



Celostni športni rehabilitacijski programi v podporo mladim, ki jih je prizadel COVID-19

HRIC

Št. projekta: 101090110

Rezultat 3.2
Priporočila za politike

KAZALO VSEBINE

Uvod.....	1
Raven politike EU.....	2
Priporočila za politiko EU.....	2
Politični konteksti in priporočila na nacionalni ravni.....	4
Italija.....	4
Hrvaška.....	5
Portugalska.....	6
Slovenija.....	7
Zaključek.....	8
Izjava o omejitvi odgovornosti 	9

PRIPOROČILA POLITIKE

Uvod

Projekt HRIC, ki ga sofinancira športni program Erasmus+, obravnava nujne psihosocialne potrebe mladih, starih od 16 do 30 let, po vsej Evropi, ki jih je prizadela pandemija COVID-19. Mladi so se zaradi motenih storitev, zapor in gospodarske negotovosti soočali s povečanimi izzivi, povezanimi s tesnobo, depresijo, posttravmatskim stresom in socialno izolacijo. Te razmere niso vplivale le na njihovo duševno počutje, temveč tudi na njihovo socialno vključenost in dolgoročni razvoj. Z vključevanjem izobraževanja s športom (ETS) in metodologij, ki upoštevajo travmo, uvaja projekt inovativen, vključujoč in nestigmatizirajoč pristop k rehabilitaciji na področju duševnega zdravja. Z opolnomočenjem lokalnih akterjev - trenerjev, vzgojiteljev, mladinskih delavcev in občin - HRIC ponuja strukturiran model, ki šport spreminja v orodje za psihološko odpornost, socialno reintegracijo in podporo skupnosti.

HRIC temelji na treh glavnih ciljih:

- Spodbujanje udeležbe v športu med ranljivo mladino z razvojem priročnika in oblike usposabljanja za športne trenerje in socialne delavce, ki se osredotočajo na psihofizično podporo.
- Ustvariti sinergije med sektorjema športa in socialnih storitev s pripravo priročnika o integriranih programih za duševno zdravje in šport.
- Pripraviti priporočila za politike, namenjene zainteresiranim stranem in nosilcem odločanja za sistemsko sprejetje ukrepov za duševno zdravje, ki temeljijo na ETS.

Ta dokument s priporočili, ki temelji na raziskavah in sodelovanju v Italiji, na Hrvaškem, Portugalskem in v Sloveniji, usmerja evropske in nacionalne oblikovalce politik pri vključevanju izobraževanja s športom (ETS) v dolgoročne strategije za duševno zdravje mladih.

Projekt HRIC uvaja inovativen pristop, ki združuje šport s psihološkimi metodami in metodami, temelječimi na travmah, da bi podprl okrevanje, odpornost in socialno vključenost ranljivih mladih. Z usposabljanjem strokovnjakov, razvojem vključujočih programov in spodbujanjem sistemskih sprememb je cilj projekta HRIC institucionalizirati intervencije na področju duševnega zdravja, ki temeljijo na ETS. Ta priporočila zagotavljajo načrt za preoblikovanje kratkoročnih prizadevanj za okrevanje v trajnostne, na skupnosti temelječe rešitve, ki spodbujajo dobro počutje mladih po vsej Evropi.



Politike na ravni EU

Več okvirov EU priznava pomen dobrega počutja mladih, duševnega zdravja in vključujočega športa. Strategija EU za mlade (2019-2027) poziva k boljšemu vključevanju in opolnomočenju prek športa in vključevanja skupnosti. Delovni načrt EU za šport (2021-2024) spodbuja šport kot sredstvo socialne kohezije in duševnega blagostanja, vendar nima namenskih mehanizmov za vključevanje ETS v programe za duševno zdravje. Program EU4Health podpira pobude za duševno zdravje, vendar ne vključuje posebej metod neformalnega izobraževanja, ki temeljijo na športu, kot so tiste, ki jih je razvil HRIC.

Priporočila za nove politike na evropski ravni

Izobraževanje s športom (ETS), ki ga spodbuja projekt HRIC, ponuja strukturiran in vključujoč pristop za izboljšanje psihosocialnega počutja. Sedanje strategije EU, kot sta Strategija EU za mlade (2019-2027) in Delovni načrt EU za šport (2021-2024), priznavajo pomen duševnega zdravja in športa, vendar ne priznavajo uradno ETS kot posebne intervencijske metode za duševno zdravje.

Z uradnim priznavanjem ETS v prihodnjih posodobitvah teh strategij - ali v novih instrumentih, kot je poseben evropski akcijski načrt za duševno zdravje - lahko programi ETS pridobijo večjo legitimnost, prepoznavnost in upravičenost do financiranja. To priznanje bi tudi pomagalo nacionalnim vladam, da ETS vključijo v svoje okvire na področju mladine in zdravja, s čimer bi ustvarili usklajen evropski pristop.

Program Erasmus+ trenutno podpira številne projekte na področju športa in vključevanja mladih, vendar je financiranje pobud, ki združujejo podporo duševnemu zdravju s športnimi pristopi, še vedno omejeno ali sporadično. Podobno tudi program EU4Health, čeprav je zavezan duševnemu zdravju, ne financira izrecno neformalnih ali skupnostnih športnih intervencij, kot so tiste, ki jih je razvil HRIC.

Vzpostavitev namenskih finančnih postavk v okviru teh programov bi zagotovila dolgoročno finančno vzdržnost pobud ETS. To bi občinam, nevladnim organizacijam in športnim zvezam omogočilo oblikovanje programov, ki bi nudili terapevtsko in preventivno podporo mladim, ki se soočajo z anksioznostjo, depresijo in travmami. HRIC je že pilotno uvedel uspešen okvir, ki lahko služi kot referenčni model za ta merila financiranja.

Eden od glavnih rezultatov projekta HRIC je usposabljanje športnih trenerjev in izvajalcev socialnih storitev za metode psihofizične podpore, ki združujejo psihologijo in šport. Vendar v Evropi trenutno ni standardiziranega certifikata za usposabljanje trenerjev za izvajanje podpore duševnemu zdravju na podlagi športa. Razvoj certifikata, ki bi ga priznavala EU - po možnosti usklajenega z evropskim ogrodjem kvalifikacij (EQF) - bi profesionaliziral novo vlogo „športnega trenerja kot psihosocialnega pomočnika“. Zagotovil bi tudi doslednost in kakovost v državah članicah. Certificirane strokovnjake ETS bi lahko zaposlili v šolah, mladinskih centrih, športnih klubih in ustanovah za duševno zdravje, s čimer bi učinkovito premostili vrzel med formalnimi sistemi oskrbe in podporo v skupnosti.

HRIC je dokazal, da izobraževanje s športom (ETS) krepi odpornost, zmanjšuje osamljenost in podpira okrevanje duševnega zdravja mladih. Za nadgradnjo teh dokazov bi morala EU financirati meddržavna raziskovalna partnerstva, ki bi vključevala univerze, občine in civilno družbo, da bi zbrali dolgoročne podatke o učinkovitosti ETS. Ugotovitve bodo podlaga za politike, ki temeljijo na dokazih, zagovorništvo in standarde usposabljanja. Programi, kot sta Horizon Europe in COST Actions, lahko podpirajo te multidisciplinarne raziskave v različnih evropskih okoljih.

EU bi morala vlagati v meddržavne raziskovalne konzorcije, ki vključujejo visokošolske ustanove, občine in organizacije civilne družbe za zbiranje longitudinalnih podatkov o učinkovitosti ETS na področju duševnega zdravja. Te raziskave lahko prispevajo k oblikovanju na dokazih temelječe politike, podpirajo zagovorništvo in oblikujejo standarde usposabljanja. Za takšna multidisciplinarna raziskovalna prizadevanja bi lahko uporabili programe, kot sta Horizon Europe in COST Actions.



Priporočila za reformo nacionalne politike - Italija

- ETS vključite v nacionalne strategije na področju mladine, izobraževanja in zdravja kot potrjeno metodo podpore duševnemu zdravju.
- Razvoj nacionalnih akcijskih načrtov za okrepanje duševnega zdravja, ki vključujejo programe, ki temeljijo na ETS, kot osrednji element.
- Financiranje regionalnih in občinskih pilotnih programov, ki uporabljajo model HRIC za doseganje ranljivih mladih.
- Ustanovitev medresorskih delovnih skupin za usklajevanje izvajanja med zdravstvenim, športnim in izobraževalnim sektorjem.
- Spodbujanje nacionalne kampanje, ki ozavešča javnost o koristih vključujočega športnega udejstvovanja za duševno zdravje.

Politični konteksti in priporočila na nacionalni ravni

Italija

Italija si je močno prizadevala za duševno zdravje mladih, zlasti po pandemiji COVID-19. V nacionalnem preventivnem načrtu za obdobje 2020-2025 je psihološka dobrobit prednostna naloga, v njem pa je poudarjen pomen preventivnih, na skupnosti temelječih odzivov za mladostnike in mlade odrasle. Službe za duševno zdravje so na voljo na nacionalni in regionalni ravni, vendar so pogosto preobremenjene in niso strukturno povezane s športnimi ali izobraževalnimi ustanovami.

Čeprav nekatere pobude uporabljajo šport za podporo dobremu počutju mladih, so ponavadi razdrobljene, kratkoročne ali vodene s strani nevladnih organizacij in nimajo systemske podpore. Formalna vključitev vzgoje s športom v zdravstveno ali izobraževalno politiko je še vedno odsotna. Omejeno je tudi medsektorsko sodelovanje in neustrezno usposabljanje trenerjev in mladinskih delavcev za tehnike podpore duševnemu zdravju. Ekonomska neenakost še dodatno ovira dostop do obšolskih športnih dejavnosti, številne lokalne politike pa se še vedno osredotočajo predvsem na tekmovalni šport in ne na vključujoče ali terapevtske oblike.



Priporočila za reformo nacionalne politike - Hrvaška

- Uradna vključitev ETS v nacionalne okvire za zdravje in razvoj mladih.
- Spodbujanje večletnih pilotnih programov, ki jih financira vlada in ki združujejo šport in podporo duševnemu zdravju.
- Vzpostavitev partnerstev med ministrstvi in lokalnimi vladami za usklajitev ukrepov, ki temeljijo na ETS, s cilji javnega zdravja.
- Ustvariti postopek certificiranja za športne trenerje in vzgojitelje, da bodo usposobljeni za prakse, pri katerih se upošteva travma.
- Razvoj nacionalne kampanje ozaveščanja za spodbujanje športa kot orodja za duševno odpornost, ki bo namenjena šolam in občinam.

Politični konteksti in priporočila na nacionalni ravni

Hrvaška

Hrvaška nacionalna strategija športa 2019-2026 in nacionalni načrt za razvoj zdravja 2021-2027 priznavata povezavo med telesno dejavnostjo in duševnim blagostanjem. Vendar pa je vključevanje ETS v strukturirane nacionalne programe še vedno omejeno. Nekatere nevladne organizacije in lokalne občine sicer uporabljajo interventne programe, ki temeljijo na športu, vendar so te pobude pogosto **začasne, premalo financirane** in njihov učinek **ni formalno ovrednoten**.

Izobraževalni sektor vključuje telesno dejavnost v šole, vendar so učni načrti usmerjeni predvsem v telesno pripravljenost, ne da bi šport povezali s čustvenim ali psihološkim razvojem. Prav tako ni usposabljanja o **duševnem zdravju za športne strokovnjake** in ni formalnih mehanizmov sodelovanja med zdravstvenimi in športnimi ustanovami.



Priporočila za reformo nacionalne politike - Portugalska

- Institucionalizirati ETS v nacionalne strategije za mlade, zdravje in izobraževanje, da se zagotovi strukturirano izvajanje.
- Zagotavljanje občinam ciljno usmerjeno financiranje za razširitev vključujočih in dostopnih programov ETS.
- Zagotavljanje medsektorskega sodelovanja med šolami, športnimi klubi in službami za duševno zdravje.
- Sprožitev nacionalnih pobud za spodbujanje vloge skupnostnega športa pri krepitvi psihološke odpornosti in socialne kohezije.

Politični konteksti in priporočila na nacionalni ravni

Portugalska

Portugalska se zavzema za dobro počutje mladih s programi, kot je Caudate+, ki ga koordinira Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) in spodbuja zdravje mladih s športnimi ukrepi in ukrepi na področju življenjskega sloga. Vendar pa je njegovo področje uporabe široko, športni ukrepi, specifični za duševno zdravje, pa niso jasno opredeljeni ali razširjeni na nacionalni ravni.

Program FRIENDS, ki ga je priznala SZO, je primer dobre prakse, vendar je njegov geografski in institucionalni doseg še vedno omejen. Poleg tega se Portugalska sooča z velikim razkorakom med mesti in podeželjem, pri čemer številna območja, ki niso deležna zadostnih storitev, nimajo dostopa do kakovostne športne infrastrukture ali storitev psihološke podpore. Šole pogosto ne vključujejo socialno-čustvene podpore v ure telesne vzgoje, športni programi pa ostajajo večinoma ločeni od zdravstvenih storitev.



Priporočila za reformo nacionalne politike - Slovenija

- Uvesti ETS kot priznan sestavni del nacionalnih strategij na področju športa in duševnega zdravja.
- Financiranje pilotnih programov v regijah z omejenimi možnostmi za zagotavljanje enakopravnega dostopa do vključujočih športnih dejavnosti, ki temeljijo na duševnem zdravju.
- Olajšati sodelovanje med občinami, šolami, športnimi klubi in strokovnjaki za duševno zdravje.
- Razvoj nacionalnih modulov usposabljanja za športne delavce, ki se osredotočajo na prvo psihološko pomoč in treniranje, občutljivo na travme.
- Vključitev ETS v obstoječe slovenske kampanje za opolnomočenje in dobro počutje mladih z usmerjenimi sporočili.

Politični konteksti in priporočila na nacionalni ravni

Slovenija

Slovenija predstavlja obetavne prakse s pobudami, kot je Šport za vse, ki spodbuja vključujoč, skupnostni dostop do športa. Država ima tudi nacionalni program za duševno zdravje (2018-2028), ki si prizadeva za decentralizacijo in izboljšanje izvajanja storitev. Vendar v teh okvirih ni izrecne povezave med športom in duševnim zdravjem. Kljub razširjeni udeležbi v športu ni uradnega usklajevanja med sektorjema športa in duševnega zdravja, psihološko usposabljanje za športne strokovnjake pa še ni standardizirano.

Čeprav javne politike podpirajo telesno dejavnost, mehanizmi financiranja pogosto dajejo prednost vrhunskemu in tekmovalnemu športu, športne pobude, usmerjene v duševno zdravje, pa so deležne minimalne strukturne podpore. Poleg tega se dostop do programov razlikuje po regijah, zaradi česar mladi na nekaterih podeželskih ali socialnoekonomsko ogroženih območjih ostajajo v ozadju.



Zaključek

Projekt HRIC predstavlja trajnostni model za reševanje dolgoročnih posledic COVID-19 za duševno zdravje mladih v Evropi. Z vključevanjem izobraževanja s športom v zdravstvene, izobraževalne in mladinske sisteme HRIC opolnomoča skupnosti za zagotavljanje strukturirane, vključujoče in transformativne podpore ranljivim mladim. Projekt uporablja ETS za reševanje postpandemičnih izzivov na področju duševnega zdravja mladih. Vključevanje ETS v politiko na ravni EU in nacionalni ravni lahko institucionalizira stroškovno učinkovit odziv na ravni skupnosti, ki spodbuja dolgoročno psihosocialno blaginjo in vključenost.

Politična priporočila, opisana v tem dokumentu, ponujajo praktične, razširljive rešitve za premostitev razkoraka med športnimi, zdravstvenimi in izobraževalnimi sistemi na lokalni ravni. Vsak predlog je utemeljen z raziskavami, projektnimi izkušnjami in spoznanji iz različnih držav, od vključitve ETS v strategije za mlade in zdravje do uvedbe pilotnih programov, usposabljanja strokovnjakov, zagotavljanja enakopravnega dostopa in vzpostavitve zanesljivih mehanizmov spremljanja. Ti ukrepi skupaj prispevajo k spremembi paradigme: od razdrobljenih, začasnih intervencij k sistemskim, vključujočim modelom podpore.

S sprejetjem teh priporočil lahko lokalne in regionalne oblasti zagotovijo, da imajo mladi, zlasti tisti, ki so jih prizadeli anksioznost, depresija in stres po pandemiji, dostop do varnih, spodbudnih in transformativnih poti za okrevanje in sodelovanje. HRIC predstavlja načrt za prihodnja politična prizadevanja, ki dajejo prednost odpornosti, vključevanju in inovacijam, osredotočenim na mlade, v evropskih skupnostih.



**Co-funded by
the European Union**

Izjava o omejitvi odgovornosti

Financira Evropska unija. Izražena stališča in mnenja so izključno mnenja avtorja(-ev) in ne odražajo nujno stališč in mnenj Evropske unije ali Izvajalske agencije za izobraževanje in kulturo (EACEA). Niti Evropska unija niti EACEA ne moreta biti odgovorna zanje.