



ŠOLSKO SVETOVALNO DELO,

letnik XXI,
številka 2-3
Ljubljana 2017
ISSN 1318-8267

Uredništvo:

mag. Cvetka Bizjak
(odgovorna urednica),
mag. Tanja Bezić,
Ivica Gracelj,
dr. Petra Gregorčič Mrvar,
mag. Tamara Malešević,
Urška Margan
(gostujoča urednica),
dr. Milko Poštrak,
dr. Melita Puklek Levpušček,
dr. Tomaž Vec

Urednica založbe:

Simona Vozelj

Jezikovni pregled:

Mira Turk Škraba

Prevod povzetkov v angleščini:

Ensitra prevajanje,
Brigita Vogrinec s.p.

Oblikovanje:

Suzana Kogoj

Računalniški prelom in tisk:

Design Demšar d. o. o.,
Present d. o. o.

Naklada:

580 izvodov

Izdajatelj in založnik:

Zavod Republike Slovenije za
šolstvo

Predstavniki:

dr. Vinko Logaj

Naročila:

Zavod RS za šolstvo – Založba,
Poljanska cesta 28,
1000 Ljubljana
faks: 01/30 05 199
e-pošta: založba@zrss.si

Letna naročnina (3 številke):

31 EUR; fizične osebe imajo
25 % popust; cena posamezne
številke v prosti prodaji je
11,00 EUR.

V cenah je vključen DDV.

Revija je vpisana v evidenco

javnih glasil, ki jo vodi
Ministrstvo za kulturo, pod
zaporedno številko 576.

© Zavod Republike Slovenije za šolstvo,
2018

Vse pravice pridržane. Brez
založnikovega pisnega dovoljenja ni
dovoljeno nobenega dela revije na
kakršenkoli način reproducirati, kopirati
ali kako drugače razširjati. Ta prepoved
se nanaša tako na mehanske oblike
reprodukcije (fotokopiranje) kot na
elektronske (snemanje ali prepisovanje
na kakršenkoli pomnilniški medij)
medijske oblike reprodukcije.

Poština plačana pri pošti 1102 Ljubljana.

Tisti,

ki ste se udeležili lanskoletnega strokovnega posveta za svetovalne delavce, ki smo ga pod naslovom Duševno zdravje v vrtcu in šoli izpeljali v začetku aprila, boste našo tokratno tematsko številko

verjetno prelistali s posebnim zanimanjem.

Pri njenem nastajanju smo upoštevali tudi vaše predloge iz evalvacije posveta, v katerih ste poudarili pomen, ki jo ima – nekoliko zapostavljena – problematika duševnega zdravja v našem šolskem prostoru: da bi jo bilo treba sistemsko umestiti v vzgojno-izobraževalne programe od vrtca naprej, na vseh ravneh povezati institucije, ki na tem področju delujejo v izobraževanju, zdravstvu in socialnem varstvu, ter nadaljevati s sistematičnim izobraževanjem in praktičnim usposabljanjem.

S kolegico Tamaro Malešević sva pri načrtovanju vsebine strokovnega srečanja in pripravi revije k sodelovanju povabili strokovnjake iz različnih ustanov in nevladnih organizacij, tako boste med avtorji prispevkov našli mnoge, ki so sodelovali na posvetu.

Čeprav si želimo, da bi lahko zapisali, da je šola prostor varovanja duševnega zdravja mladih, ne moremo mimo dejstev, ki govorijo tudi o nasprotnem; v ilustracijo in izziv vsem omenimo raziskavo, ki so jo na začetku letošnjega leta opravili na srednji ekonomski šoli v Celju. Dijaki navajajo, da je šola najmočnejši stresogeni dejavnik v njihovem življenju (močnejši od slabih finančnih pogojev ali slabe telesne samopodobe). Pri premagovanju težav si pomagajo večinoma sami – z računalniškimi igrami, prenajanjem, neodgovorno spolno aktivnostjo, samopoškodovanjem, prekomernim kajenjem, uživanjem alkohola in prepovedanih drog od konoplje do kokaina in heroina. Ta primer zajema ključne vidike problema in osvetljuje realnost mnogih srednješolcev. Dejstvo, ki ga navaja Vita Poštuvan v svojem prispevku in apelira na našo strokovno vest ter opravičuje zahteve po intenzivnejšem delu na področju duševnega zdravja mladih, je podatek, da je samomor v obdobju pozne adolescence drugi vzrok smrti v svetu in tudi pri nas – takoj za prometnimi nesrečami in nezgodami. V preteklem letu je bilo teh nepotrebnih smrti v Sloveniji kar dvajset. Če smo že pri grobi statistiki, po povzemimo isti avtorici, da je za preprečitev tovrstnih tragičnih dejanj potrebna zaščitna socialna mreža 77 ljudi za enega potencialnega samomorilca – kar konkretno pomeni, da je za doseg tega cilja treba toliko otrok vključiti v usposabljanje za preprečevanje samomora. To pomeni, da potrebujemo široko zasnovano preventivo, predvsem v promociji duševnega zdravja že od zgodnjega otroštva naprej.

O širših vidikih duševnega zdravja mladih v svetovnih okvirih izčrpno pišejo Eva Klemenčič, Mojca Zvezdana Dernovšek in Leonida Zalokar. Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije (SZO) ima 10 do 20 odstotkov otrok in mladostnikov

težave in motnje na področju duševnega zdravja, med katerimi izstopajo strah in tesnoba pri mlajših ter tesnoba in depresivnost pri starejših, zlasti adolescentih in odrasli populaciji nasploh. O povezanosti in medsebojni pogojenosti anksioznosti (tesnobe) in agresivnosti govori Ana Kozina in slikovito opisuje program opolnomočenja otrok in učiteljev, ki ravnokar poteka v okviru mednarodnega projekta ROKA v ROKI.

Helena Jeriček Klanšček predstavlja ugotovitve mednarodne študije Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju (HBSC), ki jo vsaka štiri leta izvaja SZO. Za našo populacijo leta 2014 postreže s podatkom, da slovenski mladostniki pogosteje poročajo o obremenjenosti s šolo kot njihovi vrstniki v drugih državah. Če te podatke povežemo z odličnimi dosežki na mednarodnih preizkusih znanja in sistematičnim padanjem motivacije za šolsko delo, dobimo dokaj zaskrbljujočo sliko našega mladega rodu. Kar 20 odstotkov dečkov in več kot 30 odstotkov deklic v starosti 11, 13 in 15 let je poročalo o doživljanju vsaj dveh različnih psihosomatskih simptomov tedensko. Raven stopnje zadovoljstva s svojim življenjem, o kateri poročajo naši mladostniki, je povezana s finančnim stanjem družine, podporo, ki jo prejemajo od staršev in učiteljev, ter kakovostjo odnosa s sovrstniki. V skladu s temi podatki je treba brati tako evropsko strategijo SZO kot nacionalni akcijski program za spodbujanje duševnega zdravja mladih do leta 2020.

Na nastanek duševnih motenj poleg bioloških danosti in osebnih psiholoških dejavnikov v veliki meri vplivajo tudi zunanje življenjske razmere v najširšem smislu kot tudi subjektivni odnos do njih, kar kot nov pogled na njihovo razumevanje obravnava Tina Kavčič.

V svojem celostnem pogledu na vzročnost, značilnosti in varovanje duševnega zdravja otrok Anica Mikuš Kos duhovito poudari, da je šola »zainteresirana« za duševno zdravje otrok – taka šola ima višje dosežke, manj vedenjsko problematičnih učencev, bolj zadovoljne in motivirane učitelje.

Ker je duševno zdravje otrok v veliki meri pogojeno s kakovostjo njihovega življenja, je vloga šole kot potencialno varovalnega dejavnika eden bolj pomembnih pogojev za njihovo dobrobit. Pozitivno socialno-emocionalno vzdušje, z izkušnjami dobrih sodelovalnih odnosov, sprejemanja in vključevanja, ima veliko vlogo v prizadevanjih za izboljšanje učne uspešnosti, počutja in motivacije vseh otrok, oblikovanje njihove samopodobe, odpornosti in osebne prožnosti.

Neugodne socialno-ekonomske razmere, kultura družinskega okolja in nespodbudni načini ravnanj pogojujejo, da bolj ranljivi otroci, ki so lahko kronično bolni, čustveno zanemarjeni, ustrašeni in zlorabljeni, izpostavljeni nasilju in revščini, ki živijo v strahu in socialni nesprejetosti, pogosto izkazujejo težave in motnje v duševnem zdravju z nižjim kognitivnim delovanjem in posledično šolsko neuspešnostjo, čustvenimi težavami in vedenjskimi odstopanji, ki odpirajo negativno spiralo neuspeha in socialne nesprejetosti. Pred pritiski, ki jih doživljajo od vrstnikov in medijev, z nekritičnim sprejemanjem uveljavljenih »norm« predvsem glede videza in vedenja, se v nezadovoljstvu s samim seboj pogosto »rešujejo« z umikom v virtualni svet, zasvojenostmi, motnjami prehranjevanja in hranjenja, samopoškodovalnim vedenjem, samomorilnostjo.

O spoprijemanju s temi težavami neposredno v šoli, sodelovanju s starši ter možnostih učinkovitih ukrepov v okviru specialističnih obravnav in različnih terapevtskih pristopov pišejo v svojih prispevkih Sanela Talić, Špela Reš, Andreja Švab Modrin, Maja Drobnič Radobuljac in Matejka Pintar Babič. Zadnji dve v svoj prispevek umeščata tudi zloženko z ukrepi za preprečevanje samopoškodovanja s strokovnimi pojasnili o značilnostih samopoškodovalnega vedenja, njegovega prepoznavanja, zagotavljanja opore otroku v čustveni stiski in oblikovanja varovalnega načrta, pri katerem praviloma sodeluje tudi otrok.

Da bi bili v naših prizadevanjih za duševno zdravje vseh otrok bolj uspešni, bi morali v večji meri slišati tudi njihov glas.

Kljub temu da je dostopnost strokovnih obravnav pomanjkljiva in počasna, naše moralne in strokovne zaveze ostajajo velike. Veliko dela je pred nami.

Urška Margan

