
Recenzija

Kozina, A. (2016) *Anksioznost in agresivnost. Dejavniki, trendi in smernice za zmanjševanje*. Ljubljana: Pedagoški inštitut.

Anksioznost in agresivnost sta zaradi številnih negativnih učinkov na posameznika, šolo in družbo v središču strokovnih in znanstvenih razprav. Ana Kozina želi najti učinkovito in našemu okolju prilagojeno preprečevanje in zmanjševanje težav, ki nastajajo zaradi agresivnega izražanja anksioznosti. Načini zmanjševanja so toliko pomembnejši, kolikor bolj se pojav v naši družbi in šoli širi. Bralec izve, kakšne so teoretske razlage in empirični opisi teh tendenc. Teoretični deli so prepleteni z empiričnimi deli, ki teoretična izhodišča postavljajo v slovenski prostor ter skupaj omogočajo celostno obravnavo anksioznosti in agresivnosti.

Knjiga ima štiri poglavja. Po 1) uvodni predstavitvi obeh pojmov sledijo 2) analiza pojasnjevalnih dejavnikov anksioznosti in agresivnosti na ravni posameznika in na ravni šole, 3) analiza razvojnih trendov anksioznosti in agresivnosti ter v zaključku 4) načini zmanjševanja anksioznosti in agresivnosti z modelom njune kompleksne povezanosti. Omenjena knjiga ima tabele, literaturo in vire ter stvarno kazalo.

Na osnovi predpostavke, da lahko na podlagi povečane anksioznosti sklepamo na povečano agresivnost, je avtorica oblikovala delovno hipotezo, da lahko z zmanjševanjem anksioznosti zmanjšamo tudi agresivnost. Obstoječe raziskave namreč kažejo, da so dosedanji uporabni načini zmanjševanja agresivnosti tako v tujini kot tudi v slovenskem prostoru večinoma neuspešni. Morda je razlog za to dejstvo v želji po spreminjanju agresivnega vedenja, ne da bi spoznali motive zanj. Pokazalo se je, da je bolj učinkovito, če se fokusiramo na kognitivno-vedenjske pristope. Avto-

rica je hipotezo preverila empirično s strukturnim modeliranjem odnosov in praktično s kvazieksperimentalnim načrtom. Za namene preverjanja modela zmanjševanja agresivnosti z zmanjševanjem anksioznosti je uporabila mednarodno priznan program zmanjševanja anksioznosti PRIJATELJI (angl. Friends) (Barrett, 2005), ki se je izkazal za uspešnega v tujini in pri nas. To je program socialnega in čustvenega učenja. Program je deloval kot varovalni dejavnik. Še bolje se je izkazal pri osmošolkah kot pri osmošolcih. Šlo je za telesno, verbalno, notranjo agresivnost in agresivnost do avtoritete.

Anksioznost lahko definiramo na več načinov. Eden izmed najpogostejših in kompleksnejših je, da ima tri komponente, kot so kognitivna, emocionalna in vedenjska. Emocionalna komponenta je strah pred nevarnostjo oz. ogroženostjo v prihodnosti. Definicije anksioznosti in agresivnosti že vključujejo nekatere različne dejavnike njihovega pogojevanja in izražanja ali pa vsaj smeri, kje naj jih iščemo. Naravno je, da nekateri avtorji poudarjajo en sklop dejavnikov, drugi pa še drugačen sklop, kar navsezadnje izostri takšen celovit pristop, ki omogoča tudi empirično preverjanje Ani Kozini, bralcem pa razumevanje konkretnih rezultatov. Anksioznost in agresivnost smo interpretirali po skupnem modelu, ker pojava drug na drugega vplivata.

Pogojevalni psihosocialni (notranji in okoljski) dejavniki anksioznosti in agresivnosti so kar številni. Najdemo jih pri odtujenih odnosih že v družini, ki se kažejo v pomanjkanju ljubezni do otroka, previsokih zahtevah staršev za šolski uspeh, slabem učnem uspehu učencev, stigmatizaciji sovrstnikov, nalezljivi agresivnosti v razredih, slabi šolski ali razredni klimi (denimo balkanski). Psihična stanja priučene nemoči, depresivnosti in črnogledosti so neproduktivna za dobro komunikacijo. Jasno je, da nizka in negativna samopodoba zanjo ni ustrezno izhodišče.

Na reaktivno agresivnost lahko gledamo kot na ponesrečeno asertivnost (jaz nisem v redu – ti nisi v redu), ki jo razlikujemo od t. i. proaktivne agresivnosti kot upravičenega zavzemanja za svoje interese vključno s partnerjevimi (jaz sem v redu – ti si v redu). V vsakdanjem jeziku nasilje samo negativno konotirano. Pri načelu ničelne tolerance do (šolskega) nasilja nalletimo na paradoksalnost načela tolerance, ki pa ni predmet avtoričinega presojanja kot tudi ne raba terminov »agresivnost in nasilje«. Če opredelimo nasilje kot reaktivno agresivnost, razumemo, da gre za zmanjševanje.

Avtorica je primerjala različno stare udeležence v četrtem in osmem razredu v letu 2007, enako stare udeležence v različnih časih – četrtošolce v l. 2007 in osmošolce v l. 2011 prav tako kot osmošolce v l. 2007 in osmošolce v l. 2011 ter isto generacijo udeležencev v teku štirih let od l. 2007 do 2011. Anksioznost je v starostnih stopnjah višja pri dekletih kot pri fantih.

Vendar pa je pri obeh spolih anksioznost višja v l. 2011 kot v letu 2007. Beležimo tudi upad telesne in porast notranje agresivnosti. Ob tem naj spomnimo, da nekatere šole že izvajajo programe za obvladovanje čustev. PRIJATELJI so ena izmed oblik socialno-emocionalnega učenja v delavnicah.

V kontrolni skupini osmega razreda, v kateri program PRIJATELJI ni bil izveden, se je agresivnost povečala, v eksperimentalni pa je ostala enaka. Zmanjšale so se težave pozunanjenja. Pri četrtošolcih avtorica ni ugotovila pomembnih sprememb vedenja. Program je vplival tudi na boljše samopodobo udeležencev na nekaterih področjih in na aktivne načine spoprijemanja s problemi. Zato avtorica priporoča uporabo tega ali podobnega programa socialnega in čustvenega učenja v šolah po Sloveniji.

Na splošno velja antropološko načelo, naj se šola usmerja na celostni razvoj posameznega učenca na fizični, psihosocialni in duhovni ravni. V pedagoški praksi pa razvoj socialnih in emocionalnih kompetenc še manjka. V nasprotju s kognitivno, spoznavno usmerjenostjo šole pa novejša raziskave kažejo, da so socialne in emocionalne komponente pomembnejše kot spoznavne, ker vplivajo na kakovost poučevanja, kognitivnega učenja in na uspeh v življenju.

Težnje po čim večji količini obvladanih učnih vsebin deficitov v medsebojnih psihosocialnih odnosih, ki se kažejo v distresih, stiskah, depresijah ..., ne odpravljajo, ker nimajo obrambnih mehanizmov na starševske, šolske in družbeno-razvojne pritiske.

Program PRIJATELJI se uporablja ekonomično, po 12 delavnic po eno šolsko uro. Možno jih je vključiti v redno šolsko delo. Drug način vpeljevanja je v spodbujanju pozitivne šolske in razredne klime. Na Švedskem je ministrstvo za zdravstvo zaradi dolgoletne učinkovitosti podprlo njegovo vključitev v obvezni učni načrt od vrtcev do srednjih šol. Potrebni sta tako kakovostna zasnova kot tudi aplikacija programa. Samo če program sledi zahtevam za postopno razvijanje socialno-emocionalnih veščin, aktivno učenje z igrami vlog, usmerjenost na redne postopke, časovne presledke in neposrednost, je učinkovit. Takšni učinkoviti programi omogočajo učencem in dijakom vključevanje v razredne in šolske skupnosti ter v širšo družbo. S tem si krepijo občutke pripadnosti, bližine in zaupanja.

Avtorica je zasnovala publikacijo na celostnem pregledu anksioznosti in agresivnosti po šolah. Ker se v Sloveniji oba pojava povečujeta, je vpeljevanje programov PRIJATELJ toliko bolj potrebna in priporočljiva. Obenem z njim presegamo predsodek največje pomembnosti učnovsebinskega učenja, ki ohranja na šolah železni repertoar frontalnega pouka ex cathedra.

Ker je zgolj izkustveno učenje po metodi lastne kože precej mukotrpnost in negotovo, predstavlja aplikativna predstavitev programa PRIJATELJ znatno pomoč.

V družbi tveganja in strahu pred terorizmom zaznavamo nasilje na domala vseh področjih življenja posameznikov in družbe. Totalnost in normalizacija nasilja sta značilna za bolno družbo. Zato bi morali biti previdni, da z nepremišljenimi postopki ne sprožamo maligne spirale nasilja, in toliko opolnomočeni, da s preventivnim delovanjem omejujemo dejavnike tveganja za nova grozodejstva v smislu stalnega napora za mir in sožitje v svetu.

V Sloveniji obstaja veliko različnih nevladnih in državnih programov ter modelov na področju preprečevanja nasilja v vzgoji in izobraževanju. Ti programi so nepregledni, slabo financirani in večinoma neučinkoviti. PRIJATELJI pa so mednarodno po več državah preizkušen program. Zgolj deklarativno opredeljevanje za mirovno vzgojo in nenasilno komunikacijo je nezadostno, ker mu manjka aktivno učenje. Enako lahko ugotovimo za 14 dejavnikov tveganja za grozodejstva, ki so opisana v publikaciji (Jamnišek, 2014), ki jih preprečujemo s štirinajstimi preventivnimi dejavnostmi, morda v Franklovem stilu kljubovanja duha, da ne bi govorili samo o ekonomsko-političnih varovalkah.

Knjiga Anksioznost in agresivnost v šoli je dobrodošla zlasti za tiste šole, ki se zavedajo pojava anksioznosti in nasilja in na osnovi lastnih izkušenj, dilem in izzivov iščejo učinkovitejše in bolj kakovostne modele aplikacije in strokovne smernice ter nasvete za zmanjševanje (ali če je komu ljubši izraz »preprečevanje«) obeh pojavov. Primerljiva je z drugimi publikacijami za preprečevanje nasilja v šoli (npr. Lešnik Mugnaioni, 2005). Posredno lahko vzgojno-izobraževalne ustanove z izvajanjem programov emocionalno-socialnega opolnomočenja učencev prispevajo tudi k zmanjševanju števila grozodejstev v svetu.

Pričujoča publikacija bo služila pedagoškim delavcem na šoli in starešem doma, ki se vsakodnevno soočajo s težavami anksioznosti in agresivnosti. Zato so vsakemu poglavju dodane smernice za domače okolje in šolsko prakso.

Bogomir Novak

Literatura

- Barrett, P. (2005) *My friends youth. Resilience program. Group leaders' manual for youth*. Brisbane: Pathways Health and Research Centre.
- Jamnišek B. (ur.). (2014) *Okvir za prepoznavanje grozodejstev. Priručnik za preprečevanje*. Ljubljana: Ministrstvo za zunanje zadeve.
- Lešnik Mugnaioni, D. (ur.) (2005) *Strategije za preprečevanje nasilja v vzgoji in izobraževanju – izkušnje, dileme in izzivi za prihodnost*. Ljubljana: Šola za ravnatelje.