

IZVJEŠTAJ O RADU DRUŠTVA PSIHOLOGA ISTRE U 2023. GODINI

Do dana Skupštine Društva psihologa Istre (18. prosinca 2023.) odrađene su sljedeće aktivnosti:

1. Rad tajnice, rizničarke i predsjednice DPI-ja

- Predsjednica je sudjelovala na:
 - sastanku radne grupe u sklopu prioritetnog područja Zaštita mentalnog zdravlja djece, adolescenata i zdravstvenih djelatnika u pandemijsko i postpandemijsko vrijeme (IŽ) 04. svibnja
 - sastanku 41. UO HPD-a 17. lipnja
 - aktivno izlagala na 30. godišnjoj konferenciji hrvatskih psihologa od 8. do 11. studenog s temom “Izazovi i potrebe psihologa”
 - zajedno s tajnicom koordinirala sve aktivnosti i kampanje unutar DPI-ja
 - održavala razgovore dobrodošlice za nove članove/ice
 - dogovarala predavanja i edukacije za članove/ice DPI-ja
 - pripremala i slala mailove obavijesti i najava članovima/cama putem Mailchimp-a
 - pripremila završni opisni izvještaj i plan rada za narednu godinu
- Tajnica je:
 - sudjelovala na sastanku s predstavnicama Odjela za društvene djelatnosti Grada Pule 03. ožujka
 - redovito odgovarala na upite građana putem maila, Google business poruka te društvenih mreža
 - vodila i ažurirala evidenciju članova/ica
 - vodila komunikaciju s članovima/cama
 - održavala razgovore dobrodošlice za nove članove/ice
 - pripremala i slala mailove obavijesti i najava članovima/cama putem Mailchimp-a
 - održavala mrežnu stranicu te pripremala i objavljivala sadržaj
 - prijavljivala sudjelovanje HPK, slala potpisne liste i komunicirala s HPK
 - koordinirala sve aktivnosti i kampanje unutar DPI-ja
 - dogovarala predavanja i edukacije za članove/ice DPI-ja
 - pripremala objave za medije i vizuale za najave događaja
 - komunicirala s vanjskim institucijama i medijima
 - pripremila završni opisni izvještaj i plan rada za narednu godinu

- Rizničarka je:
 - izvršavala sve potrebne isplate te
 - pripremila završni financijski izvještaj i financijski plan za narednu godinu

2. Rad Upravnog odbora

Održan sastanak Upravnog odbora 18. travnja 2023. na kojem se raspravljalo o:

- Prijedlogu promjene Statuta DPI-ja
- Promjeni vodstva Sekcije za psihologiju rada i organizacijsku psihologiju
- Aktivnostima DPI-ja u Q2

Održan sastanak Upravnog odbora 20. lipnja 2023. na kojem se raspravljalo o:

- Promjeni Statuta DPI-ja
- Proslavi 24. obljetnice rada DPI-ja 2023.

Toni Erdfeld je u ime DPI-ja sudjelovao na 78. sjednici Skupštine HPD-a 25. ožujka

Vesna Rusijan je u ime DPI-ja sudjelovala na okruglom stolu „Pružanje učinkovitog odgovora na potrebe lokalne zajednice u kriznim situacijama“ 19. lipnja

Kristina Pauro je u ime DPI-ja sudjelovala na 79. sjednici Skupštine HPD-a 09. prosinca

3. Projekti, suradnje i aktivnosti članova/ica

Nastavljena suradnja s Pučkim otvorenim učilištem-Universita' popolare aperta "Vodnjan - Dignano" (više informacija pod **9. Aktivnosti za građane**)

Prijavljen je i odobren projekt "Zabavne i korisne vještine" na Javni natječaj za financiranje projekata iz područja zdravstva i socijalne skrbi u Istarskoj županiji u 2023. godini, koji vodi članica Marlena Plavšić. Odobreno je 1.400,00 EUR.

Prijavljen je i odobren projekt "(B)Ura mentalnog zdravlja" na Javni poziv za financiranje projekata i manifestacija od interesa za opće dobro koje provode udruge na području Općine Svetvinčenat, u iznosu od 300,00 EUR.

Prijavljen je i odobren projekt "Fažanska mreža mentalnog zdravlja" na Javni poziv za financiranje programa, projekata, manifestacija i aktivnosti od interesa za opće dobro koje provode udruge na području Općine Fažana za 2023. godinu, u iznosu od 400,00 EUR.

Od strane Grada Pule prepoznata je potreba i financiran je program "Podrška mentalnom zdravlju odgojno-obrazovnih djelatnika/ca", koji se pripremao, provodio i evaluirao od ožujka do lipnja 2023.

Pokrenuta je Intervizijska grupa DPI-ja koja će okupljati sve zainteresirane članice i članove koji se bave savjetovanjem i/ili psihoterapijom. Grupa je s radom započela 05. rujna, a do kraja godine održana su još tri susreta. Trenutno je aktivno 12 članica.

Pokrenuto anketno istraživanje o potrebama i izazovima članova i članica, a koje su pripremile i vodile Petra Brnić, Tihana Fontana i Vanja Prvulović. Predsjednica DPI-ja, Vanja Prvulović, na 30. GKHP predstavila je rezultate istraživanja kojim su ispitani izazovi, potrebe, depresivnost, anksioznost, stres i sagorijevanje članica i članova Društva psihologa Istre. Istraživanju je pristupilo 55 sudionika.

DPI je i dalje sudjeluje na sastancima županijske radne grupe vezano za novoizabrani prioritet Zaštita mentalnog zdravlja djece, adolescenata i zdravstvenih djelatnika u pandemijsko i postpandemijsko vrijeme.

4. Aktivnosti u sklopu 16. Tjedna psihologije

- Više od 250 građana i građanki sudjelovalo je u aktivnostima Tjedna psihologije u Istri
- Angažiralo se 46 voditeljica i voditelja aktivnosti, od čega 39 članica i članova DPI-ja
- Članice su održale 28 termina besplatnog psihološkog savjetovanja
- Održano je 17 predavanja i radionica, od čega 13 uživo
- Gostovali smo u 14 radijskih emisija
- Napisano je 11 članaka za portale i novine
- Održana su 2 okrugla stola
- Održan je pub kviz u Buzetu "Psihologija svuda oko nas"
- U sklopu Tjedna psihologije održala se i 12. konferencija "Psihologija za poduzetnike i gospodarstvenike", koja se održala u Rijeci 23. veljače godine u sklopu Rijeke psihologije, u čijoj je organizaciji i provedbi sudjelovala Vanja Prvulović s temom "Samosvijest kao preduvjet razvoja", kao članica Sekcije za psihologiju rada i organizacijsku psihologiju DPI-ja.

5. Rad sekcije za predškolsku psihologiju

U listopadu 2022. proveli smo u sklopu obilježavanja Dana mentalnog zdravlja istraživanje na 80 odgajateljica primjenom upitnika MHC-SF istražujući odnos između zadovoljstva poslom, veličine ustanove i mentalnog zdravlja odgajateljica te smo na sastanku u prosincu 2022. analizirali rezultate. U Tjednu psihologije članice Sekcije Ana Koroman Runko i Irena Brajković napisale su članak za Glas Istre o vrstama igre kod djece nekada i sada. Tijekom kalendarske 2023. godine održane su dvije edukacije usmjerene na unapređenje rada psihologa u predškolskim ustanovama: edukacija dr.sc. Snježane Sekušak Galešev o dizajniranju podrške djeci s teškoćama pažnje i impulzivnim ponašanjem u vrtićkom okruženju (3.3.2023.) te edukacija dr.sc. Sanje Tatalović Vorkapić o suvremenim skalama procjenjivanja emocionalne i socijalne

dobrobiti djece te prikazu kurikuluma za jačanje mentalnog zdravlja djece PROMEHS (15.9.2023.). U sklopu 11. stručnog skupa predškolskih ustanova Istarske županije koje se održalo 17. svibnja 2023. godine u Labinu, a u ime sekcije predškolskih psihologa Društva psihologa Istre, psihologinja Irena Brajković sudjelovala je s temom “Povezanost uvjeta rada i mentalnog zdravlja odgojitelja”. U sklopu prezentacije, predstavila je rezultate provedenog istraživanja članica sekcije 2021. o mentalnom zdravlju odgojitelja Istarskih vrtića, utjecaja uvjeta rada i izvora stresa u njihovom poslu te se osvrnula na daljnje korake sekcije vezano za očuvanje mentalnog zdravlja odgojitelja (on line upitnik, preporuke za očuvanje mentalnog zdravlja odgajateljica te prikaz izrađenog plakata Sekcije o načinima na koje odgajateljice mogu voditi brigu o svom mentalnom zdravlju). Također je 19. lipnja 2023. održano druženje članica Sekcije obzirom da je ove godine došlo i do odlazaka nekih članica iz rada u predškolskom odgoju i dolaska drugih članica. Obzirom da se povećao broj novih kolegica održan je sastanak Sekcije za 13. prosinca 2023. na kojem su se prezentirali primjeri dobre prakse psihologa u vrtiću.

6. Rad sekcije za organizacijsku psihologiju i psihologiju rada

Sekcija za psihologiju rada i organizacijsku psihologiju je u 2023.godini imala organizacijske i voditeljske promjene:

- promjena i izbor novog voditelja - po isteku mandata dotadašnjeg voditelja Davora Jakšića na mjesto voditeljice je izabrana Nevena Tolanov (03.2023.) za naredno 2-godišnje razdoblje do 2025.godine. Davor Turkan je ostao na poziciji tajnika Sekcije kojoj vrijedno doprinosi.
- ažurirano je članstvo Sekcije prema kriteriju interesa, članarine i aktiviteta, tako da Sekcija danas broji 15 članova.

U novom programskom razdoblju održana su tri sastanka (04, 07. i 09.mjesec) te započela suradnja s IDA-om na korištenju njihovog prostora u Puli za sastanke.

Sekcija se sadržajno bavila više sobom, svojom internom integracijom, smislom, povezivanjem i traženjem najoptimalnijeg oblika angažmana.

28.09. je u prostorima FET Pula održano stručno predavanje profesorice Morene Paulišić na temu Trendovi i izazovi u obrazovanju studenata za Menadžment ljudskih potencijala. Prisutni članovi i profesorica iskazali su interes i spremnost za neke oblike suradnje na projektima, studentskoj praksi i su-mentorstvu na diplomskim radovima i istraživanjima. Predavanje je prijavljeno HPK.

Naša članica Roberta Osip je sudjelovala kao predavač na temu Upravljanje radnim učinkom na grupnom predavanju HPD-a (13.06.2023.)

Tijekom proteklog razdoblja nastavljena je lijepa i korisna praksa Sekcije da članovi na grupi razmjenjuju stručne informacije, slobodne poslove i čestitaju važne događaje.

7. Rad tima za društvene mreže DPI-ja

Tim za društvene mreže čine Veronika Baf, Ivana Božić, Snježana Grgić, Nikolina Levak Perhat, Adriana Posedel-Frančić i Morena Šuran.

Održani su sastanci tima:

- 13. veljače na kojem se dogovorio plan rada mreža tijekom i prije Tjedna psihologije
- 09. svibnja na kojem se dogovorio plan rada od proljeća 2023. na dalje i ritam sastanaka i praćenja rada tima.

Sadržaj objava na društvenim mrežama:

- sudjelovanje članova na panel raspravama, izlaganjima
- pozivi na radionice i predavanja
- obilježavanje ključnih datuma (Svjetski dan mentalnog zdravlja, Svjetski dan poduzetnica, Svjetski dan svjesnosti o autizmu, Dan planeta Zemlje, Svjetski dan mentalnog zdravlja majki, Europski tjedan mentalnog zdravlja, Tjedan psihologije)
- šest dimenzija dobrobiti (emocionalna, tjelesna, socijalna, intelektualna, profesionalna)
- preporuke za filmove (Inside Out, A beautiful mind, Awakenings, Good Will Hunting)
- uspostavljanje suradnje s drugim Društvima psihologa
- promoviranje web stranice i Psiho-bloga
- suradnja s drugim institucijama i dionicima u lokalnoj zajednici (POU-UPA Vodnjan-Dignano, Grad Pula, Općina Fažana, Općina Svetvinčenat, mediji)
- slike sa sastanaka, pozvanih predavanja i kolega psiholog

Facebook stranica u 2023. godini:

- 2.661 pratitelj/ica
- 85 objava u 2023. godini
- U 2023. godini, sadržaj Facebook stranice pregledan je 43.333 puta. Uključuje sve objave koje su pregledali različiti i isti profili prateći razvoj stranice i pojavu objava.
- 5.915 korisnika posjetilo je Facebook stranicu
- U odnosu na proteklu godinu, prikupljeno je 127 novih pratitelja, što upućuje na značajniji pad u iznosu u odnosu na razvoj i tijek stranice
- Najpopularnije objave:
 - Prema oznakama "svidi mi se":
 - Vijal - centar za mentalno zdravlje u Pazinu
 - Intervizijska grupa Društva psihologa Istre

- Volontersko druženje
 - Podrška mentalnom zdravlju odgojno-obrazovnim djelatnicima
 - Prema dosegu:
 - Program 16. Tjedna psihologije (12.500)
 - Najava Programa podrške mentalnom zdravlju odgojno-obrazovnim djelatnicima (7.800)
 - Europski dan borbe protiv depresije (3.700)
 - Centar za mentalno zdravlje – Vijal (3.200)
 - Objava koja je dosegla najveći broj pregleda:
 - Program 16. Tjedna psihologije
 - Doseg objave: 12,5 tisuća
 - Ukupni broj reakcija: 98 (49 interakcija, 32 reakcija, 2 komentara, 15 puta podijeljena)
 - Publika:
 - 86,7% su žene, a 13,3% muškarci
 - Prema kategorizaciji gradova odakle stižu pratitelji, u najvećem postotku su oni iz Zagreba (15,8%), zatim iz Pule (13,2%) i Beograda (4,6%)
 - Osim ostalih gradova u RH, praćeni smo i u Bosni i Hercegovini (1,6%) i Makedoniji (1,5%)
 - Osim Srbije, BiH i Makedonije, manji postotak pratitelja dolazi iz Njemačke, Crne Gore, Slovenije, Austrije, Nizozemske i Italije
- *podaci ovise o navođenju pripadnosti gradovima na Facebook profilima.*

Instagram stranica u 2023. godini:

- 1.489 pratitelj/ica
- 76 objava u 2023. godini
- 187 priča/story u 2023. godini
- Broj dosegnutih računa je 2357 u periodu od 11.9.2023. do 9.12.2023. što je povećanje u odnosu na 3 mjeseca prije (od toga je 777 naših pratitelja, a 1580 ostalih)
- U odnosu na period od lipnja do rujna postoji i porast broja posjeta našem profilu
- Najpopularnija objava je za Europski dan borbe protiv depresije, 1.10.2023., "Depresija ima mnogo lica"
 - Doseg: 1046 osoba
 - Oznake sviđanja: 150
- Publika:
 - Najčešći gradovi iz kojih je publika naših objava od 11.09. do 9.12. su Zagreb, Beograd, Pula, Novi Sad.
 - Gotova 50% publike je u dobnom rasponu od 25 do 34 godine.
 - Oko 90% publike su žene, a malo manje od 10% su muškarci.

8. Aktivnosti za članove

Organizirano je i održano 13 stručnih skupova za članove/ice (prijavljenih HPK), od kojih 11 besplatnih:

1. Važne smjernice u radu s osobom koja ima poremećaj hranjenja, besplatni webinar (Ivana Kurtov), 23. siječnja
2. A tko pita kako je nam? Kako osigurati sustavnu podršku pomagačima u kriznim vremenima?, besplatni webinar, TP događaj, (prof.dr.sc. Marina Ajduković) 20. veljače
3. Okrugli stol: "Psiha na tanjuru: Kako pričamo o hrani i tijelu?", TP događaj (Udruga Snaga u meni: Jelena Zubić, Vedrana Fontana Mikulić, Luana Poleis, Tihana Fontana) 24. veljače
4. Dizajniranje podrške djeci s ADHD-om u vrtićkom okruženju, online edukacija (Snježana Sekušak Galešev), 03. ožujka (Sekcija za predškolsku psihologiju DPI-ja)
5. Važne smjernice u radu s osobom koja ima poremećaj hranjenja, edukacija (Ivana Kurtov) 03. ožujka
6. Zaboravljanje – što je (ne)normalno?, besplatni webinar (Lana Maljković) 17. ožujka
7. Ekološka psihologija i energetska tranzicija, besplatni webinar (Vanja Međugorac) 24. travnja
8. Napadaj panike ili neka teška bolest. Kako prepoznati napadaj panike i kako si pomoći u okviru kognitivno bihevioralne terapije, besplatni webinar (mr.sc. Andreja Kostelić-Martić) 27. lipnja
9. Mindfulness, besplatna radionica (Sanja Subotić), 14. srpnja
10. Razvoj i mogućnosti primjene skala procjene u ranom i predškolskom odgoju i obrazovanju, online edukacija (prof. dr. sc. Sanja Tatalović Vorkapić), 15. rujna (Sekcija za predškolsku psihologiju DPI-ja)
11. Partnerski odnosi kroz prizmu sistemskih konstelacija, edukacija (prof. dr. sc. Miroslav Pendaroski), 7. i 8. listopada u Znanstveno edukativnom centru Kontija
12. Razgovori o demencijama, besplatni webinar (Doris Apostolovski), 11. listopada
13. Empatija kao vrijednost i vještina u Rosenbergovom komunikacijskom modelu, besplatni webinar (Centra za nenasilnu komunikaciju Hrvatska - Ivana Pejić i Sanjica Ćaćić Hećimović), 23. studenog

Održana su neformalna druženja članova/ica Društva:

- 31. ožujka u Puli (12 članica)
- 14. srpnja u Pekicima (19 članica)

Započeta je suradnja s Brigojedac - Psihološkim centrom za djecu i obitelji iz Zagreba, a koji će tijekom proljeća i jeseni 2024. održati edukaciju u 6 modula u Istri "ŠKRINJICA – kutija s alatom za rad s djecom - (Kontinuirana) edukacija stručnjaka za tretmanski rad s djecom, adolescentima i njihovim obiteljima".

9. Aktivnosti za građane

Nastavljena suradnja s Pučkim otvorenim učilištem-Universita' popolare aperta "Vodnjan - Dignano" u sklopu koje se ukupno održalo sedam (10) radionica za građane/ke:

- 18. siječnja: Strahovi i brige - što s njima (Sanja Matijaš)
- 15. veljače: Kako kreiramo partnerski odnos i kako on utječe na mentalno zdravlje djece i roditelja (Jelena Gazibara)
- 15. ožujka: Geštalt pristup snovima (Ana Božac)
- 19. travnja: Fokus i koncentracija - male prakse za veću dobrobit (Sanja Subotić)
- 17. svibnja: "Svatko svoju priču ima" radionica za primanje i pružanje podrške (za treću životnu dob) (Klara Galant Ardalić)
- 14. lipnja: Čime upravljamo dok upravljamo vremenom? (Tihana Fontana)
- 20. rujna: Demencije (Doris Apostolovski)
- 18. listopada: Motivacija - kako ju pronaći i održavati? (Vanja Prvulović)
- 15. studeni: Zašto djeca biraju nepoželjna ponašanja i kako odgovoriti na njih (Katiya Križman)
- 13. prosinca: Zagonetka zvana tinejdžer - razumijevanje i njegovanje mentalnog zdravlja vašeg adolescenta (Lucija Prepušt)

U svibnju, od 22. do 26., je održan Europski tjedna mentalnog zdravlja u sklopu kojeg je 7 članica otvorilo svoje termine za pružanje besplatne psihološke podrške, a koju je koristilo 7 građana/ki.

U listopadu i studenom kroz projekt "Fažanska mreža mentalnog zdravlja", sufinanciran sredstvima osiguranim kroz Javni poziv za financiranje programa, projekata, manifestacija i aktivnosti od interesa za opće dobro koje provode udruge na području Općine Fažana za 2023. godinu, održale su se četiri (4) radionice:

- 04. listopada: Opusti um i tijelo (Sanja Subotić)
- 18. listopada: Važnost partnerskih odnosa za (mentalno) zdravlje (Jelena Gazibara)
- 08. studenog: Na vagi između osobnog i poslovnog (Tihana Fontana)
- 22. studenog: Mentalno zdravlje u starijoj životnoj dobi (Doris Radolović)

U listopadu i studenom kroz projekt “(B)Ura mentalnog zdravlja”, sufinanciran sredstvima osiguranim kroz Javni poziv za financiranje projekata i manifestacija od interesa za opće dobro koje provode organizacije civilnog društva na području Općine Svetvinčenat za 2023. godinu, održale su se tri (3) radionice:

- 26. listopada: Kako biti dobro usprkos svemu (Tina Gregorović Hlušička)
- 09. studenog: Kako razvijati emocionalnu otpornost kod djece? (Katiya Križman)
- 23. studenog: Prepoznavanje i prevencija stresa (Sanja Matijaš)

10. Ostale promotivne aktivnosti

Ukupno je bilo 45 medijskih istupa, objava i izjava od čega 27 u novinama i na portalima te 18 radijskih izjava/ gostovanja.

11. Ostalo

- Na inicijativu članice Luane Poleis pokrenuta je ideja za osnivanje Sekcije za razvoj i podršku poduzetništvu DPI-ja koja je još u osnivanju.
- DPI je dobio 10 novih članova i članica (od kojih su neka obnovljena članstva) i sada nas je 128.
- Predali smo Godišnje izvješće organizatora volontiranja o obavljenim uslugama ili aktivnostima organizatora volontiranja za 2021. godinu nadležnom Ministarstvu:
 - Šest (6) volonterki je uložilo 300 volonterskih sati u razvoj Društva psihologa Istre u 2022. godini - Veronika Baf, Ivana Božić, Snježana Grgić, Nikolina Levak Perhat, Adriana Posedel-Frančić i Morena Šuran
- U novu online bazu upisana su 2 savjetovašta i prakse.

Predsjednica DPI-API
Vanja Prvulović



Pula, 18. prosinca 2023.