

Zippyho kamaráti na Slovensku

Projekt bol podporený Islandom, Lichtenštajnskom a Nórskom prostredníctvom Programu Aktívne občianstvo a inklúzia, ktorý realizuje Nadácia Ekopolis v spolupráci s Nadáciou pre deti Slovenska a SOCIA - nadácia na podporu sociálnych zmien.

Projekt: Zippyho kamaráti na Slovensku

Obdobie realizácie: júl 2013 - september 2014

Príjemca podpory: Liga za duševné zdravie SR, Bratislava

Financovanie: 43 334,00 € (AOI 90 % = 39 000,00 €)

„Obrovská radosť, mňa i celého tímu, sprevádzala informácia o podpore nášho zámeru. Napriek tomu, že už sme mali za sebou realizáciu niekoľkých iných projektov, tento bol v čomsi odlišný. Otvárala sa pred nami príležitosť ponúknuť nové služby cieľovej skupine a zároveň si overiť, či dokážeme zvládnuť nové požiadavky (administratívne aj obsahové) a inštitucionálne dospieť. Podarilo sa...?“ Peter Kulifaj (predseda organizácie)

Realizátor projektu Liga za duševné zdravie

Liga za duševné zdravie SR (ďalej „LDZ“) je celonárodnou platformou, ktorej primárnym cieľom je znížiť stigma duševných porúch v spoločnosti a prispieť k odstráneniu diskriminácie ľudí, ktorí sa pre duševnú poruchu liečia. Svoje ciele realizuje LDZ v spolupráci so sieťou svojich členských organizácií, s odborníkmi, ako aj so školami, ďalšími inštitúciami a dobrovoľníkmi.

Za účelom naplňania svojho poslania LDZ organizuje rôzne pracovné stretnutia, mediálne kampane a celoslovenskú zbierku, má zriadenú Galériu Nezábudka, internetovú Poradňu Nezábudka, vydáva informačné letáky o rôznych duševných ochoreniach a participuje na mnohých ďalších podujatiach formou besied a diskusií. Okrem toho sa aktívne podieľa na realizácii prevencie a to predovšetkým u stredoškolskej mládeže. V súlade so svojimi cieľmi realizuje edukačné programy zamerané na odbornú verejnosť a programy, ktoré prispievajú k zefektívneniu práce svojej členskej základne, ktorú tvoria predovšetkým regionálne organizácie pacientov a príbuzných.

Projekt

Projekt Zippyho kamaráti je medzinárodný projekt s prepracovanou metodikou a realizáciou odskúšanou v mnohých krajinách sveta. Bol vytvorený pred zhruba 15

rokmi, v súčasnosti sa realizuje v 30 krajinách sveta a v roku 2014 ním prešlo 1 milión detí.

Okrem týchto zaujímavých čísel je však dôležité, že projekt reálne posilňuje sociálne zručnosti u detí vo vekovej skupine 5-7 rokov. V rámci neho sa deti hravou formou naučia rozoznávať, pomenovať a zvládať emócie, zvládať konfliktné situácie zvážením alternatív možného riešenia a výberom riešenia optimálneho pre obe zúčastnené strany konfliktu, ako aj zvládať záťažové situácie. U detí sa výrazne zlepšila „coping skills“, projekt ich preto učí schopnosti a zručnosti veľmi potrebné nielen pre školské prostredie, ale aj pre celý život. Medzinárodná evalvácia programu ukazuje, že deti si aj po 10 rokoch od jeho absolvovania program pamätajú a využívajú zručnosti v ňom nadobudnuté v bežnom živote. Program má u detí oveľa širší a ďalekosiahlejší dopad ako „len“ posilňovanie sociálnych kompetencií. Ukazuje sa, že zlepšuje celkovú atmosféru v kolektíve (tým aj prospech detí), komunikáciu medzi deťmi a pedagógom a v neposlednom rade zvyšuje toleranciu a pôsobí preventívne pred budovaním predsudkov a diskrimináciou akejkoľvek „inakosti“.

Samotní pracovníci LDZ boli realizáciou programu na Slovensku absolútne nadšení. Nakoľko išlo o väčší projekt, jeho samotná realizácia mala dosť veľký vplyv aj na chod LZD. Realizácia nepochybne prispela k inštitucionálnemu rastu organizácie, nakoľko pracovníci LDZ sa museli oboznámiť s metodikou programu, so spôsobom jeho realizácie v zahraničí, museli komunikovať s nóorskymi partnermi, naučiť sa vypracovávať projektové správy – finančné aj obsahové. Asi najväčším problémom bolo vypracovávanie finančných správ podľa pokynov a formulárov z dôvodu neskúsenosti s daným systémom vykazovania. V tomto do veľkej miery pomohla možnosť konzultácií zo strany NDS. Finančná manažérka bola často frustrovaná, keď sa jej finančná správa opakovane vracala na prepracovanie, napokon však bola každá správa finalizovaná v požadovanej forme.

Administratívne povinnosti sa však celému tímu robili ľahšie, keď podľa spätnej väzby od učiteľov realizujúcich program ZF na školách videli jeho účinok v praxi a keď videli, že sa to „oplatí“.

Dlhodobý prínos

Realizácia programu predstavuje dlhodobý prínos tak pre LDZ, ako aj pre samotné cieľové skupiny – deti, učiteľov a rodičov.

Pracovníci LDZ počas implementácie získali mnohé zručnosti v rámci projektového manažmentu, najmä čo sa týka priameho riadenia a reportovania projektu. Tri pracovníčky boli vyškolené v programe ZF u nórskeho partnera, môžu teda realizovať program ZF v Slovenskej republike kedykoľvek v budúcnosti. V súčasnosti pripravujú podklady pre akreditáciu programu ZF v Slovenskej republike, čo by ešte posilnilo jeho možnú udržateľnosť do budúcnosti.

Na pravidelných pracovných stretnutiach projektu participujúci učitelia potvrdzovali to, čo ukazuje evalvácia ZF z iných krajín: deti majú tento program veľmi radi a na každú hodinu sa veľmi tešia. Od počiatku realizácie sa u nich výrazne zlepšuje komunikácia a atmosféra v triede. Nielen učitelia, ale aj rodičia zapojených detí si všímajú výrazné pozitívne zmeny a rozvoj u svojich detí. Rodičia hovoria ako sa ich dieťa „otvára“, začína hovoriť viac o svojich pocitoch, o prežívaní situácií, o zážitkoch. Rodičia tiež viac krát hlásili situácie, kde im ich dieťa pomohlo vyriešiť konfliktné situácie v rodine so slovami, že „Tak sme sa to učili na Zippym“.

Subjektívne výpovede učiteľov a rodičov potvrdila aj evalvácia programu ZF, ktorý LZD realizovala v školskom roku 2013/2014 na 20 slovenských školách bratislavského a trnavského kraja.

Hlavné poučenia a odporúčania pre podobné projekty

- Keď niečomu veríte a stále skúšajte spôsoby, ako to zrealizovať. Raz sa to podarí.
- Pri manažmente projektu je potrebné mať jasne definované úlohy v pracovnej skupine, inak nie je jasné, kto čo urobí. Je dôležité vyčleniť projektového manažéra na komunikáciu s partnermi, kontaktnými osobami, atď.
- Je dôležité dobre komunikovať v pracovnej skupine projektu – konštruktívne riešiť pochybenia a chváliť a oceňovať dobre vykonanú prácu.

English summary

Overall objective of the League for Mental Health Slovakia (LMH) is mental health promotion and protection. The main activity of LMH is the annual campaign on mental health promotion. Apart from several other projects, the LHM runs a high school project in Slovakia promoting mental well-being.

In the school year 2013/2014, LZDZ implemented a program in a group of 420 children 5-7 years old, in 20 kindergartens and elementary schools of Bratislava and Trnava regions. *Zippy's Friends* is an international programme which aims to strengthen the social skills of children and is currently implemented in 30 countries of the world. Through this program, children learn to express and process emotions, solve conflicts, start and maintain friendships, and handle change and loss. The evaluation of the ZF programme implementation in Slovakia confirmed that the group of children involved acquired all the above listed skills. Both teachers and parents also affirmed that the children made a significant progress in the development of their social skills.

Main lessons and recommendations:

- If you believe in something, just keep looking for ways to realize it. One day you will manage.

- In project management, it is necessary to have the tasks of a work group clearly defined; otherwise it will not be clear who shall do what. It is important to select a manager for communication with partners, contact persons, etc.
- It is important to communicate effectively in the project work group; the mistakes need to be solved constructively and good work appraised and honoured.