

KAKO KOMUNICIRATI SA MLADIMA O DROGAMA

Jezik
poštovanja
i inkluzije?

Kako da komuniciraš
sa medijima?

Omladinski
radnici?

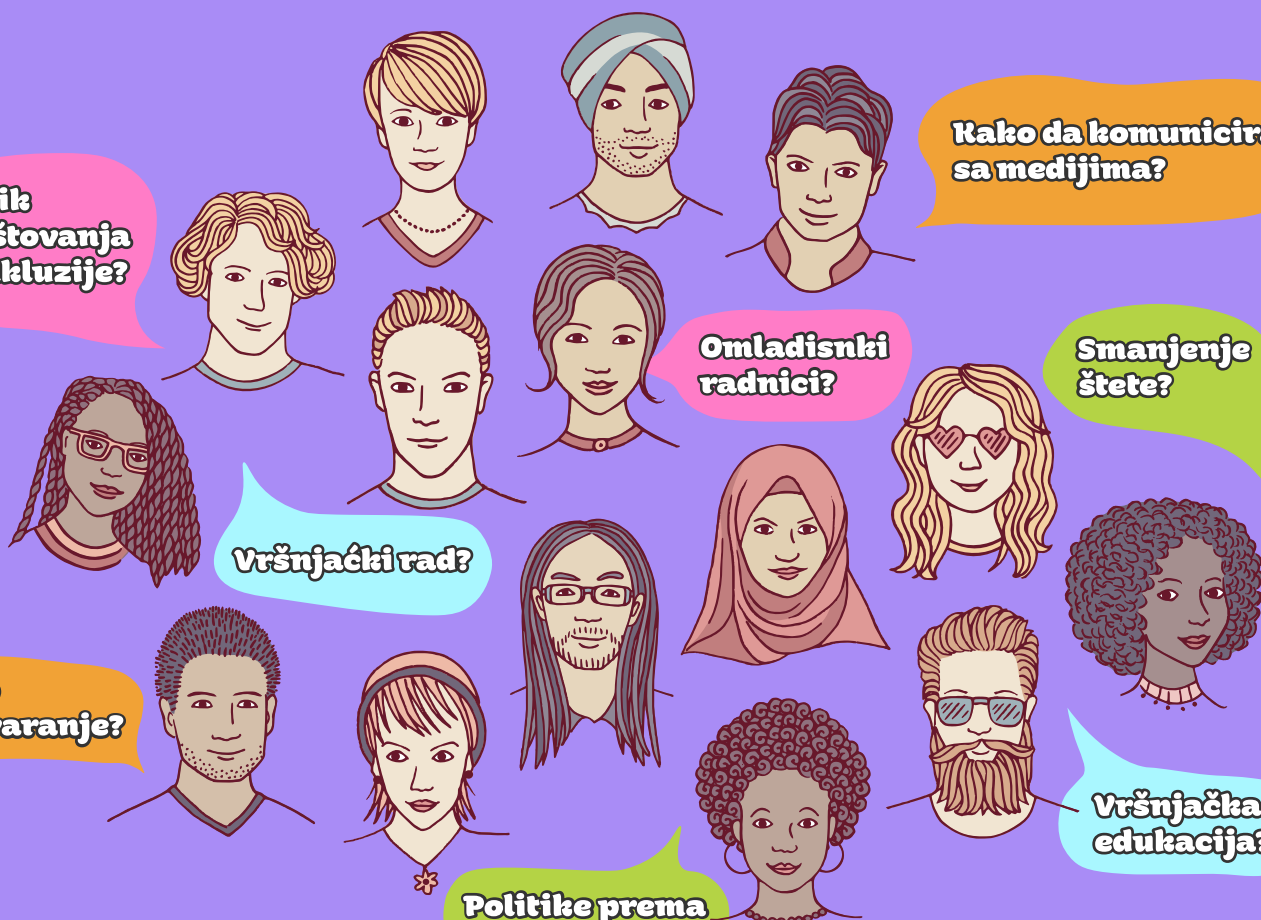
Smanjenje
štete?

Vršnjački rad?

Video
zagovaranje?

Politike prema
drogama?

Vršnjačka
edukacija?



Autori — Eliza Kurcevič, Iga Jeziorska, Irena Molnar, Istvan Gabor Takacs, Katarzyna Smukowska, Peter Sarosi, Roksana Karczewska.

Prevod — IAN Consulting.

Grafički dizajner — Kateryna Voloshyna.

Zahvalnice

Autori izražavaju zahvalnost projektnim partnerima: Eurasian Harm Reduction Association (EHRA); Youth Organisations for Drug Action in Europe (YODA); Rights Reporter Foundation (RRF); “Young Wave”; NGO “Re Generation”; Presumptive Cultural — and Youth Organisation (VAKU); Center for Humane Policy; “SMART” Foundation; kao i učesnicima na treninzima u okviru LET ME projekta na njihovom vremenu i vrednom doprinosu ovom priručniku.

Neophodno je navođenje izvora kada se ova publikacija koristi u celini ili delimično.

Preporučeno navođenje:

E. Kurcevič, I. Jeziorska, I. Molnar, I. Gabor Takacs, K. Smukowska, P. Sarosi, R. Karczewska Manual for youth and peer workers: how to communicate with young people about drugs. Vilnius, Lithuania; Eurasian Harm Reduction Association (EHRA), 2022.

<https://drugeducationyouth.org/manual-on-drug-education/>

Ova publikacija dostupna je na bugarskom, engleskom, mađarskom, poljskom i srpskom jeziku na:

<https://drugeducationyouth.org/>

Ovaj izveštaj je izrađen u okviru LET’s talk about drugs — new Methods of communication with youth — LET ME projekta, finansiranog od strane Evropske komisije (Erasmus+ program).

Napomena

Podrška Evropske komisije proizvodnji ove publikacije ne predstavlja nužno odobravanje sadržaja, koji odražava isključivo stavove autora publikacije, a Komisija i Nacionalna agencija (National Agency) ne mogu se držati odgovornima za bilo koju upotrebu kojom se mogu iskoristiti ovde sadržane informacije.

SAOPRAVA

Akronimi	6	POGLAVLJE 2	48	POGLAVLJE 3	68
Uvod	8	Omladinski rad i vršnjačka edukacija	48	Medijsko i video zagovaranje u radu sa mladima	68
POGLAVLJE 1	12	Vršnjački rad – Šta je to? Kako i kada je efikasan?	48	3.1 Kako da komunicirate sa medijima?	68
Politike prema drogama, smanjenje štete i prevencija	12	2.1 Teorijski okvir vršnjačkog rada	50	3.1.1 Uvod: Zašto je komuniciranje sa medijima neophodno	68
1.1 Politike prema drogama	13	2.2 Oblici vršnjačkih programa i teme koje može pokriti	52	3.1.2 Kako napraviti jake medijske poruke	69
1.2 Uvod u okvir kontrole droga	16	2.3 Ko je ko? Definicija omladinskog radnika. Vršnjačkog radnika i vršnjačkog edukatora	53	3.1.3 Zašto je izazov dostaviti poruku?	70
1.2.1 Međunarodni okvir za kontrolu droga	17	2.4 Formalna i nieformalna edukacija rówieśnicza	54	3.1.4 Šta čini da se medijske poruke zapamte?	71
1.2.2 Okvir za kontrolu droga evropske unije	20	2.5 Etičnost programa zasnovanih na vršnjačkom pristupu	54	3.1.5 Vrste medijskih poruka	73
1.2.3 Okvir za kontrolu droga na nacionalnom nivou	24	2.6 Planiranje vršnjačke edukacije	55	3.1.6 Slogani ili poruke	73
1.3 Smanjenje štete	27	2.6.1 Procena potreba	55	3.1.7 Šta je problem sa medijima?	73
1.3.1 Ciljevi smanjenja štete	28	2.6.2 Procena resursa	56	3.1.7.1 Rad sa medijima: 10 saveta za organizacije civilnog društva	74
1.3.2 Principi smanjenja štete	28	2.6.3 Formulacija programa vršnjačke edukacije	57	3.1.7.2 Davanje intervju-a: šta treba da znam?	76
1.3.3 Primeri intervencija u oblasti smanjenja štete i načina na koje se ono može implementirati u omladinski i vršnjački rad	29	2.6.4 Dizajn intervencije	58	3.1.7.3 Proaktivni alati medijske komunikacije	76
1.3.3.1 Rad na žirkama/u noćnom životu/vršnjačka edukacija (nightlife outreach/party working/peer education)	29	2.6.5 Menadžment i mobilizacija resursa	58	3.1.7.4 Televizijski/video intervjui: umetnost davanja dobrih zvučnih zapisa	78
1.3.3.2 Testiranje droga/tableta/drug checking (pill testing)	32	2.6.6 Implementacija i monitoring	58	3.1.7.5 Saveti za poboljšanje učinka na TV intervjui-ma	78
1.3.3.3 HIV/AIDS prevencija, nega i podrška	35	2.6.7 Finalna evaluacija	58	3.2 Video Zagovaranje	79
1.4 Prevencija	36	2.6.8 Diseminacija i unapredjenje	59	3.2.1 Uvod	79
1.4.1 Ciljevi prevencije	36	2.7 Razvoj veština	59	3.2.2 Šta je video zagovaranje?	79
1.4.2 Tipovi prevencije	36	2.7.1 Koje veštine su potrebne vršnjačkom radniku i vršnjačkom edukatoru?	59	3.2.3 Prednosti video zagovoaranja	80
1.4.2.1 Primarna, sekundarna i tercijarna prevencija	37	2.7.2 Re-grutacija i odabir vršnjačkih radnika i vršnjačkih edukatora	59	3.2.4 Slabosti Video zagovaranja	80
1.4.2.2 Univerzalna, selektivna i indikovana prevencija	38	2.7.3 Meke veštine (soft skills)	59	3.2.5 Primeri video zagovaranja	81
1.4.2.3 Prevencija u okruženju, razvojna i informativna prevencija	38	2.7.3.1 Integritet	59	3.2.5.1 Dokumentovanje	81
1.5 Razlika između edukacije o drogama i prevencije	39	2.7.3.2 Veštine komunikacije	60	3.2.5.2 Edukacija	84
1.6 Šta funkcioniše, a šta ne funkcioniše u edukaciji o drogama	40	2.7.3.3 Veštine za međuljudske odnose	61	3.2.5.3 Mobilizacija	84
1.7 Korišćenje neosuđujućeg i inkluzivnog jezika u komunikaciji sa mladima	44	2.7.3.4 Veštine rešavanje problema	61	3.2.6 Video formati	85
1.7.1 Vodeći principi za neosuđujuć jezik	44	2.7.4 Pravila i obaveze vršnjačkog radnika i vršnjačkog edukatora	62	3.2.7 Pre nego što izađeš da snimaš	85
1.7.2 Primeri neosuđujućeg i inkluzivnog jezika	45	2.8 Upućivanja i konsultacije	66	3.2.7.1 Oprema	86
		2.9 Briga o sebi (Self-Care)	67	3.2.7.2 Osnovni pojmovi u videografiji	88
				3.2.8 Komponovanje videa	89
				3.2.9 Držanje kamere i/ili telefona i kretanje sa njom	91
				3.2.10 Podešavanje kamere	91
				3.2.11 Postavljanje intervjua kao kamerman	93
				3.2.12 Raditi kao reporter	93
				3.2.13 Sigurnost i saglasnost, prikrivanje identiteta	94
				3.2.14 Nekoliko saveta za montažu	94

Akronimi

BBC	British Broadcasting Corporation
PNE	Pre Nove Ere
CND	Komisija za opojne droge
COVID	Coronavirus
DSLR	Digital Single Lens Reflex [kamera]
EHRA	Eurasian Harm Reduction Association
EHRN	Eurasian Harm Reduction Network
EMCDDA	European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction
EU	Evropska Unija
FPS	Frejm po sekundi
GC/MS	Gasna hromatografija/masena spektrometrija

HDD	Hard disk
HPLC	Hromatografija visokih performansi
IDPC	International Drug Policy Consortium
INPUD	International Network of People who Use Drugs
IQ	Koeficijent inteligencije
MILC	Kamera sa izmenjivim sočivima bez ogledala
NPS	Nove Psihoaktivne Supstance
RRF	Rights Reporter Fundacija
TLC	Hromatografija tankog sloja
UN	Ujedinjene Nacije
SZO	Svetska Zdravstvena Organizacija (World Health Organization)

Uvod

Postojeća edukacija o drogama na nivou Evrope ne odgovara u potpunosti potrebama mladih ljudi koji koriste droge. U školama, edukacija o drogama fokusirana je samo na preventivne pristupe, dok se u neformalnim okruženjima (uključujući omladinske organizacije i druge vanškolske aktivnosti) o temi droga gotovo nikad ne diskutuje zbog nedostatka ili niskog nivoa kompetencija omladinskih radnika u ovoj oblasti. Omladinske organizacije predstavljaju neotkrivenu nišu koja može postati prostor za bezbedne i otvorene diskusije o drogama sa mladima. Omladinske organizacije igraju ključnu ulogu ostvarivanju kontakta sa mladima i, važnije, u promovisanju inkluzivnosti, koja je veoma bitna kada je reč o mladima koji koriste/možda koriste droge. Inkluzivnost ne bi trebalo da podrazumeva samo uključivanje pojedinih grupa ljudi, već bi trebalo da podrazumeva i inkluziju i implementaciju različitih metoda rada u razgovoru sa mladima o različitim temama, uključujući droge. Omladinske organizacije mogu primenjivati strategije prevencije, ali pristup smanjenja štete ne bi trebalo da bude izostavljen, naročito ukoliko omladinske organizacije rade sa mladima koji koriste droge. Najvažnije, glasovi mladih ljudi koji koriste droge ne bi trebalo da budu izostavljeni — treba stvoriti bezbedan prostor gde mladi mogu da dignu glas i otvoreno govore i diskutuju o pitanjima povezanim sa upotrebom droga, kao i da im bude omogućeno da i sami učestvuju u edukaciji o drogama.

Omladinske organizacije igraju ključnu ulogu u dopiranju do mladih ljudi i, što je još važnije, u promovisanju inkluzivnosti, što je veoma važno kada se govori o mladim ljudima koji koriste/ možda koriste droge. Inkluzivnost ne treba da znači samo uključivanje određenih grupa ljudi, već treba da znači i uključivanje i primenu različitih metoda rada u razgovoru sa mladima o različitim temama,



uključujući drogu. Omladinske organizacije mogu primeniti strategije prevencije, ali pristup smanjenju štete ne bi trebalo da bude zaostao, posebno ako omladinske organizacije rade sa mladim ljudima koji koriste droge. Najvažnije je da se glasovi mladih ljudi koji koriste droge ne izostavljaju — treba stvoriti siguran prostor gde mladi mogu da dignu svoj glas i da otvoreno govore i razgovaraju o pitanjima vezanim za upotrebu droga, kao i da budu u mogućnosti da budu uključeni u drogu. sami obrazovanje.

Komunikaciju o drogama s mladim ljudima različiti akteri mogu različito shvatati. Najčešće tumačenje uključuje pružanje informacija o drogama, pripremu preventivnih akcija/aktivnosti ili edukaciju o drogama. Ova tri oblika imaju različite ciljeve i pristupe, ali im je tema zajednička — komunikacija o drogama sa mladima.

U ovom priručniku, fokus je na komunikaciji edukacije o drogama sa mladim ljudima i metodima koji funkcionišu kada ih primenjuju omladinski radnici i radnici koji se bave smanjenjem štete u neformalnim setinzima. Kao što je obrađeno u ovom priručniku, efikasni metodi i pristupi edukaciji o drogama trebalo bi da sadrže sledeće elemente:

1. Trebalo bi da je sprovodi osoba koja je prošla specijalni trening na temu upotrebe psihoaktivnih supstanci i ima lično iskustvo upotrebe supstanci;
2. Trebalo bi je sprovoditi na neosuđujuć način, zasnovanu na naučnim dokazima;
3. Trebalo bi je implementirati na interaktivan način, uz upotrebu zanimljivih, savremenih alata i platformi;
4. Trebalo bi stvoriti bezbednu sredinu (najbolje u malim grupama); i,
5. Trebalo bi je sprovoditi u formatu otvorenog i iskrenog dijaloga.

Kako koristiti ovaj priručnik

Ovaj priručnik se sastoji iz tri komplementarna dela:

POGLAVLJE 1

Politike prema drogama, smanjenje štete i prevencija upoznaje čitaoca sa osnovnim definicijama u polju droga. Pre pripreme bilo kakvih aktivnosti/ diskusija sa mladim ljudima na temu droga, omladinski radnici bi trebalo da imaju osnovno znanje o okviru kontrole droga, smanjenju štete i prevenciji. U ovom poglavlju dat je i pregled razlika između edukacije o drogama i prevencije upotrebe droga i objašnjeno je šta funkcioniše a šta ne funkcioniše u edukaciji o drogama. Poslednji deo ovog poglavlja fokusira se na upotrebu rečnika poštovanja i inkluzije — načina na koji komuniciramo sa mladima o drogama.

POGLAVLJE 2

Omladinski rad i vršnjačka edukacija opisuje značaj uključivanja omladinskih i vršnjačkih radnika u pružanje edukacije o drogama mladim ljudima. Fokusira se na pojam vršnjačkog rada i njegovu efikasnost i objašnjava razlike između omladinskog radnika, vršnjačkog radnika

i vršnjačkog edukatora. U ovom poglavlju se takođe daje pregled etičkih razmatranja u programima koji koriste pristup zasnovan na vršnjaštvu i korak-po-korak vodič za planiranje vršnjačke edukacije.

POGLAVLJE 3

Medijsko i video zagovaranje u radu s mladima pruža teorijsku i praktičnu osnovu za komunikaciju s medijima i kreiranje videa kako bi se dovelo do promene. Podrška, ili pomoć, mladim ljudima koji koriste droge ne znači samo direktno im pomagati deljenjem informacija ili drugih materijala ili pružiti im socijalnu/psihološku podršku; takođe znači osposobiti ih da prave video sadržaj o određenim pitanjima — koja vide kao bitna i žele da istaknu — o drogama. Ovo poglavlje opisuje kako kreirati snažne poruke za medije i kako raditi sa medijima (tj. kako dati intervju). Takođe, u ovom poglavlju su navedeni brojni primeri tipova videa, kako i koju opremu koristiti pri snimanju videa i dati su neki praktični saveti za sastavljanje videa.

**Poglavlje 1.
Politike prema drogama,
smanjenje štete i prevencija**

**Poglavlje 2.
Omladinski rad i
vršnjačka edukacija**

**Poglavlje 3.
Medijsko i video
zagovaranje u radu
s mladima**

Smanjenje štete

Smanjenje ponude

Politike prema drogama

Konvencije

Testiranje droga

Terenski rad u noćnom životu



POGLAVLJE 1

Politike prema drogama, smanjenje štete i prevencija

1.1 Politike prema drogama

“ Formalne ili neformalne politike koje imaju za cilj da utiču na ponudu droga, potražnju za drogama i/ii štetu izazvanu upotrebom droga i/ili tržišta droga. U praksi, termin ‘politike prema drogama’ najčešće se koristi da opiše zakone i prakse kojima se targetiraju kontrolisane droge (pre nego nekontrolisane ili farmaceutske droge).”¹

Pitanje politika prema drogama je kompleksno. Ipak, ukoliko poznaješ i razumeš njegove komponente, onda si napravio korak napred u svojim pripremama da započneš razgovor o drogama s omladinom. Prva komponenta je skup dokumenata i praksi. Bitno je razumeti da se reč ‘politika’ ne odnosi na jedan dokument. Obično je u pitanju skup pisanih dokumenata (poput pravnih akata) i nepisanih ali opšteterisanih ili korišćenih praksi u društvu. Takođe se može nazvati formalnim i neformalnim dokumentima i praksama. Svaka politika mora imati cilj, što nas dovodi do druge komponente definicije. Cilj pomaže da se postavi namera onoga što se očekuje da se postigne u okviru politike. Cilj politike prema drogama jeste da se preduzmu akcije da se smanji ponuda droga

¹ Međunarodni konzorcijum za politike prema drogama (IDPC), Evroazijska Mreža za smanjenje štete (EHRN) (2013). Priručnik za obuku o zagovaranju politike o drogama. London, Vilnius; IDPC, EHRN. <https://idpc.net/publications/2013/06/training-toolkit-on-drug-policy-advocacy>

i potražnja za drogama, kao i da se umanje rizici i štete povezani sa upotrebom droga. Ovo nas dovodi do tri sržna *polja politike* prema drogama, koja se mogu smatrati još jednim elementom definicije politike prema drogama:

1. SMANJENJE PONUDE

sastojiseizakcijakojimaseodgovaranaproizvodnju kontrolisanih droga i trgovinu njima. Na primer, u Evropskoj uniji (EU), smanjenje ponude droga uključuje sledeće strateške prioritete²: razbijanje grupa organizovanog kriminala koje su uključene u proizvodnju i trgovinu drogom; odstranjivanje prekursora za droge na EU granicama i poboljšana detekcija trgovine drogom; nošenje sa prodajom ilegalnih droga preko online platformi i poštanskih usluga; i uništavanje laboratorija za proizvodnju ilegalnih sintetičkih droga i suzbijanje ilegalne kulture droge.

2. SMANJENJE POTRAŽNJE

sastoji se iz akcija kojima se nastoji sprečiti da ljudi počnu da koriste droge i smanjiti problematična upotreba droge. Strategija za droge Evropske unije za period od 2021. do 2025. godine (EU Drugs Strategy 2021-2025)³ ima dva strateška prioriteta u ovoj oblasti: sprečavanje upotrebe droga i podizanje svesti o štetnim efektima droga; i obezbeđivanje kvalitetnog pristupa uslugama lečenja i nege. Prevencija će bliže biti razmotrena u Poglavlju 1.4.

3. SMANJENJE ŠTETE

sastoji se iz akcija usmerenih ka smanjivanju rizika i posledica povezanih sa upotrebom droga, ne nužno uz smanjenje same upotrebe droga. Na nivou Evropske unije, ono uključuje intervencije za smanjenje rizika i štete⁴, poput prevencije i lečenja krvno prenosivih infektivnih bolesti, naročito HIV-a i hepatitisa C; i prevencije predoziranja pomoću upotrebe opioidnog antagoniste po imenu nalokson, uključujući nalokson programe koji se mogu poneti kući. Ova strategija se takođe fokusira na zdravstvene i socijalne potrebe ljudi koji koriste droge i koji su u zatvoru. Smanjenje štete će biti bliže razmotreno u Poglavlju 1.3.

Još jedna komponenta ‘politika prema drogama’ jeste meta politike, koju nesumnjivo predstavljaju droge. Sama reč ‘droga’ može biti varljiva jer uključuje i ilegalne i legalne droge. U ovom priručniku, mi ćemo mahom discuss diskutovati o tome kako razgovarati sa mladim ljudima o kontrolisanim/ilegalnim drogama. Kontrolisane droge su psihoaktivne supstance koje su stavljene pod kontrolu tri konvencije Ujedinjenih Nacija — iz 1961, 1971. I 1988. godine (United Nations (UN) Conventions of 1961, 1971 and 1988.

Komponente koje definišu „politiku o drogama“

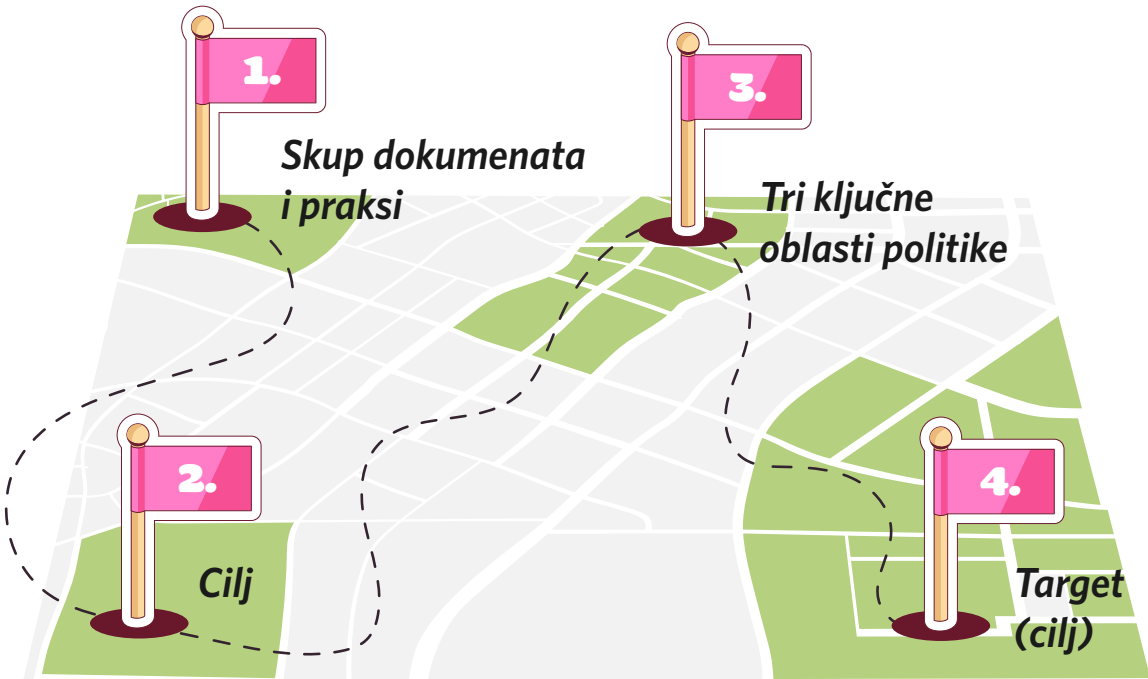
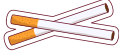


Tabela 1. Primeri kontrolisanih i nekontrolisanih droga

KONTROLISANE / ILEGALNE DROGE		NEKONTROLISANE / LEGALNE DROGE	
	KANABIS		KOFEIN
	KOKAIN		ALKOHOL
	EKSTAZI		NIKOTIN
	OPIOIDI		LEKOVI KOJI SE (NE) DOBIJAJU NA RECEPT KOJI BIVAJU ZLOUPOTREBLJENI

² Savet Evropske Unije (EU) (2020). Strategija za droge EU 2021-25. Brisel; Generalni sekretarijat Saveta Evropske unije. https://www.emcdda.europa.eu/drugs-library/council-eu-2020-eu-drugs-strategy-2021-25_en

³ EU 2020, isto.

⁴ EU 2020, Op.cit.



1.2. Uvod u okvir kontrole droga

Politike prema drogama su deo nacionalnih, regionalnih i međunarodnih okvira. Osnovno razumevanje ovih sistema će ti pomoći ne samo da stekneš neka znanja, već i da shvatiš kako se on menjao kroz vekove i kako utiče na živote ljudi koji koriste droge, uključujući mlade ljude koji koriste droge.

Hiljadama godina, droge su korišćene u duhovne i lekovite svrhe. Primeri uključuju upotrebu kanabisa kod Skita od 5. do 2. Veka pre naše ere (p.n.e)⁵; upotrebu pečurke Amanita muscaria u Sibiru⁶, koja datira do pre 6000 godina takes us back to 6,000 years ago; upotrebu biljke ajahuaska (Ayahuasca) u Amazoniji⁷; upotrebu žabljeg otrova kod meksičkih šamana Mexican shamans used toad venom; i upotrebu peyote (Peyote) kaktusa kod severnoameričkih Indijanaca⁸. Ovo je samo

nekoliko primera koji pokazuju da upotreba droga ne predstavlja novu aktivnost. Neki od primera datiraju čak do pre nove ere.

Ove prakse koje su postojale hiljadama godina počele su da se menjaju i dospele pod kontrolu pre nešto više od 100 godina, kada su države počele da shvataju da droge nisu samo unutrašnji problem već takođe prelaze granice. Prvi napor da se diskutuje o kontroli droga načinjen je 1909. godine u Šangaju, gde se okupila Međunarodna komisija za opijum (International Opium Commission), koja se sastojala od 12 zemalja, kako bi se pozabavila pitanjima kontrole nad trgovinom opijuma, koja čak nisu ni uključivala zdravstvene brige; ticala su se isključivo ekonomske i političke svrhe.

Nekoliko godina kasnije, 1912. godine, iste države su se sastale u Hagu u Holandiji, gde je te godine usvojena Međunarodna konvencija o opijumu (International Opium Convention)⁹. Iako je ova Konvencija bila više normativne prirode, postavila je temelje Konvencijama za kontrolu droga koje se koriste danas.

5 Butrica JL. (2002) Medicinska upotreba kanabisa kod Grka i Rimljana. Journal of Cannabis Therapeutics, 2:2, 51-70, DOI: 10.1300/J175v02n02_04.

6 Nyberg H. (1992) Religijska upotreba halucinogenih gljiva: Poređenje između sibirske i mezoameričke kulture. Karstenia 32:71---80. <https://www.funga.fi/Karstenia/Karstenia%2032-2%201992-4.pdf>

7 Brandenburg WE. (2019) Biljna medicina, ajavaska i domorodačka kultura u južnom peruanskom Amazonu. Wander Medicine. <https://www.wandermedicine.com/post/plant-medicine-ayahuasca-and-indigenous-culture-in-the-southern-peruvian-amazon>

8 Carod-Artal FJ. Halucinogeni lekovi u prekolumbijskim mezoameričkim kulturama. Neurología (Engleska verzija), Vol. 30, Izdanje 1, 2015, str. 42-49. <https://doi.org/10.1016/j.nrleng.2011.07.010>

9 Međunarodna konvencija o opijumu. The Hague, 23 January 1912. https://treaties.un.org/pages/ViewDetails.aspx?src=TREATY&mtdsg_no=VI_2&chapter=6&Temp=mtdsg4&clang=_en



1.2.1. Međunarodni okvir za kontrolu droga

Danas, međunarodni sistem kontrole droga se sastoji od tri Konvencije Ujedinjenih Nacija o kontroli droga (UN drug control Conventions):

1. Jedinstvena konvencija UN o opojnim drogama (1961)¹⁰;
2. Konvencija UN o psihotropnim supstancama (1971)¹¹; i,
3. Konvencija UN protiv nedozvoljenog prometa opojnih droga i psihotropnih supstanci (1988)¹².

Svrha ovih Konvencija jeste da se osigura da kontrolisane droge budu dostupne isključivo u naučne i medicinske svrhe. Ugovorima/sporazumima se takođe ustanovljava prohibicioni pristup proizvodnji i ponudi kontrolisanih supstanci. Svaka

Konvencija sadrži tabele, odnosno spiskove, kontrolisanih supstanci koje su klasifikovane prema njihovoj percipiranoj terapijskoj vrednosti i tome u kojoj su meri opasne. Odluku o tome kojoj tabeli ili spisku dodati određenu supstancu donosi Svetska zdravstvena organizacija (World Health Organization, WHO). Paradoksalno, mnoge supstance koje se nalaze na spisku iz Jedinstvene Konvencije iz 1961. godine nisu podvrgnute pravilnim procedurama Svetske zdravstvene organizacije i dodeljene su listama najopasnijih supstanci. Na primer, kanabis je dodat u Tabele I i IV: Tabela I sadrži najdiktivnije i najštetnije supstance, a Tabela IV sadrži najopasnije supstance koje imaju vrlo ograničenu medicinsku ili terapijsku vrednost. Srećom, nekoliko inicijativa je pokrenuto u Ujedinjenim Nacijama i 2020. godine kanabis je uklonjen iz Tabele IV Jedinstvene Konvencije iz 1961. godine¹³. To znači da će od sada kanabis biti prepoznat kao supstanca koja ima medicinskog i terapijskog potencijala; ipak, on ostaje kontrolisan kad je reč o bilo kojoj drugoj svrsi.

10 Ujedinjene nacije. Jedinstvena konvencija o opojnim drogama, 1961, sa izmenama i dopunama Protokola o izmenama i dopunama Jedinstvene konvencije o opojnim drogama, 1961.. New York, NY; Ujedinjene Nacije, 8 Avgust 1975. https://treaties.un.org/Pages/ViewDetails.aspx?src=IND&mtdsg_no=VI-18&chapter=6&clang=_en

11 Ujedinjene nacije. Konvencija o psihotropnim supstancama. Beč; Ujedinjene nacije, 16. avgust 1976. https://treaties.un.org/Pages/ViewDetails.aspx?src=TREATY&mtdsg_no=VI-16&chapter=6

12 Ujedinjene nacije. Konvencija Ujedinjenih nacija protiv nezakonitog prometa opojnih droga i psihotropnih supstanci. Beč; Ujedinjene nacije, 11. novembar 1990. https://treaties.un.org/Pages/ViewDetails.aspx?src=IND&mtdsg_no=VI-19&chapter=6&clang=_en

13 Colli M. Ujedinjene nacije uklanjaju kanabis sa liste IV kategorije. Cranburi, NJ; Nauka i tehnologija kanabisa, 3. Decembar 2020. <https://www.cannabissciencetech.com/view/united-nations-removes-cannabis-from-schedule-iv-category>

Tabela 2. Sažeto poređenje Konvencija

	Jedinstvena konvencija o opojnim drogama iz 1961	Konvencija o psihotropnim supstancama iz 1971	Konvencija protiv nezakonitog prometa opojnih droga i psihotropnih supstanci iz 1988.
Glavni cilj	Uspostavila strog univerzalni sistem za ograničavanje kultivacije, proizvodnje, distribucije, trgovine ili upotrebe opojnih supstanci na isključivo medicinske i naučne svrhe, uz posebnu pažnju supstancama dobijenim iz biljaka: opijum/heroin, koka/ kokain i kanabis.	Proširila univerzalni sistem i uvela kontrolu nad stotinom sintetičkih psihotropnih supstanci, poput amfetamina, barbiturata, benzodiazepina i psihodelika. Ipak, sistem kontrole u ovom Sporazumu je mnogo slabiji u poređenju sa onim koji je nametnut drogama na biljnoj bazi Konvencijom iz 1961. godine.	Uspostavila posebne mere izvršenja usmerene na smanjenje nedozvoljene kultivacije, proizvodnju i trgovinu drogama i preusmeravanje hemijskih prekursora. <u>Ovaj Sporazum predviđa najoštrije kazne od ove tri Konvencije</u> jer u značajnoj meri jača obavezu zemalja da primenjuju domaće krivične sankcije u borbi protiv svih aspekata nedozvoljene proizvodnje, posedovanja i trgovine drogom.
Tabele / liste	Stvorene su četiri tabele/ liste kontrolisanih supstanci: I. Supstance sa svojstvima zavisnosti, kod kojih postoji ozbiljan rizik od zloupotrebe; II. Supstance koje se obično koriste u medicinske svrhe i kod kojih je rizik od zloupotrebe najmanji; III. Preparati supstanci navedenih u Tabeli II, kao i preparati kokaina; IV. Najopasnije supstance, već navedene u Tabeli I, koje su naročito štetne i čija je medicinska ili terapijska vrednost izuzetno ograničena.	Stvorene su četiri tabele/ liste kontrolisanih supstanci: I. Supstance kod kojih postoji visok rizik od zloupotrebe, koje predstavljaju naročito ozbiljnu pretnju po javno zdravlje i čija je terapijska vrednost veoma niska ili nepostojeća; II. Supstance kod kojih postoji rizik od zloupotrebe, koje predstavljaju ozbiljnu pretnju po javno zdravlje i čija je terapijska vrednost niska ili umerena; III. Supstance kod kojih postoji rizik od zloupotrebe, koje predstavljaju ozbiljnu pretnju po javno zdravlje i čija je terapijska vrednost umerena ili visoka;	Ovaj Sporazum sadrži 2 kategorije za kontrolu supstanci koje su prekursori nedozvoljenih droga: <i>Tabela I.</i> Hemikalije prekursori za proizvodnju kontrolisanih supstanci (od suštinskog značaja za proizvodnju); i, <i>Tabela II.</i> Hemikalije prekursori za proizvodnju kontrolisanih supstanci (manje bitne za proizvodnju).

	Jedinstvena konvencija o opojnim drogama iz 1961	Konvencija o psihotropnim supstancama iz 1971	Konvencija protiv nezakonitog prometa opojnih droga i psihotropnih supstanci iz 1988.
Wykazy / listy		IV. Najopasnije supstance, već navedene u Tabeli I, koje su naročito štetne i čija je medicinska ili terapijska vrednost izuzetno ograničena.	
Primeri supstanci koje kontrolišu Konvencija	Kanabis, kokain, heroin, morfijum, opijum, kodein.	LSD, MDMA (ekstazi), psilocibin, meskalin, amfetamini, barbiturati, lekovi za smirenje.	Efedrin, lizerginska kiselina, aceton, hlorovodonična kiselina.

Termin „ilegalna droga“ ili „nedozvoljena droga“, koji se obično koristi u našim razgovorima, ne koristi se ni u jednoj konvenciji UN. Umesto toga, koristi se termin „kontrolisane droge“ jer same supstance nisu zabranjene Konvencijama, već se njihova proizvodnja i promet stavljaju pod različite nivoe kontrole (u zavisnosti od odgovarajućeg Rasporeda / liste na kojima je ta supstanca).

!!! Konvencije Ujedinjenih Nacija ne obavezuju države da izriču bilo kakve kazne (krivične ili administrativne) za upotrebu droga.

Komentar na Konvenciju iz 1988. godine¹⁴ u vezi sa Članom 3 Konvencije o “Prestupima i kaznama” navodi:

„Biće zabeleženo da, kao i u Konvencijama iz 1961. i 1971. godine, stav 2 ne zahteva da se konzumacija droge kao takva utvrdi kao kažnjivo delo“.

Konvencija iz 1988. godine predviđa da država članica treba da smatra **posedovanje za ličnu upotrebu** krivičnim delom, ali čak i tako, ova odredba je “podložna njenim ustavnim principima i osnovnim konceptima njenog pravnog sistema”.

14 Ujedinjene nacije (1998). Komentar Konvencije Ujedinjenih nacija protiv nezakonitog prometa opojnih droga i psihotropnih supstanci 1988. Nev lork, NI; Ujedinjene nacije.
https://www.unodc.org/documents/treaties/organized_crime/Drug%20Convention/Commentary_on_the_united_nations_convention_1988_E.pdf

1.2.2. Okvir za kontrolu droga Evropske Unije



Zakonodavstvo o drogama kako je ustanovljeno u svakoj zemlji Evropske unije zasnovano je, pre svega, na međunarodnim ugovorima (Konvencijama Ujedinjenih nacija). Ipak, države članice Evropske unije su u obavezi da usklade svoje nacionalne dokumente sa Propisima i strategijom za droge Evropske unije.

Nekoliko Propisa na nivou Evropske unije kojih treba biti svestan uključuje:

- Uredba (EK) o prekursorima droga (br. 273/2004)¹⁵. Ovaj Propis utvrđuje jedinstvene mere za kontrolu i nadzor nad određenim supstancama koje se koriste za izradu prekursora za droge. Cilj je da se spreči preusmeravanje takvih supstanci.
- Uredba (EK) kojom se utvrđuju pravila za praćenje trgovine prekursorima droga između Unije i trećih zemalja (br. 111/2005.)¹⁶. Ovaj Propis postavlja pravila za nadzor nad trgovinom između Unije i ostalih zemalja za određene supstance koje se koriste za proizvodnju prekursora droga u svrhu sprečavanja preusmeravanja takvih supstanci. On reguliše aktivnosti uvoza i izvoza.

¹⁵ Službeni list Evropske unije (2004). Uredba (EK) br. 273/2004 Evropskog parlamenta i Saveta od 11. februara 2004. o prekursorima (tekst od značaja za EEA). Luksemburg; Kancelarija za publikacije Evropske unije. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/ALL/?uri=CELEX%3A32004R0273>

¹⁶ Službeni list Evropske unije (2005). Uredba Saveta (EK) br. 111/2005 od 22. decembra 2004. o utvrđivanju pravila za praćenje trgovine prekursorima između Zajednice i trećih zemalja. Luksemburg; Kancelarija za publikacije Evropske unije. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX%3A32005R0111>

- Uredba (EU) o izmenama i dopunama Uredbe (EK) br. 1920/2006 u pogledu razmene informacija o novim psihoaktivnim supstancama, sistema ranog upozoravanja i procene rizika (br. 2017/2101)¹⁷. On postavlja procedure za brzu detekciju, procenu i odgovor na zdravstvene i društvene pretnje izazvane novim psihoaktivnim supstancama (NPS).

Na kraju 2020. godine, Evropska komisija usvojila je Agendu i Akcioni plan za droge Evropske unije od 2021. do 2025. godine (EU Agenda and Akcioni Plan za Droge 2021-2025)¹⁸. Ovaj dokument postavlja prioritete Evropske unije u politikama prema drogama za period od 2021. do 2025. godine. Strategija ima četiri cilja:

- zaštitu i poboljšanje blagostanja društva i pojedinca;
- zaštitu i promociju javnog zdravlja;
- pružanje visokog nivoa bezbednosti i blagostanja za širu javnost; i,
- povećanje zdravstvene pismenosti.

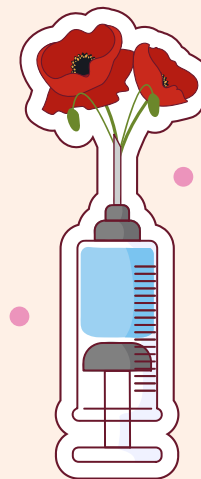
To je dokument koji služi za usmeravanje, na osnovu kog zemlje mogu razviti svoje nacionalne

¹⁷ Službeni list Evropske unije (2017). Uredba (EU) 2017/2101 Evropskog parlamenta i Saveta od 15. novembra 2017. o izmenama i dopunama Uredbe (EZ) br. 1920/2006 u vezi sa razmjenom informacija o novim psihoaktivnim supstancama i sistemom ranog upozoravanja i procenom rizika. Luksemburg; Kancelarija za publikacije Evropske unije. <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/?uri=CELEX%3A32017R2101>

¹⁸ Savet EU (2020). Strategija EU za droge 2021-25. Brisel; Generalni sekretariat Saveta EU. https://www.emcdda.europa.eu/drugs-library/council-eu-2020-eu-drugs-strategy-2021-25_en

strategije i politike prema drogama. Kako je već pomenuto u poglavlju o definiciji politike prema drogama, postoje tri oblasti politika koje su pokrivene u Strategiji:

1. **SMANJENJE PONUDE DROGA** — uglavnom usmereno na osiguravanje bezbednosti;
2. **SMANJENJE POTRAŽNJE ZA DROGAMA** — pokriva usluge prevencije, lečenja i nege; i,
3. **SMANJENJE ŠTETE** — usmereno na promociju intervencija smanjenja štete za ljude koji koriste droge.



Strategija pokriva i tri unakrsne teme:

1. Međunarodnu saradnju;
2. Istraživanje, inovaciju i predviđanje; i,
3. Koordinaciju, upravljanje i implementaciju.

Kao omladinski radnik i/ili vršnjački edukator, mogao bi da doprineseš drugoj i trećoj oblasti politike jer su one povezane uglavnom sa tvojim radom u oblasti droga. Obe teme — prevencija i smanjenje štete — biće detaljnije razmotrene u narednim poglavljima ovog priručnika. Ipak, pre nego što zađemo dublje u ove teme, želeli bismo da predstavimo viziju i vrednosti Evropske unije pri implementaciji ovih politika. To ti može pomoći u razumevanju

tvog doprinosa edukaciji o drogama i akcijama koje možeš preduzeti da podržiš razvoj efikasne edukacije o drogama.

Druga oblast politika prema drogama jeste smanjenje potražnje za drogom, koja se sastoji od prevencije (ekološka, univerzalne, selektivne i indikovane); rane detekcije i intervencije; savetovanja, lečenja, rehabilitacije, socijalne reintegracije i oporavka. Sve ove mere imaju za cilj da odlože uzrast početka upotrebe droga i da spreče i smanje problematičnu upotrebu droga, kao i da pruže usluge lečenja zavisnosti od droga, oporavka i socijalne reintegracije.

Treća oblast politika jeste smanjenje štete, koje se fokusira na pristupe koji sprečavaju i umanjuju moguće zdravstvene i socijalne rizike za ljude koji koriste droge, društvo i u zatvorskim okruženjima; poseban naglasak je stavljen na zatvorsku populaciju i njihove potreb.

KAKO MO ĆETE DOPRINETI OVOME?**KAKO MO ĆETE DOPRINETI OVOME?**

1. Edukovati i razgovarati sa mladima o javnom zdravlju.
2. Promovisati životne veštine za postizanje dobrog zdravlja i blagostanja.
3. Povezati se sa mladima do kojih je teško doći tako što će početi da koriste inovativne digitalne platforme ili, drugim rečima, raditi na umrežavanju".
4. Stvoriti grupu iskusnih i pouzdanih vršnjaka koji mogu da dopru do mladih ljudi i izgrade pozitivne odnose.

5. Graditi partnerstva i blisko sarađivati sa drugim organizacijama koje imaju pristup mladima (druge omladinske organizacije i službe, studentski savezi, itd.).
6. Ako je potrebno, upućivati mlade ljude na dobrovoljnoj osnovi na usluge zasnovane na dokazima, koje su osetljive prema mladima i koje takođe mogu da odgovore na specifične potrebe i podrže pojedince kroz sve procese; i.
7. Organizovati događaje zajedno sa mladima za borbu protiv stigme i diskriminacije zbog upotrebe droga, mentalnog zdravlja, seksualnosti i drugih tema koje pogađaju mlade.

1. Da obučite svoje kolege o uslugama smanjenja štete zasnovane na dokazima.
2. Ako niste organizacija za pružanje usluga za smanjenje štete, razmislite o razvoju bezbednog prostora za mlade ljude gde mogu da razgovaraju sa vama o seksualno prenosivim i krvlju prenosivim infekcijama (STBBI) i drugim zdravstvenim pitanjima i pronađite informativne letke o tome gde mogu da pristupe testiranju na HIV i drugim uslugama za smanjenje štete. Obezbedite besplatnu vodu, vitamine i grickalice kako biste privukli ljude da ostanu i razgovaraju!
3. Ako ste organizacija koja pruža usluge smanjenja štete, pregledajte svoje aktivnosti ili usluge i prilagodite ih potrebama mladih ljudi koji koriste droge. Otvoriti poseban objekat samo za mlade koji se drogiraju. Uključite vršnjačke radnike i edukatore iz zajednice mladih ljudi koji koriste drogu da organizuju svoje aktivnosti i usluge. Ako takve akcije nisu moguće, prilagodite svoj trenutni objekat za mlade tako što ćete dodeliti posebnu prostoriju/prostor za mlade ili prilagoditi svoje radno vreme tako da imate određeno vreme za mlade da posećuju vaše usluge.

4. Napravite grupu vršnjaka, od mladih ljudi, koji koriste/koristili vaše usluge i sa kojima gradite dobar odnos. Uključivanje vršnjaka je ključ za uspešne programe!
5. Mladi ljudi imaju tendenciju da koriste drogu na različite načine. Važno je imati drugačiju bezbedniju opremu za upotrebu droga (igle i špricevi, kompleti za bezbednije ušmrkavanje, želatinske/veganske kapsule, kompleti za hvatanje plijena, itd.).
6. Ako radite u omladinskoj organizaciji koja ne pruža usluge smanjenja štete, počnite da sarađujete sa lokalnom organizacijom i pridružite im se u pružanju savetovanja i usluga na muzičkim festivalima, zabavama i noćnim klubovima.
7. Obučite sebe i mlade o prevenciji predoziranja. Mladi ljudi češće se predoziraju u poređenju sa starijim ljudima. Ako je nalokson (opioidni antagonist) dostupan u vašoj zemlji, zamolite lokalne pružaoce zdravstvenih usluga da organizuju obuku o tome kako da daju nalokson i kako da pruže prvu pomoć.
8. Ako neko od vaših mladih ljudi pod starateljstvom ima problema sa sprovođenjem zakona, pokušajte da posređujete u sukobu i podržite tu osobu. Uverite se da imate najmanje 2 kontakta prijateljskih advokata koji mogu da pomognu mladima u ozbiljnijim slučajevima.

1.2.3. Okvir za kontrolu droga na nacionalnom nivou

Tokom decenija, donosioci odluka su verovali — a neki još uvek veruju — da je jedini način nošenja sa svetskim problemom droge implementacija politika poznatih kao ‘rat protiv droge’, što je termin koji je sedamdesetih godina 20. veka uveo predsednik SAD Nikson i koji se odnosio na represivne, kaznene politike prema drogama i pristup upotrebi droga “nulte tolerancije”. Sada je opšte prihvaćeno da je ovaj pristup doživeo neuspeh. Stoga, neke zemlje su usvojile pristup orijentisan na ljudska prava i zasnovan na dokazima pri razvijanju odgovora na probleme povezane s drogama, dok neke zemlje još uvek primenjuju nesrazmerne kazne za prekršioce niskog stepena, time kršeći ljudska prava ljudi koji koriste droge.

Međunarodni sporazumi i propisi služe kao smernice na osnovu kojih svaka zemlja ima pravo da razvije sopstvene nacionalne politike prema drogama. Svakako, nacionalne politike prema drogama

ne bi trebalo da budu u suprotnosti sa međunarodnim pravom, ali zemlje mogu napraviti određene izuzetke kad je reč o nekim odredbama ovih međunarodnih dokumenata.

Pri radu sa mladim ljudima, neophodno je razumeti u kojoj političkoj sredini živiš i s kojim posledicama možeš biti suočen. Dato je nekoliko primera politika regulacije supstanci primenjenih na nacionalnom nivou prikazanih u Slici 1. Svaki od ovih primera ima različite efekte i uticaj na živote ljudi koji koriste droge. Štaviše, postojeće politike prema drogama u zemlji obično mogu da objasne kakve informacije/kakva edukacija o drogama može biti pružena mladim ljudima i šta nije prihvatljivo. Zato je jako bitno razumeti i evaluirati sopstvenu situaciju. Ispod je razmotreno nekoliko glavnih primera postojećih pristupa regulisanju supstanci u svetu.

PROHIBICIJA ili KRIMINALIZACIJA

Ova politika usmerena je na kažnjavanje ljudi koji koriste/poseduju droge (ili vrše bilo koji drugi čin povezan sa njima) nametanjem kazni, poput

ograničavanja slobode, hapšenja, novčanih kazni, društvenokorisnog rada, lišavanja slobode ili čak smrtne kazne. Ove politike su podržane u 20. Veku potpisivanjem tri Kovencije o kontroli droga Ujedinjenih nacija. Verovalo se da se tržište droga može iskoreniti. Ipak, 60 godina dokaza²⁰ pokazuje da su takve politike dovele do brojnih negativnih i neželjenih posledica za ljude koji koriste droge, njihove porodice i širu javnost. Negativni efekti uključuju, ali nisu ograničeni na, kršenje ljudskih prava (smrtna kazna, vanskodna ubistva, mučenje, nehumani programi lečenja od zavisnosti od droge, policijska brutalnost); krize javnog zdravlja (HIV/AIDS epidemija); prenatrpanost zatvora; krivične dosjee; rasne i etničke nejednakosti u sistemu krivičnog pravosuđa; stigmu i diskriminaciju. Politike prohibicije ne kažnjavaju samo korisnike, već i dovode do rasta cena droge, što znači da je ljudima koji koriste droge potrebno više novca i moguće je da će se upustiti u seksualni rad ili krađu kako bi kupili drogu. Štaviše, ovi zakoni ne ostavljaju ljudima koji koriste droge nijedan izbor osim da kupe drogu na ilegalnom tržištu, što može biti veoma opasno (nikom nisu poznati kvalitet i snaga supstanci) i može rezultirati predoziranjem. Poslednja decenija je pokazala da je nestanak ‘tradicionalnih droga’ otvorio prostor za pojavu novih psihoaktivnih supstanci koje su vrlo potentne i opasne. Takve politike takođe stvaraju nepovoljno okruženje za pružaoce usluga smanjenja štete i njihovo nastojanje da dopru do ljudi koji koriste droge jer je ljude strah da koriste takve usluge. Ponekad nije čak ni dozvoljen takav pristup kojim se mladim ljudima pružaju podaci o smanjenju štete zasnovani na dokazima jer nacionalni zakoni tumače takve akcije kao “propagandu u korist droge”. Iz perspektive šire javnosti, jedan od najštetnijih efekata takvih zakona o drogama jeste da umesto da se fokusiraju na ulaganje novca poreskih obveznika u poboljšanje zdravlja i blagostanja ljudi koji koriste droge, taj novac biva trošen na sprovođenje

zakona o drogama, prenatrpan zatvorski sistem i stigmatizaciju ljudi koji koriste droge. Kao što se može videti, represivne i prohibicione politike prema drogama mogu prouzrokovati više štete nego same droge.

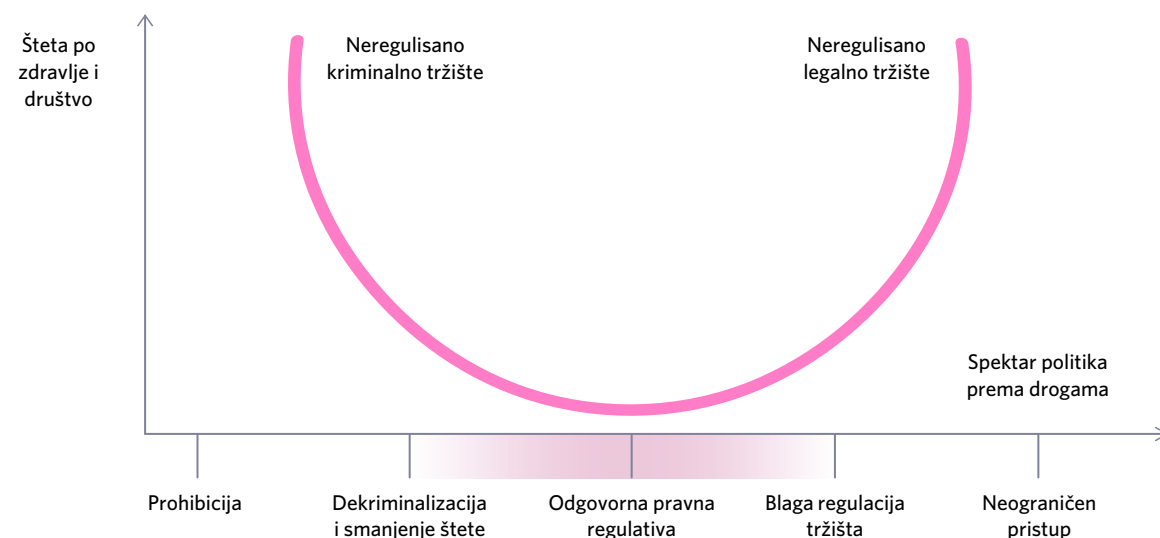
Upotreba i/ili posedovanje droga su kriminalizovani u brojnim evropskim zemljama, poput **Bugarske, Mađarske, Litvanije i Srbije**.

DEKRIMINALIZACIJA

Dekriminalizacija droga je ukidanje krivičnih kazni za upotrebu i posedovanje droga (u nekim slučajevima za prodaju na niskom nivou), kao i ukidanje krivičnih kazni za posedovanje opreme za upotrebu droga (tj. špriceva). U ovom slučaju, supstance nisu tretirane kao krivični problem, već zdravstveni i društveni. Ovim pristupom smanjuje se broj uhapšenih i zatvorenih lica, kao i ljudi sa krivičnim dosijeom. On povećava isplativost preusmeravanjem finansiranja iz sprovođenja zakona u javno zdravlje. Kako je dekriminalizacija pristup koji podržava osnaživanje javnog zdravlja, ona stvara povoljnu klimu da ljudi koji koriste droge potraže lečenje i otklanja prepreke pružanju usluga smanjenja štete, uključujući usluge poput testiranja droga, odnosno tableta (drug checking/pill testing). Dekriminalizacija takođe pomaže da se ublaže rasne i etničke nejednakosti u sistemu krivičnog pravosuđa.

Jedan broj zemalja je odlučio da ukinе kazne za upotrebu i posedovanje bez namere prodaje. **Portugal** je 2001. godine ukinuo krivične kazne za skladištenje svih vrst droga za ličnu konzumaciju²¹ i usmerio svoje politike prema drogama ka zdravstvu, uz značajno proširenje smanjenja štete i pristupa lečenju. **Češka** je 2009. godine ukinula krivične kazne za posedovanje droga za ličnu upotrebu²² nakon što je istraživanje pokazalo da su kazneni pristupi neučinkoviti. Ponekad se dekriminalizacija primenjuje i na distribuciju droga.

Slika 1. Pristupi regulisanju supstanci¹⁹



19 Globalna komisija za politiku o drogama (2018). Regulacija. Odgovorna kontrola droga. Ženeva; Globalna komisija za politiku droga.
http://www.globalcommissionondrugs.org/wp-content/uploads/2018/09/ENG-2018_Regulation_Report_WEB-FINAL.pdf

20 Globalna komisija za politiku o drogama (2016). Unapređenje reforme politike droga: novi pristup dekriminalizaciji. Izveštaj za 2016. Ženeva; Globalna komisija za politiku droga.
<http://www.globalcommissionondrugs.org/wp-content/uploads/2016/11/GCDP-Report-2016-ENGLISH.pdf>

21 Hetzer H (2019). Dekriminalizacija droga u Portugalu. Učenje iz pristupa usredsređenog na zdravlje i čoveka. Njujork, Njujork; Alijansa za politiku droga.
https://drugpolicy.org/sites/default/files/dpa-drug-decriminalization-portugal-health-human-centered-approach_0.pdf

22 Evroazijsko udruženje za smanjenje štete (2018). Najbolja praksa Češke u reformi politike o drogama. Vilnius; Evroazijsko udruženje za smanjenje štete.
https://harmreductioneurasia.org/wp-content/uploads/2018/11/Czech_twe.pdf

Na primer, u **Holandiji**, upotreba, posedovanje i prodaja ograničene količine kanabisa dekriminalizovani su 1976. godine²³. Iako je prodaja "lakih droga" ("soft drugs") i dalje krivično delo, tužilaštvo ne goni vlasnike kafića zbog ovog prekršaja. Umesto toga, ono je uvelo pravila, poput zabrane prodaje kanabisa maloletnicima, zabrane reklamiranja i zabrane prodaje više od 5 grama kanabisa. Suprotno popularnom verovanju, kanabis nije legalizovan u Holandiji.

Dekriminalizacija obično podrazumeva ukidanje krivičnih kazni, ali administrativne kazne (npr. novčana kazna) mogu ostati važeće; depenalizacija obično podrazumeva smanjenje težine kazni, poput ukidanja kazne zatvora, ali još uvek može uključivati krivičnu kaznu. Stoga, dekriminalizacija predstavlja podvrstu depenalizacije.

Decriminalisation typically means the removal of criminal penalties, but civil penalties (e.g. a fine) may remain; depenalisation typically means a reduction in the severity of penalties, such as the elimination of a prison term, yet can still mean a criminal penalty. Thus, decriminalisation is a subset of depenalisation.

ODGOVORNA ZAKONSKA REGULACIJA ili LEGALIZACIJA

Legalizacija je proces uvođenja nečeg ilegalnog u okvir zakona. U slučaju droga, to je prestanak zabrane njihove proizvodnje, distribucije i upotrebe u nemedicinske i nenaučne svrhe. U kontekstu politika prema drogama, termin "legalizacija" obično

se odnosi na političku poziciju koja zagovara "zakonsku regulaciju" droga ili "zakonski regulisana tržišta droga" trenutno nedozvoljenih supstanci. Uvođenjem legalizacije, vlade stižu alate za regulisanje tržišta, uspostavljanje kontrole nad distribucijom, suzbijanje kriminalnih grupa i oporezivanje prometa supstanci, od kojih većina postane legalna i regulisana od strane države. Ipak, nemoguće je preduzimati smelije eksperimente kad je reč o kontroli jednog broja supstanci usled međunarodnih obaveza usvojenih sredinom prošlog veka. Urugvaj je 2013. godine postao prva država koja je legalizovala kanabis²⁴ nakon pola veka duge zabrane. Vlada Kanade je takođe pokrenula zakonodavnu reformu i legalizovala kanabis 2018. godine²⁵. Kanabis je legalizovan i u nekoliko saveznih država u SAD²⁶. U Evropi, Švajcarsku bi trebalo pomenuti kao dobar primer zbog njenog modela lekarskog recepta²⁷ (koji uključuje ustanove za konzumiranje droga pod nadzorom).

Regulacija droga bi trebalo da pomogne u jačanju sposobnosti vlada da regulišu tržišta droga, što znači uvođenje zakonskih pravila i propisa koji odgovaraju stepenu rizičnosti određene droge i potrebama lokalne društvene sredine. Legalizacija uključuje regulaciju proizvodnje (licenciranje), proizvoda (cena, efekti i pakovanje), dostupnost (licenciranje prodavaca, otvaranje prodajnih mesta, kontrola uzrasta), i marketinga (reklamiranja i brendiranja). Cilj joj je stavljanje droge pod kontrolu tako da su vlade, a ne kriminalci, te koje donose odluke o dostupnosti određenih supstanci u određenim okolnostima.

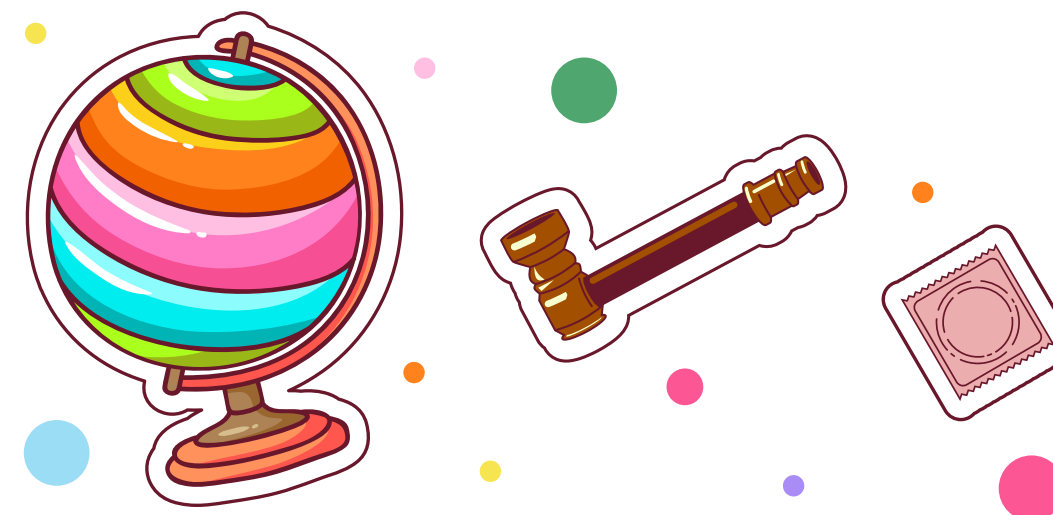
1.3. Smanjenje štete

Smanjenje štete se odnosi na politike, programe i prakse čiji je cilj minimalizacija negativnih zdravstvenih, društvenih i pravnih uticaja povezanih s upotrebom droga, politikama prema drogama i zakonima koji se odnose na droge. Smanjenje štete je utemeljeno na pravdi i ljudskim pravima. Fokusira se na pozitivne promene i na rad sa ljudima bez osuđivanja, prinude, diskriminacije, ili zahtevanja da prestanu da koriste droge kao preduslov za podršku.”²⁸

Smanjenje štete je pristup koji obuhvata metode i programe koji nastoje da smanje i štetu povezanu sa upotrebom droga i onu povezanu sa neučinkovitim politikama prema drogama. Ono priznaje dostojanstvo i ljudska prava ljudi koji koriste droge i pomaže ljudima koji nastavljaju s upotrebom droga da minimizuju negativne zdravstvene posledice umesto prevencije same upotrebe droga. Mere smanjenja štete dospele su u centar pažnje tek kada je postalo jasno da se HIV širi među ljudima koji injektiraju drogu i pretili da prođu u opštu populaciju. Ipak, pristupi slični smanjenju štete odavno se koriste za jedan broj supstanci u različitim kontekstima.

Smanjenje štete dovodi do značajnih promena u životima ljudi koji koriste droge, njihovih porodica, prijatelja i zajednica. Pristup smanjenja štete može:

- Povećati upućivanje na zdravstvene i socijalne službe;
- Povećati pristup zdravstvenim uslugama smanjenjem stigma i diskriminacije;
- Smanjiti deljenje nuđenjem opreme za bezbedniju upotrebu (tj. igala i špriceva, kompleta za ušmrkavanje);
- Smanjiti širenje HIV-a, hepatitisa i tuberkuloze;



²⁸ Harm Reduction International (2022). Šta je smanjenje štete? London; Harm Reduction International. <https://www.hri.global/what-is-harm-reduction>

²³ Rolles S (2014). Politika kanabisa u Holandiji: kretanje napred, a ne nazad. London; Transform Drug Policy Foundation. <https://www.unodc.org/documents/ungass2016/Contributions/Civil/Transform-Drug-Policy-Foundation/Cannabis-policy-in-the-Netherlands.pdf>

²⁴ Center for Public Impact, Inc. Legalizacija marihuane u Urugvaju. BCG Fondacija, 23. novembar 2018. <https://www.centreforpublicimpact.org/case-study/marijuana-legalisation-in-uruguay>

²⁵ Vlada Kanade. Legalizacija i regulacija kanabisa. Ottawa; Vlada Kanade, 7. jul 2021. <https://www.justice.gc.ca/eng/cj-jp/cannabis/>

²⁶ Yakowicz W. Gde je kanabis legalan? Vodič za svih 50 država. Forbes, 10. januar 2022. <https://www.forbes.com/sites/willyakowicz/2022/01/10/where-is-cannabis-legal-a-guide-to-all-50-states/?sh=20de29ead19b>

²⁷ Transform. Fondacija za politike prema drogama (2018). Lečenje uz pomoć heroina u Švajcarskoj. Bristol, UK; Transform. Fondacija za politiku prema drogama. <https://transformdrugs.org/blog/heroin-assisted-treatment-in-switzerland-successfully-regulating-the-supply-and-use-of-a-high-risk-injectable-drug>

- Smanjiti smrtno slučajevne usled predoziranja i druge smrti izazvane drogom među ljudima koji koriste drogu;
- Povećati znanje o bezbednijoj upotrebi supstanci;
- Povećati znanje o bezbednijem seksu i seksualnom zdravlju i povećati upotrebu kondoma.

1.3.1. Ciljevi smanjenja štete

Postoji nekoliko ciljeva smanjenja štete koje bi trebalo imati na umu:

- Umanjivanje negativnih zdravstvenih i društvenih posledica povezanih s upotrebom droga po ljude koji ne mogu, ili ne žele, da prestanu da ih koriste;
- Pобољшanje zdravlja ljudi koji koriste droge tako što se prema njima odnosi sa dostojanstvom i poštovanjem;
- Pružanje širokog izbora alternativnih pristupa (programi prevencije, nege i lečenja zasnovani na dokazima) koji nastoje da spreče ili prekinu upotrebu droge kako bi se donela informisana odluka o pojedinačnim potrebama. Mnogim ljudima koji koriste droge (uključujući mlade ljude koji povremeno koriste droge) nije potrebno lečenje;
- Održavanje zajednica ljudi koji koriste drogu bezbednim i u životu;
- Smanjenje štete nastale usled represivnih i neučinkovitih zakona i politika koji se odnose na droge.

1.3.2. Principi smanjenja štete

Kako bi se bolje razumela filozofija smanjenja štete, bitno je razmotriti njegove glavne principe²⁹. Pristup smanjenja štete:

1. Prihvata da je upotreba droge deo našeg sveta i bira da poradi na smanjivanju njenih štetnih efekata umesto da je ignoriše;
2. Shvata da je upotreba droga kompleksan problem i da su neki načini upotrebe droga bezbedniji od drugih;
3. Utvrđuje kvalitet života pojedinca i zajednice i njihovo blagostanje kao kriterijume uspeha intervencija i politika;
4. Primenuje neosuđujuće, ne-prinudno pružanje usluga i resursa ljudima koji koriste droge i zajednicama u kojima oni žive;
5. Obezbeđuje smisleno i rutinsko učešće ljudi koji koriste droge i onih sa istorijom upotrebe droga u razvoju programa i politika dizajniranih da služe zajednici;
6. Osnažuje uključivanje vršnjaka u programe;
7. Prepoznaje da siromaštvo, klasna pripadnost, rasizam, društvena izolacija, proživljena trauma, rodno zasnovana diskriminacija i ostale društvene nejednakosti utiču na ranjivost ljudi kad je reč o nošenju sa štetom povezanom sa drogom; i,
8. Ne ignoriše stvarnu štetu i opasnost koja može biti povezana s upotrebom droga.

Kako bi pružio savetovanje prilagođeno mladima i imao učinkovit razgovor o drogama sa mladima, treba da primeniš ove principe prilikom svoje komunikacije i/ili pružanja usluga.

²⁹ Principi smanjenja štete (2020). New York, NY; National Harm Reduction Coalition. <https://harmreduction.org/about-us/principles-of-harm-reduction/>

1.3.3. Primeri intervencija u oblasti smanjenja štete i načina na koje se ono može implementirati u omladinski i vršnjački rad

Postoji mnogo intervencija smanjenja štete, poput programa distribucije igala i špriceva, mesta za konzumaciju pod nadzorom, opioidne supstitucione terapije i programa prevencije predoziranja. U ovom priručniku, usredsredićemo se na nekoliko primera koji se mogu implementirati u tvoj rad. Pre nego što ti predstavimo ove intervencije, treba da imaš na umu da većini mladih ljudi neće biti potrebna nijedna vrsta strategije smanjenja štete. Ipak, trebalo bi obezbediti pristup uslugama i informacijama za mlade ljude kojima je potrebno i koji žele da nauče o bezbednijoj upotrebi droga i da se pokrenu u bezbednijem pravcu.

1.3.3.1. Rad na žurkama/u noćnom životu/vršnjačka edukacija (nightlife outreach/party working/peer education)

U poređenju sa starijim pandanima ljudima koji koriste droge, teže je dopreti do mladih ljudi koji koriste droge i uključiti ih u razgovor o njihovoj upotrebi droga i smanjenju štete. Mladi ljudi imaju sopstvenu sredinu u kojoj koriste droge. Obično ne koriste droge na tradicionalnim mestima koja stariji korisnici posećuju. Takođe, krug ljudi s kojima mlađi ljudi koriste droge ne uključuje iskusne korisnike droga. Zato je teško naći ove mlade ljude i dopreti do njih. Ipak, to se uvek može postići kroz outreach (terenski rad sa ključnom populacijom) i uključivanje vršnjaka.

Kao što ime ove aktivnosti ukazuje, odvija se/ pruža se na žurkama i festivalima i odnosi se na vršnjačku edukaciju i smanjenje štete povezane sa oblicima ponašanja učestala u okruženju noćnog života. U praksi, može predstavljati kombinaciju tri tipa aktivnosti:



1. Vođenje edukativnog i informacionog punkta

gde je posetiocima omogućen pristup materijalima za smanjenje štete povezane sa oblicima rizičnog ponašanja u koja se mogu upustiti obezbeđivanjem informacija koje za cilj imaju edukaciju o zaštiti zdravlja i mogućnosti smanjenja štete nastale usled njihovog ponašanja, kao i deljenjem različitih materijala za smanjenje štete poput: al-kotesta; kondoma; jednokratne opreme za ušmrkavanje; čepića za uši; žvakaće gume; čebadi; ugljenih filtera za džointe; vode; vitamina i suplemenata; voća; i tamo gde su legalni, kolorimetrijskih testova za proveru droga; ukoliko je moguće, pribor za prvu pomoć (zavoji, flasteri, gaza, dezinfekciono sredstvo, itd).



2. Vođenje psychhelp usluge

vrste hitne intervencije koja ima za cilj smanjenje štete koja proističe iz teških iskustava pod uticajem psihoaktivnih supstanci, koja mogu biti medicinske, psihološke, psihijatrijske, psihodelične ili egzistencijalne/duhovne prirode. Ona podrazumeva negu koju pruža trezna osoba osobi koja je pod uticajem supstanci, i u praksi uključuje: razgovor pun podrške i pružanje bezbednog i udobnog okruženja dok uticaj supstance ne prestane i, ukoliko je zdravlje osobe u neposrednoj opasnosti, pozivanje medicinske pomoći. Tamo gde je to moguće, psychhelp aktivnosti bi trebalo da se odvijaju u posebno pripremljenom prostoru sa kvalifikovanim party radnicima — trip sitters. Iste usluge se mogu pružati i u prostorijama tvoje organizacije. Jedino moraš da obezbediš tih i miran prostor, dobro obučene i prijateljski nastrojene ne-

3. Patroliranje

obilazjenje prostora u kom se održava žurka, nuđenje vode posetiocima i traženje ljudi kojima je možda potrebna pomoć. U slučaju da nađu nekoga ko traži pomoć, patrole će ih odvesti do *psyhelp*/medicinskog/punkta za smanjenje štete ili, ukoliko to nije moguće ili je potrebna hitna pomoć, oni će odmah pružiti pomoć. Bitno je reagovati na znake fizičkog, psihološkog ili seksualnog nasilja, itd. i, ako je potrebno, kontaktirati organizatora, upravnika kluba, obezbeđenje ili medicinske radnike. Zbog tematike aktivnosti i uzrastne primerenosti sadržaja, samo punoletna osoba koja je prošla obuku može postati *party* radnik

Sadržaj obuke bi trebalo da uključuje: efekte odabranih supstanci (doziranje, simptomi, predoziranje); rizike i efekte mešanja supstanci; prvu pomoć (klasične procedure, ali i prepoznavanje i procedure u slučaju predoziranja); etiku rada *party* radnika; praksu *party* rada — kako organizovati aktivnosti; kako komunicirati sa ciljnom grupom; komunikaciju u klupskoj kulturi — komunikaciju u timu *party* radnika; komunikaciju sa organizatorima/klubovima; komunikaciju sa posetiocima; *psyhelp* — osnove ophođenja prema ljudima koji su se predozirali nekom supstancom; osnove zakona o drogama koji su na snazi u datoj zemlji; poznavanje edukativnih i materijala za prevenciju koji se nalaze na punktu, uključujući pravila korišćenja kolorimetrijskih testova. Tokom rada u *party* okruženju, *party* radnik mora imati na umu pre svega sopstvenu bezbednost i udobnost, jer njegova sposobnost da pomogne posetiocima zavisi od toga. Ova udobnost se može poboljšati organizovanjem smena tako da oni koji rade na žurci imaju priliku da se odmore (naročito bitno tokom dugih žurki i pri radu na glasnom mestu).

U zavisnosti od tipa muzičkog događaja, razlikuju se profil ciljne grupe kojoj *party* radnici pružaju

usluge i supstance koje posetioci najčešće koriste. Postoji nekoliko supstanci koje su “zajedničke” za većinu tipova žurki, poput alkohola, kanabisa i MDMA.

Međutim, za *psytrance* žurke je karakteristično to da se psihodelici upotrebljavaju češćenog druge psihoaktivne supstance. To će najčešće biti LSD, psilocibin (koji se nalazi u psilocibinskim pečurkama) i DMT, ali postoji mnoštvo manje učestalih psihodelika. Zbog prirode korišćenih supstanci, opasnosti inherentne upotrebi supstanci iz ove grupe mogu se pojaviti na ovim događajima — teška psihodelična iskustva koja se mogu fokusirati na psihološke senzacije. Osim toga, efekti psihodelika uopšte uzev traju duže nego kod drugih supstanci, pa ljudi na *psytrance* žurkama mogu duže ostati pod uticajem droga. Iz ova dva razloga, *psytrance* događaji mogu zahtevati pojačane *psyhelp* aktivnosti.

Nasuprot tome, na događajima s drugim žanrovima elektronske muzike, poput tehna, drum'n'bass-a, trensa, hardcore-a i dubstep-a, upotreba psihodelika je manje učestala i upotreba stimulanasa je češća. Ove supstance imaju kraće trajanje efekata ali ih korisnici često više puta doziraju — uzmu još jednu dozu iste supstance kada osećaju da slabi efekat prethodne doze.

Takođe je korisno prilagoditi aktivnosti tipu događaja u zavisnosti od njegovog trajanja i prostora u kom se održava.

Klupski događaji su uopšte uzev kraći, traju jednu noć, i održavaju se u zatvorenom prostoru kluba. Ova mesta imaju lošiju ventilaciju, učesnicima na događaju može biti vruće usled intenzivnog plesa pred binom gde nema pristupa svežem vazduhu. U klubovima može biti i manje mesta za postavljanje punkta *party* radnika, ili čak može ne biti mesta za postavljanje *psyhelp* zone. Sa pozitivne strane, postoji pristup tekućoj vodi iz slavina u toaletima.

Festivali su događaji koji traju nekoliko dana i obično se održavaju napolju. Zato je potrebno uključiti veći tim edukatora koji će raditi na festivalima. Ako organizator ne obezbedi zatvoren prostor za inicijative smanjenja štete, potrebno

je poneti šatore kako bi se punkt i *psyhelp* zona zaštitili od kiše ili vrućine. Na festivalima obezbeđivanje prostora za *psyhelp* zonu obično nije problem, dok je god moguće zaštititi toliko prostora pod krovom. Pristup tekućoj vodi je lošiji nego u klubovima. Održavanje događaja napolju je prednost kad je reč o ventilaciji (što je korisno za intenzivno plesanje), ali večernje zahlađenje može biti mana. Na festivalima je čebad u *psyhelp* zoni korisnija nego u klubovima.

PRIMER DOBRE PRAKSE

YOUNG WAVE

Vilnius, Litvanija

PRIMER DOBRE PRAKSE

INTEGRATED DRUG THERAPEUTIC INSTITUTION (INDIT)

Pečuj, Mađarska

Outreach i vršnjačka edukacija ne bi trebalo da budu ograničeni samo na žurke i festivale. Iste usluge se mogu pružati na mestima gde mladi ljudi vole da se okupljaju i provode vreme. Jedan od odličnih primera vršnjačke edukacije i outreach intervencija je projekat reke Vistule (Vistula River Project) sproveden od strane Fondacije za socijalno obrazovanje (Foundation of Social Education) u Varšavi u Poljskoj.

“Young Wave” je grassroot omladinska organizacija sa sedištem u Vilnjusu, Litvanija. Pruža edukaciju i informacije o sigurnijim načinima upotrebe supstanci tokom muzičkih festivala i žurki. Tokom ovakvih događaja, tim „Young Wave” ima svoj info šator/sto gde ljudi mogu da dođu i razgovaraju o različitim supstancama, rizicima i štetnostima u vezi sa upotrebom droga i da dobiju informacije o kombinacijama lekova. Njihove aktivnosti nisu ograničene samo na festivale i žurke. Organizacija ima bezbedan prostor u „Vilnius Night Hub-u”, mestu gde ljudi mogu da dođu radi vršnjačkih konsultacija, informacija ili samo da se opuste i ostanu u bezbednom prostoru. Ovaj prostor se nalazi u srcu ulice gde se održava većina žurki.

INDIT je organizacija koja pruža usluge od prevencije do rehabilitacije. Jedna od njihovih usluga se zove “Bulisegei”, što je PARTI pomoć. U ovoj službi se primenjuju prevencija, smanjenje štete i intervencije u radu sa klijentima.

Učestvuju na raznim žurkama, ali i na nekim muzičkim festivalima na kojima stvaraju „HAVEN” – bezbedno mesto za odmor, razgovor, edukaciju o drogama i savetovanje. Oko 35 volontera (uglavnom psihologa, socijalnih radnika i vršnjaka) komunicira sa učesnicima festivala. U „HAVEN-u” ljudi mogu pronaći i flajere o politici prema drogama, polno prenosivim infekcijama, bezbednim zabavama, magnezijum-kalcijum vodi, šećernim tabletama, slanim grickalicama, lekovima, odeći, čebadima i krevetima.

PRIMER DOBRE PRAKSE

PROJEKAT FONDACIJE ZA SOCIJALNO OBRAZOVANJE (FES)

Varšava Poljska

1.3.3.2. Testiranje droga/tableta/drug checking (pill testing)

U pitanju je dokazima informisana praksa smanjenja štete koja omogućava ljudima koji koriste droge da detektuju opasnosti od:

1. Kontaminacije droga — uličnim prodavcima nije bitan kvalitet supstance, već samo profit; stoga, oni prodaju mešavine supstanci kao određenu drugu supstancu. Ovo značajno smanjuje bezbednost psihoaktivnih supstanci. Osim toga, droge mogu biti kontaminirane ostacima iz procesa njihove proizvodnje.
2. Prodavaca koji jednu supstancu prodaju kao drugu, npr. tvrdeći da prodaju LSD kad je supstanca zapravo opasnije jedinjenje 25B-NBOMe, što je Nova Psihoaktivna Supstanca (NPS). NPS su jeftine i lako ih je nabaviti (i legalne su u nekim zemljama), što čini njihovo široko rasprostranjeno prisustvo na crnom tržištu rastućim problemom. Za razliku od tradicionalnih droga, NPS nisu dobro istražene i savremena nauka ne poznaje dugoročne efekte uzimanja ovih supstanci, niti ima odgovore na pitanja šta uraditi ako dođe do

Obala reke Visle u Varšavi je mesto koje vole mladi ljudi. Mladi koji se tamo okupljaju ne samo da provode vreme sa vršnjacima, već i da koriste različite psihoaktivne supstance (posebno alkohol). To izaziva zabrinutost u vezi sa zdravljem i ponašanjem mladih ljudi jer se primećuje povećanje upotrebe supstanci od strane adolescenata.

Projekat reke Visle vodi Fondacija socijalnog obrazovanja u Poljskoj. To je terenski program koji ima za cilj da obezbedi edukaciju i intervencije o drogama i upotrebi droga pored reke Visle tokom letnje sezone. Ima ulične radnike koji rade na terenu i razgovaraju sa mladim ljudima o drogama i upotrebi droga. Ima i psihologe i bolničare koji mogu da urade intervenciju ako je potrebna.

predoziranja. Oni koji izaberu da ne konzumiraju drogu nakon testiranja svoje supstance smanjuju rizik od uzimanja supstance koja je štetnija od tradicionalnih droga.

Stoga, testiranje može pomoći da se stil korišćenja promeni u jedan svesniji. Kroz takvo testiranje, ljudi koji koriste droge mogu proveriti svoje supstance i otkriti da li je supstanca koju poseduju zaista ono što su mislili da jeste.

Testiranje supstanci ima dva glavna cilja:

1. sprečavanje upotrebe droga koje su prejake, kontaminirane, ili je u pitanju supstanca različita od one koju je korisnik očekivao; i,
2. pružanje informacija o bezbednijoj upotrebi droga i smanjenju štete, a samim tim i povećati znanje korisnika o ovim temama, što može biti oblik vršnjačke edukacije.

U intervjuu sa medijskom kućom BBC, Dr Henri Fišer, hemičar u organizaciji The Loop (koja vodi službu za laboratorijsko ispitivanje na muzičkim događajima) izjavio je da do 20% ljudi koji testiraju supstance na događajima baci svoju drogu nakon dobijanja rezultata testiranja. Slični rezultati su dobijeni među ljudima koji su testirali svoju

drogu na Groovin' the Moo festivalu in Kanberi u Australiji: nakon dobijanja rezultata, 18% učesnika je odlučilo da ne koristi ilegalne droge na festivalu i 12% je reklo da će koristiti manju količinu³⁰. Ovo, naravno, zavisi od rezultata; ako ukazuju na kontaminaciju ili drugačiji sastav supstance od očekivanog, ljudi se često radije otarase te opasnije supstance. Međutim, ukoliko je droga visokog stepena čistoće, obično biva zadržana.

Različiti tipovi testova su mogući u različitim okolnostima i mogu uključivati različite supstance. Sledi njihovo predstavljanje redom od najjednostavnijih i najjeftinijih do najtežih i najskupljih metoda:

TEST TRAKE ZA FENTANIL

detektuju fentanil, izuzetno aktivan sintetički opioid čiji su derivati često čak 50 do 100 puta snažniji od heroina. Fentanili su u velikoj meri odgovorni za predoziranja opioidima zbog njihove ekstremne aktivnosti, čak i u dozama nevidljivim za oko (nalaze se u falsifikovanim lekovima, novim psihoaktivnim supstancama i čak ne-opioidnim supstancama poput kokaina ili MDMA, na primer). Trake za fentanil se koriste nakon stvaranja rastvora supstance sa vodom, u koji se test traka postavlja. Rezultat se tumači baš kao i kod testa trudnoće — na osnovu prisustva jedne ili dve crte. Vrlo je jednostavno obaviti ovaj test i protumačiti njegov rezultat. Može se koristiti u gotovo svim okolnostima.

KOLORIMETRIJSKI TESTOVI

proveravaju prisustvo supstance ali ne stepen njene čistoće ili njenu snagu. U pitanju su tačni hemijski reagensi koji menjaju boju kada je neka supstanca prisutna. Ovi testovi su relativno jednostavni za upotrebu ali zahtevaju osnovno znanje o mogućem tipu supstance koja se poseduje (konkretno reagens treba birati po tom osnovu). Moraju se iskoristiti bar dva testa (reagensi imaju niz reakcija) jer mnoge supstance reaguju istom bojom, pa treba koristiti više testova radi isključivanja i, poželjno, čitav set od 4-5 testova bi reagovao na poseban tip supstance. 90% primesa će reagovati sa 1-od-3 testovima, a 95% sa 1-od-5.

Korišćenjem svih testova povećava se verovatnoća detektovanja više mogućih primesa. Što se više reagensa iskoristi, to će rezultat biti tačniji (npr. kada postoji mešavina nekoliko supstanci).

HROMATOGRAFIJA TANKOG SLOJA (TLC)

proverava čistoću (broj komponentata i koncentraciju — stratifikacijom komponentata supstance na posebnoj 'ploči') i zahteva specijalizovanu aparaturu/opremu (UV lampu, % merači, pipete, test tečnosti). TLC ne zamenjuje reagens za kompozicionu identifikaciju — kolorimetrijske reagens svakako treba koristiti radi sigurnosti. Aparatura može biti domaća ali zahteva vreme i više pripreme. Srednje je teška za korišćenje i za tumačenje rezultata.

TEČNA HROMATOGRAFIJA VISOKIH PERFORMANSI (HPLC)

uključuje odvajanje komponenti supstance njihovim širenjem pod pritiskom na posebnu kolonu pomoću rastvarača. Stoga, HPLC omogućava identifikaciju supstanci i proveravanje njihove čistoće. Ovaj metod, kao i svaki drugi, ima svoja ograničenja. Naročito je problematična identifikacija jedinjenja koja nisu očekivana u datom uzorku, npr. retkih primesa ili nusprodukata hemijske sinteze. Međutim, relativno je povoljna za laboratorijski test.

GASNA HROMATOGRAFIJA-MASENA SPEKTROMetrija (GC/MS)

je laboratorijski test. Podrazumeva odvajanje komponentata supstance u specijalnom aparatu i njihovo podvrgavanje procesu koji omogućava identifikaciju supstance, utvrđivanje njene količine i detekciju nečistoća. GC/MS proces je veoma tačan i zahteva veliku i skupu opremu. Nažalost, nemoguće ju je obaviti kod kuće.

Testiranje psihoaktivnih supstanci odvija se kroz četiri mehanizma:

1. Klijent naručuje test uz dostavu poštom. Klijent sam obavlja testiranje na osnovu uputstva priloženih uz test.

30

Al-Juzi A. " Mój dzień z ekipą testującą narkotyki...". Londyn; BBC Three, 31 sierpnia 2018 r. <https://www.bbc.co.uk/bbcthree/article/92063060-2ca3-4d9a-a6a2-538e47394f58>

2. Testovi se prodaju na prodajnom mestu proizvođača testova; klijent sam obavlja testiranje na osnovu uputstava priloženih uz test.
3. Distribuiraju se na punktovima party radnika. Pomoć party radnika u sprovođenju testa je moguća u zavisnosti od zakonskih propisa koji su na snazi u dotičnoj zemlji. Bez obzira na pravnu situaciju u vezi sa posedovanjem supstance, vršnjački edukator može pomoći u tumačenju rezultata testa, npr. na osnovu snimjene reakcije reagensa koji može da snimi, recimo u toaletu kluba.
4. U jednom broju evropskih zemalja, moguće je voditi laboratorije za testiranje droga. Ovo omogućava tačnije/preciznije testiranje. Osim toga, rezultati takvog testiranja mogu se koristiti za nadzor tržišta droga i time podržati sisteme ranog upozoravanja. Laboratorije mogu biti ili:
 - stacionarne (klijent šalje uzorak laboratoriji i dobija povratnu informaciju s rezultatima testiranja); ili,
 - pokretne laboratorije na otvorenom postavljene tokom muzičkih festivala (klijent nosi uzorak u laboratoriju i dobija povratnu informaciju s rezultatima testiranja).

Bitno je da radnik u smanjenju štete (vršnjački radnik, vršnjački edukator) obavi privatni razgovor sa klijentom nakon što je test dat ili obavljen (ukoliko zakon to dozvoljava). Trebalo bi razgovarati potencijalnim rizicima upotrebe supstance i načinima smanjivanja tih rizika (npr. menjanje načina upotrebe supstance ili prilagođavanje doze). Korisno je i obavestiti klijenta o dostupnim zdravstvenim ili edukativnim uslugama. Testiranje supstanci je dobra prilika da se do korisnika dobre sa uslugama smanjenja štete i promocije zdravlja. Projekti povezani s testiranjem droga su: Energy Control (Španija); Check!t (Austrija); Check!n (Portugal); Bunk Police (SAD); DrogArt (Slovenija); i Dance Safe (SAD, Kanada).



PRIMER DOBRE PRAKSE

THE LOOP

London, Ujedinjeno Kraljevstvo



The Loop je nevladina organizacija koja se bavi proverom droge u noćnim klubovima i na muzičkim festivalima. Proveru na licu mesta vrši tim iskusnih hemičara volontera. Usluga pruža mogućnost da se informacije o smanjenju štete dele sa ljudima koji koriste droge; informisati o potencijalnim rizicima i štetnosti upotrebe; omogućiti ljudima koji odluče da koriste drogu da donesu informisane izbore; da obezbede informacije koje se mogu poslati putem društvenih medija, drugih medijskih kanala i informativnih tačaka u vezi sa određenim supstancama u konsultaciji sa policijom i medicinskim službama kako bi se smanjila šteta u vezi sa drogom na licu mesta i da bi se minimizirala mogućnost većeg incidenta javne bezbednosti.

1.3.3.3. HIV/AIDS prevencija, nega i podrška

Vršnjačka edukacija se koristi u mnogo oblasti javnog zdravlja, uključujući edukaciju o ishrani, planiranju porodice, upotrebi supstanci i prevenciji nasilja. Međutim, HIV/AIDS vršnjačka edukacija se ističe zahvaljujući broju primera njene upotrebe u novijoj međunarodnoj literaturi o javnom zdravlju. Zbog ove popularnosti, globalni napor da se bliže razume i poboljša proces i uticaj vršnjačke edukacije u oblasti HIV/AIDS prevencije, nege i podrške takođe su se povećali.

Ona obično podrazumeva regrutovanje članova određene grupe pod povećanim rizikom radi podsticanja članova da promene rizične oblike seksualnog ponašanja i da održavaju zdrave oblike seksualnog ponašanja. Iako je većina HIV/AIDS preventivnih aktivnosti usmerena ka ljudima koji injektiraju droge, seksualnim radnicima i muškarcima koji imaju seks sa muškarcima, relativno nedavno je došlo do promene pristupa, uz naglasak na važnosti bezbednijih praksi među svim grupama, posebno mladima.

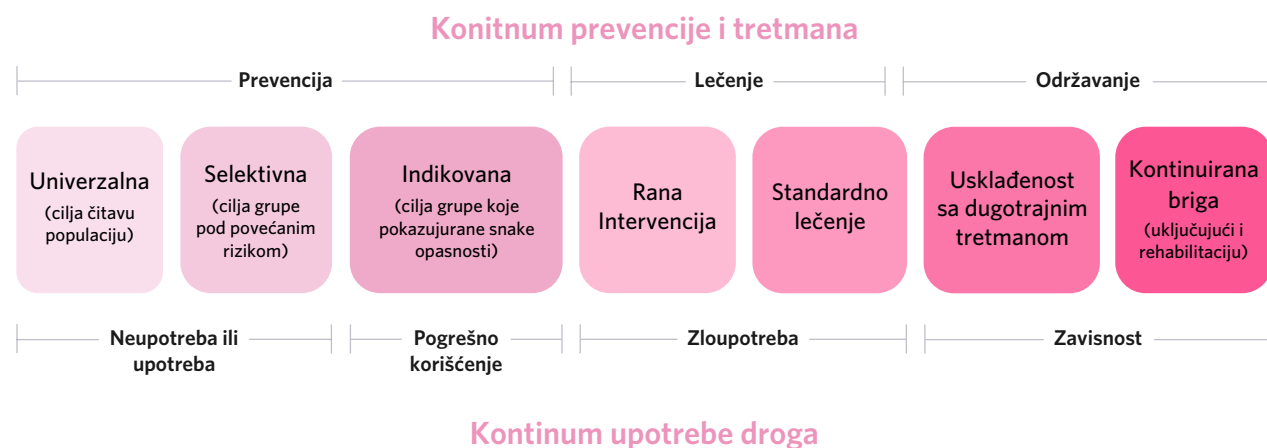


1.4. Prevencija

Prevencija upotrebe droga jeste bilo koja aktivnost koja za cilj ima da spreči, odloži ili smanji upotrebu droga i/ili njene negativne posledice tokom životnog veka pojedinca. Odnosi se na legalne psihoaktivne supstance (duvan, alkohol), ilegalne psihoaktivne supstance (kanabis, MDMA, LSD),

lekove (Subutex) i druge supstance, poput inhalata. Prevencija se može primeniti i na ponašanja koja izazivaju zavisnost, kao što je kockanje. Slika 2 pokazuje gde prevencija leži na kontinuumu nege za poremećaje upotrebe supstanci.

Slika 2. Kontinuum nege za poremećaje upotrebe supstanci³¹



1.4.1. Ciljevi prevencije

Opšti cilj prevencije upotrebe droga je vrlo širok i ona teži zdravom i bezbednom razvoju ljudi kako bi ostvarili svoj potencijal i doprineli svojim zajednicama.

Primarni cilj je pomoći ljudima da izbegnu ili odlože početak upotrebe supstanci i ponašanja zavisnosti.

1.4.2. Tipovi prevencije

Postoji nekoliko kategorizacija prevencije:

1. Primarna, sekundarna i tercijarna prevencija;
2. Univerzalna, selektivna i indikovana prevencija; i,
3. Prevencija u okruženju, razvojna i informativna prevencija.

Ukratko, kako bismo stekli bolje razumevanje pregledaćemo svaku kategorizaciju prevencije.

³¹ Grafikon je preuzet od Komiteta za prevenciju mentalnih poremećaja Instituta za medicinu (SAD), Mrazek, P. J., & Haggerty, R. J. (Eds.). (1994). Reducing Risks for Mental Disorders: Frontiers for Preventive Intervention Research. National Academies Press (US). DOI: [10.17226/2139](https://doi.org/10.17226/2139)

1.4.2.1. Primarna, sekundarna i tercijarna prevencija

Kategorizacija prevencije kao primarne, sekundarne i tercijarne još uvek se koristi u javnom zdravlju, premda retko. Sada je uglavnom zamenjena drugim dvema gorepomenutim kategorizacijama. Ipak, kako jeste relevantna, ukratko ćemo dati pregled svih kategorija.

Primarna prevencija ima za cilj sprečavanje upotrebe droga pre nego što ljudi počnu da ih koriste. Takođe za cilj ima odlaganje uzrasta početka upotrebe droge. Primeri takve prevencije mogu biti programi za decu školskog uzrasta koji nastoje da ih nauče veštinama za izbegavanje pušenja ili upotrebe bilo kojih drugih supstanci.

Sekundarna prevencija targetira pojedince koji su već počeli da koriste droge. Ima za cilj da dovede do prestanka upotrebe droge ili smanji štetu povezanu s upotrebom droge. Promoviše bezbednije i manje štetne načine korišćenja droge. Kao primeri se mogu pomenuti targetirana obuka za ljude koji koriste drogu i članove njihovih porodica o sprečavanju predoziranja, programi igala i špriceva i vršnjačka podrška.

Tercijarna prevencija nastoji da obezbedi podršku i lečenje za ljude koji koriste droge i koji su zavisni od droge. Ovaj tip prevencije nastoji da omogući pojedincu prestanak upotrebe droge. Primeri tercijarne prevencije uključuju facilitaciju ulaska u program opioid supstitucione terapije i vođenje slučaja.

Slika 3. Presek napora posvećenih prevenciji i onih posvećenih smanjenju štete³²



³² Institut za istraživanje oporavka. Posebne teme i resursi: Smanjenje štete. Boston, MA; Opšta bolnica Masačusetsa, bez datuma.
<https://www.recoveryanswers.org/resource/drug-and-alcohol-harm-reduction/>

1.4.2.2. Univerzalna, selektivna i indikovana prevencija

European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction (EMCDDA) klasifikuje prevenciju u tri kategorije³³: univerzalnu, selektivnu i indikovanu. Ova kategorizacija je zasnovana na opštoj ranjivosti ljudi kojima se obraća — poznat nivo podložnosti razvijanju problems s upotrebom supstanci je to što pravi razliku između kategorija, pre nego u kojoj meri ili da li ljudi zapravo koriste supstance.

Univerzalna prevencija se obraća čitavim populacijama i cilj joj je razvoj veština i vrednosti, percepcije normi i interakcija sa vršnjacima i društvenog života tako da se izbegne ili odloži početak upotrebe supstanci. Čitava populacija je procenjena kao grupa koja se nalazi pod povećanim rizikom od zloupotrebe supstanci i koja može imati koristi od programa prevencije. Intervencije univerzalne prevencije mogu biti uključene u školski program, vanškolske aktivnosti i časove roditeljstva.

Selektivna prevencija obraća se grupama, porodicama i zajednicama gde često postoji povećana koncentracija upotrebe supstanci i fokusira se na poboljšavanje njihovih prilika u teškim životnim i društvenim uslovima. Selektivna prevencija targetira čitavu grupu bez obzira na stepen rizika po bilo kog pojedinca u okviru grupe, kao što su deca odraslih korisnika droga ili učenici koji ne postižu dobar uspeh u obrazovanju.

Indikovana prevencija obraća se onima koji već koriste, ili se upuštaju u druge visokorizične oblike ponašanja, kako bi se nosili sa individualnim crtama ličnosti koje ih čine podložnijim eskaliranju upotrebe droge. Intervencije indikovane preven-

cije dizajnirane su da spreče početak zloupotrebe supstanci kod pojedinaca koji ne ispunjavaju medicinske kriterijume za zavisnost od droge ali pokazuju rane znake opasnosti. Pojedince na programe indikovane prevencije mogu uputiti roditelji, predavači, školski savetnici, školski medicinski radnici, omladinski radnici, prijatelji ili sudstvo.

1.4.2.3. Prevencija u okruženju, razvojna i informativna prevencija

Ovaj pristup kombinuje funkcijske dimenzije i tip prevencije u svrhu preciznijeg identifikovanja i mapiranja strategija prevencije. Razvrstava prevenciju u tri grupe: intervencije environmental, razvojne i informacione prevencije.

Intervencije **prevencija u okruženju** za cilj imaju da ograniče dostupnost prilika za neprilagođeno ponašanje kroz politike, ograničenja i činove. Na primer, zakonski uslovi ili ekonomske (de)stimulacije.

Intervencije **razvojne prevencije** za cilj imaju promociju prilagođenih ponašanja i sprečavanje neprilagođenih ponašanja kroz razvoj veština ključnih za socijalizaciju i socijalni razvoj odgovarajućih ponašanja. Na primer, roditeljske nadzorne prakse i društvene ili životne veštine pojedinca.

Intervencije **informacione prevencije** za cilj imaju fokusiranje na procese pažnje putem komunikacije koja povećava znanje i podiže svest o određenim rizičnim ponašanjima. Ovo može uključivati medijske kampanje za podizanje svesti.

33 Evropski centar za praćenje droga i zavisnosti od droga (EMCDDA) (2009). Prevencija kasnijih poremećaja upotrebe supstanci kod dece i adolescenata pod rizikom: pregled teorije i baze dokaza indikovane prevencije. Tematski radovi. Luksemburg; Kancelarija za zvanične publikacije Evropskih zajednica. https://www.emcdda.europa.eu/system/files/publications/562/EMCDDA-TB-indicated_prevention_130796.pdf

Tabela 3. Oblici i funkcije prevencije: ilustrativni primeri za prevenciju zloupotrebe supstanci³⁴

	Univerzalna	Selektivna	Indikovana
Iz okruženja	Legislatura kojom se zabranjuje upotreba supstanci; suzbijanje međunarodnih ruta snabdevanja.	Ciljano sprovođenje i akcije za suzbijanje prodaje droge u visokorizičnim kvartovima; programi testiranja sportista na droge.	Zakonske odredbe za onemogućavanje pristupa alkoholu visokorizičnim pojedincima; zatvorske kazne.
Razvojna	Programi razvijanja društvenih/životnih veština, za učenike u školama, koji pružaju mladim ljudima veštine za nošenje sa društvenim uticajima.	Porodični/roditeljski programi za porodice u najugroženijim oblastima regiona ili države; ili programi kućnih poseta za ranjive trudnice.	Programi individualnog savetovanja sa muškim adolescentima koji imaju problema s kontrolom impulsa.
Informaciona	Medijske kampanje za podizanje svesti o opasnosti droga.	Informacione intervencije kojima se cilja na mlade muškarce u ugroženim kvartovima gde postoje jake kulture bandi.	Normativne povratne informacije ili intervencije u vidu motivacionih razgovora za pojedince koji budu pozitivni na upotrebu supstanci.

1.5. Razlika između edukacije o drogama i prevencije

Ako pitamo osobu šta zna o edukaciji o drogama, verovatnije je da će početi da govori o prevenciji upotrebe droga. Prevencija upotrebe droga obuhvata različite programe, strategije i intervencije, pa su ljudi skloni da edukaciju o drogama stavе pod okrilje prevencije upotrebe droga. Iako se ova dva pristupa mogu međusobno dopunjavati, ne bi ih trebalo poistovećivati. U širokom smislu, edukacija o drogama razlikuje se od prevencije upotrebe droga po svojim značenjima, funkcijama i praksama. U tabeli 4, ispod, dat je pregled razlika između ova dva pristupa.

34 Foxcroft DR. Environmental, Developmental and Informational Interventions: A Novel Prevention Taxonomy to Better Organise and Understand Substance Misuse Prevention. Addicta: The Turkish Journal on Addictions, Autumn 2015, 1(2), 66-78. DOI 10.15805/addicta.2014.1.2.027

Tabela 4. Razlike između prevencije upotrebe droga i edukacije o drogama

PREVENCIJA UPOTREBE DROGA	EDUKACIJA O DROGAMA
— Prevencija upotrebe droga obično nastoji da prekine obrazac upotrebe droga. Cilj prevencije upotrebe droga može biti dovođenje do promene ponašanja u određenoj populaciji. — Prevencija upotrebe droga shvaćena je kao planirane intervencije koje nastoje da spreče ili odlože početak upotrebe droge. — Intervencije se razvijaju na način koji čini građenje poverenja sa pojedincima izazovnijim. — Preventivne intervencije ponekad mogu zvučati preskriptivno, tj. kao davanje uputstva šta raditi, a šta ne raditi. — Prventivni pristup može biti zasnovan na osuđivanju. — Preventivne intervencije su obično jednokratne/iz nekoliko puta predavanja/aktivnosti. — Obično se pojedincima selektivno pružaju informacije (na primer, objašnjava se štetan uticaj droge). — Preventivni pristup nema za cilj promenu represivnih i stigmatizujućih zakona i politika.	— Edukacija o drogama ne mora imati name-ru da dovede do preventivnog ishoda. Cilj joj je da određenoj populaciji pruži nova saznanja i razumevanje o drogama i štetnim posledicama povezanim sa drogama. — Ishodi učenja u programu edukacije o drogama ne bi trebalo da nastoje da spreče, odlože ili smanje upotrebu droga. — Zasnovana je na uzajamnom razumevanju i poštovanju. — Osoba ima slobodu da donese sopstvene informisane odluke o upotrebi droga. — Pristup edukacije o drogama zasnovan je na neosuđujućim razgovorima. — Edukacija o drogama je proces koji je u toku. — Edukacija o drogama primenjuje holistički pristup i pruža pun spektar informacija o supstancama (uz objašnjavanje štetnosti droge može objasniti i kako se neke droge koriste u medicini, itd). — Pristup edukacije o drogama sadrži informacije o zakonima i politikama o drogama i osnažuje ljude da se zalažu za promene represivnih pristupa.

1.6. Šta funkcioniše, a šta ne funkcioniše u edukaciji o drogama

- Mnogi programi koji se fokusiraju na prevenciju početka upotrebe supstanci ili minimalizaciju upotrebe droge i rizika povezanih s njom neučinkoviti su iz više razloga, uključujući sledeće:
- Programi nemaju teorijski okvir;
 - Neadekvatno su osmišljeni;
 - Ne postoji osnova sastavljena od dokaza koja opravdava programe;
 - Programi nisu prikladni za okruženje u kom se koriste.

Dok se pripremate za aktivnost s mladim ljudima o drogama, imajte na umu da sledeće stvari **NE TREBA** da radite!

- 1. NEMOJTE KORISTITI TAKTIKE ZASTRAŠIVANJA**

(nema horor priča ili filmova u vezi sa drogom, slika ljudi kako su izgledali pre upotrebe droge i sada, nema policije sa psima tragačima, itd.). Ovo nema nikakve veze sa promenom ponašanja mlade osobe.
- 2. NEMOJTE POZOVATI LJUDE KOJI SE OPORAVLJAJU**

ili koji imaju iskustva sa zavisnošću od droge, **DA DAJU IZJAVE**

ili razgovaraju o svojim iskustvima. Mladi ljudi obično ne povezuju svoje ponašanje sa pričama gostiju sa tim iskustvom. Takođe, mladi ljudi mogu pogrešno tumačiti takve priče kao lako ostvariv „uspeh“.
- 3. NEMOJTE PREDSTAVLJATI SAMO INFORMACIJE**

Ne može da obezbedi da će ga mladi razumeti i primeniti u svom svakodnevnom životu, niti da promeni svoje ponašanje.

- 4. NEMOJTE ORGANIZOVATI JEDNOKRATNE RAZGOVORE**

Pozivanje lekara ili policajca da govore o nekorišćenju droga je neefikasno jer obično uključuje pasivno slušanje i pozvani gost možda nema veštine da pruži informacije na način da mladi ljudi mogu da nauče i razumeju šta je rečeno.
- 5. NEMOJTE STAVLJATI NASTUB SRAMA**

upotrebu droga i **NEMOJTE JE NORMALIZOVATI**

Veoma je važno koristiti pravi jezik kada se govori o drogama, opisuje rizike i štete i pokušava da ih učini razumljivim mladima.
- 6. NEMOJTE UČITI MLADE KAKO DA KAŽU NE DROGAMA TAJ PRISTUP JE ZASTAREO I NIJE EFIKASAN.**

Dakle, šta onda funkcioniše u komunikaciji o drogama sa mladim ljudima?

HOLISTIČKI PRISTUP EDUKACIJI O DROGAMA

On uključuje ne samo informacije o drogama i bezbednijoj upotrebi droga, već i razvoj ličnih i društvenih veština, kao i načina nošenja sa izazovnim situacijama (tj. Kada se neko predozira, itd).

AKTIVNO UČENJE I PARTICIPATORNI PRISTUP

Probaj da učiniš svoje aktivnosti interaktivnim i inkluzivnim i dozvoliš mladim ljudima da međusobno komuniciraju. Što je aktivnije učesnik uključen u aktivnost, verovatnije je da će aktivnost biti efikasna.

STRUKTURIRANI I KONTINUIRANI PROGRAMI

Kao što je pomenuto, jednokratna predavanja ili sporadične aktivnosti nisu učinkoviti. Kada planiraš svoje aktivnosti, razmisli o nekoliko strukturiranih sesija koji će nekako biti praćeni.

PRIKLADNOST

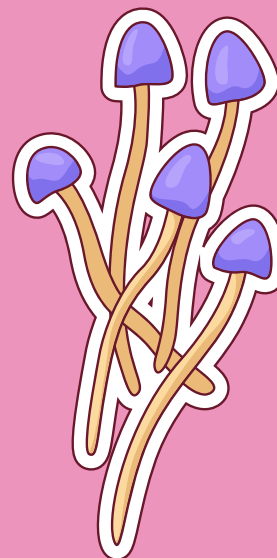
Nikada nije prerano da sa mladom osobom pričaš o drogama ako je taj razgovor prilagođen uzrastu. Takođe je važno uzeti u obzir razvojni nivo mladih ljudi i lokalnu kulturu mladih. Tvoje aktivnosti bi trebalo da pomognu u odražavanju stvarnosti i iskustava ciljne grupe.

KOMUNIKACIJA O KRATKOROČNIM POSLEDICAMA

Kad je reč rizicima povezanim sa upotrebom droga, naglasak bi trebalo da bude na kratkoročnim pre nego dugoročnim posledicama. Programi edukacije o drogama treba da se fokusiraju na neposredne rizike upotrebe droga (tj. opasne kontaminante, uzimanje nepoznate supstance, nepoznavanje snage određene supstance, efekte droga, rizike mešanja droga).

DOVOĐENJE MITOVA O DROGAMA U PITANJE I RAZBIJANJE STIGME

Ogromna količina informacija na temu droga puna je zabluda i mitova. Uključi ih u diskusiju s omladinom i dovedi u pitanje uobičajene mitove o drogama tako što ćeš pružiti informacije zasnovane na dokazima.



ODAVANJE PRIZNANJA ZA UČEŠĆE

Ustanovi pravila/sporazum sa učesnicima pre nego što započneš aktivnost. Ovo će pomoći da se aktivnosti odvijaju s poštovanjem i poverljivošću da bi se mladi ljudi osećali bezbednije u sredini gde je aktivnost organizovana.

GRADENJE I OBEZBEĐIVANJE POVERENJA

Na kraju programa možeš učesnicima podeliti sertifikate o završenom kursu i zahvaliti im se na doprinosima i naporima.

DOBROVOLJNO UČEŠĆE

Nemoj prisiljavati mlade ljude na učešće u aktivnosti ako nisu voljni. U slučaju da su mladi u pitanju maloletni, treba da tražiš i pristanak roditelja.



1.7. Korišćenje neosuđujućeg i inkluzivnog jezika u komunikaciji sa mladima

Jezik koji koristimo kada govorimo o ljudima koji koriste droge, ili ma kojoj drugoj ključnoj populaciji, značajno utiče na način na koji ove zajednice vide sebe i način na koji ih drugi vide. Reči i izrazi koje upotrebljavamo u razgovorima s ljudima koji koriste droge mogu snažno uticati na dalju komunikaciju s njima. Štaviše, neispravan jezik može stvoriti stigmatu, a stigma dovodi do diskriminacije. Stoga, treba da budemo pažljivi i inkluzivni, kao i da koristimo neosuđujuć jezik.

1.7.1. Vodeći principi za neosuđujuć jezik

Kanadska Asocijacija za javno zdravlje (Canadian Public Health Association) razvila je vodeće principe za neosuđujuć jezik³⁵ kada govorimo o seksualnosti, upotrebi droga i seksualno i krvno prenosi-vih bolesti. Slede glavni principi koje treba imati na umu prilikom razgovora s mladim ljudima:

- **Reči su važne.** Neke reči mogu učiniti da se ljudi osećaju isključeno i takođe mogu preneti stereotipe zasnovane na identitetu osobe. Stigmatizujuć jezik može učiniti da se ljudi osećaju nedobrodošlo ili nebezbedno u našoj sredini.
- **Jezik se menja.** Jezik je živa materija i vremenom se menja. Ovo znači da se može vremenom promeniti i moraš da budeš u toku sa tim promenama. Treba učiniti svaki napor da se koriste prikladne reči kada se razgovara o drogama.

- **Način razmišljanja je važan.** U redu je ponekad ne znati kako da objasniš neke stvari. Ne boj se greške i započni razgovor. Ako ti neko ispravi jezik, ostani otvoren/a i empatičan/a i iskoristi priliku da naučiš nešto od ljudi koji možda bolje poznaju i razumeju jezik.
- **Ljudi na prvom mestu.** Koristi jezik koji postavlja ljude na prvo mesto ('person first' language). Ovaj pristup se fokusira na pružanje nege koja je usmerenija na osobu. Daj prioritet nečijem identitetu pre nego drugim karakteristikama (npr. 'osoba koja živi sa HIV-om' umesto 'HIV-zaražena osoba').
- **Budi inkluzivan/a.** Probaj da koristiš što inkluzivniji jezik. Umesto da kažeš "momci i devojke" kada se obraćaš grupi ljudi, koristi reč "društvo". Ili umesto da iskoristiš reč "muž/žena", koristi reč "partner", koja je neutralnija i manje varljiva.
- **Budi precizan/a.** Koristi jezik zasnovan na načinu na koji se ljudi samoidentifikuju. Najbolji način da to otkriješ jeste da direktno pitaš ljude koji način obraćanja im je prijatan.
- **Budi kritičan/a.** Pre nego što nekoga predstaviš ili opišeš na osnovu ličnih karakteristika (poput rase, rodnog identiteta, invaliditeta, upotrebe supstanci, itd), zapitaj se da li je relevantno i neophodno to učiniti.

35 Kanadsko udruženje za javno zdravlje (2019). Language Matters. Koristeći jezik poštovanja u vezi sa seksualnim zdravljem, upotrebom supstanci, PPI i ukrštanjem izvora stigmatizacije. Ottawa, ON; Kanadsko udruženje za javno zdravlje. <https://www.cpha.ca/sites/default/files/uploads/resources/stbbi/language-tool-e.pdf>

1.7.1. Primeri neosuđujućeg i inkluzivnog jezika

Ispod se nalazi tabela sa nekim primerima kako možeš poboljšati svoj jezik pri razgovoru o upotrebi supstanci i seksualnosti. Imaj na umu da se ne mogu sve ove reči prilagoditi tvojoj kulturi i stvarnosti. U nekim slučajevima, možda prosto neće moći da se prevedu na tvoj jezik. U nekim drugim slučajevima, postoje drugi, alternativni izrazi u tvom jeziku koji se možda ne mogu prevesti na engleski ali su neosuđujuć kada komuniciramo sa ljudima iz ključnih populacija.

Tabela 5. Neosuđujuć i inkluzivan jezik: šta koristiti, a šta ne koristiti

KORISTITE	NEMOJTE KORISTITI
 Osoba koja koristi droge	 Korisnik droga
 Osoba sa neproblematičnom upotrebom droga, Osoba koja povremeno koristi [supstance]	 Rekreativni korisnici, Povremeni korisnici, Eksperimentalni korisnici
 Osoba sa zavisnošću od droga, Osoba sa problematičnom upotrebom droga, Osoba sa poremećajem upotrebe supstanci, Osoba koja koristi drogu (kada upotreba nije problematična)	 Zavisnik/ca, osoba koja zloupotrebljava droge, zavisnik, narkoman, narkos, čoman, dopara, itd.
 Problematična upotreba droga	 Droga je navika
 Apstinent, osoba koja je prestala da koristiti droge	 "Čist/a"
 Osoba koja aktivno koristi droge	 Dirty (as in "dirty screen")
 Odgovoriti na, Programski urediti, Organizovati	 Boriti se prema drogama i drugi "borbeni" jezik
 Prostor za bezbednu upotrebu droga	 Sobe za fix

USE	DON'T USE
 Osoba u oporavku, Osoba u dugom oporavku	 Bivši zavisnici
 Osoba koja injektira droge	 Injektirajući korisnik
 Opioidna supstitucionna terapija	 Opioidna zamenska terapija
 Upotreba droga	 Zloupotreba droga
 Osoba koja koristi alkohol	 Alkoholičar
 Seksualni kontakt (npr. oralni, vaginalni, analni, frontalni) bez kondoma/zubne brane/rukavice/PrEP/drugi način zaštite od polno prenosivih bolesti	 Rizičan seks, nezaptičen sex
 Imati više partnera	 Promiskuitet (promiskuitet je praksa čestog upuštanja u seksualne aktivnosti sa različitim partnerima)
 Kontrolisane supstance	 Ilegalni posed/ Ilegalna upotreba droga

KORISTITE	NEMOJTE KORISTITI
 Kontrolisane supstance	 Ilegalni posed/ Ilegalna upotreba droga
 Osoba koja živi sa HIV-om	 Inficiran/na HIV-om
 Dobio polno/krno prenosivu bolest	 Zarazio/la se
 Testiran/a negativno/pozitivno na...	 Čisto/prljavo u odnosu na toksikologiju urina
 Ključne populacije	 Ranjive populacije
 Seksualni/na radnik/ca, Osbe uključene u prodaju ili trgovinu seksom	 Prostitutka, kurva
 Tranzicija	 Promena pola
 Osoba koja je/je bila u zatvoru	 Osudjenik
 Osoba osuđena za (navodno) krivično delo	 Prestupnik



Omladinski rad i vršnjačka edukacija

Vršnjački rad – Šta je to? Kako i kada je efikasan?

Prilikom osmišljavanja programa koji imaju za cilj da mladima pruže znanja o psihoaktivnim supstancama, upotrebi supstanci ili zavisnosti, vredi razmotriti metod vršnjačkog rada/vršnjačke edukacije. Čini se da je upotreba ove metode efikasnija od „tradicionalnih“ metoda koje se danas široko koriste u prevenciji droga. Postoji mnogo argumenata u prilog korišćenju metode vršnjačke edukacije, ali pre nego što se osvrnemo na njih, ukratko ćemo govoriti o samoj ideji.

Ideja o vršnjačkom radu prvi put se pojavila 1970-ih³⁶. Nastala je među grupama za samopomoć koje su se formirale oko ljudi sa problemima mentalnog zdravlja. Zbog specifične i delikatne prirode njihovih problema, bili su spremni da veruju i otvore se samo za ljude sa sličnim iskustvom. Njihovi problemi su se uglavnom vrteli oko maltretiranja u psihijatrijskim bolnicama u kojima su boravili. Situacija u kojoj su se našli



navela ih je na pomisao da je proces lečenja više od lečenja simptoma od strane lekara prisutnih na odeljenju. Shvatili su da oni, kao pacijenti, mogu da pruže emocionalnu podršku, smernice i pomoć jedni drugima. Kao rezultat toga, rođen je metod vršnjačkog rada, koji se od tada vrednuje i metodički usavršava.

Vršnjački rad se prvenstveno odnosi na pružanje emocionalne i socijalne podrške ljudima sa kojima vršnjački radnici dele slična iskustva. Vršnjački rad se fokusira na izgradnju međusobnih odnosa zasnovanih na nadi i optimizmu. Sličnost iskustava je ovde presudna. Kroz svoje iskustvo, vršnjački edukatori su u stanju da pruže autentične primere prevazilaženja poteškoća i nedaća koje su iskusili u sopstvenim životima. Podela iskustava takođe gradi poverenje između strana, koje nedostaje u drugim, formalnijim, odnosima (npr. učenik-nastavnik).

Vršnjački rad je odlična prilika za zajednički proces učenja i razvoja od kojeg svi imaju koristi.

³⁶ Davidson L, Bellamy C, Guy K, Miller R. (2012). Podrška vršnjaka među osobama sa teškim mentalnim bolestima: pregled dokaza i iskustva. Svetska psihijatrija: zvanični časopis Svetske psihijatrijske asocijacije (WPA), 11(2), 123-128.
<https://doi.org/10.1016/j.wpsyc.2012.05.009>

U vršnjačkom radu vršnjački radnik deluje kao trener i mentor. Oni imaju zadatak da pomognu korisnicima vršnjačke usluge da postave ciljeve koje žele da postignu i da razviju veštine za postizanje tih ciljeva. Njihova uloga je i da izgrade zajednicu među klijentima i da ih podrže u stvaranju smislenog života u zajednici.



Ukratko, vršnjački rad se zasniva na tri stuba:

- 1. **Uzajamnosti** — da se osigura zdrav odnos između stranaka u kojem nema nejednakosti moći;
- 2. **Životnom iskustvu** — da pokaže drugoj strani kako da prevaziđe teškoće u životu; i,
- 3. **Optimizmu i nadi** — da inspirišete drugu stranu da napravi promene u životu.

2.1. Teorijski okvir vršnjačkog rada

Da bismo tačno razumeli šta je vršnjački rad i zašto je efikasan u oblasti mentalnog zdravlja, neophodno je sagledati teorijske osnove ovog oblika podrške. Kao što je ranije pomenuto, vršnjački rad se pojavio kao inicijativa na lokalnom nivou koju diktiraju potrebe. Tek nakon što su prvi programi vršnjačkog rada sprovedeni i evaluirani, profesionalci su došli do teorija da objasne zašto je vršnjački rad efikasan.

U nastavku je navedeno šest teorija za koje se pokazalo da su najvažnije u objašnjavanju kako vršnjački rad utiče na ponašanje mladih³⁷.

- 1. Teorija društvenog identiteta
- 2. Socijalna kognitivna teorija
- 3. Teorija privrženosti
- 4. Teorija otpornosti
- 5. Teorija socijalne integracije
- 6. Teorija nade

Prve tri teorije su najčešće citirane u evaluacijama i stručnoj literaturi iz ove oblasti i o njima će biti više reči.

Tabela 6. Tri glavne teorije koje su najvažnije u objašnjavanju kako vršnjački rad utiče na ponašanje mladih

Naziv teorije	Teorijske pretpostavke	U praksi
Teorija društvenog identiteta	1. Na samoprihvatanje utiče „unutar grupe“ kojoj pojedinac pripada. Pripadanje grupama koje se smatraju vrednim je važan izvor pozitivnog samopoštovanja. 2. Skloni smo da druge kategorišemo na „mi“ i „oni“, pri čemu su prvi ljudi sa kojima se identifikujemo. 3. Referentna grupa omogućava pojedincu da odredi koja ponašanja i stavovi dobro funkcionišu u grupi unutar koje se identifikuju. Na ovaj način ljudi donose zaključke i uče.	Vršnjačke grupe imaju veliki uticaj na formiranje identiteta pojedinca. Međutim, važno je to pratiti u kontekstu programa zasnovanog na vršnjačkom radu. Praćenje je ključno kako bi se osiguralo da implementirani program ne jača negativne stereotipe o identitetu i ulogama povezanim sa ciljnom grupom. Bez praćenja i usmeravanja, postoji rizik da će učesnici početi da se fokusiraju na probleme umesto na rešenja i usvajaju negativne identitete umesto da konstruišu pozitivnije opise sopstvenog identiteta.
Socijalno kognitivna teorija	Teorija socijalnog učenja zasniva se na dva stuba: društvenom modeliranju i ličnom posredovanju u ljudskom ponašanju. Lična agencija je uverenje ili iskustvo da sam „ja“ (agencija) uzrok „sopstvenih“ misli i akcija. Verovanja o ličnoj agenciji i samoopredeljenju regulišu kako pojedinac percipira i kognitivno obrađuje potencijalne pretnje ³⁸ . Ako je nivo uverenja u samoeфикаsnost nizak, ljudi se plaše potencijalnih pretnji i ranjivi su na njih jer ne mogu adekvatno da modeliraju svoje ponašanje. Ako je nivo uverenja u samoeфикаsnost visok, ljudi biraju s kojim izazovima da se suoče, koliko truda da ulože u poduhvat, koliko	Proces participativnog i opservacijskog učenja opisan u teoriji socijalnog učenja je relevantno objašnjenje kako programi zasnovani na vršnjačkom radu funkcionišu. Da bi pojedinac naučio određeno ponašanje i da bi se ono uspešno primenilo u svakodnevnom životu, pojedinac mora razumeti potencijalni ishod ako se ponašanje ponovi. Posmatrač nije orijentisan na potkrepljenje kroz zadovoljenje, niti na kažnjavanje ukoliko se primeni neadekvatno ponašanje. Posmatrač očekuje slične rezultate imitirajući ponašanje uočeno u grupi (tzv. očekivanja ishoda). Očekivanja su definisana društvenim okruženjem u kojem se posmatrač nalazi. Na ovaj način, učesnici stiču poverenje u svoju sposobnost da implementiraju nova ponašanja i, kao rezultat, stvaraju osećaj osnaženosti.

37 Zapadnoaustralijski centar za istraživanje promocije zdravlja (2010). Mi-Peer Toolkit. Perth; Univerzitet Curtin. <https://mypeer.org.au/planning/what-are-peer-based-programs/theory/>

38 Bandura A. (1997). Samoeфикаsnost: Vežbanje kontrole. V H Freeman / Times Books / Henri Holt & amp; Co. <https://psycnet.apa.org/record/1997-08589-000>

Naziv teorije	Teorijske pretpostavke	U praksi
	dugo da istraju u prisustvu prepreka i neuspeha i da li ih neuspesi motivišu ili demorališu. To im omogućava da efikasno i adekvatno prilagode svoje ponašanje situaciji.	
Teorija privrženosti	- Bliskost i pripadnost su među najvažnijim ljudskim potrebama. I sa evolucione perspektive i sa psihološke tačke gledišta, potrebna nam je pripadnost i sigurnost za pravilan razvoj. - Prihvatanje od strane drugih rezultira iskustvom sigurnosti i topline. Odbijanje rezultira doživljavanjem negativnih emocija — stida i straha.	Specifičan odnos koji se razvija između učesnika tokom vršnjačke podrške/ edukacije može zadovoljiti potrebu za bliskošću i pripadanjem. Ako su ove potrebe zadovoljene, lakše je stvoriti atmosferu poverenja i otvorenosti koja je neophodna kada se razgovara o temama kao što su upotreba supstanci i pružanje edukacije o drogama. Međutim, važno je unapred osigurati da vršnjaci koji sprovode vršnjačku edukaciju imaju odgovarajući nivo obuke i skup kvaliteta za obavljanje posla (npr. pozitivan stav, slična iskustva).

2.2. Oblici vršnjačkih programa i teme koje može pokriti

Postoji mnogo složenih, promenljivih pristupa, tumačenja i definicija koje obuhvata zbirni pojam „vršnjački rad“. Vršnjački rad objedinjuje mnoge radne metode u zavisnosti od potreba i povezanih ciljeva intervencija, npr. vršnjačka edukacija, podrška, posredovanje, zastupanje, podučavanje. U praksi, ovi termini se često koriste naizmenično. To izaziva poteškoće, ne samo u terminološkom smislu, što ima implikacije za istraživanja u ovoj oblasti, već i za praksu. Takođe može dovesti do zabune prilikom odlučivanja o tome koji pristup je najprikladniji za implementaciju.

U narednim paragrafima ćemo pogledati glavne karakteristike različitih vrsta vršnjačkog rada.

- **Vršnjačka edukacija** je dobro procenjena vaspitna metoda koja ima za cilj da promeni ponašanje, uverenja i norme osobe tako da sledi zdravije obrasce. Adekvatno obučeni i motivisani pojedinci iz iste grupe vršnjaka sprovode obrazovne aktivnosti i aktivnosti izgradnje veština kako bi poboljšali ili podržali zdravlje ili dobrobit vršnjaka. Aktivnosti vršnjačke edukacije su participativne i obično se odvijaju tokom dužeg vremenskog perioda, a ne na jednokratnoj osnovi.
- **Vršnjačka podrška/mentorstvo** ima za cilj da poboljša samopoštovanje i samoeфикаsnost, kao i da poboljša životne veštine, strategije suočavanja i veštine rešavanja problema od strane učesnika i često pruža podršku, kao što je tokom prelaznih perioda ili specifičnih životnih situacija. Zasnovan je na jačanju odnosa podrške između dvoje ljudi, pri čemu jedan

od njih obično ima više iskustva u određenoj temi.

- **Vršnjačka medijacija** je osmišljena da pripremi mlade ljude da djeluju kao posrednici u vršnjačkim sukobima.
- **Vršnjačko liderstvo** se fokusira na razvoj liderških i/ili veština savetovanja. Može biti sastavni deo svake intervencije zasnovane na kolegama.

Danas je pristup različitim izvorima znanja veći nego ikada. Međutim, uprkos povoljnim uslovima za sticanje znanja, mladi se i dalje bore sa nedostatkom osnovnih informacija o temama kao što su seksualnost i reproduktivno zdravlje, HIV/AIDS/SPI ili upotreba supstanci. Iako pomenuta pitanja spadaju u domen javnog zdravlja i znanje o njima treba da bude široko dostupno, u stvarnosti je mladim ljudima često teško da dođu do tačnih i jasnih informacija. To je uglavnom zbog socio-kulturnih normi u različitim zemljama i tabua oko ovih tema.

Postoje, zaista, postojeći obrazovni programi koji se bave temama o kojima je bilo reči. Oni, međutim, često usvajaju tradicionalne metode rada koje su neefikasne zbog nekoliko velikih nedostataka:

- Prezentacija znanja na autoritativan način;
- Predstavljanje znanja na osuđujući način. U slučaju edukacije o drogama, ovo je posebno hitan problem — zavisnost se predstavlja kao ponašanje koje treba kazniti, a ne kao zdravstveni problem koji treba lečiti. Ovo može stvoriti stavove kod mladih ljudi u kojima se plaše da traže pomoć; i,
- Neadekvatnost znanja o vrednostima, pogledima i životnim stilovima mladih.

Vršnjačka edukacija je pristup koji minimizira sve ove probleme. Princip vršnjačke edukacije kao dijaloga između ravnopravnih pojedinaca osigurava da se informacije prenose na neautoritativan način. Upotreba pristupa bez osuđivanja povećava samopouzdanje mladih ljudi da se otvore. Nefor-

malno okruženje dodatno pozitivno utiče na nivo poverenja unutar grupe. Vršnjački rad je efikasan metod edukacije o drogama jer je participativan – ljudi zajedno razgovaraju i uče o nekoj temi. Ovaj pristup nam omogućava da sagledamo stvari iz nove perspektive bez da nam se kaže šta da mislimo ili radimo

Ukratko, metod vršnjačke edukacije se prvenstveno koristi unutar, izvan ili oko tradicionalnih javnih zdravstvenih usluga i programa između dva pojedinca ili u grupama. Konkretno, može se primeniti na mnoge oblasti mentalnog zdravlja, uključujući upotrebu supstanci i prevenciju nasilja.

2.3. Ko je ko? Definicija omladinskog radnika. Vršnjačkog radnika i vršnjačkog edukatora



Vršnjak se odnosi na osobu koja pripada istoj društvenoj grupi kao i neki drugi ljudi na osnovu starosti, pola, seksualne orijentacije, zanimanja, socio-ekonomskog i/ili zdravstvenog statusa itd



Obrazovanje se odnosi na razvoj nečijeg znanja, stavova, uverenja ili ponašanja koji su rezultat procesa učenja

Vršnjački edukator je osoba iz poznate sredine, tj. vaš vršnjak, koji ima informacije o određenoj temi i obučen je da te informacije iznese u neformalnoj atmosferi (na zabavi, ekskurziji, u kafiću i sl.) ili na organizovanom predavanju (u školi, omladinskom centru, itd.).

Omladinski radnik je osoba koja radi sa mladima na njihovom ličnom, socijalnom i obrazovnom razvoju u neformalnom okruženju kroz obrazovne procese, brigu i pristupe slobodnom vremenu.

Kada radi u oblasti droga, vršnjački radnik koristi svoje doživljeno iskustvo upotrebe supstanci, obogaćujući ga veštinama stečenim tokom formalne obuke kako bi pružio usluge podrške drugim korisnicima supstanci.

U procesu osmišljavanja programa za mlade koji pokrivaju teme vezane za upotrebu supstanci vredi, ili se čak preporučuje, angažovati ne samo omladinske radnike u timu, već i vršnjačke edukatore i vršnjačke radnike. Oni mogu graditi na svom direktnom iskustvu promene ponašanja u vezi sa upotrebom supstanci i ponuditi jedinstvenu i vrednu podršku drugima kroz deljenje sličnih iskustava što je od suštinskog značaja u procesu učenja i promene ponašanja.

2.4. Formalna i neformalna vršnjačka edukacija

Neformalna vršnjačka edukacija se odnosi na rad sa pojedincima ili malim grupama ljudi u neformalnom ili neorganizovanom okruženju kao što je rad na ulici i terenski rad. Obično je neformalni vršnjački rad usmeren na najugroženije grupe koje su inače van strukturisanog okruženja, kao što su romska deca u naseljima.

Formalna vršnjačka edukacija — Vršnjačka edukacija u omladinskim klubovima, organizacijama civilnog društva ili centrima za obuku. Ove vrste programa su obično dizajnirane da prate specifične programe, metodologije i strukture.

2.5. Etičnost programa zasnovanih na vršnjačkom pristupu

Da bi programi koji uključuju vršnjačku edukaciju bili uspešni i prihvaćeni, neophodno je, pre svega, poštovanje određenih etičkih principa.

Sve osobe uključene u program, kao i sam program, treba da se pridržavaju utvrđenog etičkog

kodeksa koji se tiče međuljudskih odnosa članova tima i odnosa sa ciljnom grupom i uključuje sledeće principe:

POŠTOVANJE, UNAPREĐENJE I ZAŠTITA LJUDSKIH I DEČJIH PRAVA

Program vršnjačke edukacije, i sve njegove komponente, poštuju i zagovaraju principe ljudskih i dečjih prava. Svi učesnici programa vršnjačke edukacije treba da budu upoznati sa osnovnim ljudskim i dečjim pravima i da tokom realizacije programa aktivno doprinose njihovom poštovanju, unapređenju i ostvarivanju.

Na primer, *ako je program namenjen mladim Romima, treba voditi računa o tome koja prava Roma se krše u društvu, da li program to prepoznaje i da li se na adekvatan način bavi ovim problemom.*

NEGOVANJE RAVNOPRAVNOSTI I TOLERANCIJE POŠTOVANJE KULTURNIH I DRUGIH RAZLIKA/ SPECIFIČNOSTI

Svi učesnici programa vršnjačke edukacije ravnopravni su akteri u aktivnostima predviđenim programom. Ovakve aktivnosti se odvijaju u duhu tolerancije i međusobnog poštovanja dostojanstva ličnosti i posebnosti svakog/svih učesnika uz razumevanje i saradnju zasnovanu na nenasilnoj komunikaciji.

Na primer, *vaspitač treba da bude dobro upoznat sa tradicijom i kulturnim specifičnostima društvene grupe kojoj pripadaju učesnici programa. Pored toga, trebalo bi da unaprede svoje znanje o kulturnim osobenostima i karakteristikama učesnika programa kako bi što uspešnije realizovali program i promovisali kulturu ravnopravnosti i duha tolerancije. Takođe, vaspitači ne smeju pokazivati naklonost prema jednom delu grupe ili pojedinca, niti nenaklonost prema bilo kome.*

PROMOVISANJE RODNE RAVNOPRAVNOSTI

Program vršnjačke edukacije je osetljiv na rodne specifičnosti i podržava i promoviše rodnu ravnopravnost sa svojim ciljevima i strategijama predstavljenim u svim komponentama. Rodna ravnopravnost je ugrađena u sve komponente programa, tj. program se zalaže za ravnopravan odnos između dečaka, devojčica i nebinarnih osoba u svakom segmentu realizacije programa. Plan

praćenja i evaluacije programa uključuje i indikatore za praćenje rodne ravnopravnosti.

Na primer, *programi reproduktivnog zdravlja često ne pokrivaju dovoljno specifična pitanja dečaka u vezi sa seksualnim zdravljem. S druge strane, programi namenjeni mladim injektirajućim korisnicima droga često ne posvećuju dovoljno pažnje specifičnostima ženske populacije i njihovim problemima, kao što su odnosi sa partnerom i sl.*

PROFESIONALNOST SVIH UKLJUČENIH U PROGRAM

Profesionalnost u radu podrazumeva odgovarajući nivo znanja, proceduralnih znanja i njihovu adekvatnu primenu, posebno s obzirom na specifičnosti ciljne grupe programa.

Profesionalizam podrazumeva stalno usavršavanje, tj. razvijanje znanja i unapređenje veština nosilaca programa a samim tim i kvaliteta samog programa.

Profesionalizam podrazumeva svest o sopstvenim kapacitetima u znanjima i veštinama i spremnost za korišćenje dodatnih ljudskih ili drugih resursa, tj. upućivanje ciljne grupe na stručnjake i referentne institucije.

U radu sa ciljnom grupom ili pojedincima, vršnjački edukator ne nameće njihova mišljenja i vrednosti, već podstiče sve učesnike da razmišljaju i samoprocenjuju sopstvene vrednosti.

U radu sa ciljnom grupom, realizatori programa se ne oslanjaju na, niti koriste stavove i shvatanja koja prevazilaze okvire programa.

Svi nosioci programa imaju udeo odgovornosti za uspeh programa i odnose se prema informacijama koje daju sa maksimalnom odgovornošću.

For example, the educator should not give information for which its credibility is dubious. In case of uncertainty, the educator refers to a person or institution that possesses valid and credible information.

OBEZBEĐIVANJE I ZAŠTITA POVERLJIVOSTI

Svi uključeni u program poznaju i poštuju principe poverljivosti i stvaraju bezbedno okruženje za učesnike programa. Poverljive i lične informacije mogu se, ako je potrebno, deliti samo sa supervi-

zorom.

Na primer, *edukator je u obavezi da van kruga radionice ne iznosi sadržaje lične prirode koje dele učesnici.*

Edukator je takođe dužan da spreči lična priznanja kada smatra da drugi učesnici/polaznici nisu u potpunosti upoznati sa principima poverljivosti.

DAVANJE LIČNOG PRIMERA

Edukator je nosilac vršnjačkog kredibiliteta i istovremeno svojim ponašanjem daje pozitivan lični primer praktikovanjem zdravih stilova života.

Kredibilitet članova tima je rezultat takmičenja ličnih stavova i stavova i vrednosti programa i organizacije koja je nosilac programa.

Etički stavovi, kao i stavovi uopšte, stalno se izgrađuju. Preporučuje se sistematski i kontinuiran rad na izgradnji ličnih stavova i etičkih principa, uključujući i prevazilaženje predrasuda prema određenoj ciljnoj grupi, ukoliko se one pojave.

Na primer, *ako je lični stav vršnjačkog edukatora u suprotnosti sa stavovima standardizovanog programa vršnjačke edukacije, edukator to ne sme da iskaže, pogotovo ne kao stav koji program promovise.*

Ukoliko se u okviru vaspitanja promovišu određena ponašanja i stavovi, vaspitač je dužan da svojim ličnim ponašanjem i stavovima ne odstupa od promovisanog ponašanja i stavova.

2.6. Planiranje vršnjačke edukacije

Planiranje vršnjačke edukacije se ne razlikuje od planiranja bilo kakve intervencije u oblasti socijalnih usluga, prevencije droga itd. Uključuje nekoliko koraka koji, ako se prate pažljivo i na uredan način, osiguravaju da je aktivnost adekvatna, efikasna i efikasna.

2.6.1. Procena potreba

Procena potreba je prvi i najvažniji korak u planiranju bilo koje intervencije. Ali šta je uopšte potreba? Jednostavno rečeno, potreba je razlika između trenutne situacije i željene situacije. Da bi-

Slika 4. Ciklus planiranja intervencije. Izvor: EMCDDA 2011.



smo procenili potrebe zajednice ili specifične populacije, potrebno je da odaberemo ciljno područje i da pravilno identifikujemo glavni problem. Tačnije, koraci uključuju: (i) identifikaciju grupe na koju se problem odnosi; (ii) odlučivanje o obimu; (iii) identifikovanje glavnih grupa koje utiču na situaciju; (iv) razvijanje veza; (v) prikupljanje podataka; i, (vi) analizu podataka i izradu izveštaja o proceni potreba, uključujući informacije o tome šta vaš program edukacije vršnjaka treba da ima za cilj.

U procesu procene potreba, ključno je prikupiti detaljne i sveobuhvatne informacije o situaciji (npr. upotreba droga) i razumeti svoju ciljnu populaciju, što znači da uzmete u obzir perspektive i potrebe zajednice što omogućava adekvatno prilagođavanje programa.

2.6.2. Procena resursa

Procena resursa je sledeći korak u planiranju intervencije. Naravno, vaši resursi (npr. finansiranje, ljudski resursi, kapaciteti, vreme) su ograničeni, stoga ograničavaju mogući obim vaše intervencije vršnjačke edukacije. Postoje dve glavne kategorije resursa koje treba da uzmete u obzir: resursi zajednice i interni resursi vaše organizacije.

Procena resursa zajednice je važna jer program može biti uspešan samo ako ga podržava zajednica i ako su ljudi voljni i sposobni da se uključe. To znači da treba da procenite sposobnost i volju ciljne populacije da bude uključena, kao i moguće izvore podrške i protivljenja vašoj intervenciji. Ovaj poslednji deo procene resursa može se preduzeti kroz analizu zainteresovanih strana — vežbu koja se fokusira na mapiranje relevantnih za-

interesovanih strana u kontekstu njihove podrške naspram protivljenja programu i nivoa njihove moći (odnosno, u kojoj meri oni mogu uticati na vašu intervenciju)³⁹.

Procena internog kapaciteta pomaže u određivanju izvodljivog obima programa. Različiti programi zahtevaju različite resurse; dakle, trebalo bi da razmislite o potrebnom osoblju (Kakvo iskustvo treba da imaju? Koje veštine treba da imaju?), infrastrukturi i operativnim resursima, tehnologiji, finansiranju, odnosima sa ciljnom zajednicom i drugim profesionalnim organizacijama na terenu, itd. Procena internog kapaciteta je deo SVOT analize, vežbe koja ima za cilj da identifikuje prednosti, slabosti, prilike i pretnje organizacije. Ukratko, snage su unutrašnje, korisne karakteristike organizacije; slabosti su unutrašnje negativne karakteristike organizacije; prilike su spoljašnje pozitivne karakteristike („šanse“ koje identifikujete u spoljašnjem okruženju); a pretnje su spoljašnje nepovoljne osobine – moguće negativne pojave u spoljašnjem okruženju⁴⁰.

2.6.3. Formulacija programa vršnjačke edukacije

Tokom faze formulisanja programa planiranja vršnjačke edukacije, glavni zadatak je da se jasno ocrtaju ključni elementi programa, njegov sadržaj i struktura. Formulacija programa služi kao osnova za osmišljavanje intervencije. To je najkompleksniji deo planiranja intervencije i zahteva značajnu pažnju i veštine.

Prvo, trebalo bi definisati ciljeve programa, u idealnom slučaju, uzimajući u obzir kratkoročne, srednjoročne i dugoročne rezultate. Na primer, kao rezultat vašeg programa vršnjačke eduka-

cije, učesnici stiču nova znanja o psihoaktivnim supstancama. Shodno tome, oni donose bolje informisane izbore u vezi sa upotrebom supstanci i, dugoročno gledano, njihova bezbednost i zdravstveni status su na višem nivou nego što bi bili bez vaše intervencije. U formulisanju ciljeva intervencije treba slediti tzv. S.M.A.R.T. kriterijuma. Akronim označava karakteristike dobro formulisanih ciljeva i zadataka; Naime, oni treba da budu specifični, merljivi, dostizni, relevantni i vremenski ograničeni⁴¹.

Drugo, da biste povećali verovatnoću da vaša intervencija bude efikasna u postizanju svojih ciljeva, trebalo bi da koristite teorijski (ili logički) model za svoj program. Teorijski model je skup pretpostavki koje su međusobno povezane, odnosno formiraju kauzalni lanac koji objašnjava kako se postižu promene u ishodima.

Treće, trebalo bi da definišete svoju ciljnu populaciju, fokusirajući se na specifične, eksplicitne i opravdane kriterijume u pogledu toga ko je „in“ a ko „out“. Definicija ciljne populacije treba da se zasniva na proceni potreba.

Četvrto, trebalo bi da definišete okruženje vaše intervencije vršnjačke edukacije, odnosno okruženje u kome se vaš program odvija.

Peto, temeljna analiza dostupne literature ili mišljenja stručnjaka o ovoj temi je ključna. Trebalo bi da obezbedite da je vaš program vršnjačke edukacije zasnovan na dokazima.

Konačno, trebalo bi da odlučite o vremenskoj liniji vašeg programa kako biste mogli da pratite njegov napredak, kao i da planirate raspodelu rada i resursa. Alat koji je od pomoći u određivanju vremenske linije je Gantov grafikon — trakasti grafikon koji ilustruje raspored projekta⁴².

³⁹ Za više vidi: Mind Tools. Analiza zainteresovanih strana. Edinburgh; Emerald World Limited, 2022. https://www.mindtools.com/pages/article/newPPM_07.htm

⁴⁰ Za više vidi: McVicar S (2012). Izvlačenje maksimuma iz SVOT analize. Keene, NH; The Hannah Grimes Center for Entrepreneurship. <https://www.hannahgrimes.com/544>

⁴¹ Za više vidi: Mind Tools. SMART Goals. How to Make Your Goals Achievable. Edinburgh; Emerald World Limited, nedatirano. <https://www.mindtools.com/pages/article/smart-goals.htm>

⁴² Za više vidi: Šta je GANTT chart? <https://www.gantt.com/>

2.6.4. Dizajn intervencije

Faza dizajniranja intervencije se odnosi na planiranje stvarnih aktivnosti u vašem programu vršnjačke edukacije. Da biste postigli ciljeve vaše intervencije, želite da svoje aktivnosti učinite smisljenim i zanimljivim za učesnike. Takođe želite da obezbedite da stvorite prijateljsku atmosferu dobrodošlice u kojoj se odnosi zasnivaju na međusobnom poštovanju i saradnji, a da su različitost i inkluzivnost osnovne vrednosti.

U slučaju dugoročnih intervencija, programi vršnjačke edukacije treba da budu osmišljeni na način da se svaki sledeći korak nadograđuje na prethodni(e). Međutim, važno je proceniti da li je dugoročan odnos sa učesnicima uopšte moguć. U određenim slučajevima, kratkoročne intervencije mogu biti najbolji izbor.

Važno je da u fazi dizajniranja intervencije takođe odredite kriterijume za završetak programa. U kontekstu vršnjačke edukacije, postizanje ciljeva programa često kasni sa vremenom. Zbog toga je neophodno definisati kriterijume završetka programa na nivou outputa ili nivou intervencije. Na primer, ako organizujete niz radionica, odredite koliko radionica može da propusti učesnik da bi i dalje završio program.

2.6.5. Menadžment i mobilizacija resursa

Upravljanje i mobilizacija resursa uključuje nekoliko elemenata:

1. Ilustrovanje plana programa — potrebno je izraditi plan koji uključuje sve neophodne podatke i aktivnosti.
2. Planiranje finansija — trebalo bi da pripremite budžet za svoju intervenciju.
3. Postavljanje tima — osoblje uključeno u vaš program vršnjačke edukacije treba da ima adekvatne veštine i stručnost, a odgovornosti svakog člana osoblja treba da budu jasno definisane.

4. Rekrutovanje i održavanje učesnika — potrebno je da izaberete kvalifikovane ljude iz prethodno definisane ciljne grupe.
5. Priprema programskih materijala — ovo se odnosi ne samo na materijale koji se distribuiraju učesnicima (npr. priručnici, vodiči), već i na objekte, neophodnu opremu itd.
6. Priprema opisa programa — trebalo bi da pripremite detaljan opis programa (uključujući aktivnosti, ciljeve, itd.) kako bi svi relevantni akteri, uključujući potencijalne učesnike, mogli da budu informisani o tome.

2.6.6. Implementacija i monitoring

Sprovođenje programa vršnjačke edukacije treba verno pratiti plan programa i obezbediti najbolji mogući kvalitet aktivnosti. Svaka ad hoc i diskreciona promena prvobitnog plana može dovesti do ugrožavanja efikasnosti programa i, posledično, postizanja njegovih ciljeva.

Praćenje bi trebalo da bude sastavni deo sprovođenja vaše intervencije. Trebalo bi kontinuirano prikupljati procesne podatke i analizirati ih kako biste osigurali kvalitet.

Važno je da praćenje implementacije programa može otkriti potrebu za prilagođavanjem, na primer, ako je jasno da se rezultati ne postižu ili ako postoje problemi sa napuštanjem učesnika. Izmene treba izvršiti samo ako su neophodne da bi se održao kvalitet programa ili da bi se poboljšao. Oni treba da budu dobro obrazloženi i dokumentovani i da se pridržavaju ciljeva programa.

2.6.7. Finalna evaluacija

Završne evaluacije se sprovode nakon završenog programa vršnjačke edukacije. Cilj evaluacije je da se proceni efikasnost intervencije, odnosno da se ispita u kojoj meri su postignuti nameravani ciljevi i da li je bilo nenamernih (pozitivnih ili negativnih) efekata. Evaluacija se može fokusirati na ishode — stepen promena kod učesnika u kontekstu ciljeva programa, i proces — kako su te promene postignute.

Trebalo bi da izaberete najizvodljiviji plan evaluacije s obzirom na vaše resurse i da ga napišete u pisanoj formi. Najvažniji element plana evaluacije su indikatori evaluacije. Oni treba da budu jasni, merljivi i informisani o ciljevima intervencije.

2.6.8. Diseminacija i unapređenje

Završne evaluacije pružaju informacije o efikasnosti intervencije. Na osnovu tih informacija treba doneti odluku da li program treba prekinuti ili nastaviti. U principu, treba nastaviti sa programima vršnjačke edukacije dokazano visoke efikasnosti. Štaviše, rezultati evaluacije mogu poslužiti i kao osnova za prilagođavanje programa radi poboljšanja njegovog kvaliteta, implementacije i efektivnosti itd. Podatke o praćenju i evaluaciji treba pažljivo analizirati, posebno ako ciljevi programa nisu postignuti. U svakom slučaju, naučene lekcije treba koristiti kao osnovu za planiranje budućih intervencija.

Diseminacija rezultata, a možda i izveštaja o evaluaciji intervencije, važna je iz nekoliko razloga. Prvo, omogućava relevantnim zainteresovanim stranama da budu informisani o rezultatima programa. Drugo, može pomoći u nastavku programa kroz njegovu promociju među donatorima i zajednicama. Treće, pomaže da se poveća vidljivost i može inspirisati druge da rade sa vašom organizacijom. Četvrto, može povećati nivo interesovanja za program među ciljnom populacijom. Konačno, može poslužiti kao osnova ili inspiracija za druge vršnjačke edukatore da razviju sopstvene programe.

2.7. Razvoj veština

2.7.1. Koje veštine su potrebne vršnjačkom radniku i vršnjačkom edukatoru?

Vršnjački edukator treba da bude osetljiv, otvorenog uma, dobar slušalac i dobar komunikator. Trebalo bi da budu prihvatljivi za zajednicu i da budu

od poverenja. Ukratko, trebalo bi da poseduju dobre međuljudske veštine. Vršnjački edukator takođe treba da razvije veštine vođenja i motivacije. Vršnjačka edukacija nije samo podučavanje drugih; takođe se radi o tome da vršnjački edukatori stalno uče i grade svoje kapacitete.

2.7.2. Rekrutacija i odabir vršnjačkih radnika i vršnjačkih edukatora

Za dobar omladinski rad i programe vršnjačke edukacije veoma je važan razvoj veština vršnjačkih edukatora. Kada razmišljate o tome koje vršnjačke edukatore (e) uključiti, pokušajte da imate na umu njihova interesovanja i polja stručnosti, ali i publiku sa kojom će raditi. Sve ove stvari imaju ključnu ulogu i mogu pomoći i edukatoru i organizacijama koje sprovode programe da što bolje sprovode aktivnost kako bi se obezbedilo dobro razumevanje među svima uključenima. Ovo je mesto gde njihovo znanje i meke veštine zaista mogu da zablistaju.

2.7.3. Meke veštine (soft skills)

Soft skills su netehničke kompetencije koje utiču na način na koji radite. Drugim rečima, oni su lični atributi, uključujući komunikacijske veštine, međuljudske veštine, stavove, sposobnost rešavanja problema, timski rad i druge. U vršnjačkoj edukaciji, meke veštine su neophodne jer su vršnjački edukatori u stalnoj interakciji sa drugima. U ovom odeljku ćemo razgovarati o nekoliko ključnih mekih veština za vršnjačku edukaciju.

2.7.3.1. Integritet

Imati integritet znači biti pošten i pridržavati se čvrstih moralnih principa i etike. Imati integritet znači uvek raditi pravu stvar u svim okolnostima. Osoba koja ima integritet nije korumpirana i njena privrženost određenim etičkim principima je dosledna i apsolutna. Jasno je da je integritet prilično složen koncept i veština koja kombinuje nekoliko ličnih atributa nižeg nivoa, kao što je npr:

- **Iskrenost**, što znači biti otvoren prema svojim uverenjima i govoriti istinu. To takođe znači da ne iskorišćavate druge, uključujući skrivanje svojih stvarnih motiva ili podsticaja.
- **Poštovanje**, što znači prihvatanje ljudi onakvima kakvi jesu, bez obzira na njihovo mišljenje ili ponašanje. Poštovanje je takođe razumevanje značaja osobe kao takve i rezultira učtivim odnosom prema njoj.
- **Odgovornost**, što znači prihvatanje odgovornosti i vlasništvo nad svojim odlukama i postupcima. Biti odgovoran znači ne kriviti druge ili se pravdati u slučajevima kada nešto ne funkcioniše kako je planirano.
- **Pomaganje drugima**, što znači da ste svesni svog okruženja i da ste spremni da odgovorite na potrebe koje primetite, uključujući situacije u kojima menjate svoje planove da biste zadovoljili potrebe drugih.

2.7.3.2. Veštine komunikacije

Komunikacijske veštine su fundamentalne u svakoj situaciji u kojoj treba da komuniciramo sa drugim ljudima. Komunikacija je dvosmerna ulica, uključujući deljenje informacija od strane jedne osobe i primanje od strane nekog drugog, pri čemu su obe informacije podjednako važne.

Komunikacione veštine obuhvataju tri osnovne kategorije: verbalnu komunikaciju; Neverbalna komunikacija; i veštine slušanja. One su međusobno povezane, što znači da se u praksi ne mogu u potpunosti odvojiti jedna od druge.

Verbalna komunikacija je jednostavno korišćenje reči za prenošenje informacija drugima. **Efektivno govorenje** znači biranje odgovarajućih reči u različitim kontekstima i različitoj publici (npr. zabava ili konferencija), kontrolisanje načina na koji govorite (npr. nivo angažovanja, uzbuđenja, interesovanja) i kako podržavate svoju poruku neverbalnom komunikacijom. Aktivno slušanje je takođe ključni element efikasne verbalne komunikacije.

Efikasnost verbalne komunikacije može se poboljšati primenom različitih tehnika, na primer:

Pojačavanje znači jačanje i odnosi se na korišćenje ohrabrujućih reči i podržavanje istih neverbalnom komunikacijom, npr. klimanje glavom, održavanje kontakta očima, pozitivne izraze lica dobrodošlice.

Refleksija se odnosi na aktivno i istinsko slušanje osobe sa kojom komunicirate i parafraziranje njenih reči, izražavanje njenih poruka, ali i osećanja svojim rečima.

Pojašnjenje se odnosi na ispitivanje osobe sa kojom komunicirate bez osude i deljenje suštine njenih poruka (kako ih vi razumete) nazad.

Ispitivanje se odnosi na način na koji dobijate informacije od osobe sa kojom komunicirate. Ispitivanje može biti od pomoći u započinjanju razgovora i izražavanju istinskog interesovanja za nekoga.

Neverbalna komunikacija tje deo komunikacije koji se ne zasniva na upotrebi reči. To uključuje slanje implicitnih poruka kroz fizičku blizinu, držanje, govor tela (geste), dodir, izraze lica, pogled očiju, glasnoću i ton glasa itd. Ove poruke mogu imati mnogo funkcija; na primer, mogu pomoći u ponavljanju, naglašavanju, dopunjavanju ili čak zameni verbalne komunikacije. Kao rezultat toga, kroz neverbalnu komunikaciju možete pokazati interesovanje ili brigu, izgraditi poverenje ili izraziti osećanja i namere. S druge strane, posebno u slučajevima kada su neverbalne poruke u suprotnosti sa sadržajem verbalnih, rezultat može biti izazivanje sumnje, nedostatak poverenja, povećanje emocionalne distance i na drugi način narušavanje odnosa.

Neverbalna komunikacija je složenija od verbalne. Prvo, često je nesvesno, što može dovesti do namernog slanja poruka. Drugo, njegovo značenje je nejasnije, u velikoj meri zavisi od konteksta, ljudi koji su uključeni i kulture. Konačno, veoma je teško protumačiti jednu manifestaciju neverbalne komunikacije izolovano jer je svaki izraz ili gest sastavni element većeg entiteta, uključujući i druge neverbalne poruke, kao i verbalne.

Slušanje je suštinska veština u komunikaciji koju ne treba mešati sa jednostavnim slušanjem onoga

što se govori. Postoji nekoliko vrsta slušanja, na primer, informativno, pristrasno, sveobuhvatno, empatično itd.

Što se tiče edukacije vršnjaka, veština koja se zove „aktivno slušanje“ je od najveće važnosti. Aktivno slušanje znači svesno i potpuno fokusiranje na osobu koja govori, razumevanje i varenje njene poruke i, nakon toga, odgovor na promišljen i smislen način. Aktivno slušanje karakteriše stav bez osuđivanja, strpljenje, verbalno i neverbalno izražavanje angažovanja, postavljanje pitanja, razmišljanje, pojašnjavanje i sumiranje. Aktivno slušanje pomaže u sticanju informacija, izgradnji i razvoju odnosa, saosećanju sa drugima, efikasnijem razumevanju stvari i identifikaciji i rešavanju problema i još mnogo toga.

2.7.3.3. Veštine za međuljudske odnose

Interpersonalne skills su skup veština koje su neophodne za interakciju sa drugima, kako pojedinačno tako i u grupama. One se odnose na emocionalnu inteligenciju (EK – emocionalni kvocijent), za razliku od tehničkih veština (npr. analiza podataka, računovodstvo) koje su povezane sa IK – kvocijentom inteligencije. Nivo interpersonalnih veština može, u izvesnoj meri, zavisi od ličnosti i instinkta; zato se na neke ljude gleda kao na „prirodno dobre sa drugima“, a na druge kao na manje. Interpersonalne veštine se mogu naučiti; međutim, proces učenja zahteva praksu interakcije sa drugima, a ne čitanje udžbenika.

Neke od interpersonalnih veština koje su neophodne u radu vršnjačke edukacije uključuju: svest o sebi i drugima; empatija; upravljanje i rešavanje sukoba; konstruktivne povratne informacije;

veštine motivacije; i veštine timskog rada. U vršnjačkom radu takođe je ključno da vaš odnos prema drugima bude gostoljubiv i saosećajan. Dobar vršnjački radnik je neko ko brine o drugim ljudima, strpljiv je sa njima, poštuje svakoga, osetljiv je i pruža udobnost ako je potrebno.

2.7.3.4. Veštine rešavanje problemata

Rešavanje problema je proces praćenja utvrđenih ili ad-hoc metoda za pronalaženje rešenja za probleme i izazove na koje se nailazi. Uključuje nekoliko koraka:

1. Identifikovanje problema
2. Analizirajući problem
3. Opisivanje problema
4. U potrazi za osnovnim uzrokom (uzrocima) problema
5. Razvijanje ideja za moguća rešenja
6. Vrednovanje rešenja
7. Odabrati rešenje i primeniti ga
8. Procena rezultata.

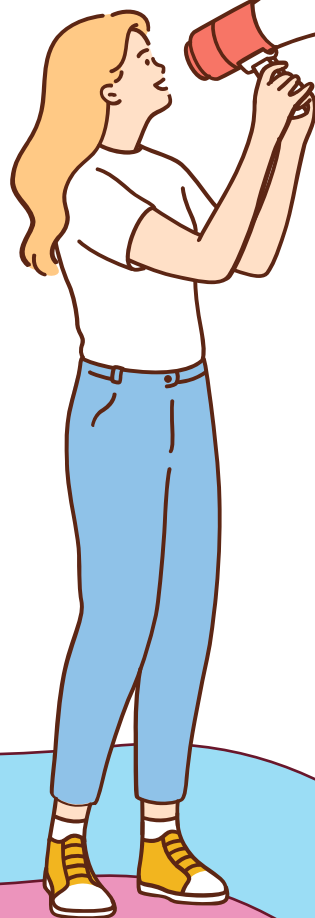
Veštine rešavanja problema omogućavaju rešavanje problema za koje se čini da se brzo i efikasno rešavaju. Dakle, osnovne veštine koje su korisne u ovom kontekstu uključuju: analitičko mišljenje, istraživanje, kreativnost, donošenje odluka i komunikaciju.

Posedovanje veština rešavanja problema nam omogućava da u većoj meri kontrolišemo svoje okruženje.

2.7.4. Pravila i obaveze vršnjačkog radnika i vršnjačkog edukatora

Prilikom izrade programa vršnjačke edukacije potrebno je kreirati pravila koja će jasno definisati delokrug rada i usmeravati vršnjačke edukatore. Takav skup pravila ne samo da pruža etički okvir za rad, već služi i da zaštiti obe strane — vršnjaka i osobu koja učestvuje u procesu — od preokračanja određenih granica. Ovo je veoma važno jer se bavimo temama koje se odnose na mentalno zdravlje, blagostanje i biranje zdravijih obrazaca u životu, a na sve to mogu negativno uticati nepromišljeni postupci.

Mnoge organizacije razvijaju etički kodeks od samog početka programa kako bi kolegama olakšali da u potpunosti razumeju svoju ulogu, svoje odgovornosti i pravila. Na osnovu etičkih standarda u sprovođenju programa vršnjačke edukacije, u nastavku smo naveli niz principa, uz objašnjenje zašto je to posebno važno i kako ove principe primeniti u radu.



Izbegavajte direktivno pripovedanje i zloupotrebu moći

ZA VRŠNJAKE:

Odgovornost vršnjaka je da svoja znanja i veštine prenesu na način da pomognu u stvaranju zdravijeg uzora i širenju znanja mladih. Vršnjački radnik to treba da radi na način da ne iskorišćava svoju poziciju u odnosu na druge.

KAKO IMPLEMENTIRATI:

Kada obučavate vršnjačke radnike, uverite se da su u stanju da prenesu znanje bez preuzimanja direktne nastavne uloge. Vršnjački radnik je vodič, mentor — pokazuje put, ali ne nameće pravac. Poštovanje izbora pojedinca doprinosi izgradnji osećaja samoeфикаsnosti i to omogućava da se zdraviji izbori donose svesno.

Vršnjačka edukacija ima definisan obim

ZA VRŠNJAKE:

Vršnjački rad je dobar metod za rešavanje mnogih problema sa kojima se susreću mladi ljudi, ali je važno zapamtiti da je svako u jedinstvenoj situaciji. Ponekad grupna psihoedukacija nije dovoljna za promenu stavova — osobi može biti potrebna individualna pažnja. Vršnjački radnici treba da imaju jasno definisan sistem upućivanja u zavisnosti od identifikovanog problema.

KAKO IMPLEMENTIRATI:

Uspostaviti jasan sistem upućivanja za ljude kojima su takve preporuke potrebne odgovarajućim stručnjacima. Ovo je posebno važno u kontekstu edukacije o drogama — može doći do trenutaka kada učesnici programa prijave probleme ili zabrinutost u vezi sa upotrebom supstanci kod sebe ili svojih prijatelja. Vršnjački edukatori treba da budu spremni za ovu mogućnost i da znaju gde da nađu najbliže zdravstvene službe, lekare i stručnjake.

Definišite lične granice

ZA VRŠNJAKE:

Zapamtite da drugi ljudi nisu obavezni da dele svoja iskustva ili probleme — poštujte to. Takođe, budite iskreni prema sebi — ni vi niste dužni da delite određena iskustva.

KAKO IMPLEMENTIRATI:

Uverite se da je atmosfera pogodna za slobodnu diskusiju o osetljivim pitanjima i obezbedite da aktivnost poštuje granice učesnika.

Osigurajte pristup ažuriranim informacijama zasnovanim na dokazima i nepristrasnim informacijama

ZA VRŠNJAKE:

Uvek dajte iskrene, tačne informacije. Ovo je posebno važno u obrazovanju o drogama. U savremenom svetu Interneta, mladi su u mogućnosti da veoma brzo provere sve informacije koje dobiju. Skrivanje ili lažno predstavljanje činjenica može izaći na videlo tokom aktivnosti i učesnici će pretpostaviti da vršnjački edukatori nisu vredni poverenja.

KAKO IMPLEMENTIRATI:

Osigurati da je znanje vršnjačkih radnika ažurno; obezbediti im redovnu obuku.

Zaštita poverljivosti pokrenutih pitanja

ZA VRŠNJAKE:

Sadržaj pokriven tokom aktivnosti, zbog njegove osetljive prirode, ne bi trebalo da se deli eksterno. Uverite se da su vršnjački radnici pojedinci od poverenja koji će štititi poverljivost informacija koje se sa njima dele. Ovo je posebno važno kada se radi o tako osetljivim pitanjima kao što je upotreba supstanci.

NAPOMENA:

Izuzetak od pravila o poverljivosti je ako postoji zabrinutost da bi zdravlje ili život učesnika mogli biti ugroženi.

KAKO IMPLEMENTIRATI:

Vršnjački radnici treba da budu obučeni da budu u stanju da stvore atmosferu poverenja i poverljivosti tokom aktivnosti. Pružanje takve atmosfere omogućava učesnicima da se otvore i aktivno učestvuju u procesu koji je od suštinskog značaja da edukacija o drogama bude delotvorna.

Poštovanje različitosti učesnika

ZA VRŠNJAKE:

Vršnjački programi treba da budu osmišljeni i sprovedeni na način koji uzima u obzir i poštuje različitost učesnika – sve treba tretirati jednako, bez obzira na pol, seksualnu orijentaciju, jezik koji govore, odakle dolaze ili kulturu u kojoj žive. podignuta.

KAKO IMPLEMENTIRATI:

Prilikom osmišljavanja i realizacije programa, pobrinite se da aktivnosti uzmu u obzir potrebe različitih grupa mladih ljudi — obezbedite da program bude inkluzivan. Razmislite gde i kako da isporučite program kako biste ga učinili dostupnim i koji jezik da koristite da ne biste nikoga isključili.

Razgovarajte o pitanju predrasuda sa svojim kolegama radnicima — odakle one dolaze i kako ih sprečavate?

Poštovanje svih vrednosti

ZA VRŠNJAKE:

Inherentna karakteristika dobrog vršnjaka je da bude otvorenog uma.

Vršnjački radnici treba da budu svesni da je njihova uloga da promovišu određene vrednosti, ali ne i da ih nameću

KAKO IMPLEMENTIRATI:

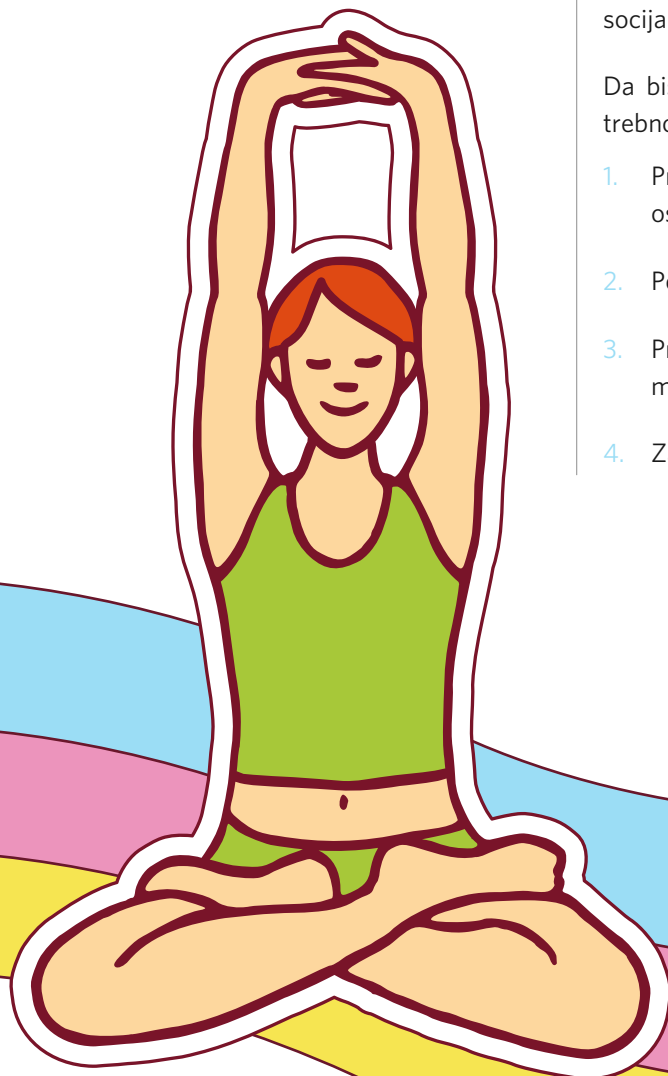
Važan aspekt je opremiti vršnjačke radnike sposobnošću da jasno definišu sopstvene vrednosti i poštuju vrednosti drugih.

2.8. Upućivanja i konsultacije

Dok sprovedite vršnjačke aktivnosti, možete se naći u situaciji da je vaša stručnost nedovoljna za potrebe osobe i da su neophodne specijalizovanije usluge. Stoga je važno izgraditi i iskoristiti odnose sa organizacijama i institucijama koje pružaju relevantnu podršku. U kontekstu upotrebe droga, usluge savetovanja, smanjenja štete i lečenja su od primarnog značaja. Trebalo bi da ste upoznati sa načinima na koje funkcionišu određene usluge; na primer, da li su dostupni maloletnicima? Da li su niskog ili visokog praga? Da li je zdravstveno/socijalno osiguranje neophodno za pristup njima?

Da biste osigurali odgovarajuće upućivanje, potrebno je slediti nekoliko koraka:

1. Prikupite informacije o problemu — zamolite osobu da vam ga opiše
2. Podržite osobu u odluci šta joj treba i šta želi
3. Predstavite niz mogućnosti, pružajući informacije o svakoj opciji
4. Zajednički izaberite najbolju alternativu⁴³.



2.9. Briga o sebi (Self-Care)

Radeći kao savetnik ili edukator, briga o sopstvenom blagostanju je od najveće važnosti. Ne možete efikasno pomoći ili podržati druge ako sami niste u najboljoj formi. Briga o sebi se odnosi na skupove aktivnosti i praksi koje redovno sprovodimo da bismo smanjili nivo stresa i poboljšali naše mentalno i emocionalno blagostanje.

U vršnjačkoj edukaciji, kao što je objašnjeno u ranijim delovima ovog priručnika, od suštinske je važnosti biti otvoren prema drugima i biti osetljiv i empatičan. Takvi stavovi će, međutim, verovatno dovesti do situacije u kojoj osećate borbe, a možda i izazovna emocionalna stanja ljudi sa kojima komunicirate. Veoma je težak zadatak pronaći ravnotežu između obraćanja pažnje i osećanja empatije prema svojim vršnjacima, dok u isto vreme održavate čvrstu vezu sa sobom i sopstvenim iskustvima, ne dozvoljavajući da vaš rad na edukaciji vršnjaka nadmaši vaš život i mentalno zdravlje. biti.

Šta se može učiniti da se obezbedi ova ravnoteža?

Pre svega, trebalo bi da budete otvoreni u pogledu znakova upozorenja koji se mogu pojaviti. To znači da treba da držite oči otvorene za iskustva stresa, briga ili preopterećenosti, a ne da ih poričete ili ignorišete. Naprotiv, trebalo bi — koliko god je to moguće — da razgovarate o izazovnim situacijama ili osećanjima sa svojim kolegama, nadređenima ili prijateljima. Stres, anksioznost i sagorevanje su najčešći problemi koji se mogu pojaviti u radu vršnjačke edukacije. Da biste procenili svoje blagostanje, možete koristiti besplatne alate dostupne na mreži (npr. samotestiranje sagorevanja, samotestiranje anksioznosti, samotestiranje stresa). Zapamtite, međutim, da takvi testovi ne mogu zameniti pravilnu, profesionalnu dijagnozu i lečiti ih sa rezervom.

Jedan od čestih izazova, ali i veoma važna praksa koju treba slediti, jeste da posao ne nosite kući. Morate osigurati da postoje jasne granice postavljene u odnosima sa vašim vršnjacima i da imate prostora za svoj privatni život. Dostupne su i mnoge aktivnosti koje će vam razbistriti um: od oslobađanja frustracija sa kolegama, preko bavljenja sportom, praktikovanja meditacije, do jednostavnog slušanja muzike. Redovne sesije supervizije unutar organizacije su takođe korisne⁴⁴.



⁴³ Na primer, pročitajte više o preporukama i sistemu preporuka na: Office of Adolescent Health (2020). Referrals and Linkages to Youth-Friendly Health Care Services. Washington, D.C.; US Department of Health and Human Services. https://opa.hhs.gov/sites/default/files/2020-07/referrals_and_linkages_to_youth_friendly_health_care.pdf

⁴⁴ Možete pronaći neke primere aktivnosti i vežbi nege o sebi na: School of Social Work. Self-Care Exercises and Activities. Buffalo, NY; University at Buffalo, undated. <https://socialwork.buffalo.edu/resources/self-care-starter-kit/self-care-assessments-exercises/exercises-and-activities.html>

POGLAVLJE 3

Medijsko i video zagovaranje u radu sa mladima

3.1. Kako da komunicirate sa medijima?

3.1.1. Uvod: Zašto je komuniciranje sa medijima neophodno

Komunikacija sa mejnstrim medijima (tj. štampanim, elektronskim i onlajn vestima, portalima i kanalima) je neophodna ne samo za organizacije koje se bave zagovaranjem i stručnjake za komunikaciju, već i za pružaoce zdravstvenih usluga, omladinske i vršnjačke radnike i akademske istraživače koji rade sa mladim ljudima. Takođe, lako mnogi ljudi (posebno mladi) veruju da su društveni mediji u potpunosti zamenili glavne medije, to je daleko od istine. Prema Eurostatu, prosečan građanin Evrope trošio je 219 minuta dnevno gledajući televiziju⁴⁵.

Iako se medijska scena u poslednjih 20 godina promenila do neprepoznatljivosti, mejnstrim mediji su tu da ostanu, kao što su pisani radovi ostali nakon pojave radija, a radio je ostao nakon pojave televizije. Ono što vidimo je fuzija društvenih medija i mejnstrim medija, stvarajući nove izazove i mogućnosti.

Ako radite na tome da promenite način na koji društvo percipira mlade ljude koji koriste droge, ako želite da dobijete više sredstava za usluge zasnovane na dokazima, zdravstvene i socijalne

usluge/smanjenje štete koje su osetljive na uzrast i pol, ako želite da vidite politike o drogama koje su izgrađene na dokazima i ljudskim pravima, a ne na zastarelim strukturama moći, predrasudama i nejednakostima, doći će vreme kada morate da prenesete svoju poruku ljudima koji konzumiraju glavne medije. Omladinski radnici treba da prevaziđu samo pružanje usluga mladima — oni treba da rade na promeni društvenog i političkog okruženja, promovišući ljudska prava mladih i osnažujući ih da se njihov glas čuje u javnosti.

Ovo ne zahteva samo znanje o tome kako mediji funkcionišu; poznavanje alata kao što su saopštenja za štampu i veštine za davanje ubedljivog učinka u situacijama intervjua zahtevaju sasvim drugačiji način razmišljanja od onog koji koristimo za svakodnevnu ili akademsku komunikaciju. Ono što treba da uradimo je da se odučimo od tradicionalnog načina razmišljanja o komunikaciji, posebno od načina na koji se studenti i profesionalci obrazuju da komuniciraju o svom poslu. Sofisticiran, nijansiran način akademskih prezentacija, koji ima za cilj da shvati složenost stvarnosti i odrazi naše sumnje u pouzdanost naših podataka, retko će raditi u medijskoj komunikaciji. Trebalo bi da naučimo novi jednostavan, fokusiran i samouveren način komunikacije.

Ovaj deo priručnika je zasnovan na sociološkim i psihološkim istraživanjima, ali nije akademski tekst. Pišu ga zagovornici ljudskih prava koji već dve decenije rade na polju reforme politike o drogama i imaju veliko iskustvo u komunikaciji sa medijima. Autor će vam, koristeći lekcije naučene iz perspektive civilnog društva, dati neke praktične smernice o tome kako da poboljšate svoje komunikacijske veštine i kako da bolje razumete kako mediji funkcionišu.

3.1.2. Kako napraviti jake medijske poruke

Ako želite da vizualizujete kako treba da izgradite efikasnu medijsku komunikaciju, zamislite piramidu (pogledajte sliku 5) gde vidite jasne ciljeve javnog zagovaranja na dnu. Ako ste napravili plan zagovaranja i znate kakvu ciljnu grupu biste želeli da dosegnete i kakav uticaj biste želeli da vidite kao rezultat svoje akcije, najvažnija stvar koja vam je potrebna su jake, „lepljive“ medijske poruke. Zapamtite: dobre komunikacijske veštine i alati su veoma važni, ali ne mogu zameniti moćne poruke!

Medijska poruka je jedna rečenica, koncizna izjava koja jasno artikulira vaše ciljeve i izaziva interesovanje javnosti. To znači da vaša poruka treba:

- 1. Budite sažeti:** morate da vežbate kako možete da sažete suštinu onoga što želite da saopštite publici u jednoj jedinoj rečenici. To može biti jednostavna ili složena rečenica, ali zapamtite: što su složenije ideje koje želite da unesete u svoju poruku, to je veća šansa da ljudima date da je pogrešno protumače ili razumeju! Bolje da bude jednostavno; ako želite da kažete previše stvari u rečenici, razmislite o tome da je razbijete na dve rečenice;
- 2. Uključite šta biste želeli da postignete:** to jest, koji je pozitivan uticaj koji biste želeli da vidite (bilo da je to promena zakona, politike, ponašanja ljudi, itd.);
- 3. Budite jasni i razumljivi:** trebalo bi da osigurajte da vaša poruka nije dvosmislena ili nejasna za one koji nemaju prethodno znanje/iskustvo u vašoj oblasti; i,
- 4. Budite interesantni:** ako je vaša poruka dosadna i ne privlači pažnju, ili dovodi do podizanja obrva, definitivno neće biti efikasna (kasnije ćemo razgovarati o tome kako može-

te osigurati da ljudi budu zainteresovani za vašu poruku).

Ako želite da imate uspeha u komunikaciji sa medijima, ove poruke će biti temelji od kojih ćete graditi svoje kampanje. Možete izgraditi kuću, veliku ili malu, samo ako je podrum kuće stabilan, nepokolebljiv, a cigle su čvrste i postavljene čvrsto jedna na drugu. Ako su vam cigle mekane, ako se utvrdi da vam je podrum klimav i nestalan, vaša kuća će se raspasti, baš kao kuće dve svinje u priči koje su gradile kolibe od slame i štapa. A kada dođe vuk — neprijateljski nastrojeni novinar ili protivnik, on/ona može lako razbiti vašu komunikaciju udarcem (odnosno iskrivljavanjem ili opovrgavanjem vaše poruke). Ili, što je još gore, vaša komunikacija će biti neefikasna jer: a) nećete imati nikakav uticaj na svoju publiku; ili, b) vaša poruka neće ni dopreti do publike jer mediji neće smatrati da je vredna vesti i zanimljiva.

3.1.3. Zašto je izazov dostaviti poruku?

Pre svega, mnogo je više onih koji pokušavaju da prodaju svoje poruke medijima nego onih koji ih kupuju (odnosno novinara i izveštača čiji je posao

da pišu članke i prave izveštaje za širu javnost). U marketingu i odnosima sa javnošću (PR) u 2015. godini radilo je oko 306.500 ljudi, dok je novinara bilo deset puta manje (33.000)⁴⁶. To znači da postoji velika konkurencija među ljudima koji pokušavaju da nateraju medije da prenesu svoje poruke javnosti. Mediji nisu u stanju da pokriju sve — oni moraju da daju prioritet i da odaberu one poruke koje će, po njihovoj percepciji, biti najinteresantnije i najvažnije za njihove čitaoce/gledaoce. Većina medija su profitna preduzeća; moraju da razmotre koliko su ljudi zainteresovani za njihove vesti i ne mogu samo da odmere društveni ili naučni značaj događaja. Ako želite da koristite medije da prenesete svoju poruku, trebalo bi da učestvujete u takmičenju.

U svojoj knjizi „Iluzija znanja: Zašto nikada ne razmišljamo sami“, Stiven Sloman i Filip Fernbah koriste zanimljiv primer da objasne zašto je to izazov⁴⁷. Godine 1990. Elizabet Njtn je sproveda eksperiment na Univerzitetu Stanford. Učenike je podelila u dve grupe. Grupa prva je morala da otkuca ritam poznate pesme (kao što je „Srećan ti rođendan“) drugoj osobi, koja nije imala prethodno saznanje koju će pesmu ta ta osoba otkucati. Slušaoci su morali da pogode pesmu. Prisluškivači su morali da predvide šanse da će slušalac saznati pesmu. Činilo se da su prisluškivači preцениli stvarne šanse da slušaoci saznaju pesmu. Prisluškivači su svoju poruku preneli 1 put u 40, ali su mislili da prenose svoju poruku 1 put u 2.

Zašto su prisluškivači preцениli šanse? Odgovor je jednostavan: jer dok su otkucavali pesmu, čuli su je unutra. Kao da su to slušali iz tajnog čepa za uši. Ali slušaoci nisu čuli pesmu — čuli su samo neku vrstu bizarne morzeove azbuke. Šta možemo naučiti iz ovog eksperimenta? Prema Slomanu i Fernbahu, glavna lekcija je da ljudi koji nešto znaju teško mogu da zamisle kako je bilo kada tu stvar

nisu znali. Kada želite da objasnite nešto što ljudi ne znaju, morate pokušati da uzmete njihovu perspektivu. Možda mislite da je vaša medijska poruka zdrava i jasna, jer u vašoj glavi zvuči kao lepo komponovana opera, ali sve što ljudi mogu čuti je haotična buka.

Autori takođe objašnjavaju da ljudi imaju tendenciju da veruju da znaju mnogo više o stvarnosti nego što znaju; većina ljudi ima tendenciju da donese odluku u skladu sa svojim vrednostima i grupnim razmišljanjem o zajednici i ne razmatra uzroke i posledice. Većina ljudi ima veoma površno znanje o stvarnosti oko nas, pod uticajem onoga što drugi ljudi misle. Ponekad ljudi sa najpovršnijim znanjem imaju najveće samopouzdanje kada se upuste u debatu u odeljku za komentare. To je zbog Dunning-Krugerovog efekta: kognitivne pristrasnosti u kojoj ljudi sa niskim sposobnostima na zadatku precenjuju svoje sposobnosti (vidi sliku 6)⁴⁸. Ljudi koji su neupućeni obično su neupućeni u sopstveno neznanje.

3.1.4. Šta čini da se medijske poruke zapamte?

Ako želimo da kroz medije edukujemo uglavnom neupućenu i/ili nezainteresovanu javnost, potrebne su nam poruke koje privlače pažnju ljudi i izazivaju njihovu percepciju stvarnosti — pomažu im da oduče ono što misle da znaju. Kako nam objašnjavaju Čip i Den Hit, autori bestselera „Made to Stick“⁴⁹, potrebne su nam poruke koje su „lepljive“. Najbolji primeri lepljivih ideja potiču iz urbanog folklora, poput urbanih legendi koje često nemaju nikakve veze sa stvarnošću. Na primer, ideje poput žileta skrivenih u čokoladicama i bombona podeljenih na Noć veštica. Ili napad ubodom: da ljudi koji žive sa HIV-om napadaju lju-

Slika 5. Piramida efikasne komunikacije s medijima



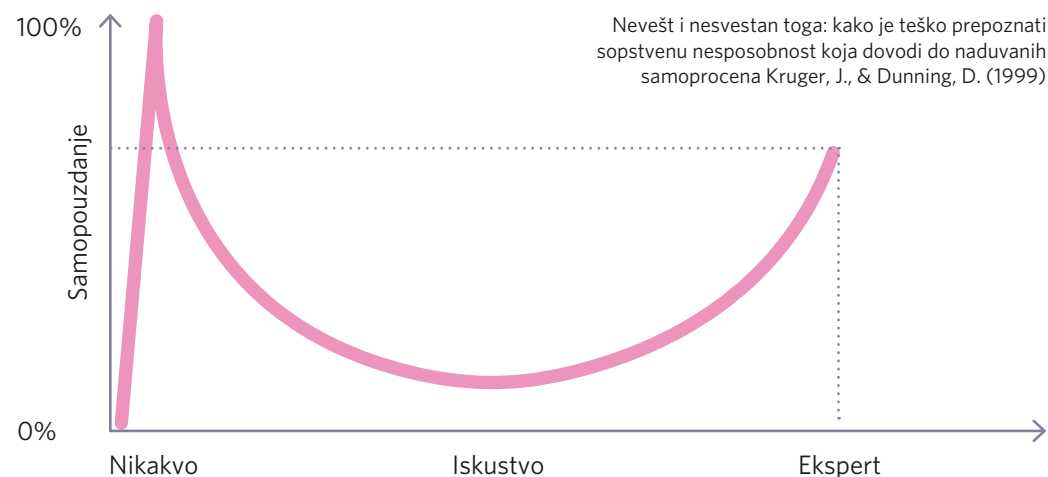
⁴⁶ Popis stanovništva 2015. Kolumbija, MO; Škola novinarstva u Misuriju. <https://members.newsleaders.org/diversity-survey-2015>

⁴⁷ Sloman S, Fernbach P. (2017). Iluzija znanja: Zašto nikada ne razmišljamo sami. Riverhead Books.

⁴⁸ Kruger J, Dunning D. (1999). Nevešti i nesvesni: kako teškoće u prepoznavanju sopstvene nesposobnosti dovode do naduvanih samoprocena. Časopis za ličnost i socijalnu psihologiju, 77 (6), 1121-1134. <https://doi.org/10.1037//0022-3514.77.6.1121>

⁴⁹ Heath C, Heath D. (2011). Napravljeno da se zalepi: Zašto neke ideje opstaju, a druge umiru. Random House.

Slika 6. Dunning-Krugerov Efekat



de i pokušavaju da ih zaraze virusom. Obe priče su neosnovane i lažne. Ali ipak su stekli neverovatnu popularnost.

Ali ipak su stekli neverovatnu popularnost. Šta je objašnjenje?

Autori knjige navode 6 karakteristika koje dele sve ideje koje pamtim:

- JEDNOSTAVNOST** — ljudi imaju tendenciju da pamte i razumeju jednu po jednu jednostavnu poruku, nijedna komplikacija nije na pola puta do uspeha;
- NEOČEKIVANOST** — poruke treba da naruše očekivanja ljudi, tako da treba razmisliti o onome što ljudi ne znaju;
- KONKRETNOST** — lepljive ideje su pune konkretnih slika, razumnih informacija a ne apstraktnih ideja;
- KREDIBILITET** — ne nužno čvrsti podaci, već filozofija „probajte pre nego što kupite“ za svet ideja;
- EMOCIJE** — programirani smo da osećamo stvari za ljude, a ne za apstrakcije; i,
- PRIČE** — Priče se 22 puta bolje pamte od činjenica.

Zapamti:

Simple (jednostavna)

Unexpected (neočekivana)

Concrete (konkretna)

Credible (verodostojna)

Emotional (emotivna)

Story (priča)

Ovo je protivotrov urbanih legendi koje stigmatizuju mlade ljude koji koriste droge. Potrebne su nam pozitivne, uzbudljive priče koje inspirišu i mobiliju ljude. Primeri za takve priče:

- Zaplet izazova:** protagonista savladava izazove i uspeva (npr. biblijska priča u kojoj je mladi i mladi David pobedio Golijata, džinovskog ratnika).
- Zaplet veze:** ljudi razvijaju odnos koji premošćuje jaz (npr. Romeo i Julija).
- Zaplet kreativnosti:** ljudi rešavaju staru zago-

netku ili rešavaju problem na inovativan način (npr. Nemoguća misija).

Trebalo bi da obratimo pažnju na ovakve ljudske priče u našoj zajednici koje izazivaju mitove i zablude u javnosti. Trebalo bi da ih koristimo kao referentne tačke u našoj komunikaciji kada pokušavamo da objasnimo svoje poruke ljudima koji su neutralni ili neprijateljski raspoloženi prema našem cilju. Takođe, prvih 5 principa treba primeniti i na naše medijske poruke od jedne rečenice: kada razvijate poruke, pokušajte da primenite sve principe.

3.1.5. Vrste medijskih poruka

Postoje tri osnovna tipa medijskih poruka, sve su korisne za imati na umu kad god kontekst zahteva da ih koristite.

- Poruka **činjenica/rezultata** pruža činjenicu i predstavlja rezultate te činjenice: „Svake godine kriminalizujemo milione ljudi zbog upotrebe droga, što je veoma skupa intervencija koja ne smanjuje upotrebu droga, ali čini da mladi ljudi koriste drogu manje bezbedno.“
- Poruka **o problemu/rešenju** se može koristiti kada želite da predložite rešenje za društveni problem: „Kriminalizacija mladih ljudi je veoma skupa i neefikasna, trebalo bi da dekriminalizujemo upotrebu droga i umesto toga trošimo naše resurse na smanjenje štete.“
- A kada želite da mobilizujete ljude za neki cilj, koristite poruke **„poziva na akciju“**: „Pozovite svoje senatore danas i zamolite ih da glasaju za predlog zakona o dekriminalizaciji kako bi se okončalo neefikasno kažnjavanje mladih!“.

Ako želite da budete uspešni u organizovanju medijskih kampanja, davanju intervjua ili pisanju materijala za štampu, prvo treba da razvijete nekoliko poruka poput onih iznad i da ih upotrebite kao cikle ili panele. Pre nego što kreirate svoje poruke, trebalo bi da postavite sebi tri pitanja:

- Šta želite da postignete?** naslov koji želite da vidite u štampi; radnja koju biste želeli da

vidite od ljudi/donosilaca odluka; da se ljudi osećaju da su lično pogođeni;

- Šta ljudi ne znaju?** iznenađujuće činjenice koje osporavaju verovanja/predrasude; i,
- Šta je potrebno vašoj ciljnoj publici?** — zajedničke vrednosti koje treba zaštititi; žele da osete da su njihovi postupci važni.

3.1.6. Slogani ili poruke

Mnogi ljudi ne vide razliku između slogana i medijske poruke, ali razlika postoji. Reč „slogan“ dolazi iz škotskog galskog jezika, što znači „borbeni poklič“. Kao takav, izražava poziv na akciju. To je kratka, moćna fraza o bitci koju želite da vodite upravo sada. Ako organizujete medijsku kampanju, biće vam potreban jak slogan, ali on ne zamenjuje medijske poruke koje razrađuju vaš slogan. Na primer: Slogan: „Podrži. Ne kažnjavaj!“ Poruka: „Kriminalizacija ljudi zbog upotrebe droga ih tera da se sakriju i upuste u rizična ponašanja umesto da traže pomoć, tako da moramo da obezbedimo socijalnu i zdravstvenu podršku umesto kažnjavanja“.

3.1.7. Šta je problem sa medijima?

U sledećem odeljku ćemo se fokusirati na to kako da koristite glavne medije za isporuku vaših poruka ciljanoj publici. Profesionalci i aktivisti koji rade za društvene promene često imaju veoma negativan stav prema medijima. Kad god zamolimo ljude na treninzima da navedu probleme u radu sa medijima, nekoliko ruku se odmah diže: „Mediji su senzacionalistički“; „Mediji nisu zainteresovani“; „Novinari su neobrazovani“; „Oni veruju da znaju sve, ali ne znaju ništa“; i, „Novinari nisu činjenični/tačni.“ To su uobičajene optužbe koje se u većini grupa iznose za nekoliko minuta i većina je tačna, barem za neke medije i za neke novinare.

Trebalo bi da postavimo pitanje: zašto ljudi koriste medije? Prema optimističkom gledištu, funkcija medija je da jednostavno obrađuju informacije i prenose poruke; da nas obrazuje o stvarnosti; da prosvetli javnost. Ali, prema pesimističnijem gle-

dištu, ljudi ne koriste medije samo da bi se informisali i naučili. Umesto toga, oni učestvuju u medijima na plemenskoj osnovi: ne žele da se njihovi stavovi osporavaju, ali žele da ih pojačaju. Žele da im mediji pošalju pozitivnu povratnu informaciju da su njihovo znanje i percepcije o stvarnosti tačne. To je razlog zašto mediji (i društveni mediji) često stvaraju eho komore u kojima ljudi uživaju da slušaju istomišljenike koji dele njihov pogled na svet.

Prema neuronauci, mozak oslobađa dopamin, hormon uživanja, kada su naši pogledi ojačani i evolutivni je dizajn da tražimo „alternativne činjenice“ kada su naši pogledi osporeni. To stvara negativnu povratnu petlju. Ljudi ne zavise samo od droge, već i od značenja: mi smo, na kraju krajeva, stvorenja koja traže „uzrok“ i „smisao“, koja žele da vide jednostavna rešenja za složene probleme. Ovo objašnjava, barem delimično, zašto mediji rade na tako dosadan način; senzacionalizam, pristrasnost, površnost. Nažalost, ne možemo promeniti način na koji mediji funkcionišu isto kao što možemo promeniti način na koji funkcionišu naš um. Ali ako bolje organizujemo naš medijski rad i razvijemo neke nove veštine i kapacitete, možemo da izvučemo najbolje od toga.

3.1.7.1.

Rad sa medijima: 10 saveta za organizacije civilnog društva

SAVET 1: UPOZNAJTE SVOJE MEDIJE! Trebalo bi da proučite medije u vašem okrugu: ko su novinari i reporteri koji pokrivaju vašu temu? Koje su novine, radio i TV kanali koji dopiru do najviše ljudi? Kojoj publici služe, kakav je pogled na svet, ideologija koja stoji iza njih? Kako je vaše pitanje pokriveno u medijima? Neke organizacije mogu sebi priuštiti da plate uslugu praćenja medija za kompaniju (da šalju periodične izveštaje o medijskom pokrivanju određene teme ili ključne reči). Ali ako se bavite sopstvenim istraživanjem i mapiranjem, najvažnije je da uporedite i analizirate.

SAVET 2: BUDITE DOSTUPNI! Ako želite da postanete centar informativnih resursa za novinare, trebalo bi da budete dostupni za primanje poziva od novinara u bilo koje vreme — uključujući večeri i vikende. Budite pristupačni kada ste im potrebni, a ne samo kada su vam potrebni! Razmislite da li je i zašto vaš rad relevantan za date medije.

SAVET 3: ZNAJTE ŠTA JE VREDNO VESTI U VAŠOJ ORGANIZACIJI! Da biste ostali relevantan izvor, morate znati koje ekskluzivne vesti vaša organizacija može da pruži medijima. Nevsvorthi je nov, drugačiji, zanimljiv, sa ljudskom dimenzijom (prava imena), ili važan u širem kontekstu — nacionalnom ili međunarodnom — pokazuje trendove, daje statistiku, objedinjuje rezultate. Delujte kao reporter; uvek tražite priču u svojoj organizaciji (ali razgovarajte o tome kako da zaštitite privatnost i ranjivost mladih ljudi koji često nemaju jasnu percepciju o mogućim posledicama medijskog nastupa). Imajte redovne/povremene brifinge, ostanite u kontaktu sa ključnim novinarima.

SAVET 4: NAPRAVITE LISTU KONTAKATA ZA MEDIJE! Trebalo bi da imate spisak svih relevantnih medija i novinara koji mogu (potencijalno) da pokriju vaš problem: imena, mejlove, brojeve telefona. Možete zadati jednog volontera ili pripravnika da redovno ažurira ovu listu; dobro ažurirana lista je od velike vrednosti.

SAVET 5: ODREDITE KUĆNA PRAVILA! Trebalo bi da znate ko govori o tim pitanjima u vašoj organizaciji.

SAVET 6: EFIKASNO PRISTUPITE MEDIJIMA! Pripremite informativne pakete koji mogu uključivati: komplete za štampu sa pozadinom; informativni listovi; listovi pitanja i odgovora (K&A); fotografije; biografije; govori; citati; statistika; grafovi; izveštaji; apstrakti; spisak stručnjaka.

SAVET 7: RAZVIJTE MEĐULJUDSKE ODNOSE! Novinari su ljudi. Njima su potrebna partnerstva kao i nama. Dugoročne veze jednake su dugoročnom uspehu.

SAVET 8: BUDITE VERODOSTOJNI! NIKAD NE LAŽI NOVINARA! Čak i ako ne znate odgovor na pitanje. Recite im da ćete to kasnije potražiti ili dajte kontakt drugom stručnjaku — ali ako kažete nešto u šta niste sigurni, zauvek narušava vaš kredibilitet.

SAVET 9: RAZMIŠLJAJTE STRATEŠKI! Ne možete pristupiti svim medijima — a ponekad ne možete služiti svim medijskim zahtevima. Razmislite strateški gde da objavite svoje informacije: ko je vaš publiku i koje medije konzumiraju.

SAVET 10: PRIPREMITE SE ZA KRIZU! Morate zaštititi kredibilitet/imidž svoje organizacije i kon-

Savet 1:
Upoznajte
svoje medije!

Savet 2:
Budite
dostupni!

Savet 3:
Znajte šta je
vredno vesti u
vašoj organizaciji!

Savet 4:
Napravite listu
kontakata za
medije!

Savet 5:
Odredite
kućna
pravila!

Savet 7:
Razvijte
međuljudske
odnose!

Savet 6:
Efikasno
pristupite
medijima!

Savet 8:
Budite verodostojni!
Nikad ne laži novinara!

Savet 10:
Pripremite
se za krizu!

Savet 9:
Razmišljajte
strateški!

trolisati štetu kada dođe do krize i obezbediti brze, pouzdane i kredibilne informacije zainteresovanoj publici o tom pitanju.

3.1.7.2. Davanje intervju: šta treba da znam?

Reportaža se obično sastoji iz tri dela: a) naracije reportera; b) vaša poruka; i, c) poruku vašeg protivnika. Ako izbegavate da date intervju, samo vaš protivnik može imati glas u debati. Novinari imaju tendenciju da bolje izveštavaju o onima koji razgovaraju s njima. Dakle, kao opšti savet, bolje je dati intervju kada se od vas traži. Kada vas novinar pozove, ne zaboravite da postavite sledeća pitanja: Kako se zovete? Možete li mi ispričati priču? Koga još intervjuišeš? Koji je format? Šta ti treba od mene? Kada objavljujete/emitujete? Sve ove informacije će vam biti korisne u budućnosti za praćenje pokrivenosti.

Kada date informaciju novinaru, postoje četiri moguća nivoa pripisivanja koje on može da koristi:

1. **NEZVANIČNO:** striktno govoreći, novinar ne može da koristi nezvanične informacije u vesti. Podelite ovu informaciju **SAMO** ako verujete novinaru! **ALI** ponekad urednik može nadjačati novinara!
2. **U POZADINI:** informacije se mogu koristiti, ali izvor se ne može imenovati ili citirati.
3. **NIJE ZA PRIPISIVANJE:** možete biti citirani, ali ne po imenu (npr. „istraživač“, „javni službenik“ itd.).
4. **NA ZAPISNIK:** sve što kažete može se citirati po imenu; recite novinaru kako želite da budete identifikovani! (npr. direktor, aktivista, omladinski radnik, itd.).

Tajming može biti veoma važan kada radite sa medijima. Novinari obično rade sa kratkim rokovima, ali se to razlikuje od vrste medija za koje rade (na primer, nedeljne novine imaju nedeljni rok; večernje vesti TV stanice traže trenutnu pokrivenost, odnosno u roku od 2-3 sata). Prepo-

ručljivo je odvojiti neko vreme pripremajući se za intervju. Provedite neko vreme sa svojim timom u razmišljanju o najverovatnijim i potencijalno štetnim pitanjima — i testirajte se da li možete da odgovorite na njih! Ali ne pokušavajte da imate sve na umu (npr. podatke, statistiku) jer možete da se smrznete. Fokusirajte se na svoje glavne poruke!

Neki ljudi vole da zamole novinare da im pošalju ceo članak pre objavljivanja. Trebalo bi da znate da ne postoji zakon ili pravilo koje zahteva od novinara da to uradi. Neki se mogu čak i uvrediti ako insistirate. Bolja taktika je kada ponudite novinaru priliku da proveriti činjenice u onim delovima članka u kojima ste citirani i gde je vaše pitanje pokriveno. Uokvirite to na ovaj način i videćete da su vam novinari često veoma zahvalni na pomoći! Isto važi i za postavljanje pitanja pre intervju: nijedno profesionalno pravilo ne zahteva od novinara da se povinuju. Štaviše, čak i ako vam pošalju niz pitanja, mogu postaviti dodatna pitanja na licu mesta. Samo pokušajte da se opustite: ne možete se pripremiti za sva pitanja. Uvek postoji neka neizvesnost.

Ako sumnjate da je novinar neprijateljski nastrojen, ipak možete sami da snimate intervju, pa kada vidite da je vaša poruka iskrivljena do neprepoznatljivosti, možete objaviti svoju verziju i tražiti od njih da povuku izveštaj. Drugi način na koji možete da se nosite sa neprijateljskim novinarima je da ograničite vreme intervju: recite im da imate samo 5-10 minuta. Ako to uradite, ne mogu da vas muče pitanjima van teme sat vremena.

3.1.7.3. Proaktivni alati medijske komunikacije

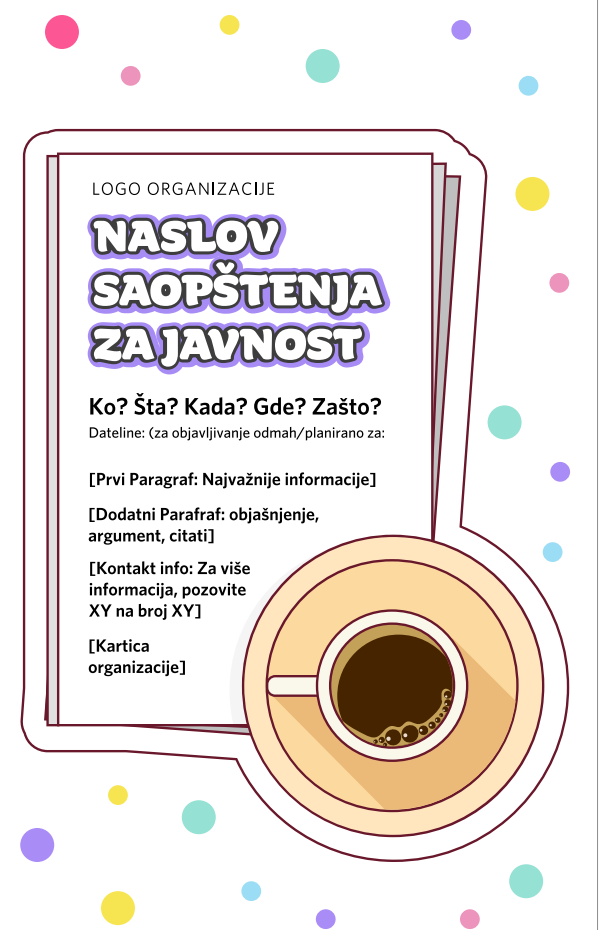
Postoji nekoliko alata koji vam omogućavaju da svoju poruku prenesete medijima na efikasan način. Ali veoma je važno izabrati najbolji raspoloživi alat, prilagođen konkretnoj situaciji i kontekstu. Stoga, morate odgovoriti na nekoliko pitanja pre nego što odlučite koji alat želite da koristite: Ima li nešto „novo“ u mojoj priči? Ima li u tome nečeg neobičnog ili neočekivanog? Da li bi ovo bilo od interesa za bilo koga izvan mog posla? Hoće li ikome biti stalo? Jedan od najčešćih alata je kon-

ferencija za štampu. Ovaj alat treba da se koristi samo za prenošenje važnih događaja, najava i saopštenja, posebno kada je potreban detaljan dijalog sa novinarima. Ako nema vesti, kredibilitet je narušen. Trebalo bi da pošaljete poziv medijima mnogo pre vašeg događaja. Poziv treba da bude „vrišteći naslov“ — nešto što privlači pažnju novinara koji čita vašu poruku. Najbolje vreme za organizovanje konferencije za štampu je 10-12 časova; najbolji dani su od utorka do četvrtka — ali proverite da li se drugi događaji dešavaju u vašoj zemlji i budite spremni da izmenite! Kada pozovete novinare na konferenciju za štampu, pokušajte da obezbedite grickalice i bezalkoholna pića. Događaj treba da otvori i vodi službenik za štampu, neko iz vašeg osoblja ili prijateljski profesionalac/novinar. Nakon otvaranja slede jedan ili dva kratka govora, svaki maksimalno 5-8 minuta, nakon čega slede pitanja i odgovori. Ukupna dužina događaja ne bi trebalo da prelazi 45 minuta. Događaj za štampu je odlična prilika za distribuciju kompleta za štampu: sa podacima, pozadinom, citatima, fotografijama, grafikonima, itd. Nakon konferencije, pošaljite materijal e-poštom onima koji nisu došli. Uspeh konferencije za štampu NIJE broj novinara koji su prisustvovali, već pokrivenost!

Kada želite da saopštite važan događaj, ali to nije veliki događaj koji zahteva interaktivni dijalog sa novinarima (na primer, vaš stav o trenutnoj političkoj odluci, vaša izjava o reformi zakona ili najava izveštaja), možete kreirati saopštenje za javnost. Saopštenje za javnost je pisana izjava o određenom pitanju dostavljena članovima medija — nešto što biste napisali kao članak da ste novinar. I ovo je ključ: ako želite da napišete dobro saopštenje za javnost, uradite to na način da ga novinar lako može pretvoriti u novinski članak. To znači da ga morate napisati u trećem gramatičkom licu. Ne koristite prvo lice množine („Sa ponosom objavljujemo...“), već u treće lice („Udruženje za mlade sa ponosom objavljuje...“).

Koristite formu piramide: glavne vesti u prvom pasusu, praćene važnim informacijama u drugom, sa citatom u trećem pasusu, koji se završava 'blurb'/pozadinom o organizaciji. Možete koristiti logotip organizacije u naslovu saopštenja za javnost.

Naslov je ključni deo saopštenja za javnost: trebalo bi da privuče pažnju novinara koji pregledavaju nekoliko saopštenja za javnost u svojim imejl kutijama. Dosadan, suv naslov može zakopati inače uzbudljive informacije. Dobar naslov ima manje od 10 reči, ali odgovara na pet pitanja: Ko, Šta, Kada, Gde i Zašto.



Ispod (ili iznad) naslova saopštenja treba da naznačite da li želite da ga mediji koriste odmah („Za hitno objavljivanje!“), ili tek nakon određenog datuma (na primer, kada je planirano da objavite u izveštaju 1. februara u 11 časova, napisali biste: „Pod embargom do 1. februara u 11 časova“).

Trebalo bi da zapamtite da saopštenje za javnost nije roman: trebalo bi da počnete sa najrelevantnijim informacijama i napredujete do manje relevantnih informacija. U saopštenju za štampu koristite jednostavan, razumljiv jezik; izbegavajte akademski ili birokratski žargon/akronime i izbegavajte dugačke rečenice. Kada svoje saopštenje

za javnost pošaljete na svoju kontakt listu za medije, savetujemo vam da pozovete nekoliko relevantnih novinara da proverite da li su ga primili, razumeli njegov značaj i da li bi želeli da ga proprate.

3.1.7.4. Televizijski/ video intervjui: umetnost davanja dobrih zvučnih zapisa

Televizijski intervjui izazivaju nelagodu kod mnogih: brzi su, nemate mnogo kontrole nad situacijom izveštavanjem, niti mogućnosti za korekciju. Međutim, uz nekoliko jednostavnih saveta, čak i stidljiva, introvertna osoba može savladati umetnost davanja TV intervjua. Pre svega, treba da imate na umu da je TV reporteru potreban zvučni zapis: kratak, koncizan odlomak koji izražava punu misao i predstavlja vaše stavove. U večernjim vestima, to znači da možete dati intervju od 10 minuta, ali ono što će na kraju biti emitovano je samo jedna rečenica. To ne znači samo da morate da bude kratka, već da svaka rečenica koja napušta vaša usta treba da bude gramatički ispravna i puna rečenica sa kompletnom izjavom. Za vas je najbolje da sve vaše rečenice mogu da se koriste kao zvučni zapis – a svi vaši zvučni bileti sadrže važnu poruku (zbog toga je stvaranje moćnih poruka prvi korak). Pripremite svoje kratke panele koje uvek možete koristiti u situacijama intervjua: argumen-

te koji zvuče ubedljivo osobi na ulici i odgovore na nezgodna pitanja. **Upamtite: ponekad će vas većina publike oceniti samo po jednom zvučnom zapisu!**

3.1.7.5. Saveti za poboljšanje učinka na TV intervjuima

Nekoliko saveta kako da izbegnete uobičajene greške u TV intervjuu:

- **Budite fokusirani** — vaš posao je da isporučite svoje poruke, a ne da impresionirate reportera; ne dozvolite da vas skrenete/odvučete sa svoje poruke! Kada vam se postavi pitanje van teme, koristite tehniku premošćavanja da biste preusmerili razgovor nazad na svoje poruke: „Ovde je najvažnije...“, „Ono što je zaista važno je...“. Reporter nije vaša publika — nemojte se ponašati kao da ste u normalnom razgovoru, čak i ako poznajete novinara! Ne treba da impresionirate svoje vršnjake/profesionalce: najbolje je ako vizualizujete svoju publiku, na primer prosečnu osobu koja sedi ispred televizora, bez prethodnog znanja o vašem problemu.
- **Koristite jednostavan, razumljiv jezik**, izbegavajte akronime, profesionalni žargon; objasnite ih publici!



- **Izbegavajte nesiguran jezik:** nemojte koristiti „mislim“, „po mom mišljenju“ — ovo relativizuje vašu izjavu. Vaša uloga nije da iznosite činjenice, Vikipedija to može — već da dajete kontekst i značenje!
- **Ne zakopavajte temu:** uvek počnite sa najvažnijim informacijama! Utisak koji ostavljate ne dolazi samo iz vaših reči, već i iz vašeg glasa i govora tela.
- **Izbegavajte** zatvorene, odbrambene položaje, pokrete, grimase!
- **Govorite malo glasnije i sporije** nego što inače radite!
- **Gledajte u reportera** a ne u kameru (osim ako se od vas ne traži)! Održavajte stalni kontakt očima sa reporterom; ovo šalje poruku da ste sigurni!
- **Izbegavajte zamahne pokrete ispred kamere!** Kada birate svoju odeću i izgled, budite verni svom brendu, organizaciji/zajednici koju predstavljate!
- **Previše verbalnih punila („znaš“)** može ubiti intervju!
- Ako su reporter i kamera u blizini, **uvek se ponašajte kao da ste u situaciji na intervjuu:** rizično je odlazak u „nedokumentaciju“, snimak se može koristiti čak i protiv volje reportera!
- **Ne ponavljajte optužbe, ne koristite jezik izvinjenja!** (Ako ste za nešto optuženi, nemojte ponavljati optužbu pre nego što je opovrgnete).

Pamiętaj: trudne pytania to najlepsza okazja do wykazania się kompetencjami!

3.2. Video Zagovaranje

3.2.1. Uvod

U ovom poglavlju ćemo otkriti uzbudljiv svet snimanja video zapisa kako bi se postigla neka promena. Zahvaljujući lakoj dostupnosti deljenja videa i relativno niskoj ceni video produkcije, mladi ljudi mogu lako da postanu društveni edukatori i aktivisti nego ranije. Oni su sada u mogućnosti da proizvode sopstveni audio-vizuelni sadržaj kako bi došli do svoje publike i efikasnije komunicirali.

Nevladine organizacije takođe sve više shvataju da ih korišćenje videa kao sredstva komunikacije čini vidljivijim. Ovo poglavlje koristi sopstveno iskustvo Drugreporter tima za zagovaranje video zapisa o korišćenju videa u reformi politike o drogama, smanjenju štete i zagovaranju ljudskih prava da pokaže na koje načine možete koristiti video u svom radu. Pruža primere uspešnih video kampanja i daje vam savete kako da počnete da pravite sopstvene video snimke, kako da komponujete svoje snimke kao videograf i kako da napravite intervju kao reporter.

3.2.2. Šta je video zagovaranje?

Witness definiše video zagovaranje kao korišćenje videa da bi se pomoglo u podsticanju promena u politici i praksi (ljudskih prava) komuniciranjem sa određenom publikom⁵⁰. Kao aktivisti, želimo da postignemo promene. Mi nismo političari, ne možemo pisati zakone. Umesto toga, pokušavamo da ubedimo političare da promene zakone i praksu. Ako ne možemo da ih ubedimo, pokušavamo da utičemo na njihovu biračku bazu. Cilj nam je da

50

Witness. Brooklyn, NY. <https://www.witness.org/>

edukujemo građane, da im skrenemo pažnju na različite probleme i predložimo rešenja. Nastojimo da stvorimo kritičnu masu koja zahteva promene. Da bismo komunicirali sa ovom publikom, ranije smo koristili različite kanale: komunicirali smo sa novinarima, slali im saopštenja za javnost, davali intervjuue i čekali da pravilno prevedu naše poruke. Organizovali smo događaje, konferencije, proteste, sastanke i pozivali medije i nadali se da će oni efikasno izveštavati o problemima. Mogli bismo, naravno, da proizvodimo i sopstveni sadržaj, kao što su naše knjige, blogovi, sajtovi, pozicioni dokumenti, flajeri, itd. Od 2006. godine, sa pojavom YouTube-a i drugih veb-sajtova za deljenje video zapisa, postalo je mnogo lakše proizvoditi naše sopstvene video snimke sa potencijalom da dopru do miliona gledalaca. Na neki način, kao aktivisti ili aktivni građani koji se bave javnim pitanjima, promoviramo narative i objašnjenja sveta oko nas. Svesni smo problema, problema. Imamo objašnjenje uzroka ovog problema i nudimo rešenje za njega. U slučaju politike o drogama, na primer, široko rasprostranjen narativ je da su ljudi koji koriste drogu nemoralni grešnici, da su droge zlo i da će kriminalizacija eliminisati upotrebu droge. Da bismo promenili efekte štete koju nanosi ovaj dehumanizujući narativ⁵¹, pokušavamo da promoviramo svoj, koji tvrdi da su korisnici droga ljudi sa istim pravima kao i svi drugi. Upotreba droge je deo ljudskog ponašanja. Da problematična upotreba droga zahteva podršku, a ne kaznu i da kriminalizacija stvara više štete nego same droge; i umesto toga, trebalo bi da se usredsredimo na smanjenje štetnosti upotrebe droga i politike oko toga. U poslednjih 15 godina shvatili smo da je korišćenje videa veoma koristan način da promoviramo naš narativ i borbu protiv dehumanizacije:

- *dokumentovanjem* štete izazvane nehumanom politikom;
- *edukacijom* o politikama zasnovanim na dokazima i smanjenju štete;
- *mobilisanjem ljudi* da deluju za proaktivno (da se pridruže pokretu, programima podrške, potpisuju peticije, daju donacije itd.);

- *pričanjem priča*, po kojima se *ljudi mogu identifikovati*;
- *pojačavanje glasova zajednice*; i,
- *osnaživanjem zajednice* podučavanjem video veština.

Video uagovaranje je uvek ugrađeno u šire okruženje zastupanja; komplementaran je drugim alatima zastupanja. To ga verovatno najviše razlikuje od „tradicionalnog” filmskog stvaralaštva po tome što uvek ima cilj, uvek je za, ne samo za nešto. Prvo imamo problem koji bismo želeli da promenimo, a onda učimo da snimamo filmove, da pričamo o tome.

3.2.3. Prednosti video zagovoaranja

Postoje neki aspekti koji video zapise čine posebno korisnim kao alatom za promene. Kratak video koji ima zanimljivu ličnu priču o liku sa kojim se gledalac može poistovetiti može biti zanimljiviji i zadržavajući i može dopreti do šire publike nego pisani izveštaj, na primer. To, naravno, ne znači da više ne treba da pišemo ove izveštaje; naravno, trebalo bi. Ali uvek možemo razmišljati o prevođenju nalaza ovih dugih izveštaja u kratak i lako svarljiv video deo. Najčešće objavljujemo na sajtovima za deljenje video zapisa, tako da tamo gde postoji pristup internetu, ljudi mogu besplatno da gledaju naše filmove, a troškovi proizvodnje su relativno niski.

3.2.4. Slabosti Video zagovaranja

Kao i svaki komunikacioni alat, video takođe ima svoja ograničenja. Kratkoća, koju smo naveli kao korist, takođe može značiti da u tom jednom videu ne možemo reći sve što znamo; stoga može biti mnogo manje detaljan od našeg pisanog izveštaja. Ako deo stanovništva nema pristup internetu, mi ne možemo do njih. Dok u pisanom izveštaju možemo lako da sakrijemo identitet naših sub-

jekata, to je teže uraditi na video snimku (ipak je moguće, a o tome ćemo kasnije). Međutim, veoma je važno pravilo da filmove proizvodimo samo uz informisanu saglasnost. Lako možemo da ugrozimo živote ljudi iz osetljivih grupa tako što ćemo ih razotkriti.

3.2.5. Primeri video zagovaranja

Ako bismo želeli da kategorizujemo načine na koje možemo da koristimo video za zagovaranje, možemo reći da možemo da dokumentujemo, obrazujemo i mobilizujemo se sa njim.

3.2.5.1. Dokumentovanje

Način na koji je sve počelo za Drugreporter video zagovarački tim je bio da su izašli da dokumentuju konferencije o smanjenju štete kao mladi aktivisti Mađarske unije za građanske slobode, HCLU (od 2016. nastavili su rad Drugreportera u svojoj novoj organizaciji, Fondaciji Rights Reporter, RRF). Uzeli su handycam, stativ i otišli na ove međunarodne konferencije gde su našli mnogo stručnjaka na jednom mestu, kako bi mogli da obrađuju zanimljiva pitanja, intervjujujući raznoliku grupu ljudi iz celog sveta. S vremenom se od njih tražilo da budu zvanični filmski stvaraoci međunarodnih konferencija o politici prema droga i smanjenju štete i ljudi su ih počeli nazivati „hronikama međunarodnog pokreta za smanjenje štete.

Često su montirali video na licu mesta, kako bi mogli da pokažu finalni proizvod na kraju konferencije⁵². 2008. godine počeli su da dokumentuju Komisiju UN za narkotike (CND). To je godišnji skup članica Ujedinjenih nacija kako bi se razgova-

ralo o pitanjima međunarodne politike o drogama u okviru tri konvencije UN o kontroli droga. Svake godine su pravili video izveštaje o ovom događaju, ali su nekoliko puta išli dalje od toga. Godine 2008. tražili su od gledalaca da pošalju mejlove šefu kancelarije UN za droge, kada je umesto odgovora na ključno pitanje o navodnoj neophodnosti zabrane, ućutkao gospodina Polaka, delegata NVO na sastanku CND-a. Napravili su veb stranicu za ovo pitanje i napravili nekoliko video snimaka koji su postali veoma popularni i uticali na šefa kancelarije UN za droge, g. Kostu, da odgovori i poseti kofi šop u Holandiji⁵³. Kada su imali priliku, suočili su se sa ruskim carom droge, Viktorom Ivanovom za vreme sprovođenja nehumanih politila prema drogama u Rusiji i njenim kršenjima ljudskih prava zabranom supstitucijskog lečenja u zemlji⁵⁴. Kada je Jedinstvena konvencija o opojnim drogama imala svoju 50. godišnjicu, stvorili su izmišljenu organizaciju, Drug Lords International. RRF je angažovao glumce da se ponašaju kao narko bosovi iz celog sveta i snimio video poruke sa njima, usmerene na UN i države članice. „Gospodari droge” su zahvalili UN što podržavaju zabranu droge, što ih čini jednim korisnicima, i što stvara unosno crno tržište koje generiše godišnje prihode od 320 milijardi dolara za organizovani kriminal⁵⁵. Ove glumce su odveli i u Beč, na stvarni sastanak CND-a, gde su, na ulazu, dočekali delegate zemalja sa šampanjcem i pozvali ih da zajedno slave. Oni su snimili ovaj duhovit događaj i video snimci su postali popularni⁵⁶. Kako ih je ova dela prepoznala od strane međunarodne zajednice za reformu politike o drogama, dobijali su sve više poziva da snime kratke dokumentarne filmove o gorućim temama. Nekoliko godina su dokumentovali kako su se programi smanjenja štete morali zatvoriti zbog nedostatka sredstava. Oni su se pridružili naporima nevladinih organizacija u različitim

⁵¹ Sárosi P. The Human Rights Costs of the War on Drugs – COUNT THE COSTS SERIES. Budapest; DrugReporter, 28 February 2012. <https://drogriporter.hu/en/the-human-rights-costs-of-the-war-on-drugs-count-the-costs-series/>, objašnjava kratko, ali detaljno probleme sa dehumanizacijom i kriminalizacijom ljudi koji koriste drogu.

⁵² Naš najnoviji takav rad je sa Evropske konferencije o smanjenju štete koja je održana u Pragu 2021. <https://drogriporter.hu/en/5th-european-harm-reduction-conference-in-prague-czechia/>

⁵³ “Silenced NGO Partner”. <https://drogriporter.hu/en/silenced-ngo-partner/>

⁵⁴ “Russia and Methadone: Breaking the Ice”. <https://drogriporter.hu/en/russia-and-methadone-breaking-the-ice/>

⁵⁵ Video poruke — “Drug Lords”. <https://drogriporter.hu/en/drug-lords-celebrate-the-50th-anniversary-of-global-prohibition/>

⁵⁶ Drug Lords Celebrate the Drug War at the UN. <https://drogriporter.hu/en/drug-lords-celebrate-the-drug-war-at-the-un/>

zemljama i proizveli filmove zagovaranja o problemima u Rumuniji⁵⁷, Srbiji⁵⁸, Bugarskoj⁵⁹, Bosni i Hercegovini⁶⁰ i Crnoj Gori⁶¹. Iskoristili su filmske prilike da naprave kratke video zapise o najboljim i najgorim praksama kada su politike prema drogama u pitanju. Snimili su pozitivne primere, kao što su uspesi švajcarskog⁶² programa prepisivanja heroína, portugalske⁶³ i češke⁶⁴ dekriminalizacije i slovačkog⁶⁵ smanjenja štete. Ali takođe su pokazali užase rata protiv droge u Meksiku⁶⁶ i kako mala nevladina organizacija u Rusiji⁶⁷ Fondacija Andreja Rilkova, pokušava da spase svoje prijatelje sopstvenim rukama. Kako su uzeli rančeve i počeli da obezbeđuju zamenu igala u Moskvi. Ovaj kratki film i njegov trejler su korišćeni za uspešno prikupljanje sredstava za kombi, tako da vršnjaci i socijalni radnici više nisu morali da idu peške da bi radili na terenu. Imali su priliku da snimaju u Vankuveru, u Kanadi, o InSite⁶⁸, prvom objektu sigurnije potrošnje u Severnoj Americi. Prikazao je usluge programa i objasnio kako su se na sudu borili protiv konzervativne vlade da ostane otvoren sajt za konzumiranje droga koji spašava živote. Pozvani su na Novi Zeland da snime eksperiment

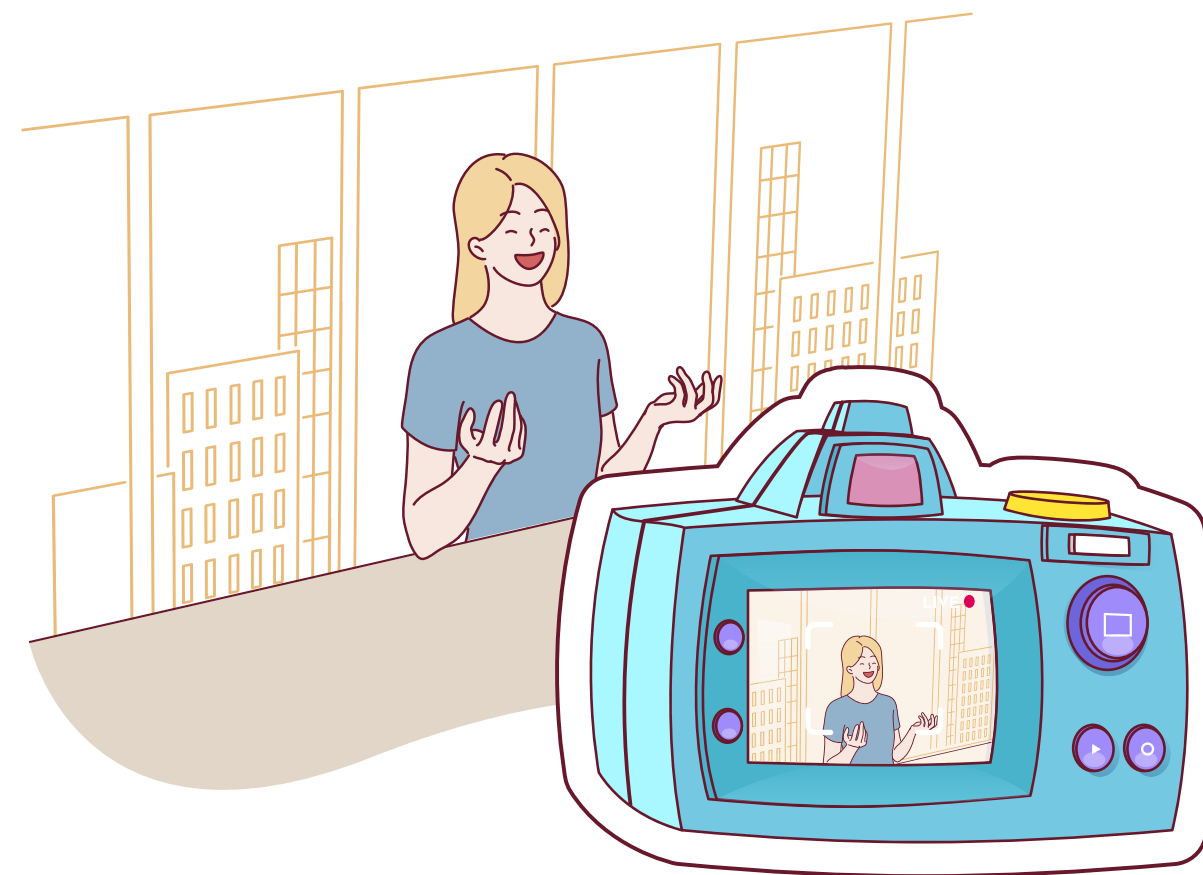
pokušaja da se reguliše tržište novih sintetičkih droga⁶⁹ umesto da se primeni opšta zabrana ovih droga. Pošto su imali svoju opremu i kapacitet za snimanje, po pravilu su snimali sve ono što su, kao NVO, radili i želeli da ljudi nauče. Onda su organizovali, ili učestvovali u protestima i to su snimali. Kada je u Mađarskoj Orbánova vlada uvela „zakon o stranom agentu“, po ruskom modelu, sa ciljem da se obračuna sa civilnim društvom, intervjuisali su demonstrante i snimili kratak film o tome⁷⁰.

Jedan od najvažnijih načina korišćenja videa u aktivizmu za ljudska prava je snimanje kršenja ljudskih prava, ili ako su se već desila, snimanje svedočenja žrtava. U HCLU-u su radili zajedno sa Romskim programom. Njihov kameraman je pratio njihove advokate i radnike na terenu i dokumentovao svedočanstva o kršenju ljudskih prava, kao što su policijsko prelaćivanje ili rasno profilisanje. Oni su snimili svedočenja porodice čije je članove policija pretukla na ceremoniji krštenja. Snimak je korišćen na Međunarodnom sudu za ljudska prava kao dokaz kojim je odlučeno u korist porodice i mađarska država mora da plati odštetu⁷¹.

- 57 Children of the Bucharest Sewer System. <https://drogriporter.hu/en/children-of-the-bucharest-sewer-system>
- 58 AT A CROSSROADS: Will Serbia Fund Harm Reduction Programs to Save Lives? <https://drogriporter.hu/en/at-a-crossroads-will-serbia-fund-harm-reduction-programs-to-save-lives/>
- 59 Bulgaria: On the Dark Side of Drug Policy. <https://drogriporter.hu/en/bulgaria-on-the-dark-side-of-drug-policy/>
- 60 Our Clients Are Our Mission — Harm Reduction in Bosnia. <https://drogriporter.hu/en/bosnia/>
- 61 Harm Reduction in Montenegro. <https://drogriporter.hu/en/harm-reduction-in-montenegro/>
- 62 What the World Can Learn from Switzerland's Drug Policy Shift. <https://drogriporter.hu/en/what-the-world-can-learn-from-switzerlands-drug-policy-shift/>
- 63 Portugal: Ten Years After Decriminalization. <https://drogriporter.hu/en/portugal-ten-years-after-decriminalization/>
- 64 Progressive Drug Policies in the Czech Republic. <https://drogriporter.hu/en/progressive-drug-policies-in-the-czech-republic/>
- 65 Odysseus Calls for Common Solutions on Drugs in Slovakia. <https://drogriporter.hu/en/odysseus-calls-for-common-solutions-on-drugs-in-slovakia/>
- 66 The War on Drugs in Mexico: Is There an Alternative? <https://drogriporter.hu/en/the-war-on-drugs-in-mexico-is-there-an-alternative/>
- 67 Giving Hope to Drug Users in Moscow. <https://drogriporter.hu/en/giving-hope-to-drug-users-in-moscow/>
- 68 InSite — Not Just Injecting, But Connecting. <https://drogriporter.hu/en/insite-not-just-injecting-but-connecting/>
- 69 A FOOT IN THE DOOR: A New Approach to Drugs in New Zealand. <https://drogriporter.hu/en/a-foot-in-the-door-a-new-approach-to-drugs-in-new-zealand/>
- 70 Protest Against the NGO Law. <https://autocracyanalyst.net/hungarian-ngo-foreign-agent-law/>
- 71 Christening With Some Tear Gas. <https://youtu.be/EkXpmbYsjTQ>

Takođe su snimili nekoliko svedočenja žrtava rasnog profilisanja od strane policije. U Mađarskoj je rasprostranjena praksa da policija izriče kazne Romima po mnogo većoj stopi nego ne-romskoj populaciji. Daju kazne za probušenu gumu na biciklu, ili za nekorišćenje pešačke staze (gde zapravo uopšte nema pešačke staze). Oni su u svojim filmovima suprotstavili iskustvo Roma koji su kažnjavani svake nedelje, sa iskustvima neromskih građana koji nikada nisu ni čuli za te kazne. Ovi filmovi su dobili široku medijsku pažnju i uspeali su da podignu svest o ovom problemu⁷². U drugom slučaju, njihove kamere su takođe imale važnu ulogu. 2011. paravojne i neonacističke grupe zauzele su selo pod nazivom Giongospata⁷³. Tvrdili su da su došli da održavaju red i nekoliko

sedmica su pretili romskoj populaciji, uključujući i decu. Mađarska policija je asistrala neonacistima i nije ih oterala. Neonacisti su provocirali romsku populaciju sa ciljem da podstaknu sukob. Oni su od početka bili prisutni sa svojim kamerama i dokumentovali događaje, pokušavajući da skrenu pažnju na to pitanje, zahtevajući od policije da interveniše i isprati neonaciste. Na kraju, njihovi video snimci i svedočenja su odigrali ulogu u konačnom oslobađanju paravojnih grupa. Još jedan dobar primer dokumentovanja zloupotrebe ljudskih prava je kada je projekat Street Lavier-a dokumentovao kako su privatni „centri za rehabilitaciju“ u Rusiji zloupotrebljavali svoje „klijente“. Ova video svedočenja dovela su do policijskih istraga i zatvaranja mnogih od ovih centara⁷⁴.



- 72 Without a Chance. <https://youtu.be/bMNHFNpsA2M>
- 73 Gyöngyöspata 2011. <https://youtu.be/H4WNJ18KJ-w>
- 74 Street Lawyers from EECA region by DuNEWS. <https://www.youtube.com/watch?v=Y3q-30Dg63w>

3.2.5.2. Edukacija

Svoju kameru možete koristiti kao odlično obrazovno sredstvo. Drugreporter ima seriju pod nazivom „Samo reci znaj”⁷⁵, koja ima za cilj da na lako razumljiv i kratak način edukuje javnost o drogama i politikama prema drogama. Ovi video snimci se snimaju ispred zelenog ekrana. Takođe, dokumentarni filmovi Drugreporter-a se koriste na univerzitetima kako bi studentima jednostavno objasnili smanjenje štete i politike prema drogama. Takodje, povremeno održavaju forume za diskusiju koji počinju projekcijom filma, nakon čega sledi diskusija stručnjaka ili ljudi sa proživljenim iskustvom. Tokom pandemije COVID-19 i zatvaranja, nisu mogli da putuju i snimaju, ali su ipak uspeali da proizvedu diskusije i vesti snimljene online aplikacijom Zoom⁷⁶. Ovo pokazuje da čak i ako postoji globalna pandemija i kada ste zatvoreni u svojoj dnevnoj sobi, imate mnogo mogućnosti za snimanje filmova! Pored proizvodnje sopstvenih video snimaka, Drugreporter se fokusira na obuku kolega aktivista, vršnjaka i mladih u video zagovaranju. Oni održavaju mrežu ljudi koje su obučili i koji nastavljaju da snimaju filmove. Koristeći ovu mrežu, sve više rade u međunarodnoj saradnji. Od svojih partnera traže da im snime i pošalju snimke koje oni montiraju i objavljuju. Ovo je isplativ način snimanja dokumentarnih filmova koji štedi vreme. Na taj način su proizveli dugometražni dokumentarni film „Jedan dan u životu: Svet ljudi koji koriste drogu”⁷⁷. U njemu učestvuju 8 ljudi iz 7 gradova širom sveta: Berlin, Budimpešta, Džakarta, Meksiko Siti, Simferopolj, Meksiko Siti i Lagos. Svi oni koriste ili koriste istu drogu, heroin, ali su im životi potpuno drugačiji. Ova razlika je rezultat veoma različitih politika koje se bave pitanjima droga. U jednom gradu ti pucaju u nogu zato što si korisnik; u drugom, država obezbeđuje legalni heroin ako ne možete da prestanete da koristite drogu.

Još jedan primer snimanja dokumentarnih filmova na daljinu je serija proizvedena za Međunarodnu mrežu ljudi koji koriste drogu (INPUD). Serija nosi naslov „Povratak onoga što je naše: usmena istorija pokreta ljudi koji koriste drogu”⁷⁸. 10 epizoda od po 35 minuta uključuje 34 intervju sa aktivistima korisnika iz 20 zemalja. Većinu intervjua vodile su ekipe koje su angažovali onlajn. Poslali su im isti upitnik koji su potom koristili za intervjuisanje.

3.2.5.3. Mobilizacija

Interesantan primer mobilizacije je kampanja koju je Drugreporter organizovao u okrugu 8 Budimpešte. Godine 2014, gradonačelnik Fidesa (vladajuća) Partija 8, Mate Kocsis, odlučio je da se reši programa zamene igala i špriceva koji vodi nevladina organizacija pod nazivom Blue Point u Distriktu koja je opsluživala oko 3.000 ljudi koji su koristili drogu. Pokrenuo je kampanju protiv organizacije, tako što je ao žrtveno jagnje uzeo korisnike droga tvrdeći da su svi problemi vezani za drogu, kao što su prisustvo korisnika droga u Distriktu i *narkomanija*, rezultat postojanja organizacije u tom komšiluku. Iako su to bile lažne optužbe, Drugreporter je znao da će postići svoj cilj i da će omogućiti gašenje programa. Drugreporter je prikupio određena sredstva i razvio kampanju oko ovog pitanja koristeći slogan „Soba u 8. okrugu”. Napravljena je veb stranica i 20-minutni kratki dokumentarac⁷⁹ o problemu koji je imao skoro 400.000 pregleda na Jutjubu. Pozvali su ljude da potpišu peticiju za kvart bez otpada od droge, ali su ponudili drugačije rešenje od gradonačelnika: predložili su da se zadrži program zamene igala i otvori bezbednije mesto za konzumiranje, gde bi ljudi mogli da koriste sopstvenu drogu u okruženju pod nadzorom a bez rizika od predoziranja, koje prevenira da zaraze jedni drugde ili ne

bacaju upotrebljene igle po komšiluku. Takođe su proizvodili postere „citi light” i prikupljali potpise na oflajn štandovima⁸⁰. Na kraju su uspeali da prikupе 5.400 potpisa onlajn i skoro 2.000 oflajn. Više od 150 ljudi prisustvovalo je njihovoj projekciji filma i diskusionom forumu. TV kanali su preuzeli problem i iskoristili svoje snimke da naprave sopstvenu reportažu. Bilo je mnogo radio emisija i novinskih članaka o ovom pitanju. U mađarskoj političkoj klimi nije bilo moguće ostvariti svoj cilj, niti pristupiti dijalogu sa vladom, ali su uspeali da skrenu pažnju na humanije rešenje ovog problema od kriminalizacije i proterivanja razmene igala program.

3.2.6. Video Format

Postoje različiti formati koje možete izabrati kada želite da pokrijete temu koja je važna za vas. Dužina filma može biti viralni video od 30 sekundi ili nekoliko minuta; kratki dokumentarni film od oko 15-30 minuta; dugometražni dokumentarni film od oko 90 minuta; ili niz od nekoliko epizoda. Video može biti izmišljena predstava ili informativni deo sa vama ili vašim kolegom koji direktno razgovara sa publikom ispred zelenog ekrana, na primer. Možete snimiti i otpremiti sate konferencijskih govora i možete emitovati uživo na JuTube-u ili Facebook-u. Takođe možete napraviti animaciju, što je odličan, ali skuplji i dugotrajniji format. Drugreporter je napravio i neke animacije. Jedan od njih je vrhunac njihovog video zagovaračkog rada. Animirani dokumentarni film „Kostja Proletarski”⁸¹ zasnovan je na istinitoj priči o Kostu, korisniku droge i HIV aktivisti koji je umro od posledica maltretiranja i torture u ruskom zatvoru. Animacija sadrži originalne audio intervjue sa Kostijom i njegovom majkom. , Irina, i ima za cilj da obeleži Kostju i mnoge druge koji nisu preživeli zatvorske kazne širom sveta Dokumentarni film je prikazan na 7 filmskih festivala širom sveta i osvojio je glavnu nagradu na 65. Mađarskom nacionalnom festivalu nezavisnog filma i Madridskom filmu i Festival filma o ljudskim pravima 2020.

3.2.7. Pre nego što izađeš da snimaš

Video produkciju možemo podeliti u 4 faze. Prvi je pred produkcija, kada se pripremate za snimanje filma. Drugi je stvarna *produkcija*, kada izađete i snimate nešto. Treći je *postprodukcija*, kada montirate i bojite svoj film i popravljate zvuk. Četvrti i poslednji deo je kada *distribuirate* svoj film i pokažete ga svetu. Ako možete da razmislite unapred, postoje neki aspekti koji mogu značajno poboljšati uspeh vašeg projekta. Ovih 5 aspekata su:

CILJ

Ako ste sigurni u svoj primarni cilj, svoj glavni cilj koji želite da postignete, to će vam pomoći da napravite jasan i razumljiv film.

PORUKA

Vaša poruka treba da bude jasna! Trebalo bi unapred da znate šta je to što biste želeli da saopštite!

PRIČA

Vaša poruka se najbolje može preneti pričom nekoga ko predstavlja vašu temu. Trebalo bi da razmislite o tome čija priča najbolje može da ispriča vašu poruku, ko je najverodostojniji? Jedan od najboljih načina da ispričate svoju poruku je kroz pojedinačne priče sa kojima se ljudi mogu identifikovati, koje emotivno dotiču ljude. Uvek se trudite da osobe predstavljaju pogođenu populaciju o kojoj govori vaš film. Ovde je veoma važan princip „Ništa o nama, bez nas”. Uvek je dobro imati zanimljive, moćne likove. Zanimljivo je prikazati neki sukob koji uključuje ljude ili ideje. Kao video aktivisti, možemo pokušati da budemo objektivni i da dozvolimo obema stranama da govore, ali to često nije moguće. Često vam nasilni policajac neće dati intervju ili će lagati o zlostavljanju. Vi zauzimate stranu, i to je u redu. Zato se bavite aktivizmom, jer pokušavate da podržite i pomognete stranu potlačenih ili marginalizovanih. Ali, naravno, uvek govoriš istinu, nikad ne lažeš u filmu. Prikazivanje činjenica u filmu je korisno, samo pazite da ne

75 Seria 'Just Say Know' w Drugreporter. <https://drogriporter.hu/en/section/just-say-know-series/>

76 "Drugreporter Café". <https://drogriporter.hu/en/section/drugreporter-cafe/>, "Drugreporter News". <https://drogriporter.hu/en/section/drugreporter-news/>

77 "A Day in The Life: The World of Humans Who Use Drugs". <https://drogriporter.hu/en/a-day-in-the-life/>

78 "Taking Back What's Ours: An Oral History of the Movement of People who Use Drugs". <https://drogriporter.hu/en/taking-back-whats-ours/>

79 "Room in District 8". <http://szobaanyolcban.org/> i film, https://youtu.be/CfzcKHBz_kM

80 Campaign report. <https://drogriporter.hu/en/room-in-the-8th-district-campaign-report/>

81 "Kostya Proletarsky". <https://drogriporter.hu/en/kostya/>

pokušavate da predstavite previše podataka jer to može biti neodoljivo. Zapamtite, priča služi za govaranju, vaš film ima svrhu, a ne samo nešto! Najbolje je ako možete da pokrenete neku akciju iz svog filma, zahtev svojoj publici: da podržite cilj tako što ćete potpisati peticiju, donirati joj, pridružiti se kampanji e-pošte, podeliti video naširoko, itd.

PUBLIKA

Takođe unapred razmišljate o svojoj publici. Da li su to donosioci odluka? Da li je mladost? Da li je to šira javnost? Da li su to sudije na međunarodnom sudu? Ako unapred poznajete svoju publiku, to će vam pomoći da bolje izaberete format i mesto distribucije.

DISTRIBUCIJA

Ako unapred znate kada, kako i kome želite da promovirate svoj film, to vam pomaže tokom celog procesa. Možda postoji poseban datum za objavljivanje, pa morate paziti da budete spremni na vreme. Ako imate neke saveznike da promoviraju svoj film, možete unapred dogovoriti objavljivanje sa njima. Ako poznajete novinare, možete im pokazati svoj film i pustiti ih da pripreme članak ako su zainteresovani. Možete besplatno da otpremite na YouTube i Facebook, a na Vimeo-u ćete možda morati da platite naknadu za otpremanje iznad određene veličine datoteke. Postoje i ograničenja veličine i vremena na Instagramu i TikTok-u. Oflajn distribucija se može desiti kao događaj projekcije i diskusioni forum ili festivalske projekcije. Više ne snimamo DVD-ove da bismo zaštitili životnu sredinu.

Kada manje-više znate odgovor na gornjih 5 tačaka, možete započeti planiranje stvarnog snimanja i producirati vremensku liniju produkcije: Gde ćete snimati? Koga ćete intervjuisati? Koja će biti vaša pitanja? Možete da zapišete svoja pitanja, ili ako dobro znate šta biste želeli da čujete, možete i improvizovati. Dobro je na kraju imati proveru stvarnosti: da li je to zaista moguće? Možete li zaista zamoliti tog poznatog glumca da ispriča vaš film? Da li zaista imate kapacitet da napravite sve te intervjue? Kada izgleda da je sve u redu i da ste spremni za snimanje, možete početi da pakujete svoju video opremu.

3.2.7.1. Oprema

Handicam se može koristiti za dugotrajno snimanje sa relativnom lakoćom. Profesionalne video kamere su skupe i teške, pa je kao aktivisti koji juri oko kao video novinar, bolja manja i jeftinija opcija. Ono što mnogi aktivisti, novinari i nezavisni filmski stvaraoci koriste je neka vrsta foto kamere sa mogućnošću snimanja video zapisa. Ove kamere obično imaju zamenljiva sočiva koja vam daju kreativniju kontrolu nad filmom. Digitalne refleksne kamere sa jednim sočivom (DSLR) imaju malo ogledalo koje se okreće kada snimate fotografiju. Ovo ogledalo ostaje podignuto kada snimate video.

KAMERA

Fotoaparati sledeće generacije (kamere sa izmenjivim sočivima bez ogledala, MILC) nemaju ogledalo, manje su i imaju elektronsko tražilo. Ovo je veoma dobar kompromis između faktora male forme, pristupačne cene i odličnog kvaliteta slike. Ove kamere imaju različite veličine senzora. Standardna veličina se zove full-frame koja pokriva tačno veličinu okvira od 35 mm tradicionalnog filmskog fotoaparata, tako da najbolje funkcioniše sa onim starim objektivima koje su koristili vaši deda i baka. Manja veličina se naziva veličina senzora Advanced Photo Sistem tipe-C (APSC). Pošto su ovo senzori manjih dimenzija, isti okvir objektiva punog okvira će biti isečen, biće zumiraniji u vidnom polju (24mm objektiv punog kadra će vam dati približno 36mm vidno polje na APSC kameri). Takođe možete da koristite akcione kamere, kao što je GoPro, za fanki snimke, ali one nisu baš prikladne za našu vrstu rada u dokumentarnom stilu. Telefoni postaju sve bolji i bolji u pravljenju video zapisa.

MEMORIJSKE KARTICE

Vaša kamera snima na memorijske kartice. Najčešće korišćene su SD kartice. Ove kartice imaju određeni kapacitet, neke su kartice od 32, 64 ili 128 GB. Takođe imaju najveću brzinu kojom mogu da prenose podatke. Što je veća video datoteka koju napravite kamerom, to će vam biti potrebna brža kartica. Oni su obično jeftini i dobro je imati nekoliko njih sa sobom.

STATIV

Da biste napravili apsolutno stabilne snimke i da biste, na primer, mogli da snimate sate konferencijskih snimaka, vredno nabaviti stativ na koji ćete staviti kameru. To vam dugoročno štedi mnogo bolova u leđima. Na primer, možete nabaviti jeftine, ali dobre stativne u prodavnicama polovnih fotografija. Za teže kamere potreban vam je jači stativ. Najvažnija stvar na koju treba obratiti pažnju kada birate stativ je težina glave stativa. Za video, morate biti u stanju da pravite tačne, glatke pokrete. Takođe možete imati male stativne za svoj telefon.

MIKROFON

Vaša kamera dolazi sa ugrađenim mikrofonom, ali posle nekog vremena biste želeli da imate bolji kvalitet i veću kontrolu nad svojim snimanjem zvuka. Postoje različite vrste mikrofona za različite namene. Za snimanje akcije, kada se krećete uokolo sa svojom kamerom i želite da snimate zvuk koji se nalazi ispred vaše kamere, stavite mikrofonski puškom na kameru. Ovim možete snimiti ulične proteste i dijalog među ljudima. Ali ako želite da se više usredsredite na glas sagovornika, koristite mikrofonski lavalier ili mikrofonski. Ovo su sićušni mikrofoni koji dolaze u žičanom ili bežičnom/radio formatu koje možete pričvrstiti na ogrlicu sub-

jekta i mogu lepo snimiti glas, odvojen od pozadinskih šuma. Možete sakriti žicu ili akord mikrofona ispod odeće subjekta. Postoje situacije kada ili nemate vremena da pričvrstite ove mikrofonske sa klipom ili ste u bučnijem području. U ovim slučajevima, ručni mikrofonski je zgodan koji držite blizu usta sagovornika da biste dobili jasan glas i najbolje izolovali zvukove iz okoline. Četvrti, i poslednji, tip mikrofona je spoljni audio snimač. Oni mogu da snimaju ambijentalne zvukove, glasove ili muziku veoma dobrog kvaliteta sa svojim mikrofonom, ali takođe možete da priključite svoje audio kablove iz sistema zvučnika. Kada idete na konferenciju ili bilo koji događaj gde ljudi govore u mikrofonski na daljinu, ne želite da snimate ambijentalni zvuk jer to neće biti dovoljno dobrog kvaliteta. U ovom slučaju, možete da odete i priključite svoj eksterni audio snimač u zvučni sistem mesta da biste dobili najbolji zvuk zvučnika. Za mikrofonske je dobra ideja da stavite vetrobran ili „mrtvu vevericu“ da biste uklonili buku vetra.

AUDIO KABLOVI

Postoje samo tri tipa kablova koji pokrivaju sve vaše audio situacije: KSLR, RCA i Jack kablovi. One se mogu konvertovati jedna u drugu. Jack kablovi dolaze u veličinama od 6,3 mm i 3,5 mm, poslednji je standardni audio kabl za utičnicu za slušalice.



BATERIJE

potrebna vam je struja za rad vaše kamere i ona se čuva u baterijama. Važno je da imate više baterija u slučaju da snimate duže. Obavezno napunite sve svoje baterije pre nego što izađete na snimanje. Postoje i eksterne baterije za mobilne telefone.

SLUŠALICE

Kada imate izlaz za slušalice na kameri, ključno je da pratite zvuk dok snimate. Na taj način ćete čuti da li postoji bilo kakav problem sa vašim audio snimkom.

KIŠOBRAN

Ima smisla imati sa sobom, za kišni dan.

LAMPE

Możesz znaleźć się w sytuacji, w której będziesz musiał użyć lampy, ponieważ nie będzie dostępna wystarczająca ilość światła z otoczenia. Do tego celu służą małe i mocne lampy, które można kupić i umieścić na kamerze lub na stojaku.

RAČUNAR

Da biste uredili svoj snimak, potreban vam je računar. Ovo može biti laptop ili stoni računar.

SOFTVER ZA MONTAŽU

Postoje besplatni, plaćeni ili pretplaćeni softveri za montažu. Softver za montažu imaju minimalne zahteve za moć računarske obrade. Na kraju ovog poglavlja dajemo vam savete za programa.

HARD DISKOVI

Ako snimate mnogo snimaka visokog kvaliteta, disk vašeg računara će se brzo napuniti. Nakon nekog vremena, moraćete da kupite eksterne hard diskove da biste sačuvali svoje snimke. Najjeftiniji način je kupovina internih hard diskova (HDD) koje možete staviti u svoj desktop računar ili ih povezati preko USB kablova i priključne stanice.

OBJEKTIVI

Možete razviti pravu „požudu za sočivima“ kada vidite kako lepe slike možete da napravite sa različitim tipovima sočiva. Sada ne ulazimo u detalje

o sočivima, samo da oni mogu biti ili objektivu sa fiksnom žižnom daljinom, što znači da ne možete zumirati sa njima, ili telefoto ili zum objektivu, pomoću kojih možete da uvećavate i umanjujete. Takođe, osvetljenost sočiva se razlikuje; što više svetlosti mogu da puste na vaš senzor, to su svetlije i obično skuplje.

RANAC

Dobro je imati jak ranac za svu svoju opremu. Kada znate šta želite da snimate i spremite svoju opremu, spremni ste da izađete i snimate.

3.2.7.2. Osnovni pojmovi u videografiji

SVETLOST

Prvo što treba da napravite slike je svetlost. Pri slabom osvetljenju, vaše slike će biti lošijeg kvaliteta. Uverite se da je vaš objekat pravilno osvetljen i da nije previše taman. Kada snimate, pokušajte da ne snimate protiv sunca ili jakog svetla. Snažno pozadinsko osvetljenje se može koristiti da bi se neko prikrio jer slike sa pozadinskim osvetljenjem izgledaju kao siluete.

VIDEO REZOLUCIJA

Digitalne slike se sastoje od obojenih piksela, sitnih tačaka u boji. Što više ovih tačaka imate na slici, ona je detaljnija. Slike imaju određeni broj ovih piksela kako vertikalno tako i horizontalno. Ova dva broja vam govore o rezoluciji slike.

Postoje određene standardne rezolucije koje koristimo i, kako se kamere i ekrani razvijaju, taj broj takođe raste. SD ili standardna rezolucija je 640 piksela horizontalno i 480 piksela vertikalno, dakle 640k480 piksela. HD (ili 720p) rezolucija je 1280k720 piksela. Full HD (ili 1080p) je 1920k1080 piksela, a 4k je 3840k2160 piksela. Najrasprostranjenija rezolucija danas je 1080p, ali sve više kamera i ekrana ima 4K rezoluciju

BRZINA KADROVA

Svaki film je zasnovan na istoj iluziji: ako napravite mnogo slika određenog subjekta i reprodukujete

ove slike jednu za drugom određenom brzinom, videćete kretanje. Broj fotografija u sekundi naziva se brzina kadrova. Standardna brzina kadrova (fps, okvir u sekundi) koju koristimo kao videografija je ista kao i bioskop, a to je 25 kadrova u sekundi (ili 24 kadra u sekundi u SAD). To je ono na šta smo navikli kada gledamo filmove. Pokret izgleda pomalo zamućeno pri ovoj brzini kadrova. Možete snimiti više kadrova u sekundi. Sa većom brzinom kadrova, kretanje će izgledati manje zamućeno. Ako snimate, na primer, 120 kadrova u sekundi, možete usporiti snimak u programu za uređivanje na ¼ brzine i još uvek imate 30 kadrova u sekundi, tako da će vaš usporeni video izgledati glatko.

Odnos širine i visine slike je odnos širine i visine vašeg okvira. Stariji televizori imaju odnos stranica 4:3. Danas koristimo odnos širine i visine 16:9 gde je širina 16 jedinica, a visina 9. Većina ekrana laptopova ima odnos 16:9 kao i prozor YouTube video zapisa.

Što je tanja visina, više ćete biti filmski. Bioskopski „široki ekran“ ima odnos 2,39:1

TIPOVI SCENA

Možemo da razlikujemo A-roll od B-roll-a na osnovu onoga što snimamo našom kamerom. A-roll je vaša glavna kamera; to može biti glavni snimak nekog intervjua. Često je to glava koja go-

vori. A-roll takođe može biti akcioni snimak, koji se naziva i sekvenca posmatranja, kada posmatramo nekoga kako nešto radi, ljude u interakciji jedni sa drugima. Obično su ovi snimci interakcije najzanimljiviji. B-roll je vrsta sekundarnog snimka, ilustracija predmeta, ljudi ili pejzaža, koji ilustruju o čemu govori A-roll glava. Naravno, možete koristiti B-rollove dok puštate muziku ili samo u tišini. Druga vrsta snimka je reakcija kada snimate reportera ili publiku. Odlučujući snimak je kada snimate svog subjekta kako stiže na scenu intervjua ili pokažete grad ili kuću ili ulaz ili sobu u kojoj će se intervju održati.

3.2.8. Komponovanje videa

Da biste napravili upečatljiv video, namerno komponujete elemente scene ili sekvence. Ako obratite pažnju na sledećih 5 pravila, moći ćete da snimate lepše snimke.

VELIČINE SNIMAKA

Vaš subjekat može imati različite veličine u vašem kadru. Može biti daleko ili veoma blizu. Obično, za intervju, napravite srednji snimak ili srednji krupni plan. Ako je vaš subjekat predaleko, nećete videti njegovo lice dovoljno dobro. Ako je previše blizu, to će biti previše intimno i uznemirujuće.

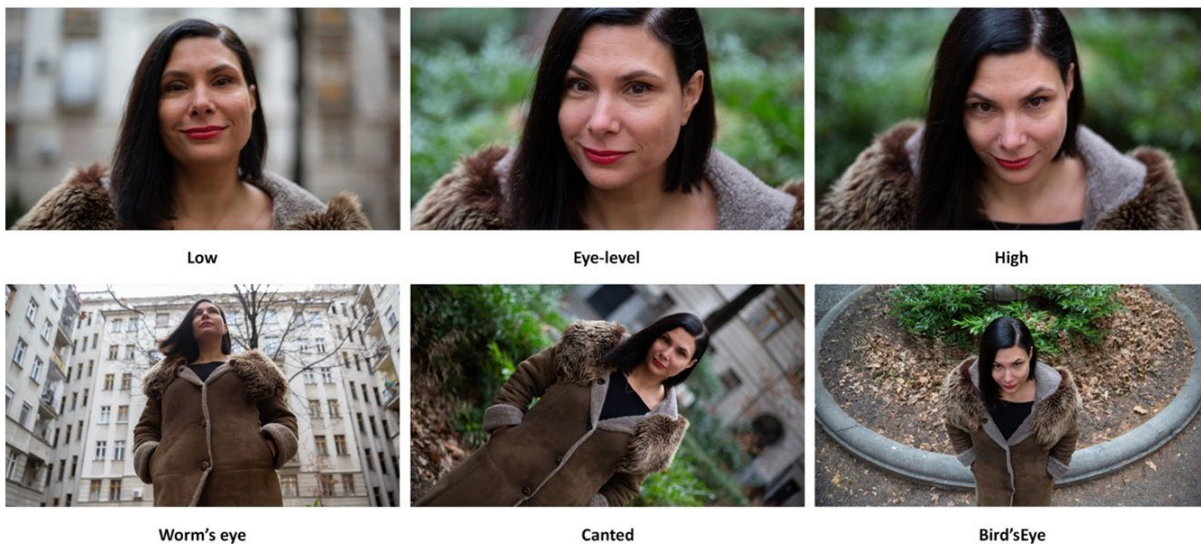
Shot Sizes



UGLOVI SNIMANJA

Za intervju obično postavljamo kameru u nivo očiju. Malo veći ugao je često lep, ali niži uglovi obično ne rade dobro. Previsok ugao pokazuje da je vaš subjekat ranjiv, dok veoma nizak ugao može pokušati da prikaže vaš subjekt kao snažnu i dominantnu osobu.

Shot Angles



PROSTOR ZA GLAVU

Prostor iznad glave subjekta nazivamo „prostor za glavu“. Uverite se da nije prevelik ili premali. Primetite da je nivo očiju oko 1/3 celog kadra i da, dok zumirate, zadržavate proporciju gornjeg i donjeg dela.

PRAVILO TREĆINE

Ako svoju sliku podelite sa 4 linije na 9 delova prilikom komponovanja snimka (ako vaš subjekat nije u sredini kadra, već na linijama ili prelazima ovih linija), dobijate harmoničniju slika.

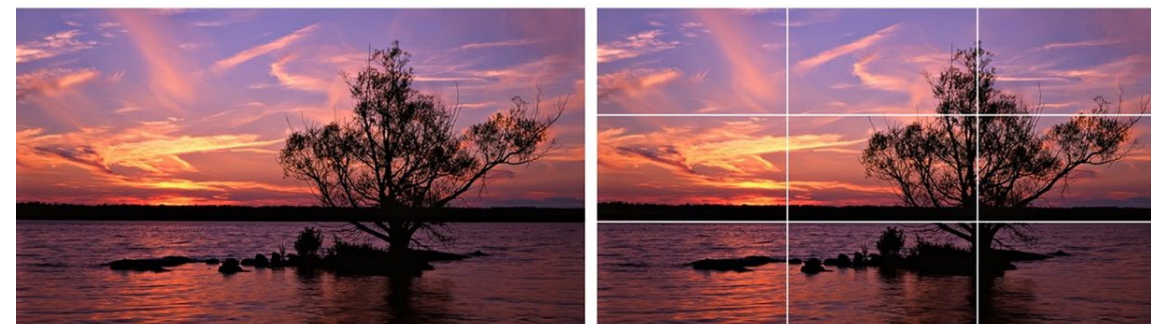
PROSTOR ZA VOĐENJE

Kada komponujete snimak, ostavite više prostora ispred subjekta ili u pravcu u kome se vaš objekat kreće. Ovo ostavlja više prostora ispred vašeg subjekta i daje vam osećaj da postoji nešto u pravcu u kom gledaju, posebno kada pravite snimak intervju.

Headroom



Rule of Thirds



Przestrzeń



3.2.9. Držanje kamere i/ili telefona i kretanje sa njom

Za pravilnu stabilnost, držite kameru i telefon sa obe ruke. Kada držite kameru, obično stavljate levi dlan ispod kamere i sočiva, a desni dlan na desnu stranu kamere. Dok držite kameru, možete koristiti stomak kao oslonac za lakat.

Kada snimate nešto, vodite računa da taj okvir držite dovoljno dugo. Možete računati u glavi do 10 sekundi da biste bili sigurni da imate dovoljno dug udarac. Kada pomerate kamerom, pomerajte gornji deo tela zajedno sa rukama, a ne samo rukama. Dok se krećete, držite kolena savijena, ako možete. Krećite se polako na klizeći način. Obično koristimo zum da pronađemo svoje vidno polje ili okvir i ostanemo tamo. Obično ne zumiramo tokom snimanja, samo da bismo brzo pronašli našu sledeću kompoziciju. Uvećavanje filma ima osećaj kućnog videa. Kada snimate mobilnim telefonom, držite ga horizontalno. Ovo vam daje odnos stranica 16:9.

3.2.10. Podešavanje kamere

Postoje knjige o teoriji fotografije, pa ćemo ovde pokriti samo osnove. Kada snimate video, koristite iste alate kao i za fotografisanje slike. Videografi obično koriste ručna podešavanja kako bi mogli da kontrolišu konačni rezultat što je više moguće.

VELIČINA/KVALITET

U računarstvu, brzina bitova (bitrate ili kao promenljiva R) je broj bitova koji se prenose ili obrađuju u jedinici vremena. 1 Mbit/s ili 1 Mbps = 1.000 kbit/s. Uopšteno govoreći, što je veća brzina u bitovima, više podataka imate u datoteci i više informacija i detalja imate u svom videu. Obično je 1080p ili Full HD video oko 7-12 Mbps. Snimak u 4k ili 2160p je oko 35-68 Mbps.

FOKUS

Kao videografi, obično koristimo ručni fokus kako bismo osigurali da kontrolišemo šta je oštro, a šta nije u našem videu. Podešavanje fokusa vam po-

maže da vidite šta je u fokusu na LCD ekranu vaše video kamere jer ističe one oblasti slike koje su u fokusu.

EKSPOZICIJA/OSVETLJENOST

Ekspozicija je ukupna osvetljenost ili tama fotografije ili video zapisa. Tačnije, to je količina svetlosti koja dospeva do senzora filma ili kamere kada se slika snima. Što više izlažete film ili senzor kamere svetlu, to će vaša fotografija biti svetlija. Što je manje svetla, to će vaša fotografija biti tamnija. Pazite da ne preterate ili premalo izložite svoj snimak. Možete da „popravite dosta toga u post“ ili postprodukciji, možete da učinite svoju sliku ili snimak tamnijim ili svetlijim, ali samo u određenoj meri. Kada preeksponirate svoj snimak do te mere da na slici postoji samo bela, kada je učinite tamnijom, ona može postati samo siva.

Slično, kada ga poteksponirate, a postoji samo crna boja i nema drugih detalja, onda kada je posvetlite, ona će ponovo postati siva. Ručno podešavanje ekspozicije i fokusa na vašem mobilnom telefonu je donekle jednostavno, samo dodirnite telefon gde želite da se fokusira i on takođe automatski podešava osvetljenost. Na foto kamerama (i sa određenim aplikacijama na telefonima) imate mogućnost da ručno podesite ekspoziciju i postoje 3 aspekta: **otvor blende, brzinu zatvarača i ISO/pojačanje**.

OTVOR BLENDE

Otvor blende je rupa u vašem sočivu kroz koju svetlost putuje. Slično kao iris u našim očima, možemo širom otvoriti otvor blende tako da više svetlosti dođe do našeg senzora, ili možemo zatvoriti otvor da bismo imali manju rupu i pustili manje svetlosti na naš senzor. Otvor blende ima broj, vrednost F. Što je manji broj, to sočivo može da propušta više svetlosti.

Objektivi imaju minimalni broj F vrednosti. Postoje svetla ili brza sočiva koja imaju F vrednost od 0,95, 1,4 ili 1,8, ali 2 ili 2,8 se takođe smatraju brzim/svetlim sočivima. Na vašoj kameri možete zatvoriti otvor blende na oko F22 da biste imali naj-

manju količinu svetlosti koja bi dospela do vašeg senzora. Što više otvarate otvor blende, manja je vrednost F i više možete da zamutite pozadinu subjekta. Drugim rečima, dubina polja će biti manja. Otvor blende nekih zum objektivu se menja kako zumirate, f broj se povećava jer se dužina sočiva menja i manje svetlosti prolazi kroz njega.

BRZINA ZATVARAČA

U fotoaparatima, termin brzina zatvarača predstavlja vreme tokom kojeg zatvarač ostaje otvoren prilikom snimanja fotografije. Što je broj veći, to je kraće vreme otvaranja i oštrije će se uhvatiti pokret. Što je manji broj, više je vremena otvoren i pokret će biti zamućeniji. Brzina zatvarača od 50 znači jednu pedesetu sekundu. Brzina zatvarača od 100 znači 1/100 sekunde. U videu ga obično postavljamo na 50 ili 1/50. Obično ga tako ostavite i pojačate kada želite da potamnite ekspoziciju.

ISO ILI POJAČANJE

U danima filma, ISO broj je pokazivao osetljivost filma. Film od 100 ISO bio je manje osetljiv od filma od 400 ISO. U digitalnim fotoaparatima držali smo iste vrednosti i koristimo ih za podešavanje osetljivosti našeg senzora svetlosti. Osnovni ISO je 100, najmanje osetljiv.

Što više ISO ili pojačanja dodamo našoj slici, to će naš senzor biti osetljiviji na svetlost i svetlija će naša slika. Međutim, to takođe dolazi sa nedostatkom. Što više dobitka dodate, više artefakata šuma ćete videti na svojoj slici. Da sumiramo, za video obično podesite brzinu zatvarača na 50 (kada snimate pri 25 kadrova u sekundi). Podesite otvor blende na željenu vrednost F, ona može biti najniža ili oko 2,8 u zavisnosti od toga koliko zamućenu pozadinu želite. Zatim prilagodite svoj ISO da biste imali odgovarajuću osvetljenost. Ako ste u veoma svetloj situaciji i ne možete da idete ispod 100 sa vašom ISO osetljivošću, povećate otvor blende i zatamnite snimak.

BALANS BELOG

Balans belog (WB) je proces uklanjanja nereal-

nih odliva boja tako da se objekti koji izgledaju beli lično u vašem videu prikazuju belo. Kamere pokušavaju da isprave balans belog, ali ponekad morate da ga podesite ručno i promenite sliku na plavu kada je slika previše narandžasta (ovo se dešava unutra sa veštačkim žutim svetlom) ili kada je slika previše plava (ovo se dešava spolja jer plavog neba). Možete podesiti balans belog u zatvorenom ili na otvorenom na kameri ili ručno podesiti kelvin broj od veoma narandžaste do veoma plave.

3.2.11. Postavljanje intervjua kao kamermana

Obično se radi u parovima kada postoje reporter i kamerman (takođe se zove DoP, „direktor fotografije“). Kada stignete na lokaciju, tražite lepu pozadinu koja će izgledati dobro za intervju. Uverite se da u pozadini nema ničega što bi moglo da uznemirava, kao što su rogovi u visini glave ili polica u visini vrata. Vi odlučujete da li sagovornik stoji ili sedi. Pronađite mirno i dobro osvetljeno mesto ili koristite lampe. Snimanje napolju je obično bolje osvetljeno. Potražite zvukove kojih se možete osloboditi; isključite frižider, klimu ili zatvorite prozore. Dok se dogovarate, reporter može opustiti sagovornika. Ne preporučuje se previše pričati o temi intervjua pre samog snimanja. Intervju postavljate tako da su reporter i sagovornik okrenuti jedan prema drugom i postavljate kameru blizu reportera tako da ima uski ugao. Postoji zamišljena linija koja povezuje reportera i subjekta. Ako ste počeli da snimate na jednoj strani, ne prelazite ovu liniju. Možete da se krećete na tu jednu stranu i snimate reportera sa te strane, ali ne idite na drugu stranu jer će se tada promeniti pravac u kome gledaju u filmu. Subjekt treba da gleda u reportera, a ne u kameru. Ako radite samo sa jednom kamerom, bolje je imati širi snimak nego preblizu. U programu za montažu imaćete mogućnost da malo uvećate, ali nećete imati priliku da umanjite.

3.2.12. Raditi kao reporter

Trebalo bi da stignete na vreme na intervju i da se pripremite. Pitanja možete pripremiti unapred. Ako je potrebno, možete naterati subjekta da potpiše formular za saglasnost ili kaže svoj pristanak kameri. Za prvo pitanje pitate njihovo ime i poziciju. Ovo je korisno za opuštanje, a takođe i da kasnije saznate s kim ste intervjuisali. Kada počnete da postavljate pitanja, uverite se da postavljate otvorena pitanja za koja su odgovori više od da ili ne. Možete reći subjektu da odgovori punim rečenicama koje uključuju pitanje ili sam subjekt. Na primer, pitate „kako je vreme“, a oni ne samo da odgovore da je lepo, već da je „lepo vreme“. Na ovaj način ne treba da koristimo originalno pitanje u filmu. Tokom intervjua čutite. Klimnite glavom da biste dali povratnu informaciju, ali nemojte vokalizirati jer će i to biti snimljeno. Uopšteno govoreći, trebalo bi da postavljate jednostavna pitanja koja omogućavaju vašem subjektu da dobro odgovori. Vaša uloga ovde nije da impresionirate subjekta svojim znanjem, već da postavite neophodna pitanja kako biste dobili odgovore i zvučne zapise koji su vam potrebni. To znači da, naravno, pitate stvari za koje već znate odgovor. Obavezno recite subjektu da izbegava žargon ili skraćenice koje gledaoci ne bi razumeli. Na kraju intervjua, možete pitati subjekta da li želi još nešto da doda. Obraćanje pažnje na audio je, na neki način, važnije od samog videa, jer uvek možete staviti B-roll na uništeni deo intervjua, ali ako niste snimili nikav ili veoma izobličen zvuk, imate problem. Pokušavate da pratite zvuk sve vreme. Kada pričvrstite mikrofona sa klipom, sakrijte akord. Labav visi akord izgleda amaterski. Ako snimate telefonom, možete koristiti drugi telefon za snimanje zvuka. Možete da priključite i neke mikrofona sa klipom na telefone. Dobro će doći snimanje minuta sobnog tona, atmosferske tišine u prostoriji. Korisno je kada kasnije uređujete zvuk, da ga ubacite na mesta gde niko ne govori (ravna tišina stvara primetan diskontinuitet). Kada snimate telefonom,

korisno je prebaciti ga u režim rada u avionu dok snimate intervju. Počnite sa punom baterijom i unapred proverite svoju memoriju na telefonu.

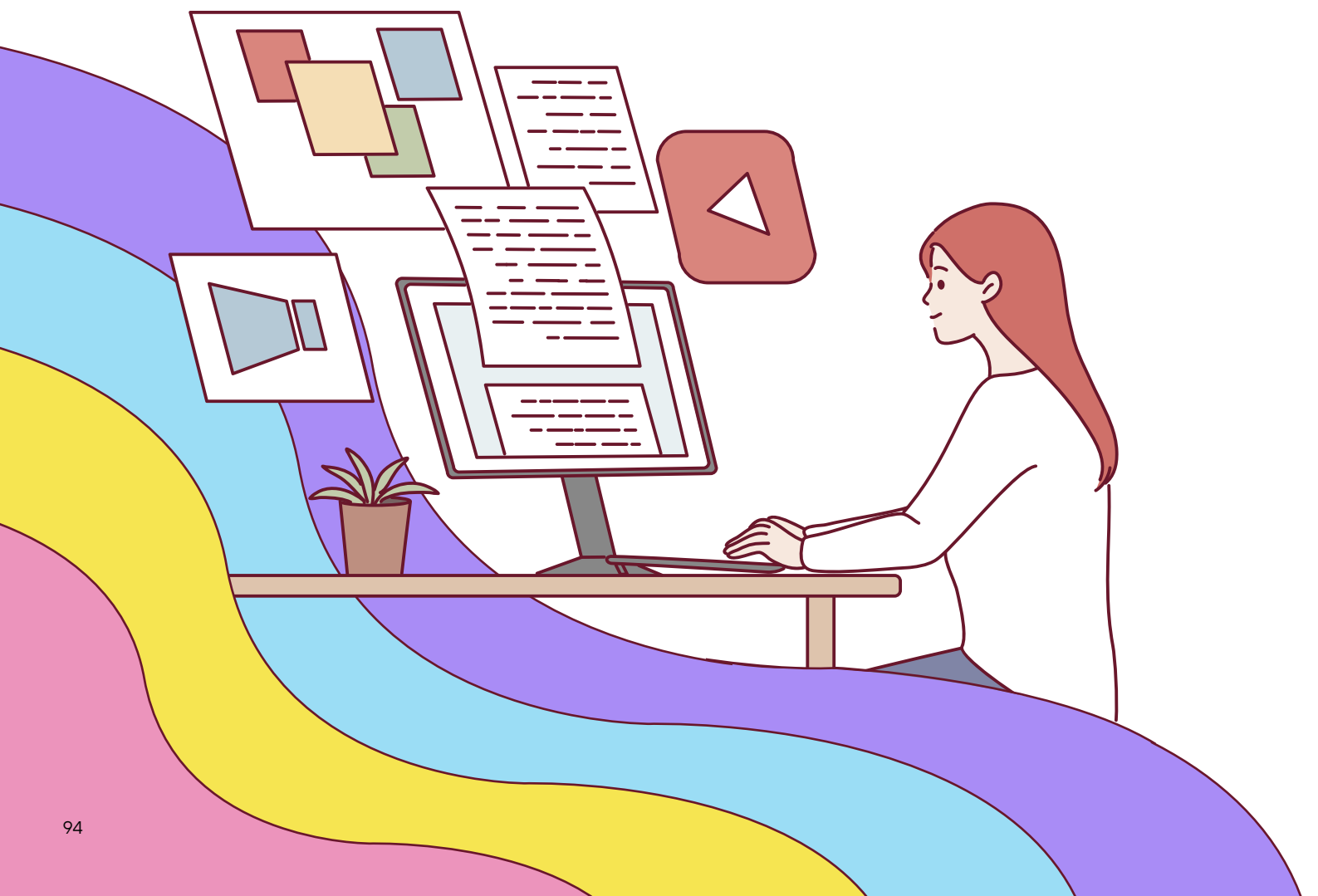
3.2.13. Sigurnost i saglasnost, prikrivanje identiteta

Uvek morate da obavestite svoje sagovornike o čemu će film biti i gde će biti objavljen. Intervju mora biti dobrovoljan i, u posebnim slučajevima, možda ćete morati da tražite dozvolu, na primer u slučaju maloletnika. U nekim slučajevima morate sakriti identitet subjekta. To možete učiniti tokom intervjua ili tokom postprodukcije. Tokom intervjua možete ih snimiti otpozadi sa kapom ili samo rukama. Možete snimati prema jakom svetlu da biste dobili siluetnu sliku. Možete namerno da napravite snimak van fokusa. Tokom procesa uređivanja, možete da zamutite njihova lica, izobličite njihove glasove, primenite B-rolne. Takođe možete zamoliti glumce da pročitaju svoja svedočenja.

Nakon snimanja, uverite se da je snimak dobro uskladišten i da mu drugi ne mogu pristupiti.

3.2.14. Nekoliko saveta za montažu

Evo nekoliko ideja odakle početi u uređivanju videa. Postoji mnogo veoma dobrih onlajn tutorijala o uređivanju video zapisa na YouTube-u; Google pretraga će otkriti veb lokacije i uputstva za sledeće programe. Dobri besplatni programi za uređivanje uključuju, na primer, Wondershare Filmora i skraćenu verziju DaVinci Resolve. Windows Movie Maker ili iMovie (Mac) su besplatni osnovni programi. Za telefon možete da koristite Kuik, iMovie ili Adobe Premiere Rush (ovaj nije besplatan). Adobe Premiere Pro CC je onaj koji koristimo; to je program zasnovan na pretplati i mesečna naknada je oko 20 USD. Final Cut Ks je Apple-ov program za uređivanje i košta oko 300 USD. Za svoj rad na uređivanju, možete pronaći besplatnu muziku na pikabai.com ili možete kupiti muziku dobrog kvaliteta sa jamendo.com.





Hajde da pričamo
o drogama?

