanić, dopredsjednica

Karla Grozdanić, tajnica

e-mail: dssocijalni.rad@gmail.com,
Facebook stranica Društvo studenata socijalnog rada, Instagram profil dssr.insta

ZABAVNI KUTAK

Iva Patek

1. Njeni članovi žele napraviti promjenu u svijetu, radi se o udruzi na našem fakultetu:

2. Za izradu dugoročnog više je susreta potrebno, izrađuju ga socijalni radnik i korisnik zajedno uz dogovor oko svega, a ovo je kratica za njega:

3. Pacijent, klijent i slični nazivi u socijalnom radu smatramo da su krivi, slažemo se stoga oko naziva ovoga:

4. Osjećaj najsnažniji, u obitelji najvažniji, ne-sebično se daje, beskonačno traje:

5. U teškim trenucima korisniku ju pruža zajednica, prijatelji, obitelj šira i uža:

6. Kad uspiješ pomoći nekome, a posao nije nimalo lak, zadovoljan si samim sobom i taj osjećaj je jak:

7. Zdravstveno, mirovinsko, radno svim studentima je bilo gadno:

8. Autoritativni, autoritarni, permissivni i onaj nemarni. Iza ovih naziva su se skrila dobro nam znana četiri stila (čega?):

9. U pomoć se zove preko kratice ove:

10. Korisnici po njega dolaze kod nas, često stiže u zadnji čas. Kada je teško i dođe muka, traži se posljednja slamka ili ruka:

| | | | | | | | | |
|---|---|---|----|----|----|----|---|---|
| Z | A | P | R | A | V | O | U | U |
| A | A | O | O | U | D | S | S | R |
| J | T | N | D | D | Z | E | P | E |
| E | K | O | I | O | R | O | O | D |
| D | O | S | T | M | I | Š | R | B |
| N | R | O | E | I | A | P | K | A |
| I | I | S | LJ | T | LJ | NJ | P | A |
| C | S | T | S | E | U | N | E | S |
| A | N | R | T | LJ | B | T | T | A |
| I | I | E | V | I | A | A | Č | P |
| N | K | S | O | O | V | S | T | S |

Foto: Ivan Spajić



Foto: Ena Levatić

11. Jedan smo upravni pojam ovdje skrili
Sukob, prijedor, rasprava ili:

12. Kažem ga glasno, iznosim ga jasno, uvijek ću
poštovati tvoj i znati objasniti svoj:

13. U poslu ćemo imati lijepih primjera i sreće,
no moramo znati da lijepo nekad biti neće.
Među problemima svim morat ćemo se nau-
čiti nositi s njim:

14. Oni su djeci „roditelji“ u zamjenskoj obitelji:

15. Poštovati se mora ona, po snazi je odmah
ispod zakona: -----

16. Kome se uvijek diviš baš, od koga naučiš sve
što znaš, daje ti odlične savjete za rad pa tvoj
on postane tad:

17. Ona čini naš najuži krug ljudi, trebamo kori-
stiti resurse koje nam nudi:

18. Trebaš biti strpljiv i jako ga voljeti, može se
reći da svakom ne paše, kada završimo ovaj
studij, socijalni rad će biti naše:

KONAČNO RJEŠENJE: -----



društvo studenata socijalnog rada