

# VZGOJJA

Revija za učitelje, vzgojitelje in starše | september 12 | 4,50 EUR

55



Naloge vzgojitelja v dijaškem domu  
Med najstniško zabavo in vrstniškim nasiljem  
Naš pogovor: Jože Mlakar  
V žarišču: Varno z računalnikom



novinarji  
informativnega  
programa  
Radija Ognjišče



## IŠČEMO DOBRE NOVICE

**Vsak dan v poročilih  
in informativnih oddajah.**

Naravnajte svojo frekvenco  
na dobro tudi vi.

*Veliko povemo! Tudi z druge strani.*



## Žepni koledar Vzgoja 2012/13

Koledar zajema obdobje od avgusta 2012 do decembra 2013. Primeren je za načrtovanje dejavnosti v šolskem in pastoralnem letu. Tedenske misli in dnevna mašna berila dajejo poseben ton praznikom in drugim obdobjem leta.

Je priročnega formata. Obsega 180 strani.

**Cena:** 5,00 EUR (+ poština), ob naročilu več kot 10 koledarjev je cena posameznega izvoda 4,80 EUR (+ poština).

**Naročilo:** <http://www.dkps.si>, 01/43 83 987 ali [dkps.seminarji@gmail.com](mailto:dkps.seminarji@gmail.com).

VZGOJA



KOLEDAR  
2012/2013



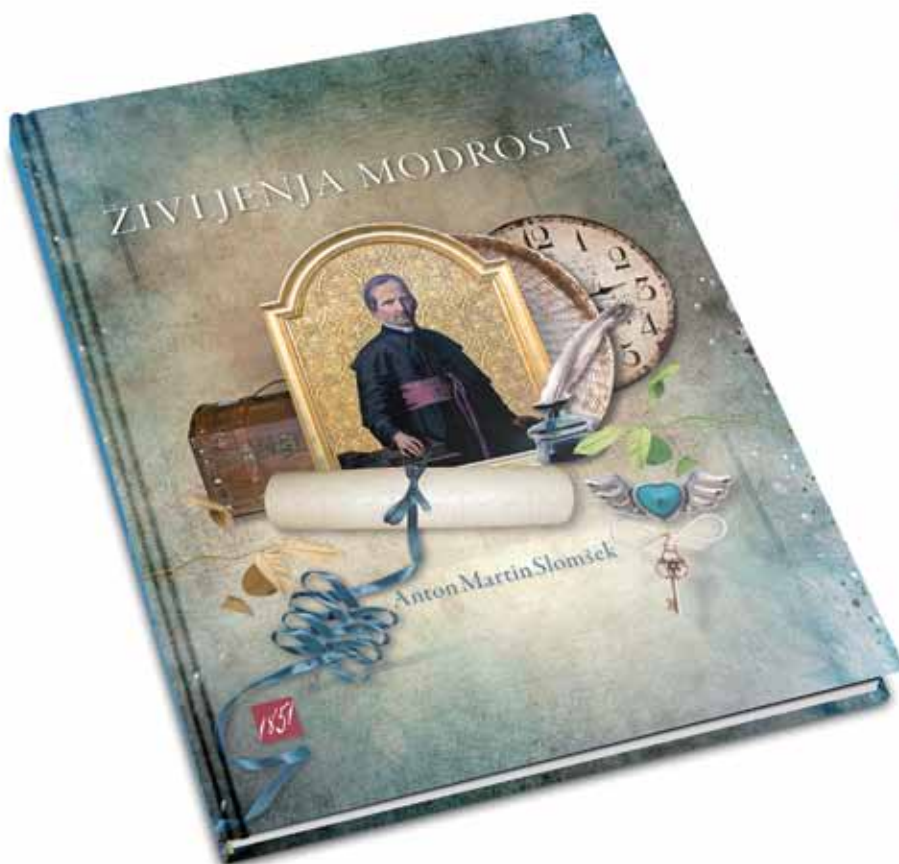
človek  
za druge

## Program prostovoljnega dela Človek za druge

V program vabimo vse, ki ste pripravljeni dve uri na teden pomagati sočloveku. Prostovoljno delo lahko opravljate na enem od področij: delo v vrtcu, učna pomoč, delo z begunci, pomoč paraplegikom, obiskovanje starih in bolnikov, pomoč pri rehabilitaciji otrok, druženje z mladimi s posebnimi potrebami in pomoč slepim. Delo poteka v Ljubljani in Postojni.

**Prijave in informacije:**

01/43 83 987, [clovekazdruge@gmail.com](mailto:clovekazdruge@gmail.com),  
<http://clovekazdruge.blog.si/ol.net>



1851

**CELJSKA MOHORJEVA DRUŽBA**  
— Prva slovenska založba —

*Vabimo vas v naši knjigarni:*

**Celje**  
Prešernova 23  
T 03/490-14-20(21)  
**Ljubljana**  
Nazorjeva 1  
T 01/244-36-50



[www.mohorjeva.org](http://www.mohorjeva.org)

**Ustanovitelja in izdajatelja**  
Društvo katoliških pedagogov  
Slovenije in Družba Jezusova

**Svet revije**

mag. Milan Bizant  
mag. Zorica Blagotinšek  
dr. Helena Jeriček Klanšček  
mag. Albert Bačar  
dr. Viljem Lovše  
Marjan Peneš  
dr. Bogdan Polajner  
dr. Peter Svetina  
dr. Peter Vencelj  
Marija Žabjek

**Odgovorni urednik**

mag. Silvo Šinkovec

**Uredniški odbor**

Erika Ašič  
dr. Dejan Hožjan  
dr. Petra Javrh  
dr. Jana Kalin  
dr. Franci M. Kolenc  
Karmen Pečarič Podobnik  
dr. Andrej Perko  
mag. Magda Burger

**Naslov uredništva**

Vzgoja  
Ulica Janeza Pavla II. 13  
1000 Ljubljana  
01/43-83-983  
revija.vzgoja@rkc.si  
silvo.sinkovec@rkc.si  
http://www.revija-vzgoja.si

**ID za DDV**

S164231160

**Transakcijski račun**

24200-9003894173  
odprt pri Raiffeisen bank

**Prelom**

Ikona Rozman d.o.o.

**Tisk**

Schwarz print d.o.o.

**Lektoriranje**

Berta Golob  
Barbara Rodošek

Revija VZGOJA izhaja štirikrat letno. Cena izvoda je 4,50 EUR. Naročnina za naročnike v Sloveniji je 18,00 EUR (Evropa: 32 EUR, drugod: 43 USD). DDV in poštnina sta všteta v ceno. Odpoved naročnine sprejemamo samo pisno za naslednje obračunsko obdobje. Navodila za pisanje prispevkov lahko dobite na uredništvu ali na spletni strani. Nenaročenih prispevkov ne honoriramo. Natisnjenih 2300 izvodov.

ISSN: 1580-0482

Revijo sofinancirata  
Ministrstvo za izobraževanje,  
znanost, kulturo in šport  
ter Javna agencija za knjigo.

# Jona

✍ Silvo Šinkovec

**N**a duhovnih vajah v tišini smo to poletje prebirali preroka Jona. Zgodba je preprosta. Bog Jonu naroči, naj gre v Ninive in napove, da bo mesto pokončano. Da je moč zla že tako velika, da je skrajni čas, da se obrnejo na Boga in se tako rešijo. Jona ni maral Ninivljanov in si ni želel, da bi jih Bog rešil. Bolj bi mu bilo ljubo, da bi jih zlo pokončalo. Zato ni hotel v Ninive, ampak je pobegnil. Beg ni bil uspešen. Bog ga je usmeril v Ninive, kjer je moral prerokovati. Jona je hodil po mestu in napovedoval njegovo dokončno uničenje. Niti besedice ni rekel o spreobrnjenju. Ljudje pa so zaslutili, da je v mestu pravi prerok – od Boga poslan mož – in njegovo besedo je treba poslušati. Razuzdano, nepravilno, grešno življenje je treba opustiti. Pričeli so moliti in se postiti. Začeli so verovati. Razumeli so, da morajo živeti v skladu z božjimi zakoni. Kljub Jonovi pomanjkljivi pridigi so razumeli, da vera rešuje. Njihovo srce je razumelo. Konec je prostaške ere. Začeli so moliti, posuli so se s pepelom in prosili Boga odpuščanja za zablodo, za svojo grešnost in brezvernost. In Bog se jih je usmilil. Mesto ni bilo pokončano. Doživeli so, da Bog ne želi smrti grešnika, ampak da se spreobrne in živi.

Niso vsi preroki poslani od Boga. V prelopnih časih je bilo v zgodovini vedno veliko prerokov, tudi lažnih. Lažni preroki poznajo nekaj resničnih napovedi, med ta sporočila pa vedno pomešajo nekaj laži in strupa. Božji poslanci prejemajo sporočila od Gospoda, Gospodarja nebes in zemlje. Ta so čista in jasna. Resnična. V vseh časih so bili ljudje, ki so znali takoj in jasno prepoznati glas preroka. Razodeto resnico prepozna bolj duša kot razum. In vedno so ljudje, ki begajo za raznimi dobrikavimi, sladkimi, toda lažnimi glasovi.

Danes je veliko napovedi o koncu časov, o kozmičnih spremembah, o katastrofah. V kakšnem času živimo, kako ga razume-

mo, katere glasove poslušamo? Na kaj se opiramo? Ali naša duša zaznava razodeto sporočilo? Kje je božji glas v našem mestu in v naši deželi? Ali pa se nam zdi, da je vse tako, kot je bilo – da ni večjih sprememb in jih tudi ne bo?

Konec avgusta sem imel seminar na srednji šoli. Ob koncu seminarja je ravnateljica priznala, da jo je skrbelo, ker je na šolo povabila duhovnika. Da ne bi bil sprejet. Imeli smo seminar o čustvenem opismenjevanju. Bil sem lepo sprejet, prijetno je bilo delati, imeli smo se lepo. Toda šola me je povabila kot psihologa, ne kot duhovnika. Zadnjih dvajset let sem bil na mnogih šolah, skoraj vedno so me povabili kot psihologa. Govorili smo o samospoštovanju, o čustvih, o vzgoji, o razvoju osebnosti, o zasvojenostih, o preventivi ipd. Malo, zelo malokrat so me povabili kot duhovnika. V slovenski šoli se je zelo težko pogovarjati o teoloških temah. Skoraj nemogoče. Predsodki so neskončni. Še vedno. Pomembno je pogovarjati se o veri, o najglobljih osebnih prepričanjih in doživetjih, iz česar izhaja večina vedenja in razmišljanja. Kaj je vera, kaj versko doživeti, kaj mistika, kaj razodetje, kaj je prerostvo, kako si predstavljamo Boga, kako smo lahko v stiku z Bogom, kaj je Kristus zares učil? Ta vprašanja redkokdaj kdo odpre. O tem se pri nas ne govori. To je tabu, prepovedana tema.

Bom pa vesel, če me bo kakšna šola povabila kot duhovnika. Veliko vam lahko povem o veri, o Svetem pismu. O molitvi, o svetosti. Za vas imam lahko tečaj meditacije. Lahko vam spregovorim o moči in pomenu zakramentov. Lahko blagoslovim vašo šolo in vam spregovorim o pomenu blagoslova. Lahko ... Koliko zanimivih tem! Pa tako sramežljivi ljudje v naših Ninivah. Nisem Jona, ki bi napovedoval uničenje mesta. Sem pa duhovnik, ki verjame v pomen vere, v moč molitve, v nujnost svetosti in pravičnosti za preživetje civilizacije. ■

10

Meta Bizjak Eržen:  
**Učenje preko gibanja ali informacijske tehnologije**

*V današnjem času smo obkroženi z različnimi sredstvi informacijske tehnologije, ki nam je v zabodnem svetu dostopna skoraj na vsakem koraku. V kolikšni meri uporaba vpliva na razvoj naših otrok, kje so meje in kakšne so lahko posledice, če jo otrok veliko uporablja, namesto da bi se več prosto gibal in igral? Tuje študije že kažejo negativne vplive prekomerne uporabe vseh teh sredstev. ...*



28

Alma Kandare:  
**Starši, šola in vzgoja**

*... Zelo pomembne vrednote, ki jih pogosto pozabimo razvijati pri otrocih že v najzgodnejših letih njihovega življenja, so delovne navade, odnos do dela in odnos do znanja. Te vrednote postanejo med šolanjem*



*zelo pomembne, vendar jih otrok težko pridobiva, če se z njimi nikoli ni srečeval. Poleg družine je šola pomemben dejavnik, ki vpliva na razvoj otrokove osebnosti, saj otrok v šoli preživi velik del svojega dejavnega življenja. ...*

35

Mateja Hajšek:  
**Kisikova maska ali kako poskrbeti zase**

*... Vedno več ljudi je izčrpanih in ne najde pravega miru. Težko si dovolijo vsaj nekaj trenutkov na dan samo zase. Med utrujenimi je mnogo staršev, ki ob delovnih in družinskih obveznostih velikokrat pozabljajo na svoje zdravje. Izčrpanost in izgorelost se pojavita, ko dajemo več, kot prejemo, oziroma ne dobimo povrnjenega pričakovanega zadovoljstva, veselja, plačila. ...*



43

Mojca Bukovnik:  
**O šolski prehrani**

*... Pri oblikovanju jedilnikov in zdravih prehranskih navad otrok je poleg cene in hranilne ter energijske sestave živil nujno potrebno poznati in upoštevati obstoječe prehranske navade otrok in njihovih staršev, kulturo okolja in časa, v katerem živimo, ter ne nazadnje psihološki pomen, ki ga ima hrana za posameznika. V nasprotnem primeru nam tudi sicer brezhibno računalniško sestavljeni jedilniki 'padejo v vodo'. ...*

## Uvodnik

1 Silvo Šinkovec: **Jona**

## V žarišču: Varno z računalnikom

- 3 Klemen Jevnikar: **Virtualna (ne)varnost**  
 5 Kristina Lepen: **En klik, tisoč posledic**  
 7 Bogdan Žorž: **Med najstniško zabavo in vrstniškim nasiljem**  
 9 Tilen Dominko: **Izobraževanje za varnost na spletu**  
 10 Meta Bizjak Eržen: **Učenje preko gibanja ali informacijske tehnologije**  
 13 Damjana Pintarič: **Računalniške igre, videoigre in mladi**  
 16 Bogdan Polajner: **Metoda depogojevanja zasvojenosti (MDZ)**

## Naš pogovor

19 Silvo Šinkovec: **Jože Mlakar: Ljubezen in lepota sta sestri**

## Biti vzgojitelj

- 23 Nataša Tavželj: **Naloge vzgojitelja v dijaškem domu**  
 25 Leon Kernel: **Ali nas res nimaš rad?**

## Duhovna izkušnja

- 26 Berta Golob: **Naše sinjine**  
 27 Irena Petelin: **Jesen**

## Razredništvo in vzgojni načrt

- 28 Alma Kandare: **Starši, šola in vzgoja**  
 30 Vesna Pucelj, Helena Jeriček Klanšček: **Kako mladostniki doživljajo šolo**  
 32 Iz življenja v šoli: **Računalnik v šoli**

## Starši

- 33 Andrej Perko: **Trdo delo rodi sadove**  
 35 Mateja Hajšek: **Kisikova maska ali kako poskrbeti zase**  
 37 Herman Berčič: **Šport otrok in mladostnikov**

## Vzgojna področja

- 40 Milček Komelj: **Likovno komuniciranje s kompozicijo živobarvnih znakov**  
 42 Tomaž Bojc: **Vsebine ekonomije, prava in morale v osnovne in srednje šole**  
 43 Mojca Bukovnik: **O šolski prehrani**

## Prostovoljno delo

45 Primož Ferjančič: **Formalni in neformalni pristop pri učenju**

## Izkušnje

47 Silvia Šlibar: **Računalnik pri pouku športne vzgoje**

## Iz življenja DKPS

52 **Napovedni koledar**

53 **Summary**

53 **Avtorji**



# Virtualna (ne)varnost

✉ Klemen Jevnikar



*Danes se ob uporabi izrazov glede svetovnega spleta hitro zapletemo in včasih niti ne vemo, o čem pravzaprav govorimo. Besedilo, ki sledi, je namenjeno vsem področjem sodobnih tehnologij, ki nam ponujajo vstop v kakršno koli virtualno resničnost – preko vseh naprav, ki omogočajo dostop do svetovnega spleta: osebni računalniki vseh vrst, telefoni (število teh naprav se nenehno povečuje).*

## Virtualnost

Namenoma uporabljam izraz *virtualnost* (tj. nekaj, kar naj bi obstajalo, vendar ni realno<sup>1</sup>), saj verjamem, da se npr. uporabniki družabnih omrežij nadejajo pristnih medčloveških odnosov, čeprav jih večinoma ne vzpostavijo. Virtualno oz. navidezno resničnost sicer bolj prepoznamo kot okolje, ki ga ustvarijo različne naprave (obleke, očala ...), ki tudi preko interaktivnosti posnemajo realnost in omogočajo navidezno prisotnost. A tudi brez vsega tega je občutek prisotnosti lahko zelo močan že pri kakšni spletni igri, npr. *Second Life*<sup>2</sup>.

Da se na 'bivanje' v virtualnih svetovih še zdaleč nismo navadili, ni treba razlagati. Gre za del življenja, ki nam ni dan od nekdanj; za življenje, za katerega nismo dobili nobenega nasveta preteklih generacij. Od tod vsekakor izhaja nekaj razlogov, zakaj tega življenja niti ne obvladamo.

Vsekakor je najbolj zaskrbljujoče neobvladovanje varnosti. Seveda lahko rečemo, da tudi v realnosti nismo

popolnoma varni. A v tem 'stvarnem' življenju kar veliko vemo o tveganjih. Tudi otroke poučujemo o varnosti na cesti, varovanju zdravja, zdravi prehrani, varnosti pred naravnimi nesrečami ...

Otroke torej starejši poučujemo o nevarnostih, ki prežijo v življenju. Starejše generacije so bile vedno poklicane, da mlajše poučijo o življenju. V našem primeru je to popolnoma nemogoče. Vendar izkušnja prihoda novih načinov komunikacije spremlja vse dosežanje generacije (npr. časopis, radio, televizija, telefon); vsi novi načini so bili šokantni in razburljivi. Lahko bi rekli: zgodovina se vendarle ponavlja. Ne bodimo torej neomajni nasprotniki, zvišeni kritizerji. Vse preizkušajmo, in kar je dobro, obdržimo.<sup>3</sup>

Menim pa, da obstajajo le redki starši, ki vedo o dogajanju na svetovnem spletu več od svojega sina/hčerke – starejšega osnovnošolca ali srednješolca. Kako bomo torej na tem področju poučevali in vzgajali svoje otroke?

## Realnost

Vse le ni tako brezizhodno. Naša naloga sicer ni lahka, a ob zavedanju, da moramo ukrepati čim prej, bomo uspešni. Virtualnost posnema okolje, odnose, človeške lastnosti idr. iz realnega življenja. To je naše izhodišče.

Najprej se moramo poučiti o tehnologiji, o načinih komunikacije, navadah, nevarnostih. Tudi tu je prvo pravilo: pogovarjajmo se, sprašujmo, poslušajmo. Navadno to pričakujemo od otrok, a naši otroci bodo ponosni, če bomo tako pokazali zanimanje za njihovo življenje. Sodelujmo in opazujmo, kaj otroci počnejo.

Eno izmed konkretnih pravil je, da v družini (tudi v šoli, knjižnici) računalnik postavimo v skupni prostor.

Če računalnik uporabljamo v službene namene, za spletno bančništvo ali kaj drugega, pri čemer je možnost, da se povzroči večja škoda, naj otroci uporabljajo drug računalnik. Ob tem pa ne pozabimo, da ima večina otrok dostop do spleta tudi preko svojega mobilnega telefona. Tam z omejitvijo že pri samem paketu določimo ali pa sproti spremljamo promet dostopa do omrežja. Če imamo doma urejeno

“ *Nikakršno kasnejše brisanje ne bo pomagalo: kar se enkrat znajde na spletu, tam za vedno ostane.* ”

brezžično omrežje, lahko telefonski dostop do njega otroku omejimo z geslom, ki ga ne pozna. Vendar ne pozabimo, da gre lahko tu zgodba že naprej. Če ima otrok svoj telefon, lahko uporabi odprto omrežje v svoji okolici in brezplačno ter nenadzorovano dostopa do spleta.

Zgolj s prepovedjo torej ne bomo prišli daleč. Z otroki raje skupaj sestavimo pravila, ki se jih bomo držali vsi. Tako bomo pripomogli k varnosti, zaupanju ter bistveno zmanjšali možnost neprimerne uporabe in zasojenosti. Predstaviti jim moramo nevarnosti, ki prežijo na spletu.

## Nevarnosti, o katerih moramo spregovoriti

Na spletu se lahko pojavimo s polnim imenom (kadar se prijavimo npr. v spletno banko), z vzdevkom (npr. na forumih) ali pa smo anonimni (npr. pri pregledovanju). Te možnosti izkoristimo sebi v prid in ne posredujmo svojih osebnih podatkov, kadar to ni potrebno. Na drugi strani pa se zavedajmo, da so na spletu prisotni tudi ljudje, ki splet izkoriščajo

v slabe namene (nelegalni zaslužek, izkoriščanje, kraja, zloraba ...). Lahko se skrivajo za lažno identiteto (nekdo se predstavlja kot direktor podjetja, drugi kot 12-letno dekle ...). Zato velja: komunicirajmo le z ljudmi, ki jih poznamo. Če torej ne poznamo identitete sogovornika(ov), vsekakor ne dajajmo osebnih podatkov in se ne spuščajmo v osebne teme. Otrokom pomagajmo pri ustvarjanju vzdevkov in varnih gesel, vendar ne vztrajajmo pri poznavanju le-teh. Navadimo jih, da bodo spoštovali zasebnost drugih, hkrati pa se zavedali možnosti zlorabe.

omrežji, celo s posameznimi spletnimi igrami). Skrajne oblike teh zasvojenosti peljejo v odtujenost, odsotnost fizičnih stikov, odsotnost gibanja v naravi, fizično izčrpanost, neprimerne prehranjevalne navade ... Skupaj postavimo pravila (dnevni red, omejitve), v primeru zasvojenosti poiščimo strokovno pomoč. Najboljše preventivno zdravilo pri tem je zgled!

Družabna omrežja (najbolj uporabljeno tako omrežje je Facebook) so za lastnike teh omrežij zbirka podatkov. Sicer obstaja t. i. politika zasebnosti, ki se ji lastniki teh podatkov zavežejo,

in poškoduje. Ozaveščenost je torej ključnega pomena.

## Tehnična varnost

Tehnični varnosti pogosto posvečamo več pozornosti. Prav tako bomo o slednji na spletu našli mnogo več informacij in nasvetov kot o osebni varnosti. Seveda sta področji močno povezani, ob upoštevanju nasvetov z obeh strani pa bomo največ naredili za svojo varnost in tako bili zgled drugim.

Nasveti za tehnično varnost so mnogo bolj konkretni in operativno usmerjeni. Skoraj vsak pozna izraze, kot so: računalniški virus, črv, trojanski konj, vohunski programi ter ostala zlonamerna programska oprema. Tako tudi večina poskrbi, da ima na svojem računalniku protivirusni, protivohunski program, ter uporablja požarni zid. Treba je seveda dodati, da moramo poskrbeti, da bo tak protivirusni program redno posodobljen.

Pomisliti je treba tudi, ali je zaščiten vsak računalnik, s katerim delamo (npr. v službi, knjižnici). Nehote se nam namreč lahko zgodi, da virus z okuženega računalnika prenesemo na svoj osebni računalnik preko prenosnih medijev (npr. USB-ključa, prenosnega trdega diska).

Če želimo zmanjšati možnost okužbe:

- se izogibamo spletnim stranem s sporno vsebino: erotika, stave, strani za izmenjavo piratske opreme in drugih datotek, družabna omrežja;
- ne sledimo pojavnim oknom, povezavam, slikam, ki nas usmerjajo na druge spletne strani (sploh na straneh, na katerih poslušamo, vedno vpisujemo naslov);
- nameščamo le programsko opremo in posodobitve, ki jih potrebujemo oz. uporabljamo, in to le z uradnih in preverjenih strani;
- uporabljamo najvišjo možno zaščito svojega računalnika.

Poleg virusov manj poznamo spletne prevare. Te srečujemo pri brskanju po spletu ter elektronski pošti. Najpogostejše in najnevarnejše so različne prevare, neposredno ali posredno povezane z denarjem (ponujen velik zaslužek ali dobiček, prošnje za po-



Foto: arhiv Socialna akademija

Tudi pri komuniciranju z ljudmi, ki jih poznamo, upoštevajmo pravila bontona ter zdrave mere. Primer neprimernega komuniciranja, posebno med mladimi, je v zadnjem času t. i. 'sexting', kjer si partnerja po mobilnem telefonu pošiljata besedilo, slike ali videoposnetke s seksualno vsebino. Seveda si lahko predstavljamo, kaj se lahko zgodi, če se taka partnerja konfliktno razideta. Taka vsebina se pogosto znajde prosto na spletu. Nikakršno kasnejše brisanje ne bo pomagalo: kar se enkrat znajde na spletu, tam za vedno ostane. Če je vsebina privlačna in iskana, pa lahko v nekaj dneh obide svet.

Vsekakor se moramo posvetiti pogovoru o zasvojenosti. Tu je treba omeniti vse: od splošne zasvojenosti z digitalnimi mediji do specifičnih zasvojenosti (zasvojenost z družabnimi

a zavedati se moramo, da se ta politika spreminja. Ko se namreč številno uporabnikov (in s tem podatkov, tj. osebnih in drugih podatkov, slik, videoposnetkov) poveča, si podjetja mnogokrat povečajo pravice do pregledovanja in uporabe teh podatkov: obdelave, prodaje, nadzora. Z otroki se o tem pogovorimo, skupaj pregledamo nastavitve zasebnosti in jih postavimo pred vprašanje: »Ali bi želel, da za to izve cel svet?«

Pogovor o različnih zlorabah se dotika tako realnega kot virtualnega sveta. Na spletu bomo največkrat našli različne oblike spletnega nadlegovanja, izsiljevanje, različne oblike nasilja, krajo identitete, pornografijo, rasizem, terorizem, seksizem ... Nema lokrat zlorabe preidejo iz virtualnega v realni svet; s psihične tudi na fizično raven, kar otroka še bolj zaznamuje

moč). Škodljive pa so lahko tudi lažne spletne strani, kraja identitete, vsiljena pošta, včasih tudi navadna verižna pisma (morda so v njem podatki, ki jih ne bi smeli razkriti oz. posredovati).

Zavarujmo svoja gesla, svojega elektronskega naslova ne posredujmo vsakomur, predvsem pa preverimo vsakršen sum: neznanec nam ponuja zaslužek; nekdo bo prejel denar, če bomo posredovali sporočilo 10 prijateljem; spletna stran banke je nekoliko drugačna kot navadno; vsebina sporočila je skoraj neverjetna. Tak sum lahko najhitreje preverimo tako, da ključne besede iz sporočila ali strani vpišemo v iskalnik ali pobrskamo po straneh zanesljivih ponudnikov antivirusnih programov.

## Zaključek

Članek le delno pokriva področje virtualne varnosti. Danes je veliko informacij, poiščemo pa lahko tudi strokovno pomoč pri vprašanjih, na katera ne znamo odgovoriti. Obiščemo lahko delavnico ali tečaj, kjer bomo izvedeli več ter se poučili o varnosti in zaščiti.

Pustimo se poučiti komu, ki o zaščiti in varnosti ve več od nas in mu zaupamo. Naj pregleda naš računalnik in nam svetuje. Če se znajdemo v resnih težavah, ko sumimo, da gre za kršenje zakona, se obrnimo na policijo.

V uporabo priporočam naslednje spletne strani:

- [www.safe.si](http://www.safe.si) (osveščanje o varni rabi spleta in novih tehnologij);
- [www.spletno-oko.si](http://www.spletno-oko.si) (prijava otroške pornografije in sovražnega govora);
- [www.cert.si](http://www.cert.si) (center za posredovanje pri omrežnih incidentih);
- [www.varninainternetu.si](http://www.varninainternetu.si) (problematika informacijske varnosti);
- [www.varniinternet.si](http://www.varniinternet.si) (izobraževanje na področju varnosti na spletu);
- [saferinternet.at/chadvice](http://saferinternet.at/chadvice) (priročnik za učitelje Avstrijskega inštituta za uporabne telekomunikacije z naslovom Spolnost in nasilje v digitalnih medijih – ni v slovenskem jeziku). ■

## Opombe

1. <http://sl.wikipedia.org/wiki/Virtualnost>.
2. [http://sl.wikipedia.org/wiki/Second\\_Life](http://sl.wikipedia.org/wiki/Second_Life).
3. Sveto pismo, 1 Tes 5,21.

# En klik, tisoč posledic

## Nekaj pravil varnega vedenja na internetu za otroke in starše

✍ Kristina Lepen

*Internet je zanimiv, saj omogoča potovanje v neznano, usvajanje novih spoznanj, pomaga pri učenju; preko njega spoznamo nove prijatelje, lahko si brez težav dopisujemo z mnogimi ljudmi. Internet omogoča svobodo; lahko se igramo, poslušamo glasbo, pri vsem tem pa ni pomembno, koliko smo stari. Ponuja veliko izzivov, ki se jim je težko upreti.*

## (Ne)varnost interneta

Brskanje po spletu je v zadnjem času izpostavljeno tudi različnim nevarnostim. Za varno brskanje je pomembno, da pri tem sodelujejo otroci oz. mladostniki, starši, učitelji oz. izobraževalne ustanove in država. Varnost brskanja na spletu je predvsem svetovni problem, zato se ga je treba lotevati globalno. Zato je v zadnjem času veliko ozaveščanja in proučevanja problematike varnega brskanja preko anketiranja uporabnikov svetovnega spleta in analize rezultatov.

Internet je med slovenskimi otroki zelo razširjen. Otroci in najstniki ga najraje uporabljajo za klepetanje, dostop do filmov in glasbe ter kot vir informacij za izdelavo različnih šolskih nalog. Internet je realen del v življenju današnjih mladih. Več časa namenijo brskanju po internetu kakor gledanju televizije ali druženju s prijatelji. Moramo pa se zavedati, da 'virtualni' svet vsebuje enake nevarnosti in nevarnosti kot 'realni'. Otroci in mladostniki so najbolj ranljivi uporabniki interneta, saj tehnično sicer računalnik in internet obvladajo do popolnosti, toda zaradi mladosti in

neizkušenosti, pa tudi pretirane radovednosti, se lahko hitro ujamejo v skrivne pasti tega medija.

## Nasveti za otroke in mlade

Mladostniki že ogromno vedo o internetu, otroci malo manj, vendar pa bi bilo najboljšo, da bi se še več naučili o varni uporabi interneta sami ali ob pomoči staršev. Za večjo varnost in obenem tudi zabavo z virtualnimi prijatelji je potrebno, da otroci in mladostniki upoštevajo določena pravila pri brskanju po spletu ([http://www.safe.si/c/676/TOP\\_10\\_NASVETOV/?preid=671](http://www.safe.si/c/676/TOP_10_NASVETOV/?preid=671)):

1. Ko klepetas na internetu, vedno uporabljalj vzdevek.
2. Ne srečuj se z neznanci s spleta (tudi če se ti zdijo v virtualnem svetu tvoji prijatelji).
3. Gesla so skrivnost. Pogosto jih spreminjaj.
4. Spoštuj spletno etiko oz. bonton. Česar ne želiš, da drugi storijo tebi, tudi ti ne naredi drugim.
5. Nadlegovanje preko interneta ali mobilnega telefona je nedopustno. Staršem povej, če te kdo nadleguje prek spleta ali če naletiš na neprijetno vsebino.
6. Ne odpiraj pošte in priponk od neznancev.
7. Uporabljalj antivirusni program in požarni zid, ko brskaš po spletu.
8. Na spletu ne izdajaj svojih osebnih podatkov, niti podatkov svojih staršev. Ne objavljaj svojih zasebnih fotografij, niti fotografij svojih prijateljev.
9. Z uporabo interneta ne pretiravaj.
10. Z interneta ne prepisuj, vedno navedi vir in avtorja. Preveri tudi druge vire (knjige ...) in ne verjemi, da je vse, kar piše na internetu, tudi res.



Otroci oz. mladostniki lahko pravila natisnejo in obesijo poleg računalnika. Lahko pa tudi pripravijo plakat s sošolci s temi pravili in ga izobesijo v razredu.

### Nasveti za starše

Ker današnji mladi odrasčajo ob internetu, jih imenujemo kar netgeneracija. Odkar internet ni le vir informacij, temveč tudi možnost komuniciranja z ljudmi, ga upravičeno imenujemo sodobno otroško dvorišče. Tako kot v 'realnem' svetu, tudi v 'virtualnem' obstajajo

otrokom prijazna in nevarna dvorišča. S tem so odrasli postavljeni pred novo, sodobno vzgojno vprašanje, kako vzgajati otroke in mladostnike za ustvarjalno in hkrati varno rabo interneta. Pomembno je, da so starši obveščeni o tem, kaj njihov otrok počne na internetu. Najbolje je, da ga že od začetka spremljajo in usmerjajo. Skupaj z otroki naj postavijo družinska pravila o uporabi interneta, ki naj veljajo za vse. Med pravili naj bo tudi dnevna oz. tedenska časovna omejitev uporabe računalnika oz. interneta.

Pravila in vzgoja za internet sta zelo podobna pravilom in vzgoji za 'resnično' življenje. Čeprav v večini starši niso računalniški strokovnjaki, lahko svoje otroke vzgoji v odgovorne uporabnike interneta. Pravila in nasveti, ki jih moramo prenesti nanje, niso toliko povezana s tehnologijo. Življenjske izkušnje so dovolj, da otrokom pojasnimo, zakaj na spletu ni dobro razkrivati osebnih podatkov neznancem, zakaj vsaka slika ni za objavo, zakaj ni priporočljivo, da ob spletu preživijo ure in ure, zakaj tudi glede spleta veljajo pravila lepega



Foto: arhiv Socialna akademija

obnašanja, zakaj ni verjeti vsemu in vsakomur itn.

Za pomoč pri vzgoji za čim bolj varno uporabo interneta navajamo 10 nasvetov ([http://www.safe.si/c/691/Top\\_10\\_nasvetov/?preid=673](http://www.safe.si/c/691/Top_10_nasvetov/?preid=673)):

1. Zaščitite svoj računalnik s požarnim zidom in protivirusnim programom, ki ga redno posodabljate. Če tega ne zmorete sami, poiščite pomoč.
2. Računalnik postavite v dnevni prostor, skupaj s svojimi otroki razi-skujte internet. Pustite jim, da vas tudi oni naučijo česa o novih tehnologijah.
3. Določite družinska pravila, koliko prostega časa dnevno ali tedensko lahko otroci preživijo ob internetu oz. računalniku.
4. Naj prepoved interneta ne bo način reševanja morebitnih težav. Z otroki vzpostavite dialog o tem, kaj počnejo na spletu. Vohunjenje z različnimi programi ni najboljša rešitev in je poseg v otrokovo zasebnost. Otroci naj zaupajo svojim občutkom. Če jim je zaradi česar koli na internetu neprijetno, naj vam o tem povedo.
5. Otroci naj na internetu ne objavljajo svojega naslova, telefonske številke, naslova elektronske pošte, šole, ki jo obiskujejo, in drugih osebnih informacij. Uporabljajo naj vzdevek, ki ne razkriva njihove identitete.
6. Nadlegovanje preko spleta in drugih tehnologij je nedopustno. Naučite svoje otroke, da pravila lepega obnašanja veljajo tudi glede spleta. Učite jih, da je razlika med tem, kaj je prav in kaj ne, na internetu enaka kot v resničnem življenju.
7. Otroke poučite, da sta posedovanje in uporaba piratskih kopij računalniških programov, filmov in glasbe nezakonita. Pojasnite jim, da je nezakonito presnemavanje rezultatov dela drugih ljudi povsem enako, kot če bi to ukradli v trgovini.
8. Otroke učite, da ni nujno, da vse, kar preberejo ali vidijo na internetu, tudi drži. Spodbujajte jih, naj vas, če niso prepričani, vprašajo in preverijo še druge vire.
9. Otrokom prepovejte, da bi se brez vaše vednosti sestajali s t.i. prijatelji z interneta. Pojasnite jim, da ti prijatelji morda niso to, za kar se izdajajo.



10. Zavedajte se, da noben filter za neprimerno vsebino ni 100-odstoten. Filtri so morda primerna rešitev za manjše otroke, pri večjih pa se ni priporočljivo zanašati nanje. Otrok bo prej ali slej naletel na določene vsebine (pri prijatelju, v knjižnici) – gotovo je bolje, da ste takrat poleg. V pomoč so lahko tudi spletne strani in članki oz. publikacije o varni uporabi interneta. Otroci in mladostniki se lahko preko njih naučijo spretno krmariti po internetu, uporabljati varno komunikacijo, zaščititi svoje podatke in preveriti zasvojenost s sodobnimi tehnologijami. Starši, učitelji in drugi pa lahko na teh straneh izvedo, kako omogočiti sebi in otroku čim boljše zaščito pred nevarnostmi interneta.

Nekaj spletnih strani:

- [www.safe.si](http://www.safe.si)
- [www.varnaininternetu.si](http://www.varnaininternetu.si)
- [www.varnostnaspletu.si](http://www.varnostnaspletu.si)
- <http://www.varniinternet.si/>
- Vladni portal za otroke in mladino (Ministrstvo za javno upravo): [http://www.otroci.gov.si/index.php?option=com\\_content&task=view&id=228&Itemid=438](http://www.otroci.gov.si/index.php?option=com_content&task=view&id=228&Itemid=438) ■

#### Viri

[http://www.safe.si/c/676/Top\\_10\\_nasvetov/?preid=671](http://www.safe.si/c/676/Top_10_nasvetov/?preid=671); pridobljeno: 20. 7. 2012.  
[http://www.safe.si/c/691/Top\\_10\\_nasvetov/?preid=673](http://www.safe.si/c/691/Top_10_nasvetov/?preid=673); pridobljeno: 20. 7. 2012.  
 Korpar, Danijel: *E-priročnik Internet in varnost otrok v osnovni šoli*; objavljeno: <http://student.pfmb.uni-mb.si/~dkorpar/e-priocnik/>; pridobljeno: 20. 7. 2012.

Upokojene pedagoške delavce, ki bodo pridobljeno znanje prenesli med osnovnošolske učence, vabimo na seminar **Ambasadorji varnega e-vedenja**, ki bo v Ljubljani, 26. in 27. 9. 2012, med 8.30 in 12.00.

**Vsebina:** Socialna omrežja, odgovornost za (ne)varno uporabo interneta, zasvojenosti in pornografija.

**Vodijo:** mag. Silvo Šinkovec, Klemen Jevnikar, Kristina Lepen

**Informacije in prijave:** DKPS, 01/43 83 987, <http://www.dkps.si>, [dkps.seminarji@gmail.com](mailto:dkps.seminarji@gmail.com)

# Med najstniško zabavo in vrstniškim nasiljem

✍ Bogdan Žorž

*Sedmega junija letos sem imel priložnost sodelovati na okrogli mizi o aktualni problematiki mladinskega prestopništva pri nas. Pripravila jo je Fakulteta za varstvene vede, v programu Dnevov varstvoslovja kot nekakšno študijsko srečanje v okviru mednarodnega projekta »YouPrev«. Sodelovala je vrsta strokovnjakov iz šolstva, zdravstva, socialnega skrbstva in policije.*

O d precejšnjega števila sodelujočih sem slišal opozorila o tem, da se med mladimi širijo nove oblike prestopništva, ki se na različne načine povezujejo s sodobnimi tehnološkimi pridobitvami – računalniki, medmrežje, mobilna telefonija ... Zame je bila ta razprava nekakšna potrditev izkušenj iz moje svetovalno – terapevtske prakse, tudi nekak znak, da pri teh mojih izkušnjah ne gre zgolj za osamljene, posamične primere. Očitno smo pričali nekim sodobnim pojavom vrstniškega nasilja, na katere niti nismo dovolj pripravljeni niti jih ne poznamo dovolj, zato se tudi nanje ne znamo dovolj učinkovito odzivati.

V praksi se vse pogosteje srečujem s stiskami otrok, mladostnic in mladostnikov ter njihovih staršev, ki so tako ali drugače povezane z zlorabami sodobne tehnologije. Srečal sem se s stiskami deklet, ki so v svoji naivnosti poslale po mobilnem telefonu svojemu fantu fotografijo, posneto

z mobijem. Največkrat so se same fotografirale, pomanjkljivo oblečene ali celo gole in to poslale fantu, da bi ustregle njegovi želji. Žal jih je potem čakalo hudo presenečenje – fotografije so se znašle na mobijih sošolcev ali celo na medmrežju ... Ko so nekateri starši iskali pomoč v šoli, so jih tam 'potolažili', češ da je fotografija zelo slaba, da se 'skoraj nič ne vidi' ...

Nič manjše niso stiske otrok, ki prejemale SMS-e svojih sošolcev, s katerimi jih izsiljujejo, zmerjajo, jim grozijo ... Srečal sem se s starši takih otrok, ki so se obrnili na pomoč na šolo ali na policijo – in bili zavrjnjeni. Na šoli so jim rekli, da »gre za zasebne odnose med sošolci, v katere se šola na more vmešavati«. Na policiji so bili zavrjnjeni še bolj banalno: z argumentom, da »gre za otroške igrice, s katerimi se policija ne more ukvarjati, ker ima veliko pomembnejših nalog«. Nekateri starši so iskali pomoč na centrih za socialno delo – in bili tudi tam zavrjnjeni, češ da gre za neoprijemljive zadeve, da takšne grožnje niso nič resnega, da so le otroške igre, neke vrste sodobna zabava ...

Srečal sem se tudi s primeri, ob katerih so se sicer pristojni (šole, policija) odzvali, ukrepali proti storilcem – starši pa so ostali sami s svojim otrokom – žrtvijo, in niso vedeli, kako naj mu pomagajo.

Zavedati se moramo, da se v takih in podobnih primerih dejansko srečujemo z vrstniškim nasiljem – ki se dogaja s pomočjo teh sodobnih tehnoloških medijev. In morali bi se na to vrstniško nasilje odzivati kot na vsako drugo!

Pogosto slišim mnenja, stališča, da pri tem ne gre za neko 'resno' vrstniško nasilje, da gre v resnici za otroške,

najstniške igre, brez 'zlih namenov', in da zato ne gre iz tega delati prevelikih problemov. Takšno stališče je škodljivo!

Res je sicer, da je v ozadju vsakega takega vrstniškega nasilja igra, zabava. V mnogih primerih vsaj na začetku, nekaj časa, v tej igri ali zabavi sodeluje celo žrtev. Če pogledamo primer dekleta, ki je poslala svojo fotografijo fantu – poslala jo je prostovoljno, tudi zanjo je bila to neke vrste igra ali zabava. Fant, ki je to prejeta fotografijo razposlal prijateljem, tudi ni razmišljal o tem, kako lahko svojemu dekletu s tem škoduje – verjetno se je hotel le postavljati pred prijatelji, si pri njih 'povečati ugled'. Tudi on se je torej nehote, nepremišljeno, naivno znašel v tej godlji. Tudi on je na nek način žrtev svojih prijateljev – ki so se spet želeli samo zabavati.

Ali je torej to sploh še vrstniško nasilje? Če so tisti, ki iz takih primerov niso hoteli ustvarjati velikih problemov, razmišljali na tak način, bi jim lahko zlahka pritrdili. In vendar ni tako! Tudi v vseh teh primerih gre za nasilje in se je zato treba na take primere nasilja tudi primerno odzivati. Trditev, da gre le za mladostniško zabavo, pač ne zdrži.

« Pri svojem delu zelo dosledno izhajam iz gornjega spoznanja: če se nekdo počuti ob takih 'igrich' prizadet, ogrožen, osramočen, če je preplašen, tarča posmeha ..., gre za vrstniško nasilje in se je treba ustrezno odzivati. »

Da bi lažje razumeli globino problema, si pogledajmo odnos, ki ga imamo do fizičnega nasilja. Tudi to se velikokrat dogaja nehote ali celo za zabavo. Kolikokrat slišimo od otroka, ki je drugemu prizadejal bolečino, izgovor »saj nisem nalašč«, »saj sem se samo hecal«, »saj je bila samo igra« ... Pa danes na takšne izgovore ne nasedamo več. Vemo, da o tem, kako močno boli, odloča občutek bolečine pri tistem, ki je žrtev nasilja. Opravičilo, da se je storilec »samo hecal«, pač ne zmanjša bolečine. Seveda je prav, da imamo v odnosu do fizičnega nasilja tako stroga merila – a naj bodo enako stroga

tudi, ko gre za druge oblike nasilja. Pri teh sodobnih oblikah 'elektronskega' vrstniškega nasilja pa bi morali biti še občutljivejši prav zato, ker so to novi pojavi in imamo z njimi premalo izkušenj. Pri svojem delu zelo dosledno izhajam iz gornjega spoznanja: če se nekdo počuti ob takih 'igrich' prizadet, ogrožen, osramočen, če je



Foto: arhiv Socialna akademija

preplašen, tarča posmeha ..., gre za vrstniško nasilje in se je treba ustrezno odzivati.

Razumem sicer, da imamo premalo izkušenj, da nimamo izdelane 'doktrine' ravnanja v takih primerih, vendar si lahko pomagamo s splošno doktrino. Vsekakor pa je potrebno osveščanje, pa tudi raziskovanje teh pojavov, da bi bili bolj opremljeni s strokovnim znanjem. Že danes pa potrebujejo pomoč tako starši kot učitelji.

Učitelji potrebujejo pojasnila, da na tovrstne pojave ne gledajo omalovažujoče, podcenjujoče. Najprej je potrebna preventiva. Ob vsem mogočem računalniškem opismenjevanju je treba opozarjati otroke tudi na tovrstne zlorabe. Če do njih pride, če učitelj zazna, da se dogaja neka oblika 'elektronskega' vrstniškega nasilja, je potrebno čim hitreje ukrepanje, in sicer v dve smeri:

V ukrepe, ki naj imajo za cilj zaustavitev, prekinitev spornega dogajanja.

V ukrepe, ki so potrebni, da se zagotovi ustrezna pomoč žrtvi ali žrtvam, da se razbremenijo strahov,

občutkov ogroženosti, zavrženosti, izključenosti ...

V ukrepe, ki so usmerjeni v pomoč storilcu (ali storilcem), da spoznajo zgrešenost, škodljivost svojega početja. Ti ukrepi so še posebej zahtevni, saj samo kazen nima pravega učinka, še zlasti v primerih, ko je storilec prepričan, da ni storil nič spornega (in

ima pri tem morda celo vso podporo svojih staršev).

Starši potrebujejo veliko osveščanja. Najprej jih je treba podučiti o teh pasteh, o nevarnostih, ki jih prinaša sodobna elektronska komunikacijska tehnologija, da bi lahko ustrezno vzgajali svoje otroke. Ob tem pa je potrebno starše tudi podučiti o tem, kako pomagati otroku, če se mu kaj takega zgodi. Srečal sem se že s starši, ki so me spraševali, kako naj kaznujejo hčerko, ki je svojemu fantu poslala svojo spotakljivo fotografijo, ki je potem 'zakročila'. Imel sem kar nekaj težav, da sem tem staršem dopovedal, da je bila njihova hčerka za svojo napako že zelo hudo kaznovana in ne potrebuje še dodatne kazni. Potrebuje pa pomoč – da si opomore od šoka, ki ga je doživela, in prav gotovo tudi za to, da se bo iz te zelo boleče izkušnje kaj koristnega naučila.

Seveda pa bi morala svoje narediti tudi stroka in pripraviti strokovna izhodišča, ki bodo v pomoč tako učiteljem kot policistom, socialnim delavcem, psihologom in drugim. ■



# Izobraževanje za varnost na spletu

✍️ Tilen Dominko



*Starši se pogosto ne zavedajo, koliko ur na dan njihov otrok preživi na spletu ter kakšne nevarnosti prežijo nanj, in to točno takrat, ko so prepričani, da so varni v zavetju svojega doma. Že nekaj ur izobraževanja lahko pripelje do varne in učinkovite uporabe svetovnega spleta.*

## Nevednost?

**P**red nekaj tedni smo prejeli telefonski klic mame, ki je obiskala eno izmed predavanj, ki jih izvaja delovna skupina *Varnega interneta*: »Moji hčerki se je zgodilo točno to, o čemer ste predavali.« Predavanje *Osvēšana uporaba interneta* je bilo posvečeno točno temu, kar je obljubljal njegov naslov – varnemu, osvēšenemu in premišljenemu vedenju na svetovnem spletu.

»Dekle, ki je ravno končalo osmi razred, je postalo par s tri leta starejšim fantom. Kljub mojim nasvetom in prošnjam, naj tega ne počne, je fantu vztrajno pošiljala izzivalne fotografije, tudi takšne, na katerih je imela razgaljene prsi. Ko sta zvezo končala, je fant v jezi njene fotografije objavil na slovenskih in hrvaških portalih ter razposlal povezave do objavljenih fotografij vsem njenim prijateljem. Kmalu je za fotografije vedela vsa okolica, dekle je postalo žrtev posmehovanja in skoraj tri tedne ni upalo v šolo.«

Najstniki se le redkokdaj zavedajo prvega aksioma spletnega spomina: ko je nekaj na svetovnem spletu, bo tam tudi ostalo. Nihče jim namreč ne razloži jasno, da računalnik in splet nista zgolj orodje za zabavo oz. odlagališče fotografij in posnetkov, temveč medij, na katerem imajo objave lahko resne in dolgoročne posledice. Kadar na predavanjih najstnike povprašamo, ali bi bili vsako fotografijo oziroma komentar, ki ga objavijo na

spletu, pripravljeni objaviti tudi na šolski oglasni deski, se vsakokrat odzovejo obrambno: »Tega nikakor ne bi storil/a, saj se nikogar ne tiče, s kom sem v razmerju, kaj počnem vsak dan ali kakšne so moje fotografije v kopalkah.« Isti najstniki, ki se na naš predlog odzovejo tako ogorčeno, pa v virtualnem svetu pozabijo na vsa pravila previdnosti, ki jim jih nalaga zdrava pamet.

## Kaj otroci in mladostniki pravzaprav počnejo na spletu?

V nasprotju z odraslimi, ki splet in računalnik uporabljajo predvsem kot delovno orodje v službi, ju njihovi najstniki večinoma uporabljajo zgolj za zabavo. Na spletu se družijo, spoznavaajo, igrajo spletne in računalniške igre, kot vir pridobivanja novega znanja pa ga le redko uporabijo.

Sodeč po izsledkih raziskave, ki jo je Statistični urad RS objavil leta 2010, je v Sloveniji svetovni splet uporabljalo več kot 1.186.000 ljudi. V skupini otrok, starih od 10 do 15 let, je bilo takšnih skoraj 97 odstotkov. Primerjava s podatki iz leta 2008 kaže, da se je povprečna starost uporabnikov spleta v Sloveniji v zgolj dveh letih spustila kar za pet let! Starostna raven še vedno pada: tako danes približno 43 odstotkov otrok pri šestih letih že zna uporabljati računalnik in dostopati do posameznih strani na svetovnem spletu.

Vendar ne zgornji primeri ne statistični podatki ne pomenijo, da bi bilo za dobrobit naših otrok in najstnikov najbolje, če bi jim do polnole-



Foto: #miv Socialna akademija

tnosti preprosto prepovedali uporabo vseh elektronskih naprav. Na predavanjih in izobraževanjih vedno poudarjamo, da je pogovor tisti element, ki zmanjša prepad med najstniki in odraslimi pri uporabi novodobnih tehnologij.

Svetovni splet je odlično, celo izjemno orodje, ki nam močno olajša delo in komuniciranje – če ga le znamo pravilno uporabljati. Enako kot katero koli drugo orodje v realnem življenju. Zato so nas povratne informacije naših slušateljev na predavanjih in izobraževanjih še bolj utrdile v prepričanju, da so tako odrasli kot njihovi otroci pripravljeni na dialog in spremembo svojih spletnih navad. Najpomembneje je, da pri tem stopijo skupaj in prispevajo, kar lahko: najstniki poznavanje spletnih orodij in naprav, starši pa življenjske izkušnje. Dialog je še vedno tista 'aplikacija', ki lahko poteka zgolj v živo in pri kateri nadzor ne more nikoli nadomestiti iskrenosti in odprte komunikacije.

S skorajda svetlobno hitrostjo razvijajoči se svetovni splet ne dopušča, da bi zaspali na lovrikah pridobljenega znanja o varnosti na spletu. Zato v novo šolsko leto stopamo z novo temo – osveščeno uporabo spleta na mobilnih napravah in tabličnih računalnikih. Tudi starši, ki se zavedajo nevarnosti spletnih zlorab, spletnega nasilja, razpečevanja pornografskega in pedofilskega gradiva, pogosto pozabijo, da so si otroci in najstniki izbrili nov, 24-urni, največkrat popolnoma nenadzorovan vir dostopa do spleta. Pametne telefone danes uporablja že tretjina otrok, število tovrstnih naprav pa se vztrajno povečuje, kar prinaša nove izzive v spletni varnosti.

## Pravila so pomembna

Vsi se zavedamo, da je lahko tudi vožnja avtomobila življenjsko nevarna. Da bi se temu izognili, se držimo določenih konvencij in pravil, upoštevamo izkušnje drugih in se prilagajamo razmeram na cesti. Enako bi moralo veljati tudi za splet. Le tako bomo s skupnim znanjem, izkušnjami in izpolnjevanjem soustvarili družbo znanja, ki bo kos izzivom 21. stoletja. ■

# Učenje preko gibanja ali informacijske tehnologije

## Kje je meja?

✍ Meta Bizjak Eržen

*V današnjem času smo obkroženi z različnimi sredstvi informacijske tehnologije, ki nam je v zahodnem svetu dostopna skoraj na vsakem koraku. V kolikšni meri uporaba vpliva na razvoj naših otrok, kje so meje in kakšne so lahko posledice, če jo otrok veliko uporablja, namesto da bi se več prosto gibal in igral? Tuje študije že kažejo negativne vplive prekomerne uporabe vseh teh sredstev.*

## Odgovornost staršev za razvoj otrokovega živčevja

Starši v veliki meri vplivamo na fizično strukturo otrokovih možganov in na njihovo delovanje, zato smo soodgovorni za razvoj možganov naših otrok. Katere živčne povezave bodo ostale in katere ne, kolikšni bosta količina in kakovost le-teh, je odvisno od otrokovih veččutnih izkušenj in dejavnosti, na to pa lahko vplivamo starši in vzgojitelji. Ob rojstvu ima otrok okoli 100 bilijonov živcev, ki med seboj niso povezani. S pomočjo čutov in gibanja se vzpostavljajo nove živčne povezave, največ v prvih treh letih življenja. Možgani triletnika imajo dvakrat več živčnih povezav kot možgani odraslega, v adolescenci je teh povezav samo še polovico.

## Pomen prenatalnega obdobja in zgodnjega otroštva za otrokov motorični in kognitivni razvoj

Znanstveniki poudarjajo pomembnost prenatalnega obdobja, saj že sam zvok vpliva na strukturo embria. Matino gibanje med nosečnostjo, npr. hoja, telovadba itd., pomembno vpliva na stimulacijo otrokovega centra za ravnotežje, ki daje osnovo za otrokov motorični razvoj.

Otrokov naravni način učenja je učenje z gibanjem in igro. Maria Montessori je znala že v 19. stoletju zelo dobro opazovati otroka, zato je poudarjala pomen gibanja od zgodnjih začetkov. Uvedla je pripravljeno okolje, v katerem bo imel otrok dovolj možnosti za gibanje. Dojenčki naj bi veliko časa preživeli na tleh. Odlično motivacijsko sredstvo za ležanje na trebuhu je ogledalo, ki otroku omogoča, da opazuje svoje gibe, pogosteje dviguje glavo in zgornji del trupa ter s tem krepi tudi mišice, potrebne za pisanje in finomotorične spretnosti ter razvoj zavedanja sredine telesa. Slednja je pogoj za vse otrokove bilateralne dejavnosti, kot so npr. branje, pisanje, poslušanje, saj morata med branjem in pisanjem sodelovati obe očesi, obe roki, obe možganski polovici in med poslušanjem obe ušesi. Ena ključnih prelomnic v zgodnjem otrokovem razvoju je plazenje, pri čemer se začne vzpostavljati povezava med levo in desno možgansko polovico. Pogosto



obravnavam otroke in odrasle, ki se v zgodnjem otroštvu niso plazili, kar kaže na neintegriran refleks plazjenja. Izostanek plazjenja negativno vpliva na motorično koordinacijo, kar lahko resno ogrozi šolske aktivnosti ter povzroča težave v ustvarjalnosti in miselnih procesih. Povzroči namreč, da otrok ali odrasel uporablja samo eno možgansko polovico, kar posledično povzroča težave z razumevanjem.

## Porast števila otrok s posebnimi potrebami

V klinični praksi je opaziti porast govorno-jezikovnih težav, težav s koncentracijo, učnih težav ter težav na področju grobe motorike in grafomotorike.

Strokovnjaki, ki se ukvarjajo z izobraževanjem (npr. Hannafordova, Piaget, Vigotsky, Bernstein, Montessorijeva, Masgutova, Goddard Blythova, Dennison in Pearlmutter), podpirajo koncept, da je kognitivni razvoj odvisen od gibalnega razvoja. Nadzorovano gibanje v skladu z naravnim gibanjem vodi do kontroliranega vedenja in komunikacije. Če otrok ne zmore nadzorovati gibov, potem težko nadzira svoja čustva in dejanja. V jezi tak otrok 'eksplodira', ker svojih čustev ne zna preusmeriti na družbeno sprejemljiv način. Pogosto je tak otrok označen za agresivnega. Težave v nadzoru gibanja povzročajo celo paleto težav v razvoju: impulzivnost, hiperaktivnost, agresivno vedenje, lenobo, strah, disleksijo, govorne zaostanke in zaostanke v intelektualnem razvoju, neintegracijo refleksov.

Najpogostejši odgovor otrok z motnjo pozornosti in koncentracije, ki ju včasih spremlja še hiperaktivnost, otrok z govorno-jezikovnimi in grafomotoričnimi težavami ter njihovih staršev na vprašanje, kaj najraje počnejo v prostem času, je, da gledajo televizijo ali igrajo igrice. Pred televizijo ali računalnikom lahko ure in ure skoraj negibno presedijo. Vzrok za to je nevrološko pogojen in ga tovrstne dejavnosti samo še krepijo. V

medsebojnih odnosih, pri pouku in med učenjem doma pa ti otroci odpovejo, saj ne zmorejo ohranjati pozornosti in pri določeni nalogi zdržati dlje časa. Odmevna študija, ki je bila objavljena v medicinski znanstveni reviji *Pediatrics*, je pokazala, da bodo otroci, ki med prvim in tretjim letom veliko gledajo televizijo, do sedmega leta starosti verjetno razvili motnje pozornosti in koncentracije. Za vsako uro, dnevno preždeto pred ekranom v kritičnih letih razvoja možganov, je 10 % večja verjetnost za motnje pozornosti in koncentracije.

## Kako se možgani odzivajo na prekomerno uporabo informacijske tehnologije

Naš naravni preživetveni odziv je dejansko posledica signalov, ki kažejo na potencialno nevarnost v okolju. Televizija je na primer tak stimulator stresa. Kadar koli se nenadno spre-

kronični stres. Ker stres pomeni boj za preživetje, stalno dejavni nižji možganski centri onemogočajo dostop in razvoj višjih možganskih centrov. Te svetlobne spremembe najlažje opazimo, če se zvečer sprehodimo mimo okna, blizu katerega je televizija. Če so ti signali za nevarnost nenehno prisotni, človekovi obrambni mehanizmi delujejo tako, da človek 'zmrzne', da nevarnost lahko blokira. Otrok ali odrasel kot 'paraliziran' strmi v ekran. Strmenje onemogoča gibanje in s tem gibanje oči, kar povzroča zaspanost, zbuja strah, nočne more, glavobole, šibko pozornost, težave z zaznavanjem. Sčasoma se telo privadi na dražljaje in jih potrebuje zmeraj več, tako da nezavedno postajamo narod odvisnikov od dražljajev. V socialnih odnosih s starši, vzgojitelji in učitelji ter drugimi v domačem ali učnem okolju tak otrok ne more dlje časa ohranjati pozornosti, težko sledi slušnim informacijam, ker je telo navajeno na stalno



ni svetloba, to možgani sprejemajo kot nevarnost. V televizijskih programih in računalniških igrich je namenoma veliko svetlobnih učinkov, ki ljudi pritegnejo, obenem pa nenehno stimulirajo predele naših možganov v nižjih možganskih centrih (refleksnih centrih, kot sta možgansko deblo, limbični sistem), ki to zaznavajo kot nevarnost in daljnoročno povzročajo

menjajoče se vidne dražljaje, teh pa je v učnem okolju manj.

Nevrolog dr. Pearlmutter v celoti odsvetuje gledanje televizije in uporabo drugih sredstev informacijske tehnologije do drugega leta starosti. Razvoj možganov je v tem času najintenzivnejši, med drugim tudi razvoj govorno-jezikovnih sposobnosti, zato naj bi otroci v tem času imeli 'žive'

govorne modele za komunikacijo, da se lahko naučijo pravilne izreke, dobijo ustrezne odzive sogovorca in čim več tridimenzionalnih izkušenj preko gibanja. Dr. Hannafordova se sklicuje na priznanega strokovnjaka Josepha Chiltona Pearca, ki odsvetuje uporabo televizije in računalnika pred osmim letom starosti, da otrok lahko razvije predstave in jezik. Hannafordova pravi, da je za učenje jezika zelo pomembno, da otrok sliši celoten spektrum jezika, vse nadtone in harmonijo, ki je izven slišnega območja. Vse zgoščenke, videi in televizija pa teh nadtonov in harmonije ne vsebujejo. Otroci preko naprav ne razvijejo zaznav vseh frekvenc, ki jih imajo posamezni glasovi jezika, zato je njihovo slušno zaznavanje pomanjkljivo, posledično pa tudi

do 85 %, z njo pa vsi čutni organi, ki so vezani nanjo, npr. uho, oko, roka, noga, tako da v takem stanju izgubljam vsaj polovico informacij. Med gledanjem televizije ali igranjem igrice je onemogočeno multisenzorno učenje, ki je omejeno na največ dva čuta hkrati, zato so otrokove predstave, ki jih dobiva po tej poti, pomanjkljive. To pa ima dolgoročen vpliv na učno uspešnost.

### Integracija refleksov in Brain Gym® kot pomoč pri odpravljanju težav

Za otroke in odrasle, ki so bili močno izpostavljeni sredstvom informacijske tehnologije in pri katerih se kažejo zgoraj omenjene težave, sta poleg gibanja učinkoviti dve metodi, ki sta v Sloveniji vedno bolj prepoznavni: integracija refleksov po metodi dr. Svetlane Masgutove in Brain Gym. Refleksi so pogoj za naše preživetje, zaščito, rast in razvoj. Dr. Masgutova pravi, da imajo enak namen kot korenine pri drevesu, saj brez njih drevo ne stoji pokonci. Vsako gibanje ima korenine v refleksih in je povezano z drugimi gibalnimi vzorci, to pa pomaga pri spodbujanju boljšega delovanja možganov. Refleksi že v maternici pripravijo povezavo med telesom in možgani za delovanje v času po porodu. V primeru, da ne delujejo pravilno,

njihova izreka. V svoji knjigi *Profil dominantnosti* med drugim opisuje, kako se dejavnost nedominantne možganske polovice v času stresa zmanjša tudi

jih moramo spodbuditi pri razvoju in jih popraviti na naraven in neagresiven način. S pomočjo vaj Brain Gym učenje spet poteka na naraven način,

saj vaje povezujejo različne predele v možganih in tako omogočajo komunikacijo, organizacijo in razumevanje, nekatere vaje pa so v pomoč tudi pri integraciji refleksov.

“ Za vsako uro, dnevno preždeto pred ekranom v kritičnih letih razvoja možganov, je 10 % večja verjetnost za motnje pozornosti in koncentracije. ”

Na prvem mestu je odgovornost nas, staršev, da smo zgled otroku in mu postavimo jasne meje glede količine in vsebine uporabe informacijske tehnologije in televizije, šele potem so na vrsti vzgojitelji in učitelji. Namesto sedenja jim raje omogočimo, da bodo lahko več časa raziskovali okoliže z gibanjem in si tako z veččutnim učenjem pridobili bolj kakovostne, globlje in trajnejše izkušnje, s tem pa bo obseg njihove pozornosti daljši; rasla bo motivacija za delo in učenje. Tako jim bomo omogočili, da bodo odrasli v odgovorne, samozavestne in zrele osebnosti. ■

#### Viri

- Dennison, Paul (2006): *Brain Gym and me*. Ventura, ZDA: Edu-Kinesthetics.
- Dennison, Paul Ehrlich; Dennison, Gail E. (2008): *Telovadba za možgane (Brain Gym®)*. Ljubljana: Rokus Klett.
- Goddard Blythe, Sally (2008): *What babies and children really need*. Gloucestershire: Hawthorn Press.
- Hannaford, Carla (2002): *Awakening the child heart*. Hawaii: Jamilla Nur Publishing.
- Hannaford, Carla (2005): *Smart moves: why learning is not all in your head*. Salt Lake City (Utah): Great River Books.
- Hannaford, Carla (2011): *The Dominance Factor: how knowing your dominant eye, ear, brain, hand & foot can improve your learning*. Utah: Great River Books.
- Lawrence, Lynne (1998): *Montessori read & write: a parent's guide to literacy for children*. New York: Three Rivers Press.
- Masgutova, Svetlana (2010): *Integracija dinamičnih in posturalnih refleksov*. Priročnik za seminar. Inštitut dr. Svetlane Masgutove, slovenski prevod. Lesce: Avevita.
- Montessori, Maria (1965, 1988): *Dr. Montessori's own handbook*. New York: Schocken Books.
- Montessori, Maria (2006): *Srkajoci um*. Ljubljana: Uršulinski zavod za vzgojo, izobraževanje in kulturo.
- Perlmutter, David (2006): *Raise a smarter child by kindergarten*. New York: Morgan Road Books.



Foto: arhiv Bizjak Eržen



# Računalniške igre, videoigre in mladi

✍ Damjana Pintarič

*V zadnjih letih vstopajo elektronske igre z vso močjo v prosti čas mladih. Razmišljati, presojati in odločati se ter modro posredovati svoje mnenje v odprtem pogovoru in iskanju skupnih rešitev je zahtevno. Če to počnemo v ljubeči skrbi za človeka, pa smo najprej poklicani v ponižni drži pred Gospodom prečistiti samovoljno navezanost na lastni 'prav'.*

**G**otovo ni lahko o resničnosti videoiger razmišljati tisti generaciji staršev, ki jim je elektronski svet tuj ali so ga morali sprejeti kot delovno orodje in si njegove prisotnosti v družinskem življenju ne želijo, razen ko je računalnik neizogibna pomoč pri delu. Verjetno pa je enako težko objektivno razmišljati o videoigrah njihovim otrokom in mladostnikom, ki so z njimi že (napol) zasvojeni.

## Zdrava igra

Igra je pomembna pri razvijanju intelektualnih, motoričnih, čustvenih in vseh drugih sposobnosti, ki so del celostnega razvoja. To se v igri odvija spontano in brez prisile.

Vsaka zdrava igra mora vsebovati cilj, smisel, pravila, orodja, izzive in spodbude glede tekmovalnosti, sodelovanje med različnimi udeleženci – igralci, možnosti za razvoj vsaj ene od človekovih sposobnosti. Izbirati moramo različne tipe iger, da se lahko otrok z njihovo pomočjo razvija na vseh področjih. Elementi zdrave igre so kriteriji tudi pri presojanju in od-

ločanju glede računalniških iger: kaj, koliko, kdaj itd.

## Računalniške igre in videoigre

Nadzira jih računalnik, ki ustvarja za igro potrebna virtualna orodja, npr. karte, kocke, virtualno ustvarjene svetove itd. Igre so polne skrivnostnih poti in prostorov, po katerih se otroci in mladi vsak dan 'sprehajajo'. Čeprav se zdi ta virtualni svet staršem daleč od njihovega zanimanja in resničnosti, ga morajo spoznati in do njega zavzeti pravilno držo – v dobro otrok –, saj računalniške igre v zadnjih letih neustavljivo vstopajo v prosti čas otrok in v temelju spreminjajo tradicionalni način igre. Ne bi bilo prav, da bi odrasli pustili otroke same v tem svetu. Moramo jih spremljati, usmerjati ter jim predstaviti dobre in slabe strani teh iger, potem ko smo jih spoznali tudi sami.

Če smo se včasih igrali z doma izdelanimi avtomobilčki, omogočata danes računalniški zaslon in miška igralcu npr. pogled na cesto iz notranjosti vozila, kar igralca virtualno postavlja v kožo resničnega voznika; virtualnost je lahko podprta celo s fizičnimi občutki (volan, avtomobilski sedež s podobnimi tresljaji kot v resničnosti itd.). Tržišče kot temelj svoje ponudbe s pridom izkorišča to, kar človeku ugaja – biti glavni junak v dogajanju, obvladovati položaj, imeti moč in oblast, spuščati se v adrenalinske dogodivščine itd. Zato lahko človek postane suženj tržišča – v želji po vedno novem – in se pusti osiromašiti finančno, fizično, duševno in duhovno. Proizvajalci pa dosežejo svoj namen: zaslužek, čeprav za ceno človekovega dostojanstva. Človek se ne bi smel pustiti zaslužniti nobeni strasti

(ne le računalniškim igram), ki bi ga lahko pripeljala v globoko odvisnost.

## Spontani odzivi staršev in vzgojiteljev

Najslabše je, če odrasli sploh ne vedo, kakšne so otrokove igre, ali če nimajo dovolj poguma, zanimanja oz. časa, da bi vstopili v njegov svet in ga spoznali. Manj težavno je, ko so računalniške igre vseč tudi odraslim in jih občasno igrajo celo sami, saj tako lažje prepoznajo njihove pasti in pozitivne strani, kar je zelo pomembno.

## Pasti računalniških iger

- Elektronske igre lahko povzročijo:
- Negativne posledice za otrokov fizični razvoj (predvsem ob neupoštevanju omejitve časa, ki naj bi ga prebil pred računalnikom): poslabšanje vida, slaba drža, težave s sklepi zaradi pomanjkanja gibanja, slabša splošna kondicija itd.
  - Negativne posledice za psihični razvoj (če je to otrokov edini tip igre, ki ne omogoča celostnega razvoja): osamitev, dolgotrajen zunanji in notranji 'odklop' od realnega življenja in okolja, pretirana uporaba računalniških iger lahko vodi v zasvojenost.
  - Negativne posledice za etični razvoj: če so otroci izpostavljeni nasilnim vsebinam, spolnim vsebinam, različnim oblikam sovražnosti itd., torej svetu z nasprotnimi vrednotami od tistih, ki jih starši in vzgojitelji želijo za svoje otroke, zlo otroke globoko zaznamuje, saj ga sprejemajo brez vedenja o življenju in brez izkušnje, ki jih imajo odrasli.
  - Nevarnosti, ki se jih slabo zavedamo: naraščajoče nadlegovanje po elektronskih medijih, spolno nadlego-



Foto: RR

vanje, ogroženost glede ohranjanja zasebnosti, finančna tveganja itd.

- d) Posebno nevarno je, če otroci nimajo ustreznega vodenja s strani odraslih, če neustrezne igre dobijo v dar celo iz rok odraslih, če dobijo igre od prijateljev in brez prave presoje tudi sami na spletu (tu je veliko zank, npr. 'klikanje' na različna okenca, ki ponujajo zanimiv oglas, nagrado, s čimer lahko otrok postane žrtev zlonamernih ciljev).

## Ukrepanje staršev in vzgojiteljev

Ukrepanje gre lahko v več skrajnosti: od popolne prepovedi dostopa do spleta doma (kar problema ne reši do cela, saj otrok lahko do spleta dostopa v šoli, pri prijateljih itd.) do nemočnega skomiganja z rameni, češ da odrasli ne moremo storiti nič ob tem tako razširjenem problemu.

Nekateri starši omejujejo otroku čas uporabe računalnika s pogojevanjem (»ko boš naredil vse naloge, greš lahko za trenutek za računalnik«, »po kosilu za kratek čas«); nekateri namestijo filtre in onemogočijo dostop do spornih vsebin; če otrok popusti v šoli (slabe ocene), v celoti prepovedo dostop do računalnika.

Bolje kot omejevati je poiskati način, kako skupaj z otrokom razmišljati o teh igrah, o njegovih željah, občutkih, motivaciji. Tako otroka spoznavamo, vzgajamo in notranje pripravimo, da bo znal sam odgovorno in svobodno presojati, kaj, kako in kdaj uporabljati. Odrasli mora svet iger spoznati, zbrati podatke o njem, prebrati npr. etični kodeks in sistem klasifikacije računalniških iger. Uporabljajo ga tisti proizvajalci, ki želijo pošteno svetovati, za katero starostno stopnjo otroka je igra primerna. S pomočjo ikon na ovitku označijo opis vsebine: »neprimeren

jezik in izražanje«; »povzročča strah«; »prikazuje nasilje«; »prikazuje vsebine s področja spolnosti«; »kot vrednoto postavlja uživanje droge«; »pospešuje različne tipe diskriminacije, rasizma, sovražnosti do tujcev« itd. Ko izbiramo videoigre za otroke, moramo te oznake upoštevati.

## Pozitivne strani računalniških iger

- a) Priložnost za spoznavanje otroka: ko ga prosimo, naj nam razloži vsebino iger; naj nas nauči, kako se jih igra; naj nam predstavi svoje izkušnje in občutja ob igranju (mi pa mu povemo svoja): »Kako si se počutil, ko si se soočil s to in to situacijo ali ko si z ene stopnje igre prešel na drugo? V čem je problem, ki se tu zastavlja, drugačen od matematičnega problema ali naloge? Zakaj ob matematičnem problemu tako



hitro vržeš puško v koruzo, medtem ko imaš tu toliko potrpljenja z reševanjem problema in prehajanjem na višjo stopnjo?» Ko ga prosimo, naj nam razloži, katere postopke in strategije je uporabil, nam odpre vrata v svoj svet in nam da spoznati, kako rešuje probleme – to lahko uporabimo njemu v prid, ko mu pomagamo premagovati stiske, v katerih se znajde pred življenjskimi ali učnimi vprašanji.

- b) Priložnost za odstranjevanje pregrad med nami: ko pokažemo zanimanje za igro, ki je sestavni del otrokovega prostega časa, se mu približamo. V šoli zanimanje za videoigre s strani učitelja lahko omogoči začetek pogovora in pomaga vzpostaviti most med generacijami ter ustvarjati ozračje večje bližine.
- c) Priložnost za utrjevanje otrokove samopodobe: ko spregovorimo o igrah, ki so všeč otroku, ko nas on uči, kako jih je treba igrati, ko se z njim igramo, raste v njem samospoštovanje, pa tudi sposobnost preseganja samega sebe (ko nas mora učiti tistih spretnosti, za katere je sam potreboval veliko vaje), kar je zelo osrečujoča izkušnja, ki ga bogati.
- č) Priložnost za otrokovo samospoznavanje: ko se z njim igramo in nam razlaga potek igre, nam sproščeno in brez strahu spregovori tudi o svojih napakah, saj je pri igri dovoljeno 'ne vedeti'; s tem sam spoznava in ozavešča svoje napake.
- d) Spodbuda odraslim za permanentno izpopolnjevanje: odrasli se moramo učiti na tem področju, iskati primerno strokovno literaturo in jo predelovati, se udeleževati predavanj in seminarjev o tem, da se bomo lahko pravilno odločali in delovali otrokom v prid.

## Sadovi dobrega pristopa staršev in vzgojiteljev

Odrasli spoznamo – in po nas otroci – različne vidike iger (pasti, tveganja, priložnosti) ter razvijemo kritičen odnos do sporočil in vsebin, ki jih vsebujejo: prikrita komercialna sporočila, stereotipi, rasistična ali politično obremenjena sporočila itd.

« Pri izbiri iger je pomembno upoštevati ikone na ovitku, kot so: »neprimeren jezik in izražanje«; »povzročča strah«; »prikazuje nasilje«; »prikazuje vsebine s področja spolnosti«; »kot vrednoto postavlja uživanje droge«; »pospešuje različne tipe diskriminacije, rasizma, sovražnosti do tujcev« itd. »

Z otrokom vstopimo v pogovor o igri, ki ga zanima, razkrijemo mu resničnost, ki se skriva v ozadju, svoje razloge podkrepimo s podatki, ki smo jih poiskali pri strokovnjakih, ki jim zaupamo, spregovorimo o cilju, smislu in namenu določene igre; otroka vpeljemo v odločanje za tiste igre, ki imajo jasen in pozitiven cilj.

Razširimo otrokovo zanimanje, ko mu predlagamo dobro alternativno videoigro (s pozitivnimi vrednotami:

tem odločijo za morebiten nakup. Izziv za odrasle je, da igre tudi sami kdaj igrajo, izkusijo veselje ob zmagi ali frustracijo ob porazu, se soočajo z izzivi, ki jih igra ponuja, predvsem pa, da si vzamejo čas in se igrajo skupaj z otroki, preživljajo čas z njimi, jih sprašujejo, poslušajo, jim predlagajo ... Videoigre ponujajo veliko možnosti in priložnosti: ne bojmo se jih raziskati in iz njih potegniti najvišjo mero dobrega za otroke in mladostnike.

Ko bi se božja beseda ne učlovečila v naše meso in se ne sklonila v naš grob, ko bi ne bil Gospod prisoten v vsakem trenutku naše zgodovine – saj v Njem živimo, se gibljemo in smo –, bi bili za večno pogubljeni. Naj otroci in mladostniki v preživljanju svojega prostega časa ob sebi čutijo ljubečo skrb in prisotnost vseh nas, ki kakor koli prihajamo v stik z njimi, in naj v



Foto: Karel Hožjan

igralec npr. rešuje življenja, namesto da bi jih uničeval; igra zahteva načrtovanje strategije in logično postopanje; spodbuja sočutje do drugih itd.), ki ga morda na začetku ne pritegne, ko pa se skupaj z njim poglobimo vanjo, jo sprejme.

Modro postopanje odraslih je, da si igre najprej ogledajo in se šele po-

tej naši drži posredno spoznavajo in doživljajo ljubečo skrb Boga za vse nas in za svet. ■

### Literatura

Videojuegos? ... Sí! Pero ... en compañía. V: *Diálogo, Familia – Colegio* (Fundación Loyola Andalucía-Canarias, Jesuitas Sevilla), Sevilla 2012, št. 293.

# Metoda depogojevanja zasvojenosti (MDZ)

## Oblika preventive in terapije razvad, omam in zasvojenosti

✍ Bogdan Polajner

*Pri spoprijemanju z razvadami, omamami in zasvojenostmi smo se – po svetu in tudi v Sloveniji – posvečali predvsem zasvojenostim s psihoaktivnimi sredstvi. Vse bolj pa se zavedamo, da se je treba bolj posvetiti tudi 'nekemičnim' omamam in zasvojenostim (Arterburn, 2003; Ramovš, 2012), kamor spada tudi omamno zlorabljanje svetovnega spleta in podobnih tehničnih sredstev. Tudi na tem področju izpopolnjujemo in iščemo učinkovite preventivne in terapevtske ukrepe – mednje spada tudi MDZ.*

### Oprelitev metode depogojevanja zasvojenosti (MDZ)

MDZ je predvsem oblika kurative različnih zasvojenosti, patoloških omam in razvad. Gre za deloma inovativno metodo, ki se uporablja zadnjih 20 let. Po svojih elementih je MDZ izrazito integralna, multimodalna in eklektična metoda. Uporablja se na 'ambulantni' način, zato jo zlahka apliciramo v individualnem ali skupinskem svetovalnem in psihoterapevtskem delu, v šolskih

svetovalnih službah, v vzgojno-terapevtskih ustanovah ambulantnega ali nastanitvenega tipa.

### Uvajanje novega uporabnika

Izvajalec MDZ lahko priuči novega uporabnika že v nekaj zaporednih individualnih srečanjih. Na prvem srečanju se novemu uporabniku na kratko predstavijo metoda MDZ, temeljitev, namen uporabe in pričakovani cilji. Novega uporabnika se pred aplikacijo MDZ obvezno povpraša po konkretnih pozitivnih in negativnih izkušnjah, ki jih že ima s svojo obliko patološkega omamljanja. Te izkušnje si terapevt zabeleži, saj jih bo v drugi fazi seanse na kratko povzemal.

### Obrazec posamezne seanse (povzetek)

1. faza – priprava: telesna in duševna sprostitvev ter osredotočenje (1–3 minute).
2. faza – psihološko depogojevanje: trikratna zaporedna ponovitev parov medsebojno nasprotne osredotočenosti zavesti glede na želeno in neželjeno izkušnjo z omamo. Posamezen par nasprotnih stanj zavesti zajema:
  - podfazo 2A – osredotočenost na prijetno izkušnjo z omamo in vzbuditev želje (sle) po omami (največ 1 minuta), sledi plosk z

rokami za lažjo preusmeritev zavesti iz stanja A v stanje B;

- podfazo 2B – osredotočenost na izrazito neprijetne izkušnje z omamo oz. s posamezno vrsto 'droge' (2 minuti).

Nato še vsaj dvakrat zaporedoma ponovimo A- in B-par, vsak par največ 3 minute. Drugi fazi torej skupaj namenimo približno 8 minut.

3. faza – preusmeritev sproščene energije (od omam k ustvarjalnosti in aktivnosti): ozaveščanje trenutnih (zdravih) potreb, nalog in navdihov (približno 3 minute).
4. faza – ovrednotenje učinkov seanse, odločitve, doživljajska povratna informacija, pogovor (približno 2–5 minut za posameznika).

### Izvedba posamezne seanse (vaje) MDZ

Seansa MDZ ima štiri glavne faze (glej skico spodaj). Voditelj seanse najprej povabi uporabnike, da sedejo na stole z vzravnano, a udobno držo in da zaprejo oči. Seansa se v nadaljevanju (do četrte faze) izvaja zaprtih oči. Voditelj MDZ med izvajanjem seanse pazi na okvirni čas za posamezno fazo ter le na kratko napoveduje prehod na vsako od naslednjih faz. Seansa naj poteka v sproščeni tišini (uporabniki naj do 4. faze ne govorijo).

#### 1. faza: telesna in duševna sprostitvev in osredotočenje (1–3 minute)

**Navodila in komentarji:** Voditelj uvodoma na kratko izvede eno od metod telesne sprostitve, npr. kakšno od vaj avtogena treninga.

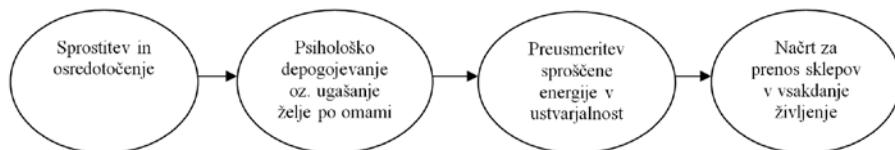






Foto: Peter Prebil

**Čas:** 1–3 minute (utečena skupina oz. uporabnik).

**Povzetek utemeljitve** (v daljši obliki gradiva je zajetih še več nevrobioloških, psiholoških, psihoterapevtskih, antropoloških in adiktoloških utemeljitev): vedenjska psihoterapevtska praksa na temeljih spoznanj Skinnerja (Musek, 1988: 313–316) uporablja npr. metodo 'sistematične desenzibilizacije', pri čemer se neugoden dražljaj sistematično povezuje z nasprotnim, ugodnim dražljajem. Faza 1 skrbi za povezovanje običajnega strahu pred terapevtskim delom s telesnim ugodjem in sproščenostjo.

## 2. faza: psihološko depogojevanje oz. ugašanje želje po omami

Druga faza MDZ je sestavljena iz dveh podfaz (2A in 2B), ki ju vsaj trikrat ponovimo. Vsaka podfaza predstavlja drugačno osredotočenje zavesti:

- faza 2B: osredotočenost na zaželeno in prijetno izkušnjo z omamo,

- faza 2B: osredotočenost na izrazito neprijetno izkušnjo z omamo.

Pri tem podfaza 2A in podfaza 2B predstavljata par. V vaji MDZ izvedemo vsaj tri zaporedne ponovitve takih parov.

### Faza 2A: vzbuditev želje (sle) po omami in vzburjanje prijetnega omamnega stanja

**Navodila in komentarji:** Voditelj kratko opiše zaželene občutke ob omamljanju. Pri tem uporablja enake navedbe, s katerimi so uporabniki opisovali svoje prijetne izkušnje z omamo – vsak posameznik namreč drugače doživlja prijetnost omame, tudi če uporablja isto sredstvo. Npr.: heroinski zasvojenec lahko omamo opisuje kot »strasten orgazmični užitek«, spet drugi kot »milijon iglic, ki vrejo v žilah«, tretji kot »občutek miru, varnosti in topline« ...

**Čas** za vzburjanje prijetnih občutkov ob vživljanju v 'svojo' obliko omame: največ 1 minuta.

Pri potrebnem času za fazo 2A veliko neizkušenih voditeljev seanse MDZ

preveč hiti. Bojijo se, da bi uporabnika ta faza pahnila v omamljanje. Pred vzburjenjem sle po omami pa se ne da zbežati! Zasvojenec (tudi abstinentu) se vzburjenje sle po omami tako ali tako vsakodnevno dogaja (npr.: sladkor pri sladkanju kave zasvojenca z drogami spomni na kokainsko 'črtico'; pogled na bife lahko vžge 'žejo' pri alkoholiku ...). Bistvo faze 2A je v nadzorovanem vzburjenju, ki ga je možno vedenjsko kontrolirati in izničevati z nasprotnim učinkom faze 2B. MDZ bo učinkovita, če faza 2A dejansko vzburi željo po omami.

Po eni minuti, ob koncu faze 2A, voditelj enkrat močno ploskne z rokami. Glasen zvok ob voditeljevem plosku uporabnikom pomaga preusmeriti njihovo zavest iz prijetnih občutkov omame v neprijetne.

### Faza 2B: preusmeritev osredotočenosti zavesti na konkretne negativne posledice omamljanja

**Navodila in komentarji:** Voditelj usmeri uporabnike v podoživljanje njihovih najbolj neprijetnih izkušenj z omamo. Uporabnik naj skuša čim bolj telesno in čustveno podoživeti vsaj eno od najbolj neprijetnih izkušenj oz. posledic omamljanja. Kot v fazi 2A je tudi v fazi 2B pomembno, da uporabnik ne le 'razmišlja' o neprijetnih izkušnjah, pač pa da izkušnjo čim bolj čustveno podoživi. Npr.: alkoholik se lahko vživlja v bolečino in solze svoje žene ter otrok, ko je ponovno prišel domov pijan ('gleda' obraze, poslušaja jok ...); zasvojenec z internetom, televizijo ... podoživlja pekoče oči, glavobol, živčnost, zadirčnost, neprespanost, 'zombijevsko' otopelost, mučnost prepoznega prihoda v službo ali šolo, sram ob laganju in pojasnjevanju zamud, manipuliranje in strah pred preverjanjem znanja v šoli ...

**Čas** za vživljanje v mučne posledice dejanskih neprijetnih izkušenj z omamljanjem: 2 minuti.

### Nadaljevanje 2. faze

**Navodila:** Faza 2 se nadaljuje vsaj še z dvema zaporednima ponovitvama



parov 2A in 2B. Med prehodom iz faze A v B naj voditelj ne pozabi ploskniti z rokami in nato na kratko napovedati prehoda v osredotočenje na neprijetne izkušnje z omamo.

#### **Povzetek utemeljitve:**

- Metoda pogojevanja je eden glavnih mehanizmov vzpostavljanja novih umetnih potreb, tudi zasvojenosti (Ramovš, 2007: 44). Vsega, kar smo se naučili (zlasti s pogojevanjem), se lahko na isti način tudi 'odučimo' – to poudarjajo vsi behavioristični psihologi (Musek, 1988: 268–317).
- S ponavljanjem faz 2A in 2B (kot nasprotnih dražljajev) vzpostavljamo zasvojenosti nasproten pogojni refleks.
- Različna A- in B-stanja zavesti pa ne le ponavljamo (vzpostavljamo nasproten pogojni refleks), pač pa stanje 2B tudi dodatno ojačujemo. Smisel ojačevanja je nevrološko pogojen (Stadtmüller, 2009: 54–59): vsak dražljaj, na katerega oseba avtomatično reagira (npr. ob pojavu neprijetnega čustva oz. stresa mladostnik avtomatično poseže po internetu, alkoholu ...) in ki ni ojačevan, se namreč predela le v možganskem deblu (pomembna je zlasti vloga amigdale). Predelava dražljajev v možganskem deblu pa omogoča zgolj ponavljanje avtomatičnih reakcij tudi v primeru, ko so le-te destruktivne in neučinkovite (ponavljajoče se omamljanje ne odpravlja vzrokov za stres, pač pa težave le še krepijo). Le okrepitev dražljaja prenaša vzburljenje iz malih možganov preko srednjih v velike možgane (korteks), kjer je možno zavestno presojanje in svobodno odzivanje (npr. ob pojavu neprijetnega čustva oz. stresa se lahko oseba razbremeni s športom ali pa se s kom pogovori).

### **3. faza – preusmeritev sproščene energije: ozaveščanje trenutnih potreb, nalog in navdihov**

**Navodila in komentarji:** Voditelj kratko napove nadaljevanje oz. tretji del vaje. Uporabnik naj usmeri pozornost na:

- aktualne naloge in probleme, ki ga čakajo v vsakdanjem življenju,
- potrebe, ki jih morda sedaj čuti,
- morebitne navdihe, ki jih sedaj prejemata.

Sproščena energija, ki se iz vzbuditive sle po omami ni prelila v 'zadetost', se v tej fazi pretvori v konstruktivno energijo.

**Čas** za tretjo fazo: najmanj 3 minute.

**Povzetek utemeljitve:** Ramovš (2007: 45) opozarja na energetske vidike umetno pridobljenih potreb: »Kakor za vsako energijo v naravi velja tudi za energijo človekovih potreb, da ne more ostati neuporabljena, pri uporabi pa ne more biti nevtralna: smiselno se izlije v ustvarjanje ali pa se nesmiselno uporabi v razdiralnosti.« Podobno Jung: »Kdor ne ustvarja, uničuje.« Faza 3 preusmerja stresno energijo iz omamljanja v ustvarjalnost.

### **4. faza – ovrednotenje učinkov seanse, odločitve, doživljajska povratna informacija, pogovor in posvetovanje**

**Navodila in komentarji:** Voditelj napove zadnji del vaje oz. seanse MDZ: posredovanje povratnih informacij in ovrednotenje seanse. Uporabimo lahko nekatera izmed naslednjih izhodišč:

- Kako se sedaj počutimo?
- Ali je vaja (uporabniku) uspela, so bile kakšne težave?
- Ali smo (uporabniki) začutili kakšne naloge, navdihe ali potrebe? Kaj bomo ukrenili?

**Čas** za zadnjo fazo: približno 2–5 minut za posameznika (lahko več).

**Povzetek utemeljitve:** Podobno kot pred lastnimi potrebami in pred stikom s samim sabo zasvojenci bežijo tudi pred odločanjem, odgovornostjo in samostojnostjo. Nujnost odločanja pri zasvojencu takoj sproži željo po omami (po begu). Četrta faza navaja zasvojenca na odločanje.

### **Omejitve in problemi MDZ**

- Nekatera načela MDZ še niso povsem znanstveno raziskana in pojasnjena.

- MDZ ne odpravlja potrebe po 'visokopraznih' programih.
- Uporaba MDZ ne odpravlja potrebe po natančni diagnostiki zasvojenih oseb.
- MDZ ne uporabljamo pri izrazito osebnostno motenih in pri intelektualno šibkejših uporabnikih.

### **Podpora izvajalcem (izobraževanje in supervizija)**

Celotna navodila, izobraževalno in supervizijsko pomoč za izvajanje MDZ je moč prejeti v *Združenju bonding psihoterapevtov Slovenije* oz. pri avtorju članka.

“ S ponavljanjem faz 2A in 2B vzpostavljamo zasvojenosti nasproten pogojni refleks. ”

### **Zaključek**

MDZ je ena od uspešnih oblik psihoterapevtske in rehabilitacijske pomoči osebam, ki se ne morejo same rešiti škodljivih oblik omamljanja in različnih zasvojenosti. MDZ se je v dvajsetletni praksi izkazala kot obetavna metoda, ki jo je vredno bolje predstaviti strokovni javnosti ter razširiti njeno uporabo. Za MDZ se zadnja leta zanimajo tudi v tujini. ■

#### **Literatura**

Arterburn, Stephen (2003): *Addicted to »Love« – understanding Dependencies of the Heart: Romance, Relationships and Sex*. California: Ventura, Ragal Books.

Musek, Janek (1988): *Teorije osebnosti*. Ljubljana: Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.

Ramovš, Jože; Ramovš, Ksenija (2007): *Pitje mladib: raziskava o pitju alkohola med mladimi v luči antropoloških spoznanj o omamah in zasvojenosti*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.

Ramovš, Ksenija; Ramovš Jože (2012): *Starajmo se trezno. Priročnik za člane skupin za kakovostno staranje*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje.

Stadtmüller, Godehard (2009): *How does emotional loading effect neurobiological functions – a model to understand the brain side of Bonding Psychotherapy*. International Conference for Bonding Psychotherapy, May 15.–17. 2009, Bad Grönenbach. Dosegljivo na: [www.bondingpsychotherapy.com](http://www.bondingpsychotherapy.com).

# Ljubezen in lepota sta sestri

## Pogovor z Jožetom Mlakarjem

✍ Silvo Šinkovec

*Jože Mlakar je že drugo leto v pokoju, potem ko je oral ledino različnih služb. Kot ravnatelj Škofijske klasične gimnazije (ŠKG) v Ljubljani se je zapisal v slovensko šolstvo, saj je gojil odprt odnos s cerkvenimi in državnimi šolami ter živel v tesnem stiku s primerljivimi evropskimi šolami. Znani so mu vsi vidiki vprašanj sodobnega šolstva. Med ravnatelji ni ostal neopažen, saj so ga poznali kot človeka, ki ima svoje stališče o vseh vprašanjih. S svojim delom in teoretičnimi razpravami na strokovnih posvetih je zaznamoval in plemenitil slovensko šolo. V vročem poletnem ozračju je pogovor v hladni senci v njegovem Prestranku hitro stekel. Tem za pogovor je ostalo še veliko. Njegovi odgovori so neposredni, jasni. Za njimi stoji človek, ki je rad delal v šoli, se ves čas učil in razmišljal s svojo glavo.*

**Škofijsko klasično gimnazijo ste dolgo vodili, dali ste ji okvir, duha, nek način dela. Kako sedaj, že z malo odmaknjenosti, gledate na to svoje delo?**

Z občutkom dobro opravljenega dela, a hkrati tudi z občutkom nedokončanega projekta. Je pa to najbrž normalno, saj se učenje in iskanje poti do znanja, izobrazbe in omike ne moreta nikoli končati.



Foto: arhiv ŠKG

**Kakšna je vloga ŠKG med drugimi slovenskimi gimnazijami?**

Ena od mojih najbolj pozitivnih izkušenj je dejstvo, da je bila naša gimnazija med javnimi šolami lepo sprejeta, da smo sodelovali z mnogimi gimnazijami v Ljubljani in Sloveniji. Drug od drugega smo se učili. Ker smo zasebna šola, so nas predpisi manj omejevali kot javne šole in smo lahko marsikaj naredili po lastnih zamislih. V marsičem so nam potem drugi sledili. Hkra-

*G. Jože Mlakar je prejemnik naslova Častni član DKPS v letu 2012. Slovesna podelitev bo na Ponikvi, 22. 9. 2012. Iskrene čestitke!*

ti pa smo lahko tudi na ŠKG z veliko žlico zajemali izkušnje drugih zelo dobrih in uspešnih gimnazij. Če se v dialogu z drugimi počutiš kot učenec, se odprejo vsa vrata k napredovanju.

**Kaj danes pomeni 'klasična' izobrazba?**

Ko ocenjujem svojo izobrazbo, obžalujem predvsem dvoje: da se nisem naučil klasičnih jezikov, vsaj latinščine, če ne tudi grščine, in da sem glasbeno nepismen. Ko sem nekoč naše dijake prepričeval, naj si med predmeti izberejo tudi grščino, so me vprašali, ali bi jo na njihovem mestu izbral. Moj odgovor je bil kratek: Vsekakor, če bi imel sedanja pamet in vaša leta.

**Zakaj je na ŠKG toliko poudarka na umetnosti?**

Ker umetnost lahko odgovori na vprašanja, na katera znanost ne more. Umetnost sega preko zmožnosti razuma in se dotika onstranstva. Poezija kot najbolj izvirna umetnost sporoča, da se za ljubezen splača trpeti. V tem je smisel življenja.

**Kakšna je vloga verske vzgoje za mlade in kako ste zadovoljni z 'doseženimi cilji' te razsežnosti na ŠKG?**

Lahko bi rekel, da je na naših katoliških šolah verska vzgoja mlada pedagoška disciplina in da ima velike možnosti, da se razvije v najbolj privlačen in zaželen predmet. Učitelji moramo izhajati iz dejstva, da je med ljudmi, tudi med mladimi, velika duhovna žeja; pravzaprav žeja po ljubezni. To je prvi, zadnji in najvišji smisel življenja

vsakega človeka. Če hočemo mlade prepričati v vrednost tega smisla, jim moramo ponuditi sebe, svojo ljubezensko izkušnjo in svojo vero v ta prvi in zadnji cilj.

Kolikor sem se sam srečal s problemi verske vzgoje, se mi zdi, da so največje težave, ko moramo učencem in dijakom spregovoriti o Bogu. Če ne govorimo iskreno o lastni izkušnji,

vsebuje sprejemanje trpljenja, vdano prenašanje nesreče, usmiljenje do ubogih, bolnih in starih in še marsikaj, kar skuša sodobna pedagogika tako v družini, kot v šoli in pri verouku otrokom prihraniti in odložiti za poznejši, odrasli čas, ko pa je za oblikovanje verujoče osebnosti že zdavnaj prepozno. Tudi z resnimi 'sestavlinami' vere v Boga je treba začeti zgodaj.

Pozitivizem ne dovoljuje vprašanja *zakaj*. Zato je religiozna interpretacija sveta iz kurikulov javnih šol ne samo izrinjena, ampak celo izrecno prepovedana. Spodbujana je samo uporaba razuma, ne pa tudi čustev. Razum nas pogosto zapelje v zmoto, pa tudi v znanstveni dogmatizem in ideologijo. Z uporabo čustev pa razvijamo čut za lepoto, sposobnost čudenja in občudo-



Foto: arhiv ŠKG

ampak iščemo neke obhodne metode prepričevanja v obstoj Boga, je naš trud zaman. To vodi v versko negotovost ali mlačnost, ki sta žal prevladujoči obliki verovanja. Sodobni trend v pedagogiki v poučevanje vključuje igro. Res je, da se človek, tako kot žival, uči tudi z igro. A igra je igra, razvedrilo, ki se konča, ko začnemo z delom. Učenje pa je v prvi vrsti delo, pogosto zelo trdo delo, ki nas uči delati za vse življenje. Tako je tudi z verskim poukom.

Majhni otroci imajo sicer radi poskakovanje, mahanje in petje, ko pa pridejo v puberteto, se jim zdi to neumno in za utrditev vere nimajo trdnih temeljev. Pravzaprav ne vedo, kaj bi z njo počeli, njihova otroška predstava o Bogu jim nič ne pomeni in je 'brez veze'. Vera v Boga je resna zadeva, saj s seboj prinaša visoka moralna merila,

**Kako gledate na razvoj šolstva v samostojni Sloveniji? Kateri so najpomembnejši dosežki, dobre odločitve? Katere odločitve slovenske politike so bile v teh dvajsetih letih v šolstvu slabe?**

Vaše vprašanje zajema izredno široko področje te problematike, o kateri bi morali obširno spregovoriti. Po opremljenosti, urejenosti ter strokovni usposobljenosti učiteljev in ravnateljev ocenjujem slovenske šole pozitivno in menim, da so na evropski ravni. Kar pa zadeva njihovo filozofsko naravnost, menim, da vodijo naše generacije v hudo duhovno in kulturno osiromašenje. V kurikulumu naših šol prevladujeta pozitivizem in scientizem. Človeka in svet obravnavamo po znanstvenih merilih. Vrednost imajo samo znanstveno priznana dejstva in teorije.

vanja. S tem objektivnosti spoznavanja sveta nič ne odvezemo. Nasprotno: dodajamo to, kar je v vesoljstvu tako in tako prisotno; to je nepojmljivost vsega, kar nas obdaja. Profesor Justin Stanovnik je nekoč lepo izrazil nalogo šol in učiteljev: »Učiti otroke, da bodo spoznavali svet, ga razumeli in imeli radi.« Lepše se to ne da povedati.

**Kaj po vašem mnenju pomeni imeti rad svet?**

To je mogoče le, če smo v naravi, pa tudi med ljudmi, skratka v svetu, v katerem živimo, sposobni prepoznati *lépo*. S pozitivističnim pristopom, pri katerem imajo vrednost samo merljive količine, lepote ne moremo zaznati. Šele ko k proučevanju sveta pristopimo tudi s čustvi, spoznamo, da so nekatere stvari lepe oziroma da je vse



okoli nas lepo, razen stvari, ki so pokvarjene z zlobo in s slabimi nameeni. Zaznavanje in doživljanje lepega je odmik od zemeljskega, je vstop v onstranstvo. Tam se srečamo z ljubeznijo. Tisto, kar spoznamo kot *lépo*, vzljubimo, imamo radi. Ljubezen in lepota sta sestri, ki porajata druga drugo. Če nekoliko poenostavimo in to našo trditev postavimo v kontekst sodobne kulture, ima estetska vzgoja tudi praktično vrednost. Tisto, kar je lepo, imamo radi, in kar imamo radi, varujemo. Zato je estetska vzgoja hkrati tudi okoljska vzgoja.

**Nekatere šole imajo zelo jasno filozofijo, npr. montessori, waldorfska, Glasserjeva ipd. Če bi izbirali med slovenskimi pedagogi, katerega bi izbrali za osnovo 'vzgojne filozofije', vzgojnega koncepta za državne šole in katerega za katoliške zasebne šole?**

Osebnost nisem naklonjen 'posebnim' pedagogikam. Raje imam tradicionalno, 'frontalno' pedagogiko, v kateri so odprte vse možnosti za inovativnost, pa tudi za vnašanje posameznih elementov iz pedagogik, ki jih omenjate. Bolj kot metoda poučevanja se mi zdi pomembnejše vprašanje, kaj pedagogika prinaša učencem in učiteljem. Od slovenskih pedagogov sem največ prejel od Antona Martina Slomška, Stanka Gogala in Franca Pedička.

**Nam lahko zaupate, kaj pomembnega ste odkrili pri teh možeh?**

V izdaji knjižice *Blaže in Nežica* iz leta 1943 je v uvodu urednika zapisano, da je knjiga glede na to, »kolikor je Slomšek stregel zahtevam svojega časa«, zastarela. V marsikaterem pogledu res, a če odmislimo jezik tedanjega časa in skromnost življenjskih razmer ter skoraj popolno nepismenost takratnih ljudi, ugotovimo, da je Slomšek postavljajl mogočne temelje slovenske kulture. Ne da bi podcenjevali njegovo prizadevanje, da bi otroke in odrasle naučil brati, pisati in računati, nas prevzame njegova osrednja ideja, posredovati ljudem visoko omiko medsebojnih odnosov, kjer so v ospredju spoštovanje, lepo vedenje, izbrano in ne vulgarno go-

vorjenje, telesna in duhovna čistost in še marsikaj, kar nas uvršča med civilizirane narode. Marsikaj od tega, kar je Slomšek učil otroke v nedeljski šoli, bi lahko ponovili tudi v današnji šoli. Otrokom moramo tudi danes povedati, kaj je prav in kaj ni.

**Tradicijo Slomškove vzgoje naprejš gobjijo člani Društva katoliških pedagogov. Zdi pa se, da oba sodobna pedagoga, Gogala in Pediček, nimata toliko podpore in pozornosti med učitelji. Ste na vaši katoliški gimnaziji v tem pogledu izjema?**

Slovenci si delamo neizmerno kulturno in duhovno škodo, ker oba velika pedagoga puščamo ob strani. Z Gogalo smo se na ŠKG srečali v prvih letih delovanja, ko smo učitelji obravnavali njegov opis osebnosti. Človek kot osebnost je nekaj neprimerno višjega kot človek oseba. Pred mojim odhodom z gimnazije pa je Gogala ponovno prišel v ospredje, ko smo pričeli zbirati gradivo za etični kodeks učiteljev ŠKG.

Franc Pediček je v Sloveniji razbil mit o zveličavnosti pozitivizma v pedagogiki. Njegova holistična antropološka paradigma je neprimerno širša in globlja kot vse, kar se trenutno preizkuša v pedagoški praksi javnih in žal tudi katoliških šol. Mirno lahko rečem, da čas, ko bomo odkrili tega velikega pedagoga in misleca, šele prihaja. Osebnost ga postavljajm v isto vrsto kot Prešerna in Plečnika. Še bolj na obrobju oziroma v pozabi je Karel Ozvald, prvi profesor pedagogike na ljubljanski univerzi. Nekaterih mislecev v aktualnosti njihovih idej čas ne more povoziti. Ko jih odkrijemo in se seznanimo z njimi, pomenijo za naše pedagoško delo neverjetno osvežitev.

**Katerega pedagoga bi izbrali med svetovnimi pedagogi?**

V svoji učiteljski in ravnateljski karieri sem bil vedno v središču pedagoške prakse, tako da se s teorijo in njenimi avtorji nisem veliko ukvarjal. Med svetovnimi pedagogi bi omenil Jana Amosa Komenskega, ki je v svoji *Veliki didaktiki* zapisal, da je cilj vzgoje

in izobraževanja zveličanje duše. Švicar Johann Heinrich Pestalozzi pa nas je poučil z večno resnico, da moramo poučevati z glavo, rokami in s srcem. Vsi veliki pedagogi so imeli in imajo eno veliko odliko: radi imajo ljudi in otroke. Samo tako so lahko postavili trdne temelje pedagogike, na katerih lahko zidamo tudi v današnjem času z vsemi modernimi koncepti in sredstvi, ki jih imamo na razpolago.

**Kot ravnatelj ste se povezali z evropskimi kolegi v Evropski ligi za kakovostno šolo. V tej evropskupini ste radi sodelovali. Kaj ste v njej pridobili? Česa so vas naučili evropski kolegi in kaj vi njih?**

Evropska liga za kakovostno šolo je bila imenitna ideja, a je sodelovanje zastalo, žal zaradi nedejavnosti ene od šol, ki je bila v enem mandatu zadolžena za vodenje, vendar bi se dalo idejo oživiti, saj so vsa poznanstva z mnogimi šolami po Evropi ostala. Veliko smo sodelovali v okviru drugih združenj, zlasti v EFEA (*European Forum on Educational Administration*). V okviru tega foruma smo organizirali več mednarodnih konferenc, okroglih miz in sestankov<sup>1</sup>. En mandat smo tudi vodili to ugledno združenje. Gimnazija je imela veliko dvostranskih srečanj. Izmenjave so potekale skoraj tedensko in vsak dijak se je v času šolanja lahko vsaj enkrat udeležil takih srečanj – če je le hotel.

Z mnogimi ravnatelji in drugimi udeleženci teh srečanj smo postali prijatelji in se srečujemo tudi na družinski ravni. Kot ravnatelj sem se od teh kolegov naučil predvsem dvoje: imeti vedno odprta vrata pisarne in vzeti si čas za druge. O tem, koliko mi je to uspelo, lahko sodijo moji nekdanji sodelavci.

**Kam gre Evropa, kakšna je njena prihodnost?**

Mislím, da natančno tja kot Slovenija: v smeri pozitivizma, laicizma in sekularizacije. V Evropi velja za napredno, če ne razumemo ali se delamo, da ne razumemo, kaj nam prinaša religija; v Evropi predvsem krščanstvo. Njena prihodnost pa je spreobrnjenje k Bogu.

**Bili ste že asistent na Biotehniški fakulteti, pa vas je od tam 'odneslo'.**

**Kaj se je pravzaprav zgodilo?**

Partijska čistka na začetku sedemdesetih let. A to dejstvo sprejemam kot srečno okoliščino, saj me je to privedlo naravnost v razred.

**Kako ste se počutili v socializmu zaradi diskriminacije zaradi vere? Kako danes gledate na to izkušnjo?**

Nobenih težav nisem imel, pač pa so jih zaradi tega imeli moji predstojniki in mi to tudi dali vedeti.

**Nekaj časa ste bili tudi v politiki, bili ste urednik *Slovenca*, doživljali ste nastajanje slovenske države. Na kaj ste v tej državi najbolj ponosni? Česa vas je strah in kje so pasti Slovenije za prihodnost?**

V politiki in novinarstvu nisem užival, raje imam učiteljski poklic. Včasih sem bil zelo ponosen na to, da sem Slovenec. Sedaj pa nič več, dokler ne bomo vsi doživeli katarze zaradi medin povojnih pobojev. Dokler bo tako, bodo med nami nenehne težnje in želje po totalitarizmu. To je zelo nevarno in to moramo preprečiti.

**Kako doživljate stanje slovenske Cerkve?**

Odgovoru na to vprašanje bi se najraje izognil ... Da bi se razmere izboljšale, bi se moral v cerkvenih obćilih odpreti prostor za notranjo kritiko. Laiki bi morali dobiti večjo pristojnost pri odločanju tudi v pogledu nekaterih duhovnih in kadrovskih zadev. Zakaj pa ne bi verno občestvo volilo škofe in jih, če bi bilo nujno, tudi odpoklicalo? Morda bi bilo ob tesnejši povezanosti med duhovniki in laiki tudi več poklicev.

**Ste mož in oče štirih otrok; kaj vam pomeni družina?**

V družini sem sredi življenja, ki pri naša veselje in skrbi. Obćudujem svojo ženo, ki ni bila v svoji zdravniški karieri niti en dan odsotna zaradi bolezni in

je zdravnica v pravem pomenu besede; vsem v družini in vsem sorodnikom, prijateljem in znancem zdravi telo in dušo; predvsem ker zna poslušati in razumeti vsako težavo. Oba skupaj se veseliva vnukov, ki radi pridejo k

novnega odprtja ŠKG. Gotovo bodo na gimnaziji in v *Zavodu sv. Stanislava* pripravili primerno proslavo ob tej obletnici, a še pomembneje se mi zdi, da bi ob tem izvedli evalvacijo dosedanjega dela. Pri tem mislim na temeljni-



Foto: arhiv ŠKG

nam, in pa seveda najmlajše Žane, ki se je rodila leta 2000 in je skoraj 20 let mlajša od najinega najmlajšega sina.

**Če bi bili danes minister za šolstvo, kaj bi naredili?**

Ker razmeroma dobro poznam učitelje in ravnatelje in ker vem, kako zelo konservativen in rigiden je šolski sistem (še bolj kot Cerkev), ne bi kot minister naredil nič. Javno bi obojim izrekel priznanje, ker si ga zaslužijo, in jih spodbudil, naj iščejo nove izzive, naj sodelujejo med seboj in se učijo drug od drugega. Toplo bi jim priporočil, naj berejo Slomška, potem pa še katerega od naših velikih pedagogov.

Čeprav nisem minister, pa mi dovolite, da na tem mestu izrečem še nasvet svojim dragim kolegom učiteljem na ŠKG in prijateljem, ki na odgovornih mestih upravljajo *Zavod sv. Stanislava*. Drugo leto bo namreč 20-letnica po-

to recenzijo učnih načrtov in pregled vseh drugih dejavnosti. Uvodoma bi morali ugotoviti, po katerih vzorih in vzornikih je naravnian kurikulum gimnazije, osnovne in glasbene šole ter kakšen bi bil lahko prispevek pedagogov, o katerih sva zgoraj veliko govorila. Menim, da bi se gimnazija in osnovna šola morali ravnati po neki izbrani pedagoški doktrini. Zakaj ne bi bila osnova te doktrine Peditčkova holistična antropološka paradigma? Ali imamo v Sloveniji kaj boljšega in popolnejšega? ■

### Opomba

1. EFEA je mednarodni forum nacionalnih združenj. V Sloveniji je to *Slovenski šolski forum*, ki tudi letos organizira okroglo mizo na temo rezultatov PISA in njihove interpretacije. Gost foruma bo ugledni nemški strokovnjak dr. Hans Döbert. Okrogla miza bo 25. oktobra 2012 ob 17.00 na *Gimnaziji Šentvid*.



# Naloge vzgojitelja v dijaškem domu

✉ Nataša Tavželj



*Dijaški domovi so del srednješolskega sistema, zaradi česar so dolžni prispevati k vzgojno – izobraževalnim ciljem, kot so oblikovani v zakonodaji slovenskega šolstva. Ker je namembnost in temeljna zasnova dijaških domov specifična, je tudi njihov prispevek k uresničevanju ciljev določen z namembnostjo, delovnimi in življenjskimi razmerami in z vzgojnim programom. V prispevku bomo spoznali ključno vlogo vzgojitelja pri spremljanju mladostnika na njegovi zahtevni poti do odraslosti.*

## Drugi starši

Vsak september prinese novo šolsko leto in v dijaški dom znane dijake, pa tudi otroke, ki jih bomo prvič sprejeli. Naša odgovornost je velika, želimo jim nuditi varno in čustveno ugodno okolje, primerljivo s tistim doma. Vendar je iluzija pričakovati, da se bodo dijaki tako tudi počutili, saj so naše skupine velike, tja do števila 28. In težko se je individualno posvetiti vsem v enaki meri in vsak dan. Zavedamo se, da so nam starši veliko zaupali, ko so nam v skrb prepustili svoje odraščajoče najstnike. Zato je naša prva in bistvena naloga, da jim odpremo svoje srce, da se čutijo sprejeti, da jih spoznamo in jih na neboleč način vpeljemo v življenje in delo v domu. To ni vedno najlažje, ker ima dom kot vsaka institucija določena pravila, ki jih je treba za njeno

ustrezno delovanje spoštovati. Otroci pa so v tem obdobju uporniški, iskalci svojega smisla in v odraslih največkrat vidijo svoje nasprotnike. Tako jim moramo iti nasproti z veliko mero zaupanja in ljubezni ter nepogrešljivo avtoriteto in se truditi ne biti nadomestni starši, ker to nikoli ne bomo, ampak za spoštljive in odgovorne zaveznike v dobrem in slabem.

## Vzgoja kot rast v socialni odgovornosti

Večkrat je celo slišati, da vzgojitelj kot pojem ni več primeren termin, da bi bilo bolje, če bi bili animatorji ali kaj podobnega, primernega sodobnemu času. Kot da bi se sramovali vzgajati, kot da to ne sodi več v obdobje, ko otroci pričnejo s srednješolskim izobraževanjem. Starši naj bi opravili svoje poslanstvo že do njihovega 15. leta, in kar so storili, so, česar pa niso, pa tudi mi vzgojitelji ne moremo. Osebnost se s takšnim razmišljanjem ne strinjам, nasprotno, menim, da imamo priložnost nadoknaditi zamujeno, izpuliti nezaželene bilke in postaviti nastavke za boljše rast, če se slikovito izrazim. Vendar je to velikokrat težko in zahtevno, saj brez sodelovanja mladostnikov in njihovega vključevanja v naš skupni bivanjski prostor težko uresničimo postavljene cilje. Današnja vzgoja je naredila že veliko škode, saj vztrajno enostransko svari, naj si ne drznemo kaj zahtevati od mladih, jim kaj nalagati, v njih celo zbujati napetost. Posledice so postale kmalu vidne, saj so postali otroci neučakani, egoistični in pomehkuženi v prenašanju osnovnih življenjskih naporov in nalog. Današnja vzgoja, ki pretežno skrbi za čim manjšo napetost, otroke naravnost vzgaja za netoleranco frustracije, nekakšno psihično neodpor-

nost. Tako mladi ne morejo čakati, da se jim uresničijo želje, ne morejo se odpovedati čemu, česar še nimajo, ali celo žrtvovati kaj takega, kar že imajo (po: Zalokar Divjak, 1996: 107).

Vzgojitelji imamo torej izbiro, ali bomo podpirali omenjene vzorce, ki jih nekateri dijaki prinesejo v nahrbtniku, ali pa si bomo drznili z njimi delati drugače. Drugače v smislu prevrednotenja vrednot in individualnem pristopu, ki pa naj ne bo sam sebi namen. Spodbujanje individualnosti, ki je sebična, neprilagodljiva in neodgovorna, je škodljivo vzgajanje in ne koristi ne posamezniku, še manj pa prihodnji družbi. Naš prispevek vidim v večji socialni odgovornosti mladih, ki jo povečuje vsaka na novo pridobljena izkušnja, spretnost ali večina, s katero se posameznik uveljavi, da je v skupini zaželen in sprejet. Ne smemo izpustiti priložnosti, da z lastnim pozitivnim zgledom vplivamo na razvoj in oblikovanje osebnosti naših dijakov.

Smisel življenja vsakega od nas, tudi dijaka, je oblikovanje dovolj prožnega jedra oz. vsebine osebnosti, ki omogoči vključitev razpoznavnih značilnosti posameznika, zlasti določenih sposobnosti (nadarjenosti) in temeljne zmožnosti za nadgradnjo vseh razsežnosti osebnosti. Osebnost se ne rodi, ampak nastaja z leti. Osebnost ni lastnost, ampak dograjevanje, ki traja do konca življenja (po: Ščuka, 2007: 37).

## Cilji in naloge

Kadar govorimo o ciljih, govorimo tudi o nalogah. Ciljev ne moremo opravljati, naloge pa izvajamo z dejavnostjo, opravili, akcijami, ki pa morajo biti specifične za doseganje cilja. Cilj in naloge omogočijo vzgojitelju, da se nanje osredotoči, da razmisli, kaj morajo dijaki delati, kakšne izkušnje

jim mora ponuditi, da bo prišlo do želenih sprememb v vedenju dijakov kot posledice vzgojnega vplivanja. Naloge in vsebine vzgojno – izobraževalnega dela v dijaškem domu izhajajo iz pričakovanj dijakov in njihovih staršev, iz pričakovanj šol, ki jih dijaki obiskujejo in tudi iz pričakovanj širše družbene skupnosti. Naj naštejemo najpomembnejše:

- Privzganje učnih navad, motiviranje za učenje, organiziranje učenja in pomoč pri šolskem delu.
- Organizacija ponudbe za rekreacijo in za preživljanje prostega časa, odpiranje možnosti in pomoč dijakom, da se po lastni izbiri in v skladu

- Podpora in strokovna pomoč formalnim in neformalnim skupinam, v katere se vključujejo dijaki v dijaškem domu, sem sodi tudi vzgojna skupina.

Z naštevanjem nisem izčrpala vseh pedagoških ciljev in nalog, ki nam jih narekuje doktrina pedagoškega dela. Nakazala sem le smernice, ki nas vodijo pri pripravi vzgojnega načrta, konkretnije ga predstavljam v nadaljevanju.

## Letni vzgojni načrt

Vzgojna skupina je z zadnjo kurikularno prenovo in posledično vzgojnim

programom pridobila poseben pomen. Načrtovanje vzgojno – izobraževalnega dela vzgojitelja za vzgojno skupino je dobilo težišče tudi na letnem programu in načrtu dela same vzgojne skupine. Cilj prenove, da se poveča aktivna vloga dijakov v dijaških domovih, je zelo smiselna, saj se tako pripomore h kakovostnejšem bivanju. Dijaki razvijajo demokratično komunikacijo, si po-

stavljajo cilje, prevzemajo konkretne zadolžitve in naloge ter vrednotijo delo ob koncu šolskega leta.

Domska vzgoja se razčlenjuje na naslednja vzgojna področja: vzgoja za sodelovanje, moralna vzgoja, intelektualna vzgoja, zdravstvena vzgoja, estetska vzgoja, delovno – tehnična vzgoja in telesna vzgoja. Pomembno področje so tudi interesne dejavnosti, za katere imamo v domovih zelo dobre pogoje in možnosti. Tako lahko dijaki kakovostno preživljajo svoj prosti čas. Letni vzgojni načrt je konkretna realizacija vseh načrtovanih aktivnosti iz zgoraj omenjenih področij. Za pridobitev

sodelovanja dijakov je treba vstopiti v njihov svet kakovosti, pa vendar ne izstopiti iz svojega. Upoštevati načelo samoregulacije in aktivne vloge dijakov pomeni dovoliti, da soustvarjajo življenjski prostor in odgovorno sodelujejo pri oblikovanju pravil in življenja v domu. Poglejmo si nekaj konkretnih vsebin iz programa, ki ga skupno načrtujemo:

- izvolitev predstavnikov za kulturo, higieno in prehrano;
- izbor vzgojnih tem, ki jih bomo obravnavali na skupnih sestankih;
- načrtovanje prireditev, delavnic in drugih skupnih akcij;
- organizacija učne pomoči;
- vključitev v domske projekte (npr. medgeneracijsko sodelovanje).

Vzgojitelji se zavedamo, da so mladi danes vpeti v globalizirane družbene okoliščine, zato je naša pomembna naloga, da jih vzgajamo za kakovostno delo, sobivanje in življenje. Do mladih je treba imeti celosten odnos in jim privzganjati številne pomembne kompetence, kot so: profesionalna, informacijska, komunikacijska, organizacijska itd. (po: Židan 2009).

## Zaključek

Lep je poklic vzgojitelja, če imaš rad mlade in poznaš svoje poslanstvo, ki nosi v sebi vizijo in odgovornost. V jeseni spet dobim nov šopek deklet (naš dom je namreč dekliški) in upam, da čez štiri leta zadehti v vsej lepoti, kot zadnji, ki se je letos poslovil. Za konec bom citirala del zahvale, ki so mi jo izročile dijakinje v slovo: *»Na svetu je mnogo dobrih ljudi in mnogo otrok, med katerimi smo tudi me in vi. Štiri leta ste nam stali ob strani, ko smo kot plabe deklice prišle v dom, zdaj pa ga zapuščamo kot zrele dekleta. Hvala za ves trud in podporo na naši poti h gori znanja in novim življenjskim izkušnjam.«* (dekleta E – 3 – 4) ■

## Literatura

- Ščuka, Viljem (2007): *Šolar na poti do sebe*. Radovljica: Didakta.  
 Zalokar Divjak, Zdenka (1996): *Vzgoja je ... ni znanost*. Ljubljana: Educy.  
 Židan, Alojzija (2009): *Vzgoja za evropsko demokracijo*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.



Foto: Natasa Pezdir

du z interesi lahko v prostem času vključujejo v društva in organizacije zunaj dijaškega doma.

- Organizacija pomoči dijakom pri prilagoditvenih težavah, v življenjskih stiskah in osebnih problemih.
- Nadzorovanje dijakov pri izpolnjevanju šolskih obveznosti, pri spoštovanju socialnih obveznosti, pri upoštevanju varnosti, zdravstvenih in higienskih normativov, pri spoštovanju pravil, veljavnih v dijaškem domu, kot tudi občin moralnih in pravnih norm.
- Vzpostavljane stika in komunikacije s starši, skrbniki in šolami, ki jih obiskujejo dijaki.



# Ali nas res nimaš rad?

✍ Leon Kernel



*Na neki osnovni šoli v Primorju sem imel delavnico za otroke Diamant na dlani. Ob tem sem povedal tudi svojo izkušnjo z izbiro poklica.*

**O**b zaključku osnovne šole smo morali pisati test za poklicno usmerjanje. V testu je bilo tudi vprašanje: »Česa v življenju ne bi želeli delati?« Edini moj odgovor na to vprašanje je bil: »Ne bi želel delati z ljudmi.« In potem sem otrokom povedal, da vse življenje kot pedagog delam samo z ljudmi. Pa me je devetošolka v tretji vrsti plaho vprašala: »Ali nas potem nimate radi?« Nasmehal sem se in rekel: »Se to morda vidi?«

Otroci vsak dan nemo sprašujejo vse, ki jih učijo in vzgajajo: »Ti lahko zaupam?« To z očmi in dejanji (tudi grobim izzivanjem) sprašujejo svoje starše, učitelje in duhovnike. Hrepnijo po varnosti, v kateri lahko sprejemajo in občutijo ljubezen. Samo tako se lahko naučijo zavarovati tudi druge in jih ljubiti.

Vzljubiti svoj poklic je ena naših osnovnih poklicnih nalog. Potem bomo vzljubili tudi vse otroke, ki so nam zaupani. Vzljubiti jih (ne glede na to, kako so vzgojeni in kako se obnašajo) pa pomeni tudi, da jim dajemo izzive, ki jim bodo pomagali rasti. Tako jim omogočimo, da s trudom dosežejo svoj cilj in da se naučijo pri premagovanju lastnih težav pomagati tudi drugim. Da se naučijo ne le kritičnega razmišljanja (»Jaz imam pravico!«), ampak da kot rezultat takega razmišljanja nekaj naredijo (»Imam tudi dolžnosti!«) za izboljšanje položaja. Če vidijo tako ravnanje tudi pri pedagogu, ga prej ali slej brezpogojno sprejemajo.

V nekem pogovoru so me pedagogi vprašali, ali kdaj zasovražim svoj poklic in ali mi je vsaj včasih težko. Povedal sem jim, da mi je včasih tudi zelo težko. Spomnim se primera, ko sem podvomil v svojo poklicanost. Tako hudo je bilo pred nekaj leti med šolsko uro v razredu poklicne smeri. Ker sem vztrajal pri dogovorjenem, je nekdo iz protesta zapustil razred, za njim pa še večina ostalih.

Kakšen je bil dolgoročni rezultat te 'najhujše' ure? Nekateri iz tistega razreda so šolanje uspešno končali in se na koncu povzpeli med najboljše. Nekaj pa jih ni nikoli končalo šolanja. Danes so nekateri izmed njih pridni delavci. Nedolgo tega je eden

pogovoru. Povedal mi je, v kako lepem spominu ima šolo in moje ure.

Ob tem sem se zamislil. Sam sem takrat doživljal svoj trenutni 'pedagoški polom', saj nisem dobil podpore niti od nekaterih svojih sodelavcev. Pa se je dolgoročno izkazalo, da je bila tudi to dobra vzgoja, tako zame kot za moje dijake.

Če namreč naša trenutna nemoč ne preraste v strah in sovraštvo, je tudi ta nemoč izraz ljubezni. Popoln nadzor nad dogajanjem za vsako ceno (vnaprej predviden način avtoritativnega obnašanja in ravnanja ne glede na trenutno popolnoma novo situacijo) je lahko posledica strahu in nemoči.

Če bi bili dovolj ponižni in šele potem dovolj pogumni, bi se lahko iz nepredvidenih, bolj zapletenih situacij veliko naučili skupaj z mladostniki, ki so nam zaupani. Če nas je namreč strah prav ljubiti, potem lahko prej ali slej začnemo sovražiti – ne samo mladostnike, ki so nam zaupani, ampak tudi svoj poklic, sodelavce in na koncu še svojo službo. Sovraštvo pa nas zaslepi in nam preprečuje, da bi bili tudi mladostniki na naši življenjski poti naši vzgojitelji. Sovraštvo namreč onemogoči medsebojno zaupanje. Brez medsebojnega zaupanja pa ni medsebojne bogatitve, pa tudi nobene šole ne.

Ima vzgojitelj in pedagog pri vzpe-njanju na Goro sploh kako drugo pot razen te, da svoje varovance tudi posluš-a, jih sprejema in jih vzljubi? ■



Foto: Matej Hožjan

izmed njih prišel na dopolnilno izo-braževanje v šolo, in ko me je srečal na hodniku, me je prijazno pozdravil in se z mano zadržal v življenjskem



# Naše sinjine

✍ Berta Golob



*Mesec september v prosojni sinjini z vedrim nasmehom je dahnil čez svet ... Tako je neka pesem v nekem šolskem berilu v nekem že zelo oddaljenem, a še vedno našem času, nekje na začetku učne knjige naznanjala začetek šolskega leta. V njeni srčiki pa je, če se prav spominjam, tičala jesenska narava. Ptice se selijo v sončni daljini, sklonjen nad njivo prislubne jim kmet ...*

**N**i več tako. Vmes je najmanj pol stoletja. Namesto kmetov imamo kmetovalce in poljedelce, namesto pridelave proizvodnjo. Nikogar ni več videti sklonjenega nad njivo. Upravlja traktorzaver, prši oblake ostrupenjenega prahu in na svojih

kolenih še niti enkrat ni občutil, kaj je pletev. Ne pozna pralice. Pri setvi ne uporablja več sejalnice. Ne ve, da se je plugu kdaj reklo drevo. Kaj pa je otka? Kaj neki so oje?

Mar je zaradi te nevednosti kdo lačen? Nikakor. Ali so učenci razumsko in čustveno osiromašeni, če pri pouku umetnostnih besedil ne prebirajo sezonsko? Kot da se cvetoče jablane ne bi dalo priklicati v učilnico sredi jesenske megle in Kosovelovih borov tam okrog maja. V splošnem se ne oziramo več kaj dosti na to, da ima vse pod soncem svoj vek, kakor je življenje dojemal starozavezni Pridigar.

Iz napoleonskih časov je znano prizadevanje, da bi teden obsegal deset dni in ga tako ne bi sklepal oziroma začel sedmi, Gospodov, dan. Ni šlo. Ritem človekovega dela je očitno programiran na manj kot deset. Cezaričine šolske zakone so skozi stoletja spreminjale nove in nove reforme, počitnice pa so ukrojene še precej po

njenem. Kako modra in pametna da je bila Marijakol zja, so trdili vsi kranjski janezi, nadvse zvesti Jožefu Francu. V šolo so tekali s tablico in kamenčkom, se naučili na pamet pol katekizma in do konca svojih dni trdili, da le Bog nebeški ve samo, kako visoko je nebo.

Ni več tako. Kolikor že začenja to jesen najmlajše mladeži svoje prvo šolsko leto, prihaja vsak posameznik tako s podeželja kot iz prestolnice vidno opremljen z vsakršnim védenjem. Nemara malo manj le z ustreznim védenjem.

Mortimer Taube: Mit o mislečem stroju. Michael Shallis: Silicijev malik. Dobrih trideset let stari knjigi; toliko, kolikor časa poučujejo oni učitelji(ce), ki si začenjajo odšteti službena leta. Védenje včerajšnjega dne o uporabi računalnika! Tam v knjigi je rečeno, da se ta ne bo nikoli umestil na področje zasebne rabe, saj je predrag! Malo kasneje je v časniku pisalo, da bo zmožen tako rekoč vsega, le etičnega načela ne bo možno vgraditi vanj. Še preden je začel postajati vsakdanji pripomoček, Samo Kuščer ni samo razložil, je tudi ustvaril – skoraj po božje iz nič – več slovenskih izrazov za njegove angleške oznake (Dnevnik, 10. marec 1984). Kakšni so bili takrat za učitelje prvi informacijski poduki o računalniku, je pa prav komično. Zdaj je e-naprav več domala vsak kobacaj.

Ta bo prišel po nadaljnje védenje v šolo k učitelju. Lahko bi napovedali, da se bo kmalu godilo tako, kakor je pred leti vsega ožičenega prikazala učenca neka ameriška karikatura.



Foto: Peter Prebil

Ta je (v oblaku!) zasanjaril o takem učitelju, kot ga je imel ded: o živem; učenci so mu v hrbet metali kroglice iz papirja in je bilo zabavno in sonce je sijalo. V naših šolah učenci še doživljajo žive učitelje, čeprav so poti pouka obrnjene tudi v elektronsko smer. Zaskrbljujoče je to, da kroglice, ki jih mečejo učiteljem v hrbet, niso samo iz papirja. Nemalo učiteljev bo zaradi preteklih izkušenj brez pravega vzgona stopilo v razred. Potlačeni zaradi mnogih učnih zahtev, korobača gospodarske stiske, ki utegne usekati po njih, nesoglasij v zbornici, uradovno razporejenega pedagoškega vodstva, nezainteresiranih učencev in arogantnih staršev ... Kje pa so še povsem osebne in družinske krize od omajanega zaupanja do dejanskega poloma in drugih oblik nelagodja? V šoli, v razredu pa naj vsakemu učencu posebej vse leto zaradi vedno iskričev učitelja sije sonce!

Kljub vsemu po večini bo tako! Učitelj ostaja človek z veliko mero empatije. Poklicno poslanstvo ga ohranja tako duševno krepkega, kolikor bolj se čuti kot svečenik. Za to ni treba biti kak vernik, le dosledno zavedajoč se svoje vzgojne in izobraževalne vloge. Med zagotovljenimi pravicami učenca in poudarjano avtonomnostjo učitelja pa žal ni pravega razmerja. Zaradi tega bo tudi v tem šolskem letu kje in za koga nevihtno. Škodljivo neurje lahko na domači gredi prepreči pedagoško vodstvo šole, vsem pa modro ministrovno oranje širnega šolskega polja.

Slišati je klice po vzpostavitvi pozabljenih vrednot; dr. Trontelj jih pojmuje kot 'up za prihodnost'. Zadevajo tudi šolsko področje. Vendar je še zasuk k njim težaven, kaj šele hoja v njihove strmine. Dosledno spoštovane na vseh družbenih ravneh bi pripomogle, da bi tudi učenci in dijaki, otroci kibernetike, sicer pa dediči permisivne vzgoje v učitelju počasi zaznali izkušenega in dobronamerne vodnika. Papirnate kroglice v hrbet bi v vsakem primeru presegale nedolžno nagajivost; ponigliavosti, kakršne si nad učiteljem zdaj privoščijo mnogi, pa ne bi mogle biti več nagrajene z opravičevanjem vihrave mladosti.

September v prosojni sinjini ... ■

# Jesen

✍ Irena Petelin

**P**red kuhinjskim oknom raste drevo in grm, ki se v jeseni odeneta v rumeno-oranžno-rdeče barve. Vsak dan ju opazujem in prav vsak dan je nekaj novega, bolj jesenskega. Tako se mi zdi, da sem priča čudežu življenja. Imam možnost. Sposobnost opaziti, videti. Ustaviti se. Čudno se mi sliši in tudi prav nič skromno ni, ampak, tako sem srečna v takšnih trenutkih, ko doživljam, kot bi se Lepota, ki sem jo v takšnem izobilju deležna, naselila tudi vame. Ozaljšala mene, da se vidim lepše, vidim lepo. Ko sem bila mlada, se nisem nikoli počutila tako kraljevsko. V zadnjih dneh veliko razmišljam (saj ne vem, kdaj ne!), o življenju, o njegovi krhkosti, minljivosti ... Včeraj je bil sedmi dan za mojega bratranca. Njega je 'prinesel' Miklavž, mene pa prvi zimski dan. Skupaj sva hodila v šolo, šla k prvemu obhajilu, birmi, izbrala sem ga za poročno pričo, ker mi je bil tako ljub. Kot otroci smo se podili po travnikih, gozdu, skupaj pasli krave, saj je on rasel na kmetiji, na njej postal gospodar, veliko ustvaril in tudi končal življenje na njivi, pri siliranju koruze. Postal mu je slabo, še toliko je počakal, da je prišla Vida, njegova žena. In umrl.

“»Več lepote ko doživljamo, bolj ljubeči postajamo.« Leo Buscaglia”

Je že tako, da je ob takšni smrti veliko veliko govorjenja. Saj ni slabonamerno, ampak tako se mi zdi, da je veliko preveč 'pametnih'. Včeraj sem (ob ponedeljkih imam verouk) čakala na svoje otroke in kot ponavadi me vedno pridejo vsaj pozdravit tudi učiteljice, ki so še iste, kot so jih imeli najini otroci in smo bili vedno v zelo dobrih odnosih. Prišla je Marija in spregovorila o prerani Stanetovi smrti. »Meni tak



Foto: Avenka Veber

trenutek pove, nagovarja, da še bolj s hvaležnostjo sprejemam vsak dan, zavestno bolj živim,« sem rekla.

Pred več kot tridesetimi leti je naredil samomor moj najljubši stric. Toliko vprašanj, pa nobenega odgovora. Verjetno zato, ker sem se tolikokrat vrnila v tisti čas, se spomnim misli, spoznanj, ki so se mi porodile. Odločitev, da ne bom nikoli zaspala v jezi na nekoga, in če bo potrebno, prva ponudila roko sprave, še vedno drži. Preden zaspim, me nikoli (naj se ne sliši ošabno) ne skrbi, da bi morala še kaj zase pomembnega storiti, da lahko jutrišnjega dne zame tudi ni. In ko me spet zbudi ptičje petje, s hvaležnim srcem sprejemam dar – nov dan in novo priložnost, ki jo prinaša Življenje. Domen (starejši sin) razmišlja podobno. Kadar sva sama, modrujeva in je tak pogovor sam začel. V danem trenutku stori največ in želi dati največ. Se je pa kmalu naučil, da ni rečeno, da bo tudi tisti na drugi strani tako občutil ... Radost ostaja, četudi me obišče žalost. ■

# Starši, šola in vzgoja

✍️ Alma Kandare

*Poleg širšega socialnega okolja (televizija, svetovni splet), ki 'vzgaja' naše otroke, sta pomembna tudi druga dva dejavnika, ki sodelujeta pri vzgoji in izobraževanju: družina in šola.*

## Vloga družine in šole pri vzgoji

Mislím, da ni treba posebej poudarjati, kako zelo pomembni so trenutki, ki jih starši preživijo z otroki v prvih mesecih njihovega življenja. Do vstopa v osnovno šolo so starši tisti, ki otroka oblikujejo, zadovoljujejo tako njegove osnovne fiziološke potrebe (potrebo po hrani in prehranjevanju, po ravnovesju med počitkom in aktivnostjo, potrebo po zaščiti) kot tudi njegove psihološke potrebe (potrebo po varnosti in zaupanju, vzpodbudi, potrebo po ljubezni, po ustreznem pričakovanju, kaj otrok zmore in česa ne). V tem času otrok pridobiva tudi različne vrednote, ki se izrazijo v kasnejših letih (letih šolanja). Take vrednote so na primer: spoštovanje, odgovornost, strpnost, pomoč drugemu idr. Zelo pomembne vrednote, ki jih pogosto pozabimo razvijati pri otrocih že v najzgodnejših letih njihovega življenja, pa so delovne navade, odnos do dela in odnos do znanja. Te vrednote postanejo med šolanjem zelo pomembne, vendar jih otrok težko pridobiva, če se z njimi nikoli ni srečeval.

Poleg družine je šola pomemben dejavnik, ki vpliva na razvoj otrokove osebnosti, saj otrok v šoli preživi velik del svojega dejavnega življenja. Z vstopom v šolo se potrebe otrok nadgradijo, saj se takrat pojavi potre-

ba po pridobivanju novega znanja in novih spretnosti. V šoli otrok zaživi v skupini otrok, ki so med seboj različni glede na želje, obnašanje, razmišljanje ali pa glede na videz, zato je treba nadgraditi in dopolniti vrednote, kot so strpnost do drugačnosti in spoštovanje sočloveka. Ob številnih projektih (inovacijskih, razvojnih ...) naši osnovnošolci spoznavajo zdrav način življenja v povezavi z zdravimi medsebojnimi odnosi, posvečajo se skrbi za čisto okolje, učijo se življenja in dela v skupini ter razvijajo in usvajajo drže za vseživljenjsko učenje.

## Nujnost kohezije med družino in šolo

Vsekakor ima šola tako vzgojno kot izobraževalno nalogo, vendar se moramo zavedati, da šola kot družbena institucija nima primarne pravice do vzgoje otrok in mladine; pravico do vzgoje ji dodeljujejo starši otrok.

Povezanost med šolo in starši je določila tudi zakonodaja (ZOFVI), ki je starše umestila kot odločujočega partnerja šole. Zapisano je, da so starši legitimni pravni zastopniki svojih otrok in lahko neposredno vplivajo na način in kakovost vzgojno-izobraževalnih storitev ter neposredno sodelujejo pri delu vzgojno-izobraževalnega procesa preko različnih oblik sodelovanja, ki jih šola ponuja. Učitelji in starši smo enakopravni udeleženci vzgojno-izobraževalnega procesa, nimamo pa enakih vlog. Pušnikova in ostali (2000) poudarjajo, da je treba starše spoštovati in obravnavati kot posameznike, ki imajo o otroku veliko informacij. Te informacije šola potrebuje, da lahko skupaj s starši reši nastale težave.

Zavedati se moramo, da mora biti vzgoja obeh partnerjev (šole in staršev)

enotna in mora voditi do istega cilja. Zato pa je nujno oblikovati tak odnos s starši, ki bo temeljil na spoštovanju, zaupanju in naklonjenosti. To pa lahko dosežemo le z učinkovito dvosmerno komunikacijo. Kot razredničarka ugotavljam, da moram v komunikaciji med starši, učenci in šolo vložiti veliko časa, potrpežljivosti in ljubezni. Ker smo vsi enovita in kompleksna bitja, imamo tudi svoje potrebe in lasten pogled na okolje, ki te potrebe zadovoljuje. Moje delo razredničarke zahteva odkrivanje teh potreb in v določeni situaciji sprejemanje pravih odločitev. Poznavanje potreb in interesov učencev ter njihovih staršev pa pozitivno vpliva na kakovost dela, saj imajo učitelji pri svojih zahtevah podporo staršev.

Resman (v: Vidmar, 2001) izpostavlja nekaj možnih situacij, ki so izvor konfliktov med šolo in domom. Pravi, da je partnerski odnos med starši in šolo težko vzpostaviti, kadar je šolski sistem podprt s številnimi predpisi, ki jih morajo učitelji upoštevati, zato težko vključujejo želje staršev v organizacijo svojega dela. Problem se pojavi tudi takrat, ko je interes posameznih staršev naravnano preveč individualistično (pomemben je samo njihov otrok), šola pa je naravnana v napredek vseh učencev.

Kot razredničarka sem tudi sama ugotovila, da je nezaupanje do šole in njenih delavcev pogosto posledica slabih izkušenj, ki so jih imeli starši v času svojega šolanja. Taki starši mnogokrat nehote prenašajo svoj odklonilen odnos do šole na svoje otroke, zato mora šola v teh primerih narediti prve korake pri vzpostavljanju stikov z njimi. To pa lahko dosežemo s povečano dvosmerno komunikacijo, kar poveča možnost za večje zaupanje in skupno reševanje težav.



## Treba je sodelovati

O vzgoji otrok je že veliko napisanega. Veliko načinov, kako vzgajati, in veliko razgovorov na to temo, a kljub temu še vedno veliko problemov. Splošnega pravila o popolni vzgoji ni. Preveč je dejavnikov, ki vplivajo na vzgojo, preveč je sprememb, ki se dogajajo v okolju in v nas samih, da bi se lahko osredotočili na določen 'recept' vzgajanja, po katerem bi v naše otroke dodajali sestavine in 'skuhali' tako osebnost, ki bo v življenju izžarevala samozavest in bila uspešna ter socialno prilagojena.

Kdo torej izobražuje in vzgaja naše otroke? Žal v zadnjih letih vedno močnejše postaja širše socialno okolje, s katerim prihajajo otroci v stik preko različnih medijev. Ti otrokom ponudijo veliko informacij. Naloga vseh nas (učiteljev in staršev) pa je, da otroke naučimo te informacije kritično ovrednotiti in sprejeti le tiste, ki so koristne. Glede na skrbi, ki jih danes povzročata zasvojenost z računalni-

kom ali pa pretirano gledanje televizije, bi veljalo posebno pozornost posvetiti tej tematiki in ugotoviti, kako otroke pripraviti še na mnoga presenečenja, ki nam jih ponuja razvoj tehnologije, ne pa jih od njih odvracati. To pa lahko dosežemo vsi, ki dnevno prihajamo v stik z njimi. Zavedati se moramo nujnosti sodelovanja med domom in šolo, in to ravno zaradi poenotenja vzgoje. Če tega ni, otrokom dajemo mešane signale o vrednotah, ki jih morajo upoštevati. S tem pa jih postavljamo pred dilemo, da se odločajo, koga naj poslušajo in upoštevajo (starše ali učitelje). Učitelji opazamo, da večja vključenost staršev v šolsko delo poveča možnost uspešnega napredka njihovega otroka v šoli. Starši bolje spoznajo in razumejo življenje in delo šole ter bolje razumejo različne življenjske in socialne situacije, v katerih se znajde otrok. V odnosih med učitelji oziroma šolo in starši se je do danes že veliko spremenilo, vendar naše delo še zdaleč ni zaključeno. Še vedno bo treba vložiti

veliko dela in truda, da bomo ohranjali in nadgrajevali sodelovanje ter s tem izboljševali možnosti za čim bolj kakovostno vzgojo otrok.

Zanimivo je, da se ob otrokovem uspehu vsi zelo radi trkammo po prsih in si prilaščamo zasluge, ob neuspehu pa krivdo prelagamo drug na drugega. Zavedati se moramo, da je vzgoja delo nas vseh. Vsak na svoj način dodajamo koščke v piramido vzgoje in otrokovega uspeha. Piramida je trdna, če je trden vsak posamezen košček. Če so koščki trhli ali pa jih ni, se piramida zamaje in poruši. Posledice so enake skoku iz letala z raztrganim padalom ali celo brez njega. ■

### Literatura

Pušnik, Mojca; Žarkovič Adlešič, Brigita; Bizjak, Cvetka (2000): *Razrednik v osnovni in srednji šoli*. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.

Vidmar, Janez (2001): Sodelovanje med starši in šolo. V: *Sodobna pedagogika*. Letnik 52, št. 1, str. 46–65.

Zakon o organizaciji in financiranju vzgoje in izobraževanja. Ur. l. RS, št. 63/2008.

# Kako mladostniki doživljajo šolo

✍ Vesna Pucelj, Helena Jeriček Klanšček

*Ni veliko raziskav, ki bi omogočale vpogled v to, kako mladi doživljajo šolo; ali so z njo obremenjeni, ali jim je všeč, ali jim sošolci pomagajo itd. V članku predstavljamo podatke iz mednarodne raziskave, ki se izvaja od leta 1982 vsake štiri leta trenutno v že več kot 39-ih evropskih in severnoameriških državah. V Sloveniji jo je Inštitut za varovanje zdravja izvedel leta 2002, 2006 in 2010.*

## Z zdravjem povezano vedenje v šolskem okolju

**M**ednarodna raziskava Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju (HBSC) vključuje reprezentativen vzorec 11, 13 in 15-letnih šolarjev v Sloveniji. Cilj raziskave je predvsem raziskovanje z zdravjem povezanega vedenja in socialnega konteksta – doma, v šoli, v družini in med vrstniki mladostnikov v šolskem obdobju. Dejavniki, ki se jih preučuje v raziskavi, se navezujejo na družbeni kontekst (družina, vrstniki, šola), zdravstvene izide (samoocena zdravja, zadovoljstvo z življenjem, psihosomatske težave), tvegano vedenje (kajenje, pitje alkoholnih pijač, uporaba kanabisa, zgodnji spolni odno-

si, trpinčenje in pretepanje, pasivno preživljanje prostega časa) ter druge teme. V tem prispevku bomo na kratko osvetlili področje šolskega okolja in nekatere ugotovitve.

## Koliko mladih doživlja, da so obremenjeni s šolo

V letu 2010 se jih je od 5426 anketiranih 14 % počutilo kot zelo obremenjene z delom za šolo, 37 % jih je doživljalo, da so še kar obremenjeni, 42 % le malo ter 9 % sploh nič. Med spoloma statistično značilnih razlik ni. Najbolj se čutijo obremenjeni 13- in 15-letniki. V primerjavi z mladostniki iz ostalih 39-ih v raziskavo vključenih držav v letu 2010 se mladostniki v Sloveniji doživljajo kot bolj obremenjene. V obdobju med 2002 in 2010 pri obremenjenosti ni prišlo do bistvenih sprememb, razen pri fantih in pri 11-letnikih (pri obeh spolih), kjer se je delež nekoliko povečal.

“ Slovenski mladostniki se doživljajo kot bolj obremenjene s šolo kot njihovi vrstniki iz Evrope. Šola je najbolj všeč 15-letnikom, najmanj pa 13-letnikom. Skoraj polovica vprašanih meni, da razrednik njihovo delo za šolo ocenjuje kot dobro, skoraj tretjina pa kot zelo dobro. Podpora sošolcev je pri nas glede na druge države visoka. ”

## Ali je mladostnikom šola všeč

Dobri četrtini (28 %) mladostnikov je šola zelo všeč, 37 % je malo všeč, 36 % (sploh) ni všeč. Šola je najmanj všeč 13-letnikom, saj jih je z njo nezadovoljnih več kot polovica, najbolj pa je všeč 15-letnikom (delež neza-



Foto: Alenka Vèber



dovoljnih je 25 %). Dekletom je šola bolj všeč kot fantom. V primerjavi z vrstniki iz drugih držav so 11- in 13-letniki na repu držav, medtem ko so 15-letniki na 5. mestu. V obdobju med leti 2002 in 2010 je močno narasel delež mladostnikov pri vseh starostnih skupinah in obeh spolih, ki so nezadovoljni s šolo. V letu 2002 je bila v povprečju s šolo nezadovoljna petina mladostnikov, leta 2010 pa že preko polovice vseh. Porast nezadovoljstva je izrazitejši pri fantih in pri 13-letnikih.

“ O lažji komunikaciji z mamo, očetom in prijatelji so poročali mladostniki z boljšim šolskim uspehom, poleg tega pa tudi o boljši telesni samopodobi ter boljših prehranjevalnih navadah. ”

## Kako razrednik ocenjuje delo mladostnikov za šolo (mnenje mladostnikov)

Mladostnike smo spraševali tudi po mnenju, kako razrednik ocenjuje njihovo delo za šolo v primerjavi z njihovimi sošolci. Skoraj polovica mladostnikov meni, da razrednik njihovo delo za šolo ocenjuje kot dobro, 27 % zelo dobro, 20 % povprečno in 4 % kot podpovprečno. Dekleta so pogosteje odgovarjala, da jih razrednik ocenjuje bolje kot pa fantje. Razlike so tudi glede na starostne skupine, in sicer se najbolje ocenjujejo 11-letniki, najslabše pa petnajstletniki, čeprav se je ravno pri tej starosti delež uspešnih mladostnikov pomembno povečal od leta 2002 do leta 2010. Pri samooceni uspešnosti so 11-letniki na 3. mestu, 13-letniki na 5. mestu in 15-letniki na 9. mestu glede na preostalih 39 vključenih držav v raziskavo HBSC v letu 2010.

## Podpora sošolcev

Zanimalo nas je tudi, ali se mladostniki radi družijo s sošolci, ali so jim ti pripravljeni pomagati in ali jih sprejemajo takšne, kot so. Podatki kažejo, da velika večina mladostnikov čuti podporo sošolcev, samo 5,5 % te podpore ne doživlja. Dekleta so nekoliko pogosteje kot fantje odgovarjala, da

imajo močno podporo. Med tistimi, ki menijo, da podpore nimajo, je največ 13-letnikov. Največ podpore čutijo enajstletniki. V obdobju od leta 2002 do leta 2010 ni prišlo do bistvenih razlik v deležih.

## Šolski uspeh in šolski program sta pomembno povezana z zdravjem

Ugotovili smo tudi, da šolski uspeh (pri 11- in 13-letnikih) in šolski program pri 15-letnikih pomembno vpliva na zdravje in na vedenje, povezano z zdravjem. 11- in 13-letniki s slabšim oz. podpovprečnim šolskim uspehom so pogosteje poročali o manjšem zadovoljstvu z življenjem, slabšem zdravju, več psihosomatskih simptomih in več poškodbah kot pa tisti z nadpovprečnim učnim uspehom. Pogosteje so poročali tudi o tveganih oblikah vedenja, slabšem duševnem zdravju, pogostejši komunikaciji s prijatelji prek elektronskih medijev ter o pogostejšem druženju s prijatelji ob večerih. O lažji komunikaciji z mamo, očetom in prijatelji so poročali mladostniki z boljšim šolskim uspehom, poleg tega pa tudi o boljši telesni samopodobi ter boljših prehranjevalnih navadah. Mladostniki, ki so v šoli uspešnejši, so poročali tudi o večjem zadovoljstvu s šolo, medtem ko tisti s slabšim uspehom šolo doživljajo kot bolj obremenjujočo.

15-letniki, ki obiskujejo zahtevnejše šolske programe (gimnazija in srednja tehnična šola), so pogosteje poročali o bolj zdravih prehranskih in gibalnih navadah ter redkeje o tveganih oblikah vedenja, lažje komunicirajo z mamo in prijatelji o stvareh, ki jih zanimajo in so bolj obremenjeni z delom za šolo kot pa tisti, ki obiskujejo manj zahtevne programe. Po drugi strani pa se zahtevnejši program povezujejo z nekaterimi neugodnimi izidi na področju duševnega zdravja.

## Sporočilo staršem in učiteljem

Otroci in mladostniki le doma preživijo več časa kot v šoli. Šola je prostor, v katerem imajo možnost do-

segati učne dosežke, razvijati socialne in druge veščine, se miselno, čustveno razvijati. Zato je z vidika staršev in pedagoških delavcev pomembno, da raziskujemo in ugotavljamo, kakšen je odnos mladostnikov do šole in kako se v šoli počutijo. Analiza je pokazala, da imajo tako pozitiven odnos do šole (v šoli se počutijo dobro, imajo relativno dobro vrstniško mrežo) ter tudi negativen odnos (visok občutek nezadovoljstva s šolo). V prihodnosti bi veljalo raziskati, kateri vidiki so pripeljali do povečanega nezadovoljstva s šolo in s čim so pravzaprav mladostniki nezadovoljni. Vsekakor je šola sama po sebi stresogena in prinaša mladostnikom obveznosti. Pa vendar si je potrebno prizadevati za zmanjševanje stresa, povezanega s šolo, tako na strani šole kot tudi posameznika – šolarja. Spodbujati je treba dobre medsebojne odnose med učenci ter med učenci in učitelji ter drugimi delavci na šoli. Pomembno je, da se mladostnik v šoli počuti sprejetega. V šolanju mora najti smisel oz. verjeti, da je šola pomembna za njegovo prihodnost. Poleg pedagoških delavcev imajo temeljno vlogo pri tem starši. Ključno je, da se o doživljanju mladostnikov pogovarjamo in preverjamo njihovo razumevanje in rešujemo tudi morebitne stiske. ■

## Literatura

Currie, Candace; Zanotti, Cara; Morgan, Antony; Currie, Dorothy; deLooze, Margaretha; Roberts, Chris; Samdal, Oddrun; Smith, R. F., Otto, Barnekow, Vivian (ured.) (2012): *Social determinants of health and well-being among young people. HBSC international report from the 2009/2010 survey*. Copenhagen: WHO.

Pucelj, Vesna (2011): Odnos do šole. V: Jeriček Klanšček, Helena; Roškar, Saška; Koprivnikar, Helena; Pucelj, Vesna; Bajt, Maja; Zupanič, Tina (ured.) (2011): *Neenakosti v zdravju in z zdravjem povezanih vedenjih slovenskih mladostnikov*. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja, str. 55–70.

Jeriček Klanšček, Helena; Roškar, Saška; Koprivnikar, Helena; Pucelj, Vesna; Bajt, Maja; Zupanič, Tina (ured.) (2011): *Neenakosti v zdravju in z zdravjem povezanih vedenjih slovenskih mladostnikov*. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja.

Pucelj, Vesna; Vidmar, Maša (2012): Trendi v odnosu do šole. V: Jeriček Klanšček, Helena idr. (ured.): *Spremembe v vedenjih, povezanih z zdravjem mladostnikov v Sloveniji v obdobju 2002–2010*. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja (e-vezija v pripravi).



# Iz življenja v šoli: Računalnik v šoli

## Primer

**O**pažam, da v naši šoli (pa tudi drugod) učitelji zelo pogosto proti koncu ure, med nadomeščanjem pouka ali v podaljšanem bivanju čas otrokom zapolnijo z gledanjem risank ali igranjem računalniških igrvic. Otroci si tega seveda želijo, učitelji pa imajo 'mir pred njimi', to razumem. Toda šola naj bi bila tudi vzgojna ustanova in zdi se mi, da učitelji zamujajo pomemben čas, ko bi lahko otrokom ponudili več – skupne igre, ustvarjanje ali šport. Kaj menite o tem? Je to res najboljše za otroke?

## Odmev: Marijana Kolenko, ravnateljica OŠ Lava, Celje

Osnovna šola je še vedno zelo pomembna vzgojna ustanova, na trenutke bi morala biti celo bolj vzgojna kot izobraževalna, kar pomeni, da učitelji ne smejo zamuditi priložnosti tudi za vzgojo za pametno rokovanje z novimi mediji. Pasivno preživljanje časa, kar gledanje risank ali filmov zagotovo je, je za učence napačno sporočilo, predvsem pa slabo za mladega človeka, ki je poln energije in ga je treba znati spodbuditi, da jo koristno izrabi in usmeri. Ob pasivnem gledanju ne moremo govoriti o ustvarjalnosti učencev, o kreativnosti, sodelovanju, socialnih stikih s sošolci in razvijanju močne socialne kompetence. In prav ob takšnih priložnostih, kot sta nadomeščanje ali 'odvečen čas', ki ostane v oddelkih podaljšanega

bivanja, je možnost tudi za ustvarjalne ali športne trenutke, medsebojni pogovor, kratek kviz, pogovore o aktualnih temah. Zagovarjam čim manj gledanja televizije v šoli ali igranja računalniških igrvic, saj imajo otroci tega preveč doma, kjer marsikje nimajo posebnega nadzora, zato naj bodo v šoli deležni bolj koristnega pristopa in večje aktivnosti, tako umske kot fizične. Glede na trenutni način preživljanja časa tako otrok kot družin bo oboje koristilo učencem.

## Odmev: mag. Albin Vrabič, ravnatelj Rudarske šole ŠC Velenje

V šoli izvajamo učno-vzgojni proces. To pomeni, da učence skladno z učnim načrtom nekaj naučimo in jih hkrati tudi vzgajamo. Dogajanje med

učno uro je načrtovano. Izjemoma (zanimivo in aktualno vprašanje, nepričakovan dogodek ...) od tega odstopamo, da se prilagodimo željam in potrebam razreda. Prav je, da stopimo z učenci v razpravo in ne bežimo od njihovih pobud. Tako z njimi navežemo pristnejši stik, si krepimo avtoriteto, učne ure pa so bolj zanimive in življenjske.

Pri pouku uporabljamo, odvisno od vsebine, različno učno tehnologijo. To je lahko tudi računalnik, ampak ne kar tako, da zapolnimo čas. Težava je, če učitelj zadnji trenutek izve, da bo nadomeščal v razredu, kjer ne uči. Ni vzgojno, da delamo z učenci lagodno, kar zagotavlja pretirana uporaba računalniških igrvic, risank ali drugih pripomočkov. V teh primerih učitelju ni treba biti pretirano dejaven pri učenju in vzgajanju učencev, kar pa je njegova temeljna dolžnost.

## Odmev: Marjan Žveglič, svetovalec na zaupnem telefonu Samarijan

To za otroke ne le da ni najboljše, ampak je zelo slabo. Ocene strokovnjakov o tem vprašanju ne presegajo dopustne pol ure na dan. Seveda je to odvisno od otrokove starosti. Zato je odgovor nedvoumen in o njem ni kaj razpravljati. Morda pa velja omeniti škodljive posledice. Prva je pomanjkanje delovnih navad. V mislih imam vrstni red: najprej potrebno, potem koristno in nazadnje zabavno. Omenjena praksa pa postavlja na prvo mesto zabavno. To postaja življenjski slog z vsemi negativnimi posledicami. Druga je zanemarjanje ustvarjalnosti in končno nemir, ki ga povzroča v globini prisotna zavest, da nekaj ni prav, ter strah, da bo prijetno končno prepovedano in onemogočeno. Škoda za mlade. ■



Foto: Peter Prebil

# Trdo delo rodi sadove

✍ Andrej Perko



*Pred tremi leti sta v terapevtsko skupnost prišla urejat zakonske težave Vera in Jože, zakonski par, saj sta se znašla pred hudimi preizkušnjami in sta razmišljala tudi o razvezi.*

*Jože je odgovoren, delaven, korekten moški in ima Vero iskreno rad. Prav tako tudi za Vero velja, da je krasna ženska, vendar je živela v skrajno patološki primarni družini in ta patologija je skoraj uničila njun zakon.*

**N**jena mati že dolga leta pije, oče se je nezrelo umikal in hčerko psihološko zlorabljal do pred kratkim. Vera je s poroko zbežala od doma, ne pa pred seboj. Občutki krivde in dolžnosti so jo vsak dan vračali k materi in očetu, da je vestno igrala vlogo, ki sta ji jo namenila: da skrbi zanj do njunega konca. Po treh letih intenzivnega urejanja je Vera napisala zanimiv spis *Moja družina in moje življenje*:

Mama je prišla pri štirinajstih letih iz revne kmečke družine na delo v gostilno v našem kraju, kjer je spoznala mojega očeta, ki je petnajst let starejši od nje. Oče je prihajal iz precej premožne kmečke družine, kjer je bil oče župan kraja, za delo pa so imeli hlapce in dekletke. V njegovi primarni družini je imela glavno vlogo mama. Ta je odločala o vseh stvareh, oče pa je bil le njena senca. Kmalu je tragično preminil in mati se je najbolj navezala na najmlajšega sina, mojega očeta. Ko je spoznal dekle, mojo mamo, je bila zelo prizadeta in moje mame ni nikoli sprejela.

Kmalu sta se poročila. Njun zakon je bil že od vsega začetka polomija. Mati je v

resnici bežala pred revščino in samoto in očeta v resnici ni ljubila.

Glavna tema razgovora v naši družini je bilo delo, delo in še enkrat delo. Mati se ni znala nikoli poveseliti, videti v življenju tudi kaj lepega. Vse je bil en sam stok in jok, kako je življenje težko in krivično. Verjamem, da jima ni bilo lahko, vendar je tudi res, da v naši družini ni bilo prostora za veselje.

Na svoje otroštvo nimam veliko spominov. Lepi spomini me vežejo samo na mojo teto, ki me je vedno osrečevala z objemi in toplino. Ko danes premišlujem o tem, me še vedno zmrazi. Svoje otroštvo še vedno potiskam globoko vase, nikakor se nočem zopet soočiti z njim. Boleče je.

Pri osmih letih sem prvič začutila, da z mojo mamo nekaj ni v redu. Zgrožena sem ugotovila, da moja mama pretirano pije, da veliko spi, ne zmore več postoriti stvari, ki jih je včasih mimogrede ... Nered in umazanija je niso več motili. Odnos med očetom in njo je postajal še bolj hladen. Takrat so se pri nas začeli prepiri, bilo je veliko vpitja, groženj. Bilo je hudo!!!

Njeno pitje je bilo vedno hujše. Oče je pogosteje odhajal od doma in s pijano materjo sem ostajala sama doma. Večkrat sem se počutila kot Pepelka. Morala sem ubogati na prvo besedo, drugače sem bila kaznovana s tepežem ali zaničevanjem. Očetu sem morala biti ob materinih opijanjih vedno na razpolago. Potreboval me je, da sem skrbela zanj. Z vrstniki se nisem smela družiti. Nisem smela imeti svojih prijateljic. Vsakič sem komaj čakala, da sem odšla v šolo, kjer sem se vedno počutila svobodno; težko ter s strahom sem se vračala domov, saj nisem vedela, kaj me čaka. Bolj ko sem odrasčala, slabše je bilo. Mama se je sčasoma čisto zapila.

Še danes me je groza, ko premišlujem o svojem otroštvu. Oče mi nikoli ni dal popotnice za življenje. V bistvu me je zaničeval, pogosto sem bila deležna opazk, češ kakšna sem, čeprav nikoli nisem bila močna ali

debela. Vedno sta mi govorila, da si nikoli ne bom dobila moža, da me ne bo nihče maral. Preprosto sta me programirala, da jaz obstajam samo za njiju dva. Vlogo reševalke sem seveda v takem vzdušju tudi sprejela in ponotranjila.

Mati se mi je pijana gnusila. Nič kolikokrat sem jo morala onemoglo od pijače pobirati s tal, jo prati, preoblačiti ... Le kakšen vzgled mi je dajala!? Kako naj bi ob taki mami postala ženska, zapeljiva, vredna moškega zanimanja?

Počasi sem se kot dekle začela truditi, da sem lahko zaslužila kakšen denar, da ne bi bila odvisna od njiju. Kadar sem si kupila kakšno stvar, sem jo dobro skrila v omaro, da je mama ne bi našla. Takoj, ko je videla, da imam kaj novega, me je namreč začela obtoževati, kako sem zapravljiva. Počasi sem besedo 'šparati' zasovražila. Nisem je mogla niti slišati več. Nove obleke mi je tako ali tako zasegla in jih nisem mogla ponositi. Še danes, po tridesetih letih, so nedotaknjene v omari. Grozljivo!!!!

Pri dvajsetih letih sem spoznala Jožeta. Bila sem srečna, počutila sem se varno, čeprav sem imela strašen odpor do telesnega stika. Vsakič, ko se mi je hotel približati, me je zmrazilo.

Najina srečanja so bila lepa, vendar do njega nisem bila odkrita. O svoji primarni družini mu nisem zmogla priznati resnice. Bala sem se, da me bo zapustil. Tako sem štiri leta prikrivala naše realno družinsko stanje. Bilo je zelo noro. Živela sem dvojno življenje. Kadar sem bila z Jožetom, sem igrala vlogo srečnega dekleta, ko pa sem se zvečer vračala proti domu, me je v prsih dušilo. Bala sem se, kaj me zopet čaka doma. Velikokrat sem v sami stiski potihno molila in prosila božje pomoči. Bilo je noro!!! Pobirati lastno mater, ko se je do mrtvega napila. Oče je takrat vedno odšel od doma, da se je izognil najhujšemu. Globoko sem doživljala tragiko naše družine in bilo mi je neizmerno hudo. Velikokrat sem premišljevala, kakšno bo moje življenje, s



kakšno popotnico bom šla v svet. Kako bom spoštovala samo sebe in se imela rada, kje se bom naučila postati ženska, ki bo privlačna in sprejemljiva za svojega moškega?

Kmalu sva se odločila, da se poročiva. Želela sem čim prej pobegniti od doma, saj je bilo čedalje huje. Toda nisem se zavedala, da bo kmalu treba 'položiti karte' tudi pred možem. Ta dan se je bližal in bilo me je groza.

Na dan najine poroke se je mama napila do mrtvega. Nikoli si nisem želela česa takega, vedno sem upala, da se mi vsaj ta dan ne bo ponovila ista zgodba kot že nešteto krat, ko se je tako napila. Svatje so prihajali k nam domov, jaz pa sem bila popolnoma uničena. Kako sedaj zaigrati srečno nevesto? Še danes imam v sebi grenak spomin, kako sem hladno, brez vseh občutkov vlekla nase belo obleko in kako sem si popravljala ličilo na obrazu, ki so ga uničile moje solze. Mamo sem na kolenih prosila, naj se strezni, ona pa je popolnoma opita samo momljala in nergala. Sploh se ni zavedala, kaj se dogaja. Tisti, ki so bili takrat prisotni, so bili šokirani, samo nemo in nemočno so spremljali moj neutolažljivi jok. Končno smo jo nekako streznili. Bila je vsa zabuhla in mnogi so mislili, da je objokana, ker odhajam od doma.

Še danes vidim Jožeta, kako ves presrečen stoji pred mano s šopkom, ki mi ga je kupil, ter me močno objame. Zbrala sem zadnje moči, da se nisem sesula. Spomin na najin dan je zbledel, spominjam se le svojih okornih staršev ter brata, ki je vse to nemo opazoval.

Kmalu po poroki sem se sesula, nisem mogla več igrati te igre. Velikokrat sem bila v tako hudi stiski, da sem se začela zapirati v omaro. Tam sem nekako čutila, da sem sama s sabo. Takšno me je nekega dne našel mož. Bil je zgrožen, kaj počnem v omari. Nisem mu upala zaupati svoje stiske.

Dan, preden sem mu zaupala 'skrivnost' svoje primarne družine, sem premišljevala, ali naj skočim skozi okno v tretjem nadstropju najinega doma in vsej kalvariji napravim konec ali pa naj se možu zaupam. Zelo močno sem začutila, da ga resnično ljubim, in odločila sem se, da mu vse povem.

Resnica ga je zelo prizadela. Bil je šokiran. Odmaknil se je od mene, počutil se je prevaranega. Razumela sem ga. To so bili zame še hujši dnevi, kot sem jih preživela

z mamo. Bala sem se, da me zapusti. Nič mi ni več verjel, izgubil je vse zaupanje do mene. Počutil se je izdanega. Njegovih objemov in poljubov ni bilo več, noči so bile mučne, saj nisva mogla leči skupaj. Zaprl se je vase ... Bala sem se, da me bo zapustil.

Po dolgih pogovorih sva sklenila, da postane iskrenost temeljno vezivo najinega odnosa, in od takrat naprej gradiva najin zakon na trdnih temeljih.

Trudila sem se, vendar ni vse potekalo gladko in brez težav. Rodili so se nama trije otroci, sama pa sem vse občutke o moji primarni družini nehoti potiskala vase. Začela sem znova stagnirati, dokler se nisva odločila, da skupaj vstopiva v program dr. Perka. Vedela sem, da bo tokrat šlo zares, da bo zelo boleče.

Začetki v terapevtski skupnosti so bili grozljivi. Ponovno podoživljanje bolečih trenutkov življenja z mamo in očetom, spomini, polni grenkobe ... Toda resnica in izpovedi so me osvobajale, bolečino sem trgala iz sebe, jo odlagala v mnogih skupnih urah terapije in vedno lažje mi je bilo sprejemati dejstvo, da sta oče in mati pač takšna, kakršna sta.

Ob vsem tem sem se morala soočiti s spoznanjem, da prenašam vzorce obnašanja iz primarne družine na lastne otroke in na moža. Spoznavala sem, da se do svoje hčere obnašam natanko tako, kot se je moja lastna mati do mene. Zaničevalno!!!

Nikoli je nisem objemala in ji povedala, kako je lepa in kako jo imam rada. Nikoli ni ničesar naredila prav, samo še nergala sem, dokler me ni mož odločno in trdo opozoril. Šele takrat sem se začela zavedati, kakšno doto nosim s seboj. Hvala Bogu, da imam moža, ki me je opozoril in mi še sedaj pomaga stopati po novi, pravi poti. Brez njega bi bila izgubljena.

Vedno znova mi postavlja ogledalo, v katerem se zagledam z vsemi svojimi napakami in neumnostmi. Pričela sva s pogovorom v dvoje in najin odnos se s tem samo še plemeniti.

Spominjam se, kako mi je terapevt na začetku vstopa v terapevtsko skupnost priporočil, da bi bilo dobro, da začasno prekinem vse odnose s starši. Bila sem šokirana!!! Kako naj zapustim mamo in očeta, ki me potrebujeta in brez mene ne



Foto: Alenka Veber

zmoreta vsakdanjih opravil. Čutila sem se dolžno, da poskerbim za njiju.

Danes na vse to gledam drugače. Moja vloga v primarni družini je bila vloga reševalke. Starši do mene ne čutijo ničesar. V bistvu me izkoriščajo in za njiju obstajam samo takrat, ko me potrebujeta. Tega se zavedam in to dejstvo me nič več ne boli. Zadnje čase jima tudi lahko priskočim na pomoč, ne da bi bila ob tem ranjena. Spodobna sem jim reči tudi 'ne', ne da bi imela ob tem občutek krivde.

Danes, po dvajsetih letih najinega skupnega življenja, gledam na najin odnos povsem drugače. Živim ob možu, ki ga obožujem in ljubim iz vsega srca. Med nama ni skrivnosti in je moj najboljši prijatelj. Živim tako, kot sem si vedno samo želela. Najin odnos je iskren in svojemu možu se popolnoma predajam. Počutim se sprejeto kot žena, ljubica ter mati. Moje življenje ima končno smisel. Vsake toliko časa se pojavi kakšen vzorec iz mojega prejšnjega življenja, vendar sem hvaležna, da ga znam prepoznati in se soočiti z njim. Najino življenje gre po pravi poti. Končno se počutim srečno in svobodno, saj znam svoje občutke in doživljanje izraziti. Lahko se smejem na ves glas in se ne počutim krivo, da sem srečna. Na druge se ne oziram več. Ne zanima me, »kaj bodo ljudje rekli«. Sprejemam se takšno, kot sem. Znam se pogledati v ogledalo in si reči: »Lepa sem!«

Jože, ljubim in obožujem te!  
Tvoja Vera

## Komentar

Pričujoča izpoved ponazarja dejstvo, da se družinska patologija prenaša iz roda v rod. Iz tega začaranega kroga je zelo težko izstopiti. Uspejo le tisti, ki zmorejo toliko poguma, da se soočijo s tragiko svojega življenja. Pot ni lahka in mnogi na njej omagajo oziroma nanjo niti ne stopijo.

Za preseganje patologije primarne družine so potrebni določeni pogoji. Najpomembnejši je gotovo odnos. Odnos z možem, ženo in tudi Bogom.

V intimnem odnosu s sočlovekom ni nerešljivih problemov. V takšnem vzdušju in naravnosti je možno presegati ves manko, ki smo ga doživljali kot otroci.

To se kaže tudi pri Veri. Brez ljubečega in trdnega moža ji ne bi uspelo. Vedeti namreč moramo, da se samo v odnosu človek sooča s svojim realnim stanjem. Tisti, ki nam je najbližji, nam lahko postavlja tudi najbolj realno ogledalo. Ob tem imamo možnost, da se zamislimo nad samim seboj in se ob tem tudi spreminjamo.

Samski te možnosti nimajo in na žalost imajo zato manjše možnosti, da presežejo svoje stiske v tolikšni meri kot pari. ■

# Kisikova maska ali kako poskrbeti zase

✉ Mateja Hajšek

*Vedno več ljudi je izčrpanih in ne najde pravega miru. Težko si dovolijo vsaj nekaj trenutkov na dan samo zase. Med utrujenimi je mnogo staršev, ki ob delovnih in družinskih obveznostih velikokrat pozabljajo na svoje zdravje.*

Izčrpanost in izgorelost se pojavita, ko dajemo več, kot prejemo, oziroma ne dobimo povrnjenega pričakovanega zadovoljstva, veselja, plačila. Takšna izčrpanost se razlikuje od običajne utrujenosti, ki se pojavi po dobro opravljenem delu, ko sicer čutimo utrujenost, a je ta sorazmerna z vloženim delom in v nas pušča zadovoljstvo.

Kadar rušimo ravnotežje med dajanjem in prejemanjem ter se izčrpavamo, ne zmoremo uravnati pravega razmerja med delom in počitkom, med naložbo in povračilom. V takšnem odnosu pogosto ne zmoremo storiti morda nujnega koraka – izstopiti iz nevdržnih okoliščin, temveč vztrajamo in vztrajamo, dokler se od izčrpanosti ne sesujemo. Ob tem se nam lahko pojavljajo vprašanja: ali je dovolj dobro, da si enkrat letno privoščimo dopust in poskušamo svoje do kraja izčrpane rezerve napolniti z nekajdnevni počitkom? Ali ni bolj smiselno, da že pred padcem 'na ničlo' ali celo 'pod ničlo' začnemo skrbeti zase?

Ob utrujenih in izčrpanih ljudeh, ki jih vsak dan srečujem tudi pri svojem delu, se velikokrat spomnim na opozorilo stewardese v letalu, ki se glasi približno takole: »V primeru padca

tlaka v letalu nadenite kisikovo masko najprej sebi, nato otroku ...« Najprej sebi!

Mnogo staršev, učiteljev, vzgojiteljev, dijakov, študentov ... s pretirano skrbjo za druge ter s pretirano delavnostjo in pridnostjo velikokrat želi nekemu nekaj dokazovati, z deloholizmom skrbi za ohranitev samopodobe, v pasivni odvisniški drži čaka na odzive in kritiko drugih ali pa ...

Za prekomernim delom se pogosto skrivajo nezavedne želje ali nezavedno kompulzivno ponavljanje nekih dejanj, s katerimi skušamo rešiti težke, nerazumljive dogodke iz preteklosti. Ponavljamo jih v sedanosti, v novih okoliščinah, v novih odnosih, a se jih lotevamo z neustreznimi metodami. Z vedno večjo delovno intenzivnostjo,



Foto: arhiv Mateja Hajšek

ki se na koncu sprevrže že v garanje, postavljamo odgovornost za druge pred odgovornostjo za samega sebe. Mnogi žal potrebno ljubezen in odgovornost za sebe pomotoma zamenjujejo z egoizmom. Temu mišljenju



se lahko pridruži še drža napačno razumljene ljubezni v smislu: »Joj, kaj vse še moram narediti za moža, otroke, sodelavce, mamo, očeta, tete, sosede ...« ali narcizma: »Saj brez mene nič ne znajo, najbolje, da kar jaz naredim, moram biti najboljši ...« Morda je na delu notranja prisila: »Moram se bolj potruditi.« Ob tem bi bila dobrodošla

depresije. Takšna, pogosto nezavedna, nepristnost oziroma neiskrenost do samega sebe je tudi zelo 'izčrpavajoča'. Če k temu dodamo še prekomeren red, kritičnost, natančnost, perfekcionizem, je na delu naš kruti notranji priganjač, ki nam ne da miru. Koliko se imamo torej zares radi? Do kod sega meja odgovornosti za drugega in kje

boleznini zaradi stresa, izgorelosti in izčrpanosti, duševnih stisk, depresij itd.

Kaj pa sanje? Nekateri pravijo, da imajo težke sanje, drugi, da ne sanjajo, zopet tretji, da se sanj redkokdaj spomnijo. Pa vendar prav vsi sanjamo in sanje nam vedno nekaj sporočajo. Odslikavajo naše nezavedno duševno dogajanje in so pokazatelj pristnega stika s samim seboj. Pomembno je razumevanje govornice in simbolike lastnih sanj, saj so sanje lahko tudi vir moči in pomočnik pri naših odločitvah, tudi pri odločitvi, kako in kdaj poleg dela poskrbeti za počitek, druženje s prijatelji, za rekreacijo idr. Tudi zaupen pogovor z našimi najbližjimi, prijatelji nam je lahko v veliko pomoč in oporo, zlasti ko nam moči pojenjajo. Drugi so nam lahko ogledalo, s pomočjo katerega sebe zagledamo v drugačni luči in si priznamo, da bi bilo dobro spremeniti svoj dosedanji življenjski slog. Kot pomočniki so seveda dobrodošli tudi razni načini sproščanja, rekreacija, molitev, meditacija ...

Če pa svojih težav ne zmoremo več rešiti na doslej že uporabljene načine ali pa bi radi globlje pogledali sami vase, prišli do korenin svojih neustreznih, mučnih življenjskih vzorcev ali načinov delovanja, je smiselno razmisliti o obisku psihoterapevta. Mnogi se že ob sami misli na psihoterapijo prestrašijo ali ustavijo ob predsodku: »Saj to ni zame, to je za čudne ...« Poiskati strokovno pomoč pa je prej kot znamenje nemoči in slabosti znamenje moči in odločnosti, da vendarle želimo spremeniti sebe ter poskrbeti za svoje potrebe in svoje življenje. ■



Foto: Alenka Vaber

mera zdrave ponižnosti, sicer bomo ob takem življenju zamudili priložnost poskrbeti zase in bodo to morali storiti drugi, ker bo za nas prepozno.

Že v Svetem pismu beremo o ljubezni do Boga in do bližnjega kot o eni ljubezni z več pojavnimi oblikami. K temu dodajmo še ljubezen do sebe. Če si vse tri pojavnosti oblike ljubezni predstavljamo kot vodo v treh povezanih posodah, ugotovljamo, da je voda, ki jo nalijemo v eno, enako prisotna v vseh posodah ali pa nasprotno, če ni vode v eni od posod, je tudi drugod suša.

Mnogim lastna predstava o nekem idealnem jazu (ki ga jemljejo kot obvezo ali kot notranjega sodnika, ki jih priganja) ne dopušča ljubezni in časa zase, poleg tega pa zamegljuje tudi pristen stik s seboj in svojimi čustvi. Tako se lahko na primer agresivno oziroma napadalno odzovemo na druge, ko nas je v resnici strah, ali pa s sarkazmom zakrivamo občutja lastne žalosti ali

se začenja odgovornost drugega? Kako so ob vsem delu zadovoljene moje potrebe? Zmorem kakšni nalogi in dodatni obveznosti reči 'ne'?

Mnogi pred začetkom dopusta, počitnic, na prelomu v novo leto, ob rojstnem dnevu ali pred začetkom novega šolskega leta sklenejo, da bodo zdaj zares začeli drugače živeti, da bodo bolj skrbeli zase in za svoje zdravje. Takšen sklep je dobrodošel ne le ob navedenih priložnostih, temveč prav vsak dan, ko se vprašamo, kaj smo dobrega naredili ne zgolj za druge, temveč tudi zase. Če čez dan pozabljamo na svoje občutke, telesne in duševne potrebe, jih tlačimo vase ali pa smo tako grobi do sebe, da jih sploh prezremo, se nam v neki drugi obliki povrnejo. Vas na primer kdaj boli glava? Nimate teka ali pretiravate s hrano? Vam srce naenkrat začne pretirano razbijati? Imate težave z zaprtjem? Je vaš pritisk previsok? V svetu se beleži velik porast psihosomatskih boleznin,

## Literatura

Freud, Sigmund (2005): *Spisi o psihoanalitični tehniki*. Ljubljana: Analecta.

Luban - Plozza, Bojan; Pöldinger, Walter; Kröger, Friedebert (1993): *Psihosomatski bolnik v splošni ambulanti in njegovo zdravljenje*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.

Pšeničny, Andreja (2010): *Recipročni model izgorelosti: povezava med interpersonalnimi in intrapersonalnimi dejavniki nastanka sindroma izgorelosti*. Doktorska naloga. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo.

Rebula, Alenka (2009): *Blagor ženskam*. Trst: ZTT EST.

Yalom, Irvin. D. (1995): *The theory and practice of group psychotherapy*. New York: Basic Books.

# Šport otrok in mladostnikov

## Naložba za zdravo in kakovostno življenje

✍ Herman Berčič



*V enem prejšnjih prispevkov smo govorili o pomenu družine pri vključevanju otrok v športnorekreativne tokove, tokrat pa več o večstranskih učinkih športnega udejstvovanja otrok in mladih.*

**C**elovita rast ter zorenje otrok in mladostnikov naj bi se zaključila skladno s pričakovanji; radi bi se izognili stranpotem, ki jih čakajo na številnih 'križiščih' življenj-

skih poti. Take stranpoti so kajenje, čezmerno uživanje alkohola in prve izkušnje z drogami. Žal za mnoge pomenijo tudi zdrs in pot v odvisnost (po: Tomori, 1997), saj je 'zgrabljivost' drog največkrat dokončna. Šport osvobaja in vedri, droga zasvaja in zasušnjuje. Iskanje in potrjevanje mladih v športu prinaša veliko več kot uživanje takšnih ali drugačnih drog. Izhajamo iz spoznanj številnih strokovnjakov, da je z vsebinsko dobro izbranimi in pripravljenimi športnimi programi mogoče zadovoljiti številne želje, htenja in potrebe mladih. Z ustreznimi

spodbudami pri otrokovem športnem udejstvovanju »vplivamo na njegov kasnejši življenjski slog ter ga opremimo za vsa samostojna in dejavna obvladovanja preizkušenj, obremenitev in stresov, ki mu jih bo prinašalo življenje« (Škof, 2007).

### Otrok v športu poteši radovednost in želje po vznemirjenju

V zoreči osebnosti se poraja vrsta vprašanj in želja, ko opazuje odrasle, ki se ukvarjajo z različnimi dejavnost-



Foto: arhiv Herman Berčič



mi, bodisi koristnimi in zdravimi ali pa tudi ne. V življenju mladih je želja po spoznavanju in razkrivanju novega in neznanega povsem razumljiva. Na osnovi teh pobud poteka tudi telesno udejstvovanje, proces motoričnega učenja in intelektualnega zorenja ter postopno odkrivanje sveta. Otroci in mladostniki nenehno težijo k razkrivanju skrivnosti, njihova radovednost in vedoželjnost pa sta pričakovani in razumljivi.

Vsaj del te radovednosti je mogoče potešiti tudi s športom. Tako pa je mlade mogoče tudi vzgajati (po: Zalokar Divjak, 2000). Opazujemo otroke, kako se jim iskrijo oči in kako vznemirjeni so pogledi, ko prvič vidijo vrstnike ali druge otroke na smučeh, na rolerjih, v vodi ali pri drugih športnih dejavnostih. Motiv radovednosti in neznanega jih vodi k prvim poskusom na snegu, na 'podaljšanih obuvalih', k prvim okornim poskusom na rolerjih in k prvim plavalnim gibom v vodi. Bolj ali manj intenzivna zač-

tna radovednost je s tem potešena. Zatem pa se rodijo prvi užitki kot posledica igrivega gibanja, ko otrokovo telo in duha preplavijo prvi občutki telesnega in psihičnega ugodja ter zadovoljstva (po: Tomori, 2000). To pa je osnova za pridobivanje novih gibalnih izkušenj in motoričnih znanj ter za izpolnjevanje gibalne izraznosti otrok in mladostnikov. Postopno vse bolj uživajo v športu, raven zadovoljstva se dviguje, prav tako pa tudi kakovost doživljanja. To vedno globlje prodira v otrokov oziroma mladostnikov notranji svet in v njegovo zavest. Lahko rečemo, da ga ne preplavlja le površinsko, marveč tudi globinsko oziroma celostno.

Nobenega dvoma torej ni, da je mogoče 'vznemirjenost' in 'ugodje' kot motiva za določeno dejavnost najti tudi pri športnem udejstvovanju. Še več, pri tej dejavnosti prihaja do sproščanja pozitivne energije ob visokem emocionalnem in doživljajskem naboju, zato ima po našem trdnem prepri-

čanju šport kot življenjska opredelitev veliko prednosti pred drugimi dejavnostmi, ki prinašajo dvomljive užitke.

## Šport prinaša prijetna doživetja

Kdor se redno ukvarja predvsem z rekreativnim športom (čeprav tudi tistim, ki se ukvarjajo z vrhunskim športom, tega ne odrekamo), je gotovo poln prijetnih doživetij, zlasti če je to ukvarjanje razumno in karseda varno. Možna pa so seveda tudi drugačna doživetja, ko posameznik precenjuje svoje sposobnosti in se bodisi v naravnem okolju ali pa na športnih površinah po nepotrebnem izpostavlja nevarnostim in ravna nerazumno. O taki vrsti doživetij na tem mestu ne bi razpravljali, pač pa o takih, ki posameznika (od otroštva do pozne starosti) bogatijo, sproščajo in mu dajejo veliko pozitivne energije za vsakdanje delo (učenje, študij, različna opravila itd.) in življenje.



Foto: arhiv Herman Barčič



Lahko bi tudi rekli, da ne poznamo boljšega sredstva, bolj primerne dejavnosti (ob glasbi, plesu, filmu, tehniki, znanosti itd.), ki bi nudila toliko prijetnih doživetij kot ravno šport oziroma ukvarjanje s športom. Otrokom in mladostnikom je treba na široko odpreti vrata v svet športa in jim omogočiti, da v pravem času (kakor hitro je to mogoče in z vidika stroke smiselno) spoznajo skrivnosti smučanja, plavanja, potapljanja, jadrnanja, kajakarjenja, tenisa, golfa, jahanja, raftinga, jadrnanja na deski, kolesarjenja, letenja z jadrlnim padalom, deskanja na snegu, športnega plezanja, gorništvu, različnih športnih iger in drugih športnih dejavnosti. Vsaka od teh športnih panog ponuja svojevrstna, prijetna in velikokrat nepozabna doživetja. Tak svet prijetnih doživetij torej ponujamo otrokom in mladostnikom namesto stranpota in v takem svetu naj bi se čim večkrat osebno in doživljajsko izživel. Tu jim prijetnih doživetij ne bo nikoli zmanjkalo.

## Šport povezuje

Ko otrok postopoma širi svoje obzorje in okolje ter spoznava vrstnike, nastopi v njegovem zorenju še ena od notranjih potreb, to je potreba po priznavanju med vrstniki oziroma v večji ali manjši združbi. Te male skupine, v katerih se porajajo bolj ali manj trdna prijateljstva, imajo lahko pomemben vpliv na otrokova ali mladostnikova dejanja. Najprej je ta želja po sprejetju v manjše družbene skupine neizrazita in bolj prikrita, kasneje, zlasti na prehodu iz pubertete v adolescenco, pa je le-ta vse bolj izražena in večkrat celo vodilna.

Začetek ukvarjanja s športom že sam po sebi in zaradi narave dejavnosti povsem spontano privede do oblikovanja prijateljskih skupin. Šport na najbolj naraven način, z različnimi dejavnostmi v pokritih in nepokritih športnih objektih ali v naravi združuje vrstnike in povezuje generacije. Prijateljstva, porojena pri športnih dejavnostih in v prijetnem sproščnem okolju, so velikokrat trdna, in če so globlja, postanejo tudi trajna.

Za zadovoljevanje potrebe po 'potrjevanju pred vrstniki' je v športu in pri športnem udejstvovanju obilo možnosti. Tudi v prijateljskih družčinah mladostnikov je uveljavljanje s športnim znanjem in sposobnostmi lahko cenjeno in primerno vrednoteno. Vsekakor je to eno najbolj zdravih potrjevanj, ne glede na to, ali gre za dekleta ali za fante. Znano je npr., da ima skupina deskarjev na snegu (*snowboarderjev*) poseben besednjak (sleng) ter zlasti na snegu značilen način oblačenja in vedenja. Vendar pa je njihova dejavnost igrivega in vihravega deskanja po zasneženih brezpotjih gotovo visoko vrednotena. Mlad, v naravo usmerjen in notranje uravnotežen mladostnik, ki so mu blizu zasnežene strmine in prostranstva ali gorski vrhovi, se bo zlahka vključil v skupino 'sorodnih duš' in se veselil bivanja v gorah. Dane so torej vse možnosti za potrjevanje med vrstniki in za vključevanje v svet ljubiteljev zimske narave in zimskih radosti. Seveda pa tovrstne potrditve lahko najdemo tudi pri mnogih drugih športih.

## Šport spodbuja prijateljstvo in družabnost med vrstniki

Za področje športa oziroma za tiste, ki se redno ukvarjajo s športom, velja, da si z nabiranjem gibalnih izkušenj pri posameznih športnih dejavnostih pridobivajo tudi notranjo stabilnost in trdnost. S športnimi dejavnostmi je mogoče v veliki meri vplivati na posamezne osebne značilnosti, posebej pa spodbujajo razvoj samozaupanja in samospoštovanja ter posledično tudi poguma.

Ukvarjanje s športnimi dejavnostmi pri udeležencih (tudi mladih) spodbuja odprtost in večjo komunikativnost ter poglobljanje socialnih in prijateljskih vezi. Ob sproščnem in igrivem ukvarjanju s športom je obilo možnosti za razvoj različnih oblik družabnosti. Med motivi, ki vodijo in usmerjajo mlade k športnemu udejstvovanju, sta tudi prijateljstvo in družabnost. Ob skupnih interesih na športnih površinah je mogoče najti dovolj možnosti za spoznavanje in prijateljsko druženje.

## Šport sprošča in odpravlja čustveno napetost

Koliko lahko šport prispeva k odpravljanju čustvene napetosti, potrnosti in tesnobe ter k ugodni družinski klimi in k sistemu vrednot? Prispevek je kar viden, če že ne velik. Pri ukvarjanju s športom oziroma s posameznimi športnimi panogami se sproščajo pozitivna čustva, kot so radost, sreča in veselje, vidna pa sta tudi smeh ter vsesplošno zadovoljstvo. Otroci in mladostniki, ki so vključeni v športne dejavnosti, to še posebej intenzivno doživljajo pri posameznih športnih igrah (košarka, nogomet, odbojka, rokomet), pa tudi pri drugih športih (tenis, rolanje, kolesarjenje, rolkanje itd.). Mladi tako svoje čustvene napetosti sproščajo na najboljši možen način. K temu lahko veliko prispeva tudi menjajoče se mikrosocialno okolje (družina in prijateljska skupina), v katerem se gibljejo posamezniki in v katerem so tako ali drugače športno dejavni. K odpravljanju potrnosti in tesnobe v družini lahko torej veliko prispeva športno udejstvovanje vseh družinskih članov in vsakega posebej. V šolskem okolju je z igrivimi športnimi dejavnostmi in dobrim pedagoškim vodenjem (kar je odvisno od kakovosti dela športnega pedagoga) v okviru rednega pedagoškega procesa pri športni vzgoji mogoče v veliki meri odpravljati pojavljajočo se in 'uskladiščeno' čustveno napetost. Veliko ugodnih učinkov pa je mogoče doseči tudi pri športnem ali športnorekreativnem udejstvovanju v prijateljskih skupinah, v katerih lahko še bolj intenzivno poteka 'odplavljanje čustvene napetosti'. ■

### Literatura

Berčić, Herman; Tušak, Matej; Karpljuk, Damir (2003): *Šport, droge in zdravje odvisnikov*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Škof, Branko (ured.) (2007): *Šport po meri otrok in mladostnikov*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Tomori, Martina (1997): Tvegano iskanje – mladostniki in droga. V: *Otrok in družina*, 10, str. 14–15.

Tomori, Martina (2000): Duševne koristi telesne dejavnosti. V: *Lepota gibanja*, str. 60–70.

Zalokar Divjak, Zdenka (2000): Vzgoja šolske mladine s pomočjo športa. V: *Lepota gibanja*, str. 212–214.

# Likovno komuniciranje s kompozicijo živobarvnih znakov

Branko Suhy: Komunikacija, 8., 9., 15. 3. 1997

✍ Milček Komelj

*Slika profesorja ljubljanske likovne akademije Branka Suhyja Komunikacija, 8., 9., 15. 3. 1997 sodi v serijo podob iz cikla Španska palma, nastalih kot spomin na slikarjeva pogosta mediteranska potovanja.*

Umetnik, ki senzibilno opazuje sodobni svet z njegovimi značilci, tudi najbolj vsakdanji predmeti, skuša tem predmetom s svojim življenjskim optimizmom in smislom za oblikovne metamorfoze nadeti nadih monumentalnosti in iz ničevosti ustvarjati presenetljive estetske učinke, torej znamenja vsakdanjosti preobraziti v začudenja vredno harmonično lepoto. (Zato mu je od moderne umetnosti s svojo 'pogrošno' motiviko posebej blizu t. i. popularna umetnost, popart.) Taki so na primer njegovi ventilatorji, tube in posode iz tetrapaka z majonezo, ne le ritmično razgibane palme, mehko zaobljene kitare in ohišja morskih školjk, spremenjena v antropomorfná, hkrati mogočno bujna in krhka bitja, kar kaže, da zmore umetnik na vse pogledati z osrečujoče oživljajočim pogledom, ki je lahko v času instantnosti in vsepovsodnih potrošnih predmetov videti tudi lahkotno odrešujoč. Bolj abstraktno učinkujoča slika *Komunikacija*, 8., 9., 15. 3. 1997 pa v tej seriji močno izstopa s svojo panoramsko naniznostjo številčnih znakov in likov (ne

toliko predmetov), spominjajočih na semaforje in okrogel prometni znak, v katerem se zrcalita stolpasti strukturi nekakšnih žičnatih zavojev, spremenjeni v sunkovito stilizirana mobilna telefona.

Podoba je kot usklajen utrip kalejdoskopske spremenljivosti in nosilka komunikacijskih sporočil in ne plastično konkretne resničnosti izrecno ploskovita. Iz nosilne temine se v oglatih zalomih ali za umetnika značilnih krožnih oblikah prižigajo utripajoče številke (od enojke do štiričice) in raznovrstni znaki, ki s svojimi živimi barvami (zlasti rdečo in rumeno) signalizirajo kot na krmilni plošči ali slikovnem ekranu. Kompozicijsko so labilno nanizani v oblikovno in barvno dinamično celoto, ki morda v svoj ritem združuje slikarjev celovit občutek za razpršenost bliskovitih doživljanj na poti, jedro naslova *Komunikacija* pa v tem kontekstu najbrž kaže na sodobne načine signaliziranja, torej komuniciranja, ki lahko človeku vsepovsod omogoča vsaj posreden, pogosto samo slušen medosebni stik, tako kot brezžični telefoni. Človeka lahko uravnava in mu omogoča stike na daljavo ne le na priložnostni študijski ali turistični poti, marveč mu lahko s svojimi možnostmi oziroma avtomatizmi obarva tudi sam prevladujoč način njegovega komuniciranja, v katerega se danes ljudem vse bolj neizogibno vriva tudi komunikacija prek računalnika, s katerim se slikar, ki zagovarja nezmanjšano vrednost klasičnih likovnih medijev in ohranja v svojem likovnem postopku nepo-

sreden ustvarjalni stik s slikarskim in grafičnim materialom, sicer posebej ne ubada.

Taka elektronska komunikacija danes na vseh življenjskih področjih gotovo marsikaj omogoča in olajša, posebej pridobivanje informacij (pri nastajanju diplomskih nalog, kot sem jasno opazil, žal prepogosto nadomešča avtorjevo lastno invencijo z lepljenjem besedil iz računalnika oziroma s prepisovanjem, kar tudi sicer očitno postaja vsakdanja praksa). V načinu navezovanja stikov s soljudmi, ki se v svojem komuniciranju prilagajajo le skopi znakovni govorici, pa ukinja neposrednost prvinskega dialoga in tiste, ki se ji preveč posvečajo, lahko tudi dehumanizira ter predstavlja v umeten, virtualen svet, nedojemljiv za živo neposrednost poglobljenih misli, čustev in instinktov. Zato je v tej zvezi več kot zanimivo in kljub več kot polstoletni časovni distanci vse bolj aktualno spoznanje ameriškega umetnostnega zgodovinarja Meyerja Schapira, na katero se v svoji najnovejši knjigi *Slikarstvom na štiri oči* že v metodološkem uvodu sklicuje slikar in teoretik prof. Jožef Muhovič: sam pojem komunikacije je v nasprotju s 'komuniciranjem' umetnosti, kajti »slikarstvo in kiparstvo ne komunicirata, ampak uvajata držo občestva in kontemplacije« ter ponujata »izkustvo, ki ni dano avtomatično, ampak zahteva pripravo in čistost duha«. Za umevanje slike pa ni, kot komentira Muhovič, »nikakršnega jasnega koda ali trdno določenega slovarja, ki bi nam bila pri tem v pomoč«. In zato

tudi Suhyjeve slike, ki uprizarja sodobno komunikacijo in vključuje celo številke, ni mogoče dobesedno, kaj šele matematično natančno razložiti.

Na sliki vedrega slikarja živí barvni utrip kot v pisani igri medsebojnega 'komuniciranja' samih likovnih elementov in oblik, ki se povezujejo v utripajočih ritmih in razveseljujejo oko z intenziteto samih barv tudi do-

potrošništva, obenem pa je – navdušen nad španskim flamenkom – dojel bolj zaobljeno dvojko in trojko kot aluzijo na konfiguracijo plesalk, bolj koščeno izostreno enico in štirico pa na figure plesalcev. V tem kontekstu si je zamislil tudi dialog med dvema, ki se kličeta po mobilnem telefonu, kot hkratno komunikacijo v znamenju temperamentnega flamenka. A iz

ciji živih barv, oblik, znakov in številčk morda ugledal tudi čisto otroško likovno veselost, ki sproščeno zažari iz barvite slike in požene v plesni objem celo sicer suhoparne številke: koščeno štirico k bujni trojki in strogo enico k mehkejši dvojki. In četudi zagledanost v tak virtualni svet gotovo omogoča koristno sledenje napotkom in hipno izmenjavanje v glavnem osnovnih

informacij, največkrat zanemarljivo poglabljen dialog duše z dušo in človeka s samim seboj. Zato je pristajanje nanj morda sprejeti le za golo, četudi mnogokrat neizogibno nujnost ali otroško prepričanje vsakovrstnim virtualnim igriceam le za hipno zabavo in ne za pogubno obsesijo, ki lahko s svojimi navzven bogatimi možnostmi nerazsodnega in upogljivega človeka celo zasvoji.

Suhyjevo veliko platno simbolizira veliki civilizacijski ekran, na katerem se v barvitih plesu paradno zbrani, promet usmerjajoči in količino določajoči znaki razkazujejo kot žare-



cela, ne glede na svoj zamišljeni pomen, morda le kot asociacija na troje datumsko določenih in ustvarjalno plodnih dni, ko je podoba nastajala, vključenih v naslov slike. Črnina v 'ozadju' ploskovite kompozicije, iz katere se prebujata signalizatorska arhitektonika, pa je morda le praznina, ki jo na površini prekriva pisani živžav nenehnega nemira in možnost številčnih kalkulacij oziroma operacij, na primer bančnega seštevanja ali množenja, na kar morda namigujejo tudi v sliko vrisani matematični znaki.

Konkretnije impulze za nastanek slike bi nam gotovo najbolje pojasnil sam umetnik. Kot danes komentira genezo slike, je skušal s številkami kritično opozoriti na čas prevladujočega

same slike je hkrati očitno, da je, vsaj glede na druge Suhyjeve umetnine, tudi spričo slikarjevega vitalizma videti tak znakovni svet v bistvu fragmentaren, navzven učinkovit, a v skladu z vsakdanjim vrvežem življenja tudi pozunanjen, vendar izrazito hrepeneč po možnosti osrečujočega medčloveškega dialoga. Podoben je utripajočemu zemljevidu možnosti in napotkov, v katerem se je le težko znajti in ki je ob vsej preciznosti v komuniciranju s pomočjo golih številčk, aparatov, svetlobnih okenc, plusov in križcev v svojem bistvu znakovno reduciran, usmerjajoč človeka s svojo 'poslovnostjo' v življenjsko praktično, poslušno in pasivno, ne pa ustvarjalno držo, pa četudi je sam umetnik v taki projek-

nje neonske in elektronske civilizacije, ki ji je do danes sledil le še nov, še nedolgo tega že kar nepredstavljiv tehnološki napredek. Če se bo napajalni vir njegove energije kdaj utrnul ali se bodo njegovi znaki pomešali, se bo njegova (na sliki ne ravno čvrsta) konstrukcija nekoč morda celo sama sesedla vase ter se razblinila ali razplesala v črni nič, ki bo potegnil ugaslost veselih barv v popoln ali delen komunikacijski mrk. Iz njega pa se bo morda vsaj za hip, a toliko bolj pomenljivo, izvil nov, bolj poetičen kozmos: sicer manj pisan in še bolj črn, vendar usmerjen v globino ter na novo napolnjen le s plesom izsanjanih oblakov in skrivnostno nebesno pesmijo daljnih, nedosežnih zvezd. ■



# Vsebine ekonomije, prava in morale v osnovne in srednje šole



✍️ Tomaž Bojc

*Skorajda ne mine dan, ko mediji ne bi poročali o gospodarskih temah; prav tako se v slovenskem informativnem prostoru čedalje več časa posveča podjetništvu in spodbudam zanj. Ne bom povedal ničesar novega, če rečem, da so tovrstne informacije tudi posledica zaostrenih gospodarskih razmer v Sloveniji in ponekod drugod v svetu.*

Izhajajoč iz predpostavke, da tovrstne, večinoma negativne novice, vseeno spodbujajo nekatere osnovnošolce in srednješolce k razmišljanju, pa na drugi strani velja, da izobraževalni sistem v Sloveniji sam po sebi ni naravnani k širšemu razumevanju ekonomskih in družbenih pojavov. Izjema so srednješolski programi s tovrstnimi vsebinami. Prav tako se malo ali skorajda nič ne sliši o ekonomskem gibalbu razvoja, ki mu pravimo podjetništvo. Pri tem ne mislim nujno samo na ustanavljanje podjetij, temveč tudi na razvijanje novih podjetniških idej v najširšem pomenu besede (novih proizvodov, postopkov, organizacije, logistike, načinov prodaje ...).

## Prehod v tržno gospodarstvo

Domnevam, da eden od razlogov za to tiči v dejstvu, da so (bile) ključne odločitve v preteklosti v velikih sistemih slovenskega gospodarstva tako ali drugače podvržene aktualni politiki in je (bilo) to področje tako ali tako na-

menjeno samo nekaterim. Prave tradicije na tem področju (razen izjem) ni.

Prav tako velja ugotovitev, da se 'velike' zgodbe prevzemov večinoma niso končale uspešno in so kot take (tudi ob upoštevanju gospodarske krize v svetu) povzročile izgubo naloženega premoženja v raznih skladih, izgubo zaposlitve ...

Večji manko pa je verjetno tudi predolga 'odsotnost' dejansko delujočih (pravnih) regulatorjev kakor tudi ne vedno ažurno in učinkovito delo sodišč.

Ob prehodu v tržno gospodarstvo so se nekateri znašli tako, drugi drugače. Nekaterim je uspelo zaradi dobrega in trdega dela, spet drugi so morda nekoliko več stavili na ugled iz preteklosti in pridobljena poznanstva ter zato niso ne uspeli. Karte so se tako dodobra premešale, kar je v družbeni sistem vneslo prenekatero osebno frustracijo in negotovost. Tako so se v očeh dela javnosti tudi tisti, ki so delali dobro in v skladu z zakoni, kaj hitro znašli v družbi tajkunov, izkoriščevalcev slovenskega naroda in podobno.

## Relativno slabo predznanje ekonomskih vsebin

Pri tem pa se je dodatno ob razpravah reformnih ukrepov v Sloveniji pokazalo, da je razumevanje ekonomskih vsebin relativno šibko ne glede na to, ali se z njimi oziroma načinom sprejemanja (v celoti ali delno) strinjamo ali ne. Slednje bolj ali manj opažam tudi pri učiteljskem delu, ko poučujem ekonomske predmete. Dijaki in dijakinje pred obravnavano temo izkazujejo

relativno malo znanja o njej ali pa so, žal, omejeni samo na informacije z dnevnoinformativnih oddaj (če jih slučajno spremljajo) oziroma s tem, kar slišijo od staršev. Tako ne morejo razviti kritičnega mnenja do aktualnih ekonomskih vsebin.

Zato je bolj kot kdajkoli potrebna ozaveščenost in sprememba načina razmišljanja. Praksa izpred desetih ali dvajsetih let v današnjem svetu preprosto ne zdrži več. Cele generacije mladih, ki danes končajo univerzitetno izobraževanje in postanejo (so) odločevalci v različnih institucijah in podjetjih, ostanejo brez kakršnekoli 'ekonomske vzgoje'. Ob tem pa je pogosto slabo tudi poznavanje osnov prava, zato jim v marsikateri življenjski ali poklicni situaciji ostane kot vodilo odločanja le še notranja vest, ki pa sčasoma, če je ne negujemo, postane zelo slab partner.

## Katere vsebine bi bile lahko zajete v novem predmetu

Lahko bi govorili o osnovah:

- pravni red v RS (ustava, pomembnejši zakoni, s katerimi se srečujemo v življenju, kako je nekaj urejeno pri nas, kako v tujini ...);
- izzivi globalnih problemov v svetu (globalizacija, revščina, migracije ...);
- makroekonomske vsebine (proračun, gospodarska rast, zadolževanje držav ...);
- podjetniške in finančne vsebine (vrste podjetij v Sloveniji in s.p., kako ustanovim podjetje, poslovne finance in računovodstvo, davki, po-

godbe ..., bančni in zavarovalniški posli ...);

- socialna in okoljska vprašanja v Sloveniji in v svetu.

Ob obravnavanih vsebinah bi se hočeš nočeš porajala tudi številna moralna vprašanja (tako s teoretskega kot s praktičnega vidika), vsekakor pa se s profesionalnega stališča ne bi mogli izogniti vplivom politike, sindikatov, različnih zbornic (Gospodarska zbornica Slovenije, Obrtno-podjetniška zbornica Slovenije ...), civilnih gibanj ter medijev na dogajanje v družbi.

Seveda predlagan obseg vsebin ne omogoča poglobljene obravnave.

## Posledice uvedbe novega predmeta

Uvedba novega predmeta v 9. razredu osnovne šole ter v srednji šoli bi učencem in dijakom omogočila boljši vpogled v družbeno ekonomsko dogajanje, pravne vsebine, ozavestila bi pomen podjetništva ter dodatno osvetlila socialna, okoljska in moralna vprašanja vsake družbe. Tako bi se lahko počasi osvetlila vprašanja oziroma vsebine, s katerimi se dnevno srečujemo, pa o njih učenci in dijaki v šolah glede na predpisane vsebine slišijo premalo.

Zavedajoč se problema, da ni mogoče preprosto kar čez noč zamenjati obstoječe vsebine s predlaganimi oziroma dodatno obremeniti učence in dijake z novim modulom (predmetom), bi bilo vseeno možno uvesti takšne vsebine v odprti kurikulum (velja za srednješolske programe) oziroma v izbirne predmete v 9. razred osnovne šole.

Dobrodošlo bi bilo tudi sistemsko ukrepanje na ravni *Ministrstva za izobraževanje, znanost, kulturo in šport*, saj menim, da to vprašanje presega zgolj dobro voljo ravnateljev in ravnateljic osnovnih in srednjih šol. Svet okoli nas se je namreč v zadnjih dvajsetih letih tako spremenil, da bi bilo dobro učence in dijake opremiti vsaj z osnovnim znanjem oziroma razumevanjem predlaganih vsebin. ■

*Podoben članek istega avtorja je bil objavljen tudi 4. julija 2012 v dnevniku Finance.*

# O šolski prehrani

✍ Mojca Bukovnik

*V osnovnih šolah in v vrtcih se zelo trudimo z uvajanjem zdravih živil na jedilnike, s ponudbo eko- in bio živil, s čim bolj zdravo pripravo jedi, z ozaveščanjem učencev in učenk o pomenu zdrave prehrane. Pa vendar naša prizadevanja marsikdaj ne obrodijo pričakovanih sadov, vsaj v kratkem času ne.*

**T**udi če nam ob obstoječi zakonodaji, premajhni ponudbi živil višjega kakovostnega razreda, fiksnih cen šolske malice, vezanosti na dobavitelje, izbrane v procesu javnega razpisa ... uspe zagotoviti res zdrav, hranilno in energijsko uravnotežen obrok, pogosto naletimo na težave druge narave:

- Vsesplošna izbirčnost otrok.
- 'Zasvojenost' z ojačevalci okusa, soljo in sladili.
- Zavračanje zdravih živil s strani učencev in učenk (polnozrnatih jedi in živila, zelenjavne jedi, uživanje presne zelenjave, uživanje rib ...).
- Zavračanje eko- in bio živil, ki nimajo popolnega merkatorskega videza.
- Zavračanje novih, starih in manj znanih živil in jedi.
- Prepričanje in predsodki nekaterih staršev.
- Nepripravljenost nekaterih kuharjev, da pripravljajo jedi, za katere že vnaprej vedo, da jih otroci ne marajo.
- Nezaupanje staršev in otrok.

Pri oblikovanju jedilnikov in zdravih prehranskih navad otrok je poleg cene in hranilne ter energijske sestave živil nujno potrebno poznati in upo-

štovati obstoječe prehranske navade otrok in njihovih staršev, kulturo okolja in časa, v katerem živimo, ter ne nazadnje psihološki pomen, ki ga ima hrana za posameznika. V nasprotnem primeru nam tudi sicer brezhibno računalniško sestavljeni jedilniki 'padejo v vodo'. Za vsako spremembo pa je treba veliko motivacije in veliko časa ali, 'Bog ne daj', veliko lakote.

Kljub recesiji in 'težkim časom' večina predšolskih in osnovnošolskih otrok v Sloveniji, ki so vključeni v vrtec ali osnovno šolo, ni resnično lačnih, vsaj ne v šoli oz. vrtcu in ne po krivdi družbe. Za prehrano na tej ravni je zelo dobro poskrbljeno, celo bolje kot kadar koli do sedaj in kot redko kje po svetu. Hrane imajo raje več kot pre malo, zato lahko celo izbirajo. Izbirajo/izbiramo pa hrano predvsem na podlagi zaznav naših čutil (vid, vonj, otip) ter poznavanja in čustev do hrane. Če otroci niso resnično lačni, praviloma (vedno obstajajo izjeme) ne poskusijo hrane, ker:

- je ne poznajo;
- vsebuje nepoznano živilo ali živilo, ki ga ne marajo;
- imajo s podobno hrano slabe izkušnje;
- je na videz čudna ali celo 'grda';
- ima neobičajen ali neprijeten vonj;
- uživanje take hrane ni moderno;
- je prijatelj ali 'vodja' razreda rekel, da je zanič;
- ne marajo osebe, ki jim je s to hrano postregla;
- nezaupanje;
- osebno prepričanje;
- kljubovanje ipd.

Če želimo, da bodo pripravljene obroki varovanci tudi zaužili (in to je osnovni namen našega dela), moramo hrano pripraviti tako, da bo zanje mamljiva in da bomo tako z njimi kot njihovimi starši (!) vzpostavili odnos



zaupanja. Slednje velja tako za kuharje kot za pedagoški in ostali kader. Če tega zaupanja ni, kažejo starši in otroci do prehrane negativen odnos in iščejo 'dlako v jajcu'. To niso kaki 'zateženi' starši, ampak starši, ki resnično ljubijo (celo preveč) svoje otroke, ki jim želijo vse najboljše in še malo več, a imajo slabo vest, ker jim tega (npr. kosila) ne morejo zagotoviti sami. Poleg brezhibne strokovnosti taki starši potrebujejo predvsem razumevanje in občutek, da nam je za njihovega otroka resnično mar in da se bomo zanj potrudili po najboljših močeh, pri čemer pa ne smemo popuščati 'muham' in odstopati od zahtev zdravega prehranjevanja. Tudi otroci pogosto bolj kot samo hrano potrebujejo občutek, da so sprejeti in ljubljani. Hrana se nehote že od samega rojstva (da ne rečem spočetja) dalje povezuje z materinstvom in ljubeznijo. S trendom dojenja (kar je za razvoj otroka zelo pozitivno) in podaljševanjem dojenja celo preko enega leta se ta povezava še okrepi in v podzavesti posameznika ostane tudi še z vstopom v vrtec ali šolo, pravzaprav kar vse življenje. Učinek te povezave je najbolj viden pri vstopu otrok v vrtec, saj se zavračanje hrane zmanjšuje vzporedno z navezovanjem na vzgojiteljico. Če postane ta odnos zelo 'materinski', lahko otroci ob še nekaterih drugih dejavnikih v vrtcu uživajo celo hrano, ki je doma ne marajo. To velja tudi še za nižje razrede osnovne šole. Pod 'materinski' odnos tu ne pojmem permisivnega popuščanja vsakršnim otroškimi 'muham', ampak dosledno ljubečo vzgojo. To vključuje tudi prijazen način strežbe in pozitivno motivacijo otroka, da neko jed okusi.

“ *Preden otrok jed okusi, je zanj zelo pomemben prvi vtis o hrani, to je videz in vonj.* ”

Preden otrok jed okusi, je zanj zelo pomemben prvi vtis o hrani, to je videz in vonj. Na podlagi zbranih podatkov ponujeno jed opredeli kot užитno, pogojno užitno ali kot neužitno. To ni stvar 'izbirčnosti', ampak samoohranitvenega nagona človeka. Le-tega premaga samo izredno huda

lakota, ko bi človek pojedel karkoli, samo da zadosti potrebi po hrani. Na tem delujejo vsi tržni prijemi proizvajalcev in prodajalcev sladkarij in tudi drugi:

- **prepoznavnost** – pogosto oglaševanje, povezovanje jedi oz. živila z otrokom poznanimi in oboževanimi junaki;
- **videz** – barvitost, popularne oblike (risani junaki ...), lepa embalaža ipd.;
- **vonj** – dodajanje priljubljenih arom;
- **obvezen dodatek za mamice:** podatki o **koristnosti** za otroka (vsebuje kalcij, ki je zdrav za kosti, dodani vitamini, brez umetnih barvil, 'najboljše za otroka' ...) in **zavajajoče ime**; npr. sadna rezina, sadni bomboni ... (dejanski delež sadja je zelo majhen).

V šolskih kuhinjah z zdravo prehrano, ki jo, mimogrede, redko oglašujejo po televiziji, pa še to povsem drugi ciljni publiki, težko konkuriramo TV oglasom za sladkarije. Lahko pa na drug način uporabimo te iste prijeme. Nekaj idej:

- Barvna usklajenost jedi na krožniku.
- Jedi na krožnik razporedimo na otrokom zanimiv, lep način.
- Zanimiva domišljajska imena jedi; mavrični posip, huba-buba rižota, juha ata smrka, čokoladni žganci, garfild lazanja, ...
- Potrudimo se, da je nova jed podobna kaki drugi jedi, ki jo imajo otroci radi npr; mlečna prosena kaša in mlečni zdrob, ocvrt file osliča in dunajski zrezek ...
- Povezujemo živila, ki jih otroci obožujejo z živili, ki jim niso ravno pri srcu; čokoladni namaz ali pašteta in polnozrnat kruh, čokoladni kosmiči in mleko, gobova juha s kroglicami, pica iz polnozrnat moke.
- V majhnih količinah dodajajmo užitne 'lepotne dodatke', da povečamo privlačnost jedi; npr. čokoladne mrvice, sladkorni posip mozaik, čokolada v prahu, stepena sladka smetana, jušne kroglice, ipd., ki jih, ko se otroci enkrat navadijo okusa osnovne jedi, lahko počasi ukinjamo.
- Novo jed otrokom na zanimiv način predstavimo in prijazno zahtevamo,

da jo poskusijo. Vsi okusi, razen sladkega, so privzgojeni. Da nam jed postane všeč, jo moramo okusiti tudi do 10-krat. Da pa se odvadimo 'zasvojenosti' z ojačevalci okusov, je potrebno še več časa in energije. Žal nas pogosto 'odvadijo' šele resna obolenja ali alergije.

- Otroci naj jed uživajo v miru. Pri sebi naj nimajo igrač, ki bi jih odvrčale od kosila, razen zelo majhnih otrok, ki si s svojo 'ninico' lahko 'delijo' kosilo.
- Otroci naj tik pred kosilom ne pijejo večjih količin napitkov, zlasti ne sladkih, ker jim uničijo apetit, čez eno uro pa so zopet lačni.
- Dobro je, da se vsaj mlajši osnovnošolski otroci pred kosilom malo razgibajo, po možnosti na svežem zraku. Pri kosilu so potem manj nemirni in imajo boljši apetit. V vročih dneh naj se pred obrokom ohladijo, da začutijo tudi lakoto, ne le žejo.
- O aktivnostih poročajmo staršem, da si pridobimo njihovo zaupanje.
- Ne pretiravajmo, ne pričakujmo preveč in vztrajajmo. Gre za dolgoročne projekte, ki zahtevajo tudi svojo ceno. Večja količina odpadkov na začetku uvajanja nove jedi, pritožbe z vseh strani, ipd.
- Bodimo ustvarjalni, ljubeči in vztrajni.

Tudi z vsemi naštetimi ukrepi in še kakšnim dodatnim pa bodo vedno ostajali otroci, ki jih ne bomo prepričali, da bi uživali zdravo, uravnoteženo prehrano. Tudi te je potrebno spoštovati in imeti rad.

Vsem organizatoricam in organizatorjem šolske in vrtčevske prehrane, kuharicam in kuharjem, vzgojiteljicam in vzgojiteljem, učiteljicam in učiteljem, pa tudi vsem mamicam in očetom ter drugim, ki se trudijo z vzgojo zdravih prehranskih navad sebe in otrok, želim obilo uspeha, potrpljenja in dobre volje. Ker je kovačeva kobila vedno bosa, še zadnja misel. Doma nas je sedem. Kar koli skuham, vsaj eden ne je. Tudi najbolj popularne jedi ne bo jedlo vsaj nekaj od skoraj 1000 otrok in odraslih, za katere pišem jedilnike na delovnem mestu. ■

# Formalni in neformalni pristop pri učenju

✉ Primož Ferjančič



*V učnem načrtu predmeta Državljanstva in domovinska vzgoja ter etika (DDE) je zapisano, da cilj predmeta ni le pridobivanje vednosti o predpisanih vsebinah, ampak tudi usposabljanje učencev za državljansko delovanje v skladu s temeljnimi etičnimi načeli. Pri tem gre poudariti usposabljanje in etična načela. Še bolj drzno bi bilo, če bi besedo 'ampak' zamenjali z besedo 'preko' ali 's pomočjo'. Pri tem pa se odpira vprašanje formalnega izobraževanja in na drugi strani neformalnega, priložnostnega učenja.*

## Hrepenenja in današnji položaj mladih

Mladi imajo različen dostop do virov: materialnih (npr. finančnih, izobraževalnih) in nematerialnih (prosti čas, odnos z vrstniki, prijatelji, družino). Človeški, kulturni in socialni kapital so ključnega pomena za ustvarjanje posameznikove blaginje. Zaradi potrošniškega načina življenja imajo mladi lahko občutek dezorientacije. Izpostavljeni so številnim dražljajem iz okolja, nalogam in izbiram. Razločevanje med potrebnim in nepotrebnim, med dobrim in slabim, med dobrim in boljšim ter življenje v svobodni, demokratični, tekmovalni in pluralni družbi je velik izziv.

Raziskave o mladih v Sloveniji longitudinalno kažejo trende sprememb glede vrednot mladih, umikanje mladih iz javnega delovanja ter vse večji

pomen, ki ga posvečajo osebnim vprašanjem. Vendar ne zanemarjajo pomena izobraževanja, zaposlovanja in osamosvajanja. V prostem času pozornost prvenstveno namenijo sovrstnikom, prijateljem, dekletu ali fantu, ženi ali možu. Prosti čas preživljajo ob športnih aktivnostih, pred računalnikom, v obiskovanju sorodnikov, visoko na 'lestvici' pa so tudi družabne dejavnosti in obiskovanje barov, klubov in zabav. V primerjavi z letom 1995 so mladi danes mnogo bolj naklonjeni prostovoljnimi dejavnostim in vključeni vanje. Slednja ob zaposlovanju in izobraževanju predstavlja tudi temelj njihove družbene vključenosti (Lavrič, 2011). To so optimistične informacije. Vendar je treba pogledati tudi iz drugega zornega kota, ki pa lahko pokaže mnogo bolj kompleksno sliko mladih v današnji družbi. Z vidika hrepenenja mladih bi lahko to interpretirali kot klic k odnosu, predvsem do najbližjih. Kako se to manifestira, je naslednje vprašanje.

## Šola in razred kot mikroprojekcija družbe

Pogosto vprašanje je, kdo naj uči DDE. Prevečkrat je za učitelje ta predmet odvečna obveznost. Tudi odgovori na vprašanja, kot npr. »kaj naj storim, kje naj se lotim in kako«, povedo nekaj o tem, kako vrednotimo vsebino predmeta in lastno delo. Učitelji različnih predmetov učijo tudi DDE. Pogosto so to učitelji, ki so v lokalnem okolju dejavni tudi na drugih področjih. Učni načrt predvideva, da je splošni cilj razvoj politične pismenosti, razvoj kritičnega mišljenja in nekaterih stališč in vrednot ter dejavno vključevanje učencev v družbeno življenje. Zato predvideva usmerjenost učiteljev v medpredmetne povezave ter kot



Foto: Matej Hožjan



ključno avtonomijo učitelja in šole pri izvedbi učnega načrta.

Šola je majhna skupnost, model celotne družbe, v kateri posamezniki dejavno sodelujejo. To je usmeritev, ki nas vodi v inovativen, drugačen položaj. Eno od osnovnih izhodišč je, kdo sem kot osebnost, kaj in koga predstavljam. Zato je ključno, kakšen zgled imajo učenci in kako doživljajo ta predmet ne le na kognitivni ravni, ampak vsaj enakovredno tudi na kognitivni in psihomotorični ravni. Kljub vsemu ima šola specifično značilnost, ki v primerjavi z drugimi družbenimi sferami predstavlja zavoro pri učinkovitosti, celostni in poglobljeni izkušnji učencev. Ta zavora je obvezna udeležba. S tem pa je mikroprojekcija družbe nepopolna.

## Primer planinstva in skavtskega gibanja

Zgodovinski pogled na razvoj dveh velikih gibanj, planinstva (gorništva) v Sloveniji in skavtstva v svetovnem merilu, ob boku razvoja formalnega šolstva nam pokaže primerjalno prednost prostovoljne udeležbe ter dopolnjevanja formalnega in neformalnega izobraževanja.

Planinstvo je v slovenskem prostoru v določenih pogledih pomenilo odločilno narodno obrambno in kulturno komponento v oblikovanju narodove identitete. Slovensko planinstvo je v tekmovanju z nemškim razvilo široko paleto dejavnosti, ki niso neposredno povezane z gorništvom. Literatura, poezija, slikarstvo, družabne aktivnosti, znanost predstavljajo le del dejavnosti, ki so vključevale vse generacije. Planinstvo je razvilo svoje metode dela, taborjenja, kulturne prireditve ipd. Tudi mladi, ki so imeli oporo v starejših avtoritetah, so pomembno prispevali k utrjevanju slovenstva.

Skavtstvo se je razvilo v industrijski družbi v Veliki Britaniji kot odgovor na pasivnost mladih, na njihovo brezdolje v prostem času, zunaj šole. Nagovarjalo je predvsem meščansko mladino, čeprav je vključevalo vse sloje. Položaj delavske mladine je bil nekoliko težji. Lord Baden Powell, angleški vojaški oficir, je spoznal potrebo po aktiv-

nem vključevanju mladih v družbo, da bodo v ponos takratni kolonialni velesili. Ugotovil je, da mladi potrebujejo izzive in tekmovanja, kar krepi njihovega duha in telo. Zato je po zgledu nekaterih drugih mladinskih gibanj in ob primerjavi razvijajočih se pedagoških modelov razvil skavtsko metodo. Skavtstvo je bilo poleg življenja



v naravi, urjenja v ročnih spretnostih ter taborjenja usmerjeno v pomoč sočloveku, služenje v družbi ter gradnjo svetovnega bratstva. Danes velja za eno od najbolj razširjenih mladinskih gibanj po vsem svetu z različnimi nacionalnimi skavtskimi organizacijami. Osnovna ideja pa ostaja nespremenjena: prostovoljna aktivna (družbena) participacija ter odgovoren in dejaven odnos do sebe, drugih in narave.

## Skriti potencial predmeta Državljanstva in domovinska vzgoja ter etika

Naša naloga je združiti obvezno udeležbo in prostovoljno filozofijo sodelovanja, vključevanja in dejavnega, odgovornega in demokratičnega državljanstva. Kako naj učenci pridobijo izkušnjo sodelovanja, odnosa do okolja, do sebe in do sočloveka? Začnemo lahko z metodološkim vidikom. Mnogo metod, ki so nastale v različnih organizacijah civilne družbe in podjetništva, se že redno uporabljajo tudi v formalnem šolstvu. Še več, metoda je lahko še bolj uspešna in učinkovita, če jo pedagog (učitelj, voditelj

ali trener – ne le športni) razvije sam, specifično za potrebe neke situacije. To pomeni, da tisti, ki želi predati neko sporočilo, izhaja iz skupine in posameznikov v njej ter naloge oblikuje tako, da bo uspešno dosegel cilj. S tem pa v marsičem izrazi sebe, ker želi znanje predati tako, da se kot pedagog da na razpolago. Tako si pridobi zaupanje. S

pristnim odnosom prehaja na polje etike in tako etiko preko svoje osebnosti prinaša v skupino ali razred.

Odnos pedagoga do širšega okolja, predmeta in otrok oz. mladih je ključnega pomena za uspeh. Osnovna težava je v pristopu in znanju, še posebej če so družbeni koncepti v širšem okolju pomešani, nejasni. V

Sloveniji se s tem srečujemo. Že pojmi demokracija, človekove pravice, dostojanstvo, svoboda ipd. so tudi zaradi neznanja pogosto zlorabljeni za parcialne potrebe ter postajajo prazni. Zato, ker za njimi ni pravih dejanj. Vzrok je v tradiciji, v nerazviti demokratični politični kulturi. Te težave se odlikavajo tudi v pedagogovem pristopu k delu.

Šolski sistemi v Evropi so različni. Tako majhne ponudbe na trgu osnovnega formalnega izobraževanja, kot je v Sloveniji, ni nikjer. A vendar lahko ugotovimo, da so različne evropske države z različnimi sistemi lahko zelo uspešne. Formalna izobrazba je pomembna, prav tako pot do nje. Javno priznani programi se po vsebini in metodah lahko zelo približajo okoljem, ki temeljijo na neformalnem izobraževanju. Če to v razumnih mejah in glede na realno situacijo v Sloveniji apliciramo na obravnavano tematiko, se bomo verjetno strinjali, da se ta predmet uspešno implementira šole, ko postane del življenja šole in lokalne skupnosti. Takrat, ko učenci postanejo ustvarjalci aktivnosti.

Na osebni ravni se dejavno državljanstvo razvija v koncentričnih krogih v odvisnosti od časa (starosti).

Začne se že v manjših skupinah. Šola in razred sta že širši prostor; kompleksnost okolja, v katerega se posameznik vključuje, se s starostjo povečuje. Temu primerno pa lahko posameznik prevzema tudi vedno več odgovornosti. Toda mladi zaradi izobraževalnega moratorija ne morejo vedno konstruktivno izražati svojih talentov in sposobnosti.

Predmet DDE odpira prostor oblikovanja okolja, kjer bodo učenci lahko odkrivali realnost sveta, v katerega odraščajo. To je nujno. Življenje v pretirano varnem okolju je pogosto slaba alternativa. Državljanstvo se začne s prevzemanjem odgovornosti in z zavedanjem pravic, to predvideva tudi spoštovanje pravil (zakonov). Vendar sama zunanja norma, kaj je prav in kaj ni, ne zadostuje. Če želimo biti uspešna družba, prijetna za življenje, morajo zunanje norme postati vrednota. Tako je tudi z demokracijo. Tak odnos pa se ustvari le z aktivno posameznikovo vlogo in s prevzemanjem odgovornosti.

S tem se približujemo konceptu domovinskega. To je temeljni del posameznikove identitete. Kaj bodo mladi odnesli v svet, ko bodo zapustili osnovno šolo, kako dejavni državljani bodo in kakšna bo njihova domovinska zavest, je odvisno od številnih dejavnikov. V ožjem smislu je odgovor odvisen od tega, kako bodo ponotranjili pridobljeno znanje, kako ga bodo predelali in uporabili, kakšna bo njihova osebna izkušnja in doživljanje. To pa je že vprašanje odnosa. Odnos prinaša med otroke in mlade pedagog, prvi med enakimi, ki je tudi avtoriteta, ko je sprejet ne zaradi moči, ampak zaradi prostovoljne odločitve tistih, ki so mu zaupani. To pa je etika in pot v dobro življenje, kar je največ. ■

### Viri in literatura

Karba, Pavla (2011): *Učni načrt. Program osnovna šola. Državljanstva in domovinska vzgoja ter etika*. Pridobljeno 3. 5. 2012 z: [http://www.mizks.gov.si/fileadmin/mizks.gov.si/pageuploads/podrocje/os/prenovljeni\\_UN/UN\\_DDE\\_OS.pdf](http://www.mizks.gov.si/fileadmin/mizks.gov.si/pageuploads/podrocje/os/prenovljeni_UN/UN_DDE_OS.pdf)

Lavrič, Miran (ured.) (2011): *Mladina 2010*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport, Urad za mladino.

# Računalnik pri pouku športne vzgoje

✍️ Silvia Šlibar

*S premišljeno uporabo informacijsko-komunikacijske tehnologije (IKT) lahko tudi pouk pri športni vzgoji načrtujemo in izvedemo tako, da pri učencih povečamo motiviranost za delo in hkrati dosežemo hitrejši napredek pri odpravljanju nepravilne tehnike izvedbe posameznih gibalnih nalog.*

## Zakaj predvajanje z zamikom?

Uporaba kamere pri pouku športne vzgoje ni novost, a namesto snemanja sem se odločila za možnost predvajanja z zamikom in tako so učenke izkusile prednost takojšnje vidne povratne informacije.

Že konec leta 2010 sem se prvič seznanila z uporabo računalniškega programa za zamik predvajanja. Program VCL

Media Player je brezplačni program in sem si ga pretočila s spletnega naslova <http://www.videolan.org/vlc/> ter ga namestila na prenosni računalnik.

Pri tovrstni uporabi računalnika gre torej za metodo takojšnje vidne povratne informacije učencu o njegovi izvedbi določene gibalne naloge. Lahko jo uporabimo pri učenju številnih tehničnih elementov pri igrah z žogo (odbojka, rokomet ...), pri atletiki (skok v višino, skok v daljino ...), plesu. Sama jo uspešno uporabljam pri urah gimnastike in atletike z učenkami od šestega do devetega razreda.

## Uporaba metode pri gimnastiki

Učenke osmega razreda sem v uvodnem delu ure na kratko seznanila z načinom dela in jim razložila, kako si bodo takoj po opravljeni nalogi pogledale svojo izvedbo na računalniku.

Po temeljitem ogrevanju so pripravile blazine, prenosni računalnik pa sem postavila na skrinjo s pokrovom



Foto: arhiv Silvia Šlibar



in prilagodila njeno višino. Spletno kamero (višjega kakovostnega razreda z avtomatskim ostrenjem) je bilo treba namestiti v primerni oddaljenosti in pod najugodnejšim kotom za dober prikaz slike na računalniškem zaslonu. Pri tem nam je skrinja s svojo okretnostjo (je na koleščkih) prišla zelo prav. Nastavila sem približno osemsekundni zamik, kar je omogočalo vsaki učenki, da je bila po izvedbi pravočasno ob računalniku.

## Spodbujanje k opazovanju napredka in samoocenjevanje

Za poskusno nalogo so učenke izbrale razovko. Prva učenka jo je izvedla, si nato ogledala predvajanje z zamikom, v tem času pa je nalogo izvajala že naslednja učenka in tako po vrsti vse do zadnje.

Nekoliko prehitro so se zvrstile vse in zanimivo je bilo slišati prve komentarje. Niti polovica jih ni opazovala pravilnosti izvedbe, pač pa so se obremenjevale s pričeskami, z neujemanjem med barvo majice in nogavicami, debelimi nogami, nekatere so se le smejale.

Mladi, posebno dekleta, so v tem obdobju zelo občutljivi in nekateri preveč kritični do svoje zunanje podobe. Neprimerne pripombe in komentarji drugih vrstnikov lahko še poslabšajo posameznikovo samopodobo, zato moramo biti učitelji na ta pojav pozorni. Med učenci in učenkami se vedno najdejo posamezniki, ki svojega telesa ne sprejemajo najbolje ali se ga celo sramujejo. S pravilnim pristopom pa tudi tem učencem lahko pomagamo pri osebni rasti, posebno pri oblikovanju občutka lastne vrednosti, samospoštovanju.

Ker sem želela, da vsaka od učenek po predvajanju na kratko pove, kaj meni, da ji je dobro uspelo in kaj bi bilo pri naslednji izvedbi potrebno popraviti, so se zvrstile ponovno. Opozorila sem jih, na kaj točno naj bodo pozorne, ko razovko izvajajo. Pri računalniku so se takoj po izvedbi sprva čudile videnemu, saj se ni povsem ujemalo s pričakovanjem. V telovadnici še nimamo velikega 'baletnega' ogledala, ki bi učenke razveseljeval s svojim

odsevom in ni preostalo drugega, kot da verjamejo – slika ne laže.

Poleg razovke so v kasnejših ponovitvah izvajale še prehod v stojo na rokah in preval letno. Pri teh izvedbah so učenke postajale vse bolj motivirane. Njihov kriterij pri samoocenjevanju pa se je glede na začetnega zelo zaostрил. Po odpravi večjih nepravilnosti so ob moji pomoči pri usmerjanju pozornosti na manjše napake nekatere uspele odpraviti že tudi te. A le redkokatera je bila zadovoljna z izvedbo premeta vstran. Povedale so, da so bile prepričane, da ne krčijo kolen, da so prej menile, da je estetski videz boljši, pozicija dlani ali stopal drugačna in podobno. Ura je bila kar naenkrat prekratka za vse gibalne strukture, ki so se jih učenke namenile izvesti. Tako smo računalnik uporabile tudi pri naslednji uri športne vzgoje.

## Prednosti metode

Poglavitna prednost metode predvajanja z zamikom je v primerjavi s klasičnim snemanjem s kamero prav gotovo neposreden ogled po izvedbi, brez dodatnega dela z vračanjem posnetega gradiva na začetek snemanja.

Tu pravzaprav ne gre za snemanje, ne gre za shranjevanje vsebin, torej tudi ni težav z varstvom podatkov. Računalnik, digitalna kamera in primerna programska oprema tako omogočajo kvalitetnejšo podajo povratne informacije v učnem procesu ponavljanja in utrjevanja gibanj. Vsak učenec poleg lastnega kinestetičnega občutenja med gibanjem in učiteljeve razlage po njej sam presodi natančnost izvedbe ob ogledu na računalniku.

Sprva nam je priprava vzela nekaj več časa, a že pri naslednji uporabi so se učenke hitro uskladile v predlogih, kam postaviti kamero in kakšen naj bo časovni zamik predvajanja.

## Uporaba IKT pri urah športne vzgoje

Ker nas IKT danes spremlja že na vsakem koraku, za učitelje predstavlja možnost izbire in ne nazadnje posodablja vzgojno-izobraževalno delo z učenci. Učitelji smo po svojih

kompetencah dolžni slediti napredku. Tako si na dodatnih izobraževanjih in srečanjih študijskih skupin izmenjujemo izkušnje pri uporabi različnih merilnikov porabe kalorij, merilnikov srčne frekvence, pedometrov. Vse več je tudi spletnih aplikacij za uporabo na pametnih telefonih.

“ Učencem z uporabo IKT lahko popestrimo učenje, povečamo motiviranost za delo pri pouku in vadbo popolnoma prilagodimo posamezniku in njegovim sposobnostim. ”

Učencem z uporabo IKT lahko popestrimo učenje, povečamo motiviranost za delo pri pouku in vadbo popolnoma prilagodimo posamezniku in njegovim sposobnostim. Učenci imajo radi dostopna e-gradiva in vse več uporabljajo tudi vsebine spletnih učilnic.

Pri pouku športne vzgoje je eden od pomembnejših ciljev privzgojiti pozitiven odnos do športnih aktivnosti, da se bodo kasneje v življenju pogosteje odločali za oblike dejavnega preživljanja prostega časa. Glavno 'orodje in material' v telovadnici je človeško telo. Učimo se spopadati s stresom, bogatijo nas občutki radosti ob uspehih, pa tudi nelagodja ob naporu ali porazu. Raziskujemo, kako posamezna čustva sprejeti, razumeti, deliti s sošolci. Učitelji in učenci osebno rastemo ob številnih primerih kohezivnosti v skupini, upoštevanju poštene igre in prevzemanju odgovornosti za svoje ravnanje. S strpnim in prijateljskim medsebojnim odnosom in še posebno pozornostjo do 'šibkejših' v športnih znanjih ali po fizičnih sposobnostih lahko številne probleme spremenimo v izzive. Naj nam bodo nove vrste znanja pri tem v pomoč. ■

### Literatura:

Prša, Igor (2010): Metoda takojšnje vidne povratne informacije pri pouku športne vzgoje. V: Kovač, Marjeta; Plavčak, Marjan (ured.) (2010): *Zbornik 23. mednarodnega posveta športnih pedagogov Slovenije*. Murska Sobotica: Zveza društev športnih pedagogov Slovenije, str. 90–93.

Kovač, Marjeta idr. (2007): *Uporaba informacijsko-komunikacijske tehnologije (IKT) pri pouku športne vzgoje*. Ljubljana: Fakulteta za šport.

## Prejemniki Slomškovega priznanja 2012

V soboto, 22. septembra 2012, bo na Ponikvi tradicionalno srečanje učiteljev, vzgojiteljev, katehetov in staršev. Na njem bomo podelili tudi Slomškova priznanja, ki jih bodo prejele dr. Jana Kalin, Anica Benčina in Martina Hafnar. Tu povzemamo utemeljitve za priznanja ter prejemnicam iskreno čestitamo.

### Dr. Jana Kalin

Jana Kalin (roj. 1965) je po končani gimnaziji pedagoške smeri diplomirala na *Pedagoški akademiji* leta 1986, na *Filozofski fakulteti Univerze v Ljubljani* pa iz pedagogike leta 1990. V začetku je bila razredna učiteljica, nato je kot zunanja sodelavka *Instituta Jožefa Stefana* razvila 32-urni vzgojno-izobraževalni program izbirnih vsebin za srednješolce. Leta 1993 se je tam zaposlila kot mlada raziskovalka. Na *Filozofski fakulteti* je leta 1996 magistrirala iz pedagogike, marca 2000 pa doktorirala. Razvijala in izvajala je izobraževalne programe za učitelje osnovnih in srednjih šol.

Bila je asistentka za didaktiko na *Oddelku za pedagogiko in andragogiko Filozofske fakultete v Ljubljani* (1995–1998). Decembra 2001 je bila izvoljena v naziv docentke za področje didaktike, julija 2009 pa v izredno profesoricu za področje didaktike in kurikularnih teorij. Predava didaktiko študentom pedagogike na *Filozofski fakulteti* v Ljubljani. Na *Fakulteti za matematiko in fiziko* predava občo didaktiko študentom pedagoške smeri študija; na *Fakulteti za management* v Kopru pa je tri leta izvajala izbirni predmet Management razreda v okviru podiplomskega študija. Številnim študentom je mentorica pri diplomskih, magistrskih in doktorskih nalogah.

Njeno pedagoško delo v veliki meri temelji na znanstvenoraziskovalnem delu. Raziskuje kakovost učiteljevega dela in profesionalni razvoj, učiteljeve kompetence z vidika uresničevanja vzgojno-izobraževalnih ciljev v šoli, razredništvo in vodenje oddelka, kakovost pouka, učno individualizacijo in

diferenciacijo, sodelovanje med učitelji in starši. Posebno pozornost posveča raziskovanju pouka, vlogi učitelja in učencev ter uvajanju sodobnih didaktičnih pristopov, ki zagotavljajo večjo kakovost pouka. Njeno znanstvenoraziskovalno delo je odmevno tudi v tujini.

Sodeluje kot organizatorica strokovnih srečanj za učitelje in raziskovalce. Je članica razširjenega uredniškega odbora pri reviji *Teachers and Teaching – Theory and Practice* ter članica uredniškega odbora revije *Vzgoja in izobraževanje*. Od leta 1997 sodeluje na mednarodnih znanstvenih konferencah.

Dva mandata (2005–2009) je bila predstojnica *Oddelka za pedagogiko in andragogiko na Filozofski fakulteti Univerze v Ljubljani*. Bila je članica različnih odborov na ravni Univerze in države. Sodelovala je v *Nacionalni strokovni skupini za pripravo Bele knjige na področju vzgoje in izobraževanja v RS* (2009–2011), znotraj nje pa je bila predsednica področne strokovne skupine za osnovno šolo.

Dr. Jana Kalin je članica *Društva katoliških pedagogov Slovenije*. Bila je urednica 13 števil *Iskanj* (glasila DKPS). Bila je članica pripravljalnega odbora za nastanek revije *Vzgoja*, od začetka je članica njenega uredniškega odbora. Pisala je članke in urejala rubriko *Razrednik in razred*.

Sodelovala je pri oblikovanju programa za prvi in drugi kongres SIESC v Ljubljani (2000) in Mariboru (2004). Bila je urednica zbornikov obeh kongresov in avtorica uvodnikov.

Je članica strokovnega sveta DKPS. Dr. Jana Kalin je pedagoginja, ki je s svojim zavzetim in širokim področjem strokovnega, znanstvenega in pedagoškega dela ter z zvestobo društvu vzor delavke za razvoj učiteljskega poklica v slovenskem prostoru.

Marija Žabjek

### Anica Benčina

Anica Benčina (roj. 1936) je obiskovala gimnazijo v Kočevju. Leta 1959 je na *Višji pedagoški šoli* v Ljubljani diplomirala iz matematike in fizike. Leta 1958 se je zaposlila v *Osnovni šoli Vide Pregarc* v Ljubljani, kjer je delala 10 let,

nato se je zaposlila v *Osnovni šoli dr. Franceta Prešerna* v Ribnici. Leta 1984 je postala pomočnica ravnateljca, 1988 pa ravnateljica. Po upokojitvi (1992) je občasno poučevala matematiko v osnovnih šolah Stara Cerkev in Sodražica ter inštruirala.

Učence je navajala na dobro delovno disciplino. Zavzemala se je za aktivnejše sodelovanje učencev pri pouku. Z njenim sodelovanjem so izdelali tudi nekatera trajnejša učila. Redno je pomagala učencem s specifičnimi učnimi težavami. Do učencev je imela lep odnos. Pod njenim vodstvom se je izoblikovala dobra razredna skupnost, ki je izvajala različne skupne razredne dejavnosti. S starši je vzdrževala dober stik preko roditeljskih sestankov, razrednega sveta staršev in govorilnih ur.

Poleg strokovnosti se je dosledno zavzemala za krščanske vrednote. Bila je ponosna, da ni bila nikoli članica Komunistične partije, kar tedaj med ravnatelji ni bilo ravno običajno. Prednost je dajala pedagoški stroki. Pogosto je poudarjala, da je velika krivica zahtevati enako znanje od neenakih otrok, zato je spodbujala uvajanje nivojskega pouka. Prevzela je poučevanje prvega, najnižjega nivoja. V času njene ravnateljstva je ribniška osnovna šola uvajala tuj jezik na razredni stopnji in drugi tuj jezik na predmetni stopnji. Pedagoška načela je vedno izražala odločno in samozavestno.

Po osamosvojitvi se je vključila v politično življenje *Občine Ribnica*. Bila je občinska svetnica stranke NSI (2002–2010). Sedaj je predsednica nadzornega odbora *Občine Ribnica*. Bila je gonilna sila pri postavitvi spominskih plošč žrtvam komunizma na župnijskem pokopališču v Hrovači in postavitvi spominskih obeležij pri kraških jamah v ribniški občini.

S pravo mero občutka za pravičnost zna izreči pohvalo ali konstruktivno kritiko.

V društvu dejavno sodeluje od ustanovitve *Območne skupnosti DKPS Kočevje-Ribnica* (1993) dalje. Zadnja dva mandata je članica upravnega odbora *Območne skupnosti Zahodna Dolenjska*. S predlogi in pobudami sooblikuje delo tako na lokalni kot na državni ravni.



Anica Benčina je s predanim delom vseskozi pozitivno vplivala na razvoj vzgoje in izobraževanja osnovnošolskih otrok. Tudi v najtežjih časih za krščansko vero je učencem s svojim zgledom in pri pouku posredovala krščanske etične vrednote. Ob tem se je vse življenje zavzemala za malega človeka, mu nesebično pomagala in mu stala ob strani. Izkazala se je tudi pri strokovnem delu, posebno pri poučevanju matematike.

Slavka Janša

### Martina Hafnar

Prof. Martina Hafnar (roj. 1941) je maturirala na gimnaziji v Kranju, nato je na *Filozofski fakulteti* v Ljubljani diplomirala na oddelku za srbohrvaški jezik, na *Pedagoški akademiji* pa iz slavistike. Slovenski jezik je poučevala v Gorenji vasi, v Poljanah nad Škofjo Loko ter večino življenja posvetila delu na *Osnovni šoli Staneta Žagarja* v Kranju. Leta 1995 se je upokojila. Literarne enciklopedije Martino Hafnar navajajo kot slovensko pedagoginjo, pesnico in publicistko. Literarne članke je objavljala v različnih revijah. Izdala je dve knjižici, in sicer *Leta zorenja* (1998) ter *V Gospodovih očeh* (1999). V domači župniji Kranj Šmartin je urejala župnijski list, pripravila zgodovino dušnih pastirjev župnije, opise in zgodovino farnih cerkva ter kratke življenjepise Friderika Barage, Simona Vačavnika in Jurija Kalana. Po končani *Teološki pastoralni šoli* (1988) je poučevala verouk, sodelovala pri oblikovanju učbenikov in se ukvarjala s katehezo v *Skupnosti slovenskih katehetov in katehistinj*. Bila je odlična učiteljica; še posebej se je posvečala bralni kulturi in literarnemu ustvarjanju učencev. Razvijala je program bralne značke, pripravljala učence na tekmovanja iz materinščine, na osnovni šoli v Kranju je vodila novinarski krožek in še kaj. Njeni učenci so prejeli številna priznanja. Izobraževalna skupnost Kranj ji je junija 1981 podelila priznanje za dolgoletno uspešno in odgovorno vzgojno-izobraževalno delo. Sodelovala je že na draveljskih srečanjih prosvetnih delavcev in se leta 1989

vkjučila v *Skupnost katoliških pedagogov*, ki se je kasneje preimenovala v *Društvo katoliških pedagogov Slovenije*. Predlagala je ponovno vključitev *Teološke fakultete v Univerzo v Ljubljani*. Bila je članica pripravljalnega odbora za organizacijo kongresa *SIESC* (2000), prevzela je kulturno animacijo v Kranju in v Ljubljani, pripravila srečanje z akademskim slikarjem Marijanom Tršarjem ter bila članica *UO DKPS* in *OS Kranj*. V zaupanju v Božjo pomoč je Martina Hafnar dala pobudo, da se bl. Anton Martin Slomšek razglasi za zavetnika učiteljev in katehetov. Po potrditvi pobude na letni skupščini je pri maši na Ponikvi avgusta 2003 je sedanji nadškof dr. Anton Stres slovesno začel leto priprav na razglasitev Slomška za zavetnika učiteljev, vzgojiteljev in katehetov. Gospa Martina Hafnar je zavzeta za delo z mladimi, za njihovo vzgojo in poučevanje in si zasluži vse priznanje. ■

Irena Snoj

### 57. letno srečanje SIESC

Tema *Položaj in vloga religij in cerkva v Evropi mnogoterih prepričanj* je bila nadaljevanje teme iz Strasbourga iz leta 2009. V Bruslju smo evropski učitelji od 25. do 30/31. julija 2012 bolje spoznali evropske institucije in razmišljali o izzivih verstev, cerkva in krščanskih učiteljev ter njihovih možnostih za uvedbo krščanskih vrednot v procese EU in Sveta Evrope.

Po predavanjih so bile živahne razprave v petih mednarodnih jezikovnih skupinah. Praznovanje s sveto mašo v katedrali v Bruslju in jutranja molitev v različnih jezikih so nas povezali

v duhovno skupnost. Spoznali smo Mestno hišo, Parlament EU, katedralo in druge cerkve ter zgradbe, zgodovino Bruslja in na koncu katoliški univerzi Leuven in Louvain-la-Neuve.

Srečanje SIESC-a je bilo po 36 letih ponovno organizirano v Belgiji. Bilo je izjemno bogato zaradi vseh vtisov, rezultatov in izkušenj. ■

Wolfgang Rank

### Bili smo na Gorenjskem

V soboto, 19. maja 2012, smo se člani območne skupnosti Zahodna Dolenjska odpravili na ekskurzijo in romanje po Gorenjski.

V dan nas je z molitvijo in pesmijo uvedel naš duhovni vodja, g. Tone Gnidovec. Zgodovino in okoliščine nastanka Škofje Loke je predstavila prof. zgodovine, ga. Božena Vesel, kulturno-literarni del pa prof. slovenščine, ga. Mirjana Furlan. G. Ludvik Mihelič, mag. geografije, nas je seznanil z lepotami pokrajine, kamor smo bili namenjeni. Po sveti maši v cerkvi kapucinskega samostana nas je pozdravil predstojnik malih Frančiškovič bratov v Sloveniji, brat Štefan. Razkazal nam je bogato knjižnico, predstavil njihov red in nas pospremil v razstavni prostor, kjer so na ogled fotografije uprizoritve Škofjeloškega pasijona.

Ogledali smo si Gornji in Spodnji trg ter sovodje obeh Sor. V Železnikih smo obiskali muzej. V Zalem Logu smo imeli kosilo, popoldne smo se odpeljali še v Sorico. V tamkajšnji župnijski cerkvi nas je sprejel nekdanji kočevski kaplan in sedanji župnik, g. Mirko Turk. Obiskali smo tudi Groharjevo rojstno hišo v Sorici.

Sledil je ogled podružnične cerkve svete Lucije v Dražgošah, ki je grajena v Plečnikovem stilu. Skrbnik g. Miha nam je orisal zgodovino verskega dogajanja (rušenje stare in potek gradnje sedanje cerkve), razložil vsebino fresk in vitrajev ter odgovarjal na naša vprašanja. Pretreseni in žalostni zaradi strahot, ki so jih doživljali prebivalci Dražgoš, smo se od-



Foto: arhiv Helena Kregar



Foto: arhiv Slavka Janša

peljali skozi Petrovo Brdo in Železnike proti Ljubljani. Ga. Mirjana nam je pripovedovala o Tavčarju in vsebini Visoške kronike.

Vidno ganjeni nad lepotami tega koščka naše domovine, nad zanimivimi pripovedmi gostiteljev in naših najboljših vodičev smo se tudi duhovno okrepljeni pozno zvečer vrnili domov. ■

Slavka Janša

## Srečanje članov DKPS v Mozlju pri Kočevju

V ponedeljek, 25. junija 2012, smo imeli tradicionalno srečanje v zahvalo za prehojeno šolsko in veroučno leto ter v čast slovenskemu državnemu prazniku.

Tokrat se nas je več kot 50 zbralo v Mozlju pri Kočevju. Sveto mašo v cerkvi sv. Lenarta so darovali: duhovni vodja naše območne skupnosti, g. Gnidovec, duhovni vodja društva, g. Šinkovec, ter župnik Ferlic iz Stare Cerkve. Prepevala je skupina *Cantate domino* iz Kočevja. Po sveti maši in kratkem orisu zgodovine te cerkve je sledil kulturni program pod vodstvom profesorice Mirjane Furlan. Poleg nje so v čast domovini nastopali člani *Cantate domino*, flavtistki *Pibalnega orkestra Kočevje* in recitatorja Župančičevih verzov.

Rdeča nit govorov je bila domovina ter poklicanost pedagogov in katehetov k vzgoji in poučevanju mladih, da bodo imeli radi svojo domovino, jezik in vrednote, po katerih se narodi med seboj razlikujejo in prepoznava. Govor g. Gnidovca bo objavljen v naslednji številki revije Vzgoja.

Po družabnem srečanju smo se duhovno in telesno okrepečani v mraku razšli; veseli, da je za nami še eno plodno leto in bogato praznično popoldne. ■

Slavka Janša

## Mladi s Ponikve na obisku v Ljubljani

V prvem tednu julija sta g. Alojz Kačičnik in ključar Vanč pripeljala na končni izlet v Ljubljano kar veliko skupino mladih iz župnije Ponikva. V zahvalo za sodelovanje in njihov prispevek na vsakoletnem Slomškovem dnevu smo jim pripravili pester in prijeten dan. Ogledali so si Semeniško knjižnico, v DS sv. Jožefa pa sta mlade prevzela animatorja Prijatelj.si, s katerima so se za nekaj ur preselili v ustvarjalnost havajskih iger. Dan smo zaključili s sveto mašo v Marijini kapeli. Sledila je nepogrešljiva pica. Dan



Foto: arhiv Helena Kregar

je bil resnično doživetje tako za mlade goste kot za nas, gostitelje. ■

Helena Kregar

## Romanje po Slomškovi poti 2012

Pot smo začeli v petek, 13. julija, v Celju, od koder nas je odšlo 6. Obiskali smo cerkev Sv. Duha, kjer je doma OS Celje, in jo mahnili mimo Šmartinskega jezera v Vojnik in proti Novi Cerkvi, kjer je bil bl. A. M. Slomšek nekaj časa kaplan. Pot smo nadaljevali do Vitanja in Stranic, kjer se je po prehojenih 27 km zaključil prvi dan romanja. V soboto se je skupina povečala za 6 romarjev. Šli smo proti Frankolovemu, nato pa na pobočje Konjiške gore. Opoldne smo prispeli v Žiče, kjer smo si ogledali kartuzijo, se odpočili in nada-

ljevali pot skozi Špitalič proti Ponikvi. Tja smo prispeli okrog 18.00 po prehojenih 26 km. Naučili smo se lepot cerkve sv. Martina in velik del večera preživeli v molitvi z našim zavetnikom.

V nedeljo smo se po jutranji sv. maši odpravili na zadnji del romanja, čez sv. Ožbalta proti Slomu in Završam, kjer smo Slomškovo obletnico počastili z branjem iz njegovega berila. Romanje nas utrjuje v potrpljenju, molitvi in zaupanju. ■

Helena Kregar

## Dan idej in pobud

6. avgusta 2012 se nas je 15 članov DKPS odpeljalo na Primskovo. Dan smo začeli z mašo, ki sta jo v Marijini cerkvi darovala p. Silvo Šinkovec in župnik Pavel Sporn.

Najprej smo govorili o apostolatu molitve. Enkrat mesečno na grobu nadškofa Alojzija Šuštarja v ljubljanski stolnici molimo rožni venec za domovino, in sicer prvo soboto v mesecu po maši za domovino, ki je ob 16.00.

Govorili smo tudi o blagoslavljanju. P. Silvo je blagoslovil preko 200 domov, pa tudi šole, zdravstveni dom, banko. Velikokrat se je življenje v teh domovih po blagoslovu spremenilo. Na temo molitve je imel p. Silvo predavanja v Kranju, Celju in Mozirju.

Vsak ponedeljek je duhovni večer. Od 17.00 do 19.00 p. Silvo spoveduje. Ob pol sedmih je molitev rožnega venca, nato maša in po maši meditacija. Vsak tretji četrtek v mesecu pa je pedagoška maša.

Pogovarjali smo se o izkušnjah v župnijah ob začetku šolskega leta. Nekateri imajo mašo za šolarje in učitelje, ponekod ob začetku šolskega leta blagoslavlja šolske torbe itd. Pomembno je tudi vzpodbuditi starše k dobremu sodelovanju ter spoštovanju v šolah in pri verouku v korist otrok oz. za večjo vzgojno učinkovitost.

Po kosilu smo se še pogovarjali o različnih možnostih, ob 17.00 pa smo polni vtisov odšli vsak na svoj dom v upanju, da se naslednje leto spet srečamo. ■

Jana Ozimek



## OS Ljubljana

Vsak 3. četrtek v mesecu vabljeni k maši za potrebe vzgoje. Po maši bo Slomškov večer.

## OS Zahodna Dolenjska

**Mini svetopisemski maraton** z naslovom *Ne boj se, samo veruj* bomo izvedli od 7. do 14. oktobra 2012.

V oktobru, mesecu rožnega venca, bomo enkrat na teden prevzeli molitev rožnega venca v kočevski, morda pa tudi v kateri drugi župnijski cerkvi.

## Seminarji

### Osebni dnevnik

**Predstavitel:** Seminar pomaga ozavestiti pretekle življenjske izkušnje in jih povezati v smiselno celoto. To deluje terapevtsko in prebuja ustvarjalnost. Udeleženci se naučijo uporabljati osebni dnevnik kot metodo osebnostne rasti.

**Obseg:** dva dela (dva vikenda); 2 x 16 ur.

**1. izvedba:** Ljubljana

del: 12.–14. 10. 2012

del: 9.–11. 11. 2012

**Prijave:** do 3. 10. 2012

**2. izvedba:** Ljubljana

1. del: 8.–10. 3. 2013

del: 12.–14. 4. 2013

**Prijave:** do 27. 2. 2013

**Vodi:** mag. Silvo Šinkovec s sodelavci

### Spodbujanje razvoja samozavesti in samospoštovanja

**Predstavitel:** Pomen in znaki visokega in nizkega samospoštovanja, razvoj samospoštovanja, možnosti za pridobivanje novih pozitivnih izkušenj. Seminar daje nova znanja in vključuje vaje za osebni razvoj.

**Obseg:** vikend izvedba, 16 ur.

**1. izvedba:** Ljubljana, 16.–18. 11. 2012, prijave: do 7. 11. 2012

**2. izvedba:** Ljubljana, 26.–28. 4. 2013, prijave: do 17. 4. 2013

**Vodi:** mag. Silvo Šinkovec

### Retorika, začetni in nadaljevalni seminar

**Predstavitel:** Začetni seminar je namenjen vsem, ki si želijo izboljšati svoj govorni nastop, povečati moč prepričevanja ter se naučiti upoštevati elemente besednega in nebesednega sporočanja.

**V nadaljevalnem seminarju** udeleženci večkrat nastopajo, pri čemer je v ospredju brušenje in raziskovanje govornih nastopov. Vadijo jasno, na-

tančno in jedrnatno izražanje, učijo se obvladovati daljši in krajši časovni okvir, poudarki so na razporeditvi snovi in drugih elementih prepričljivosti. Izvede se tudi debata, kjer je podarek na argumentaciji in načinu vodenja razprave.

**Obseg:** 8 ur

**Izvedbe:**

**1. izvedba začetnega seminarja:** Ljubljana, 24. 11. 2012, prijave: do 14. 11. 2012

**2. izvedba začetnega seminarja:** Ljubljana, 2. 2. 2013, prijave: do 30. 1. 2013

**Nadaljevalni seminar:** Ljubljana, 6. 4. 2013; prijave: do 27. 3. 2013

**Vodi:** mag. Hedvika Dermol Hvala

### Inteligentna čustva

**Predstavitel:** Kaj so čustva, kakšen je njihov pomen in katere so težave, ki jih imamo s čustvi. Čustvena pismenost je osnova za čustveno inteligenco.

**Obseg:** vikend izvedba, 16 ur.

**Izvedba:** Ljubljana, 25.–27. 1. 2013, prijave: do 16. 1. 2013

**Vodi:** mag. Silvo Šinkovec

### Nenasilno sporazumevanje

**Predstavitel:** Nasilje rodi nasilje – do uničenja odnosov, ljudi in narodov. Nenasilno sporazumevanje je prvi in odločilni korak iz nasilja.

**Obseg:** 16 ur

**Izvedba:** Ljubljana, 18. in 19. 1. 2013; prijave: do 9. 1. 2013

**Vodi:** Marjan Žvegljč

### Moteči, nevidni in travmatizirani učenci

**Predstavitel:** To, kar učenec prinaša s seboj v svojem intimnem psihološkem svetu, pomembno vpliva na odnos z ostalimi učenci in učitelji. Odgovornost za odnos pa je vselej na strani odraslega/učitelja, s tem pa tudi iskanje načinov, ki bodo otroka lahko opolnomočili, da bo kljub slabim izkušnjam uspel napredovati v srečnejšega posameznika.

**Obseg:** 8 ur

**Izvedba:** Ljubljana, 17. 11. 2012

**Vodi:** Julija Pelc

### Tečaji računalništva

**Vsebina tečaja:** Vsebina je prirejena po učnem načrtu Syllabus 4.0, ki je osnova tečajev za pridobitev certifikata ECDL (evropsko računalniško spričevalo).

Vsebina: delo z računalnikom, delo v programu Microsoft Word, uporaba

spleta in zaščita ter uporaba elektronske pošte.

#### 1. Začetni tečaj

**Izvedba:** Ljubljana, 5.–21. 2. 2013 (24 ur), prijave: do 28. 1. 2013

#### 2. Nadaljevalni tečaj

**Izvedba:** Ljubljana, 12.–28. 3. 2013 (24 ur), prijave: do 4. 3. 2013

#### 3. Posamezne delavnice

##### *Delo v programu Microsoft Excel*

**Vsebina:** Izdelava in oblikovanje preglednice, vnos in urejanje podatkov, uporaba formul pri računanju, risanje in uporaba grafov, priprava za tiskanje.

**Izvedba:** Ljubljana, 28. 2. 2013 (5 ur), prijave: do 20. 2. 2013

##### *Delo s fotografijami*

**Vsebina:** Od fotoaparata do digitalne fotografije, uporaba slik in fotografij v programih, osnovna obdelava fotografij, pošiljanje po elektronski pošti.

**Izvedba:** Ljubljana, 5. 3. 2013 (5 ur), prijave: do 25. 2. 2013

##### *Delo v programu Microsoft PowerPoint*

**Vsebina:** Pregled programa za izdelavo predstavitev, izdelava in urejanje predstavitev, napotki za predstavljanje.

**Izvedba:** Ljubljana, 7. 3. 2013 (5 ur), prijave: do 27. 2. 2013

**Vodi:** Klemen Jevnikar

### Ambasadorji varnega e-vedenja

**Predstavitel:** Seminar je namenjen upokojenim pedagoškim delavcem, ki bodo pridobljeno znanje prenesli med učence v osnovne šole.

**Vsebina:** Socialna omrežja, odgovornost za (ne)varno uporabo spleta, zasvojenost in pornografija.

**Obseg:** 8 ur

**Število udeležencev:** 8

**Izvedba:** Ljubljana, 26. in 27. 9. 2012; prijave: do 17. 9. 2012

**Vodijo:** mag. Silvo Šinkovec, Klemen Jevnikar, Kristina Lepen

### Informacije in prijave:

DKPS

Ulica Janeza Pavla II. 13

1000 Ljubljana

01/43 83 987

dkps.seminarji@gmail.com

http://www.dkps.si

*Na seminarje ste vabljeni: pedagoški delavci, starši in drugi posamezniki.*

*Pedagoški delavci lahko udeležbo uveljavljajo pri predlogu za napredovanje zaposlenih v vzgoji in izobraževanju.*

*Seminarje po dogovoru izvajamo tudi za učiteljske zbornice in zaključene skupine.*

The *Focus Theme* of the 55th issue of the *Vzgoja* magazine is titled *Safe behaviour behind the computer*. Klemen Jevnikar discusses this subject and presents various virtual dangers. He also shows some possibilities for protection of the children and youth; protection on the technical level and also on the level of a relationship where an adult and a child talk about it. Kristina Lepen gives us some instructions how to behave and presents rules for safe use of the internet for children and parents. In his article, Bogdan Žorž tries to show the difference between partying and violence. He stresses that it takes a lot of sensitivity to discern between both; if something causes somebody (psychical) pain, then it's considered violence. Tilen Dominko wrote an article about education on internet safety. Meta Bizjak Eržen presents influence of information technology on development of child's brain. She cautions about harmful effects of this technology that can cause disturbances of attention-span and concentration with children. For child's healthy growth exercise is very important. Damjana Pintarič sums up an article about dangers of computer games and also writes about opportunities for a good relationship between children and educators that these games offer if the latter are able to recognize and use them properly. Bogdan Polajner presents a method of addiction conditioning that is used with treatment of various addictions and toxications; it is becoming increasingly used also with addictive abuse of internet and similar technical means.

In the rubric *Our Interview* Silvo Šinkovec talks to Jože Mlakar, a headmaster of many years at Diocesan Classical Grammar School (Škofijska klasična gimnazija) in Šentvid near Ljubljana. Although he's been retired for two years, he still has a very good knowledge of the situation in the educational system in Slovenia and abroad.

In the rubric *Being an Educator* Nataša Tavželj writes about the duties of an educator in a boarding school. Leon Kernel writes down an experience of a dialogue in the classroom. He wishes to point out the importance of perseverance, consistency and love toward the children.

In the rubric *Spiritual experience* Berta Golob gathers her thoughts about changes we have experienced these past decades – so many computers and machines. But – do we already feel the strain that this puts on our relationships? Irena Petelin's writing reminds us of life's brief duration. In the rubric *Class teachers and the Educational Plan* Alma Kandare writes about the correlation between parents, school and education. Vesna Pucelj and Helena Jeriček Klanšček present some findings connected to school and the attitude children have to it. These are the outcomes of an HBSC research that is carried out every four years among Europe's and North America's 11-, 13- and 15-year-olds. Four experts answer the questions of suitability of computer games and cartoons in case of children's overexposure to them at school.

In the rubric *Parents* Andrej Perko comments on Vera's life story. She had to face up to hard conditions growing up. But with a lot of hard work she managed to improve her attitude towards herself, her husband and the world outside. In this issue Herman Berčič writes about importance of (recreational) sports for a healthy development of children and youngsters; it's an investment in a healthy and quality adulthood. Mateja Hajšek writes how parents and educators also need to take care of themselves.

In the rubric *Fields of Education* Milček Komelj presents a picture by Branko Suhý, a professor at Ljubljana's Academy of Fine Arts. The picture is named *Komunikacija, 8., 9., 15. 3. 1997* and is a part of series *Španska palma (Spanish palm)*, painted in memory of his many Mediterranean travels. Tomaž Bojc presents an initiative for bringing topics such as Economics, Law and Morals into primary and secondary schools. In her article Mojca Bukovnik stresses the importance of healthy food for children. She discusses how to make children more familiar with food, how to make it decoratively tempting so that they can eat it with pleasure.

In the rubric *Voluntary Work* Primož Ferjančič writes down his thoughts on formal and informal approach toward learning. In his opinion the informal approach brings about greater results, especially in the fields of values, Ethics and Patriotic Education.

In the rubric *Experience* Silvia Šlibar writes down her experience in teaching Physical education with help of a computer. In this way her girls could immediately see the performed exercise, discuss the execution and make it better.

Prepared by: Erika Ašič  
Translated by: Simona Osterc

**Herman Berčič**, dr., izredni prof. *Fakultete za šport Univerze v Ljubljani* (v pokojju) in zaslužni profesor *Kineziološke fakultete Univerze v Zagrebu*, je napisal vrsto strokovnih člankov, 20 znanstvenih monografij ter več učbenikov. Z referati je sodeloval na številnih mednarodnih kongresih.

**Meta Bizjak Eržen**, prof. defekt., montessori pedagoginja, Brain Gym® inštruktorica, izvajalka taktilne integracije in integracije refleksov po metodi MNRI®, terapevtka z zvokom po metodi Advancedbrain.

**Tomaž Bojc**, učitelj ekonomskih vsebin na CIRIUS Kamnik.

**Mojca Bukovnik**, mag. managementa, prof. gospodinjstva in biologije, na OŠ *Strazišče Kranj* poučuje gospodinjstvo in biologijo ter je organizatorica šolske prehrane. Ima naziv svetovalka.

**Tilen Dominko** je IT strokovnjak z 20-letnimi izkušnjami in razvoju, integraciji in implementaciji informacijske tehnologije v poslovnih sistemih in institucijah, od leta 2008 je vodja projekta *Varni internet*.

**Primož Ferjančič**, univ. dipl. prof. šp. vzg., je zaposlen v *Zavodu MOVIT*.

**Berta Golob**, prof. slov. jezika in književnosti, je poučevala na osnovni šoli ter kot zunanja sodelavka na *Pedagoški akademiji*. Bila je tudi knjižničarka, lektorica na RTV ter svetovalka na *Zavodu RS za šolstvo*. Ima izkušnje z delom z mladimi in s starši, sodeluje tudi v župnijskih občestvih. Napisala je več knjig s pedagoško, publicistično in z leposlovno vsebino.

**Mateja Hajšek**, bak. psihoterapevtske znan., spec. psihoterapije, sodelavka in članica sveta zavoda CPMB (*Center za psihoterapijo Maribor*).

**Helena Jeriček Klanšček** je dr. soc. ped., zaposlena je na *Inštitutu za varovanje zdravja*, kjer je vodja *Oddelka za krepitev zdravja*. Je nacionalna koordinatorica mednarodne študije *Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju* (HBSC). Je (so)avtorica številnih člankov in knjig.

**Klemen Jevnikar**, prof. mat in teh., zaposlen v podjetju *NaturArt d.o.o.*, poučuje na računalniških tečajih 9 let.

**Alma Kandare** je prof. kemije in biologije, na OŠ *Toneta Šraja Aljoše* v Novi vasi poučuje kemijo, biologijo, naravoslovje in računalništvo, vrsto let je tudi razredničarka.

**Leon Kernel**, univ. dipl. inž. gozdarstva, je učitelj strokovno teoretičnih predmetov v gozdarstvu na *Srednji gozdarski in lesarski šoli Postojna* ter predavatelj na *Višji strokovni šoli Postojna*.

**Milček Komelj**, dr. znanosti in pesnik, je do upokojitve leta 2011 predaval na *Oddelku za umetnostno zgodovino Filozofske fakultete* v Ljubljani. Njegova bibliografija obsega nad 1500 objav, od tega več kot 30 knjig in vrsto katalogov. Je izredni član *Slovenske akademije znanosti in umetnosti*, redni član *Evropske akademije znanosti in umetnosti* v Salzburgu, predsednik *Slovenske matice* in častni občan Novega mesta.

**Kristina Lepen**, univ. dipl. geografinja, je zaposlena pri *Društvu katoliških pedagogov Slovenije* ter je mladinska voditeljica.

**Andrej Perko**, dr. psih. znanosti, specialist klin. psih. svetovanja, je zaposlen na *CSD Kamnik*. Je avtor in soavtor več knjig ter pisec strokovnih člankov v različnih revijah in časopisju.

**Irena Petelin** je mati štirih otrok in katehistinja v župniji Preserje.

**Damjana Pintarič**, mag. španskega jezikoslovja, prof. slovenščine in španščine, je sestra karmeličanka v *Karmeličanskem samostanu Sora*. Več let je poučevala na gimnaziji in fakulteti, sodelovala je tudi pri učnem načrtu za španščino za osnovno in srednjo šolo.

**Bogdan Polajner**, dr., univ. dipl. psih., predsednik *Združenja bonding psihoterapevtov Slovenije* in bonding psihoterapevt. Je predstojnik *Centra za poklicno rehabilitacijo* na URI-Soča; ima dvajset let prakse kot terapevt za zasvojenost z drogami, bil je ustanovitelj slovenskega programa *Projekt Človek*, aktiven je na področju preventivnega dela in izobraževanja kadrov v Sloveniji in tujini.

**Vesna Pucelj** je prof. zdravstvene vzgoje, zaposlena na *Inštitutu za varovanje zdravja*. Ukvarja se z vzgojo za zdravje v okviru zdravstvenega in šolskega sistema, je strokovna sodelavka v slovenski mreži *Zdravih šol* ter članica skupine mednarodne študije HBSC.

**Silvo Šinkovec**, DJ, mag. psih., defektolog in teolog, ima izkušnje s stvarovalnim delom, vodi duhovne vaje, različne seminarje ter več šol za starše. Je supervizor, predavatelj različnim skupinam ter avtor številnih strokovnih člankov, urednik revije *Vzgoja* in duhovni asistent *DKPS*.

**Silvia Šlibar** je učiteljica športne vzgoje in razredničarka na OŠ *Bistrica* pri Trzinu.

**Nataša Tavželj**, spec. pedag., svetovalka, zaposlena je v *Dijaškem domu Poljane* v Ljubljani. Že 20 let sodeluje v društvu slovenskih dijaških domov.

**Bogdan Žorž**, univ. dipl. psih., psihoterapevt, upokojenec, ima številne pedagoške izkušnje kot učitelj gestalt terapije, predavatelj ter je avtor številnih člankov, razprav in knjig s področja vzgoje in psihoterapije.





**Branko Suhy: Komunikacija, 8., 9., 15. 3. 1997**  
Akрил на платну, 1997, 142 x 205 cm, Novo mesto, Dolenjska banka