

Otroški parlamenti®



35. Otroški parlamenti®

ŠOLSKI SISTEM

Zbornik za mentorje in koordinatorje programa Otroški parlamenti®



KAZALO

POZDRAVNI NAGOVOR	
<i>Janja Zupančič</i>	3
SLOVENSKO IZOBRAŽEVANJE SKOZI MEDNARODNE PRIMERJAVE	
<i>Dr. Mojca Štraus, Ksenija Bregar Golobič, mag. Karmen Svetlik</i>	5
OTROŠKI PARLAMENTI® V ŠOLI	
<i>Petra Zega</i>	17
BITI MENTOR – IZZIV ALI PRILOŽNOST?	
<i>Tanja Povšič</i>	23
DOBRE PRAKSE	29
SEZNAM BRALNIH GRADIV ZA OTROŠKE PARLAMENTE 2024/2025	
<i>mag. Tilka Jamnik</i>	38
UPORABA ČUJEČNOSTI ZA IZGRADNJO PSIHIČNO ZDRAVEGA ŠOLSKEGA OKOLJA	
<i>Špela Korinšek Kaurin</i>	44

V tem zborniku uporabljeni izrazi, ki se nanašajo na osebe in so zapisani v moški slovnični obliki, so uporabljeni kot nevtralni za ženski in moški spol.

POZDRAVNI NAGOVOR

Janja Zupančič, državna sekretarka, Ministrstvo RS za vzgojo in izobraževanje

Poštovani mentorji in koordinatorji programa Otroški parlamenti,

vstopamo v leto, ko se bo odvijal že 35. Otroški parlament, in hkrati obeležujemo 250 let od izida Splošnega šolskega reda Marije Terezije, ki je na naših tleh vzpostavil obvezno šolanje za vse dečke in deklice. Ta pomemben zgodovinski mejnik je temeljito preoblikoval izobraževalno krajino, postavil temelje sodobnega šolskega sistema ter pospešil gospodarski in družbeni napredek v evropskem prostoru.

Šolski sistem, kot ga poznamo danes, je rezultat dveh stoletij in pol razvoja in prilagajanja potrebam družbe. Šole so se iz enorazrednic razvile v devetletno osnovno šolo. Število pedagoškega osebja se je povečevalo, število učencev v oddelkih zmanjševalo. Uvedene so bile različne oblike pomoči učencem. Obvezni program se je nadgradil z razširjenim. Učenci imajo možnost sodelovanja v projektih, na tekmovanjih, mednarodnih izmenjavah. Nabor priložnosti za razvoj interesov in talentov učencev je izjemno pester in bogat. Tudi organizacijsko se je šola prilagajala potrebam časa, delovnim in družinskim navadam. V sodelovanju z lokalno skupnostjo je poskrbljeno za prevoze otrok v šolo in varstvo vozačev. V slovenskih šolah je vzpostavljen kakovosten model šolske prehrane, ki ga mnoge države želijo posnemati.

Čeprav pogosto slišimo, da se šola novim potrebam prilagaja počasi, je pomembno izpostaviti, da se prav v šolskem letu 2024/25 na področju osnovnošolskega izobraževanja uveljavljajo pomembne posodobitve, uvaja se prenovljen koncept razširjenega programa, obvezno učenje tujega jezika v prvem razredu, novosti zadevajo nacionalno preverjanje znanja, izobraževanje na domu, vključevanje priseljencev, ustvarjene so podlage za učenje slovenskega znakovnega jezika in jezika gluho-slepih.

Tako je šolski sistem kot tema letošnjega Otroškega parlamenta izrazito aktualna, da nas spodbudi k razmisleku o tem, kaj sistem pomeni za posameznika, zakaj je pomembno, da je celovit in urejen ter omogoča, da so vsi učenci, ne glede na njihovo ozadje, deležni enakih izobraževalnih priložnosti. To namreč zagotavlja pravičnost in dostopnost izobraževanja za vse.

Predvidljivost, ki jo prinaša sistem, ustvarja stabilno okolje za učenje, kjer učenci in učitelji vedo, kaj lahko pričakujejo. To omogoča učinkovito učenje in poučevanje ter pripravlja učence na življenjske izzive.

Pomembno je tudi, da sistem omogoča evalvacijo in izboljšave. Z analizo podatkov in rezultatov lahko izobraževalni sistem nenehno izboljšujemo in prilagajamo, da ostaja relevanten in učinkovit, tudi v spreminjajočem se svetu. Ravno podatki so v sodobnem svetu izhodišče za sprejemanje odločitev, zato so sodelavci Ministrstva za vzgojo in izobraževanje pripravili izbor, ki naj bo v pomoč pri delu z učenci. Naj vam služi kot izhodišče za razprave, kritično razmišljanje in razumevanje šolskega sistema, pa tudi za skupni razmislek z učenci o tem, da so podatki pomemben element argumentirane demokratične razprave.

Razprave Otroških parlamentov so za ministrstvo za vzgojo in izobraževanje še posebej pomembne, ker

- si želimo slišati, kako razmišljajo otroci in njihov glas upoštevati pri odločitvah. Še posebej nas zanima, kakšne izboljšave sistema predlagajo;
- je otroški parlament prostor, v katerem se učenci o participaciji ne učijo le v teoriji, ampak jo imajo priložnost aktivno sooblikovati.

Spoštovani mentorji in koordinatorji, vaša vloga je ključna. S svojimi izkušnjami in znanjem boste mladim ob letošnjih razpravah pomagali razumeti kompleksnost šolskega sistema, jih spodbujali k razmišljanju o njegovih prednostih in izzivih, o znanju kot vrednoti, o pomenu znanja za kakovostno življenje posameznika in družbe. Z vašo podporo bodo učenci aktivno soustvarjali svojo izobraževalno pot in krepili aktivno državljanstvo.

Želim vam uspešno delo in veliko navdiha pri uresničevanju vašega poslanstva.

SLOVENSKO IZOBRAŽEVANJE SKOZI MEDNARODNE PRIMERJAVE

Dr. Mojca Štraus, Ksenija Bregar Golobič, Ministrstvo RS za vzgojo in izobraževanje, Sektor za kakovost in analize

Mag. Karmen Svetlik, Pedagoški inštitut, enota Eurydice Slovenija

Demokratsko razpravo je nujno utemeljiti z dokazi. Pri razvoju zmožnosti za participacijo v demokratični družbi je zato ena ključnih veščin podatkovna pismenost. Zato smo na Ministrstvu za vzgojo in izobraževanje pripravili nekaj podatkov in usmeritve na podatkovne vire, da boste z njimi lahko spodbudili lastni razmislek in zasnovali razpravo z otroki ter gradili zavest o nujnosti z zanesljivimi podatki informiranega sprejemanja odločitev. Z nekaj izbranimi podatki se v tem prispevku poskušamo odzvati na v preteklosti izpostavljena vprašanja v Otroškem parlamentu o obremenjenosti učencev s šolskimi obveznostmi, nekaj pa smo jih izbrali s področja zaznanih izzivov v šolskem prostoru, kot so bralna pismenost ali enakost spolov. Podatkovni viri, iz katerih smo izluščili predložene podatke, pa vam in učencem ponujajo še neskončno možnih izhodišč za razmislek in razpravo. Upamo, da jih boste uporabili.

V Sloveniji že 30 let izvajamo mednarodne raziskave o izobraževanju, ki pokažejo znanje slovenskih učenk in učencev v primerjavi z znanjem učenk in učencev v drugih državah. Slovenija tudi redno prispeva podatke v mednarodne zbirke podatkov o izobraževalnih sistemih. To mednarodno sodelovanje je pomembno, ker skozi primerjavo z drugimi državami lahko ugotovimo, kje se slovenski rezultati nahajajo v mednarodnem kontekstu: katere države imajo podoben rezultat, katere so boljše od nas, kje smo glede na mednarodno povprečje (izračunano srednjo vrednost vseh sodelujočih držav): ali smo tudi mi del skupine držav s povprečnim rezultatom, ali pa se naši rezultati umeščajo nad povprečje ali pa pod povprečje vseh držav. Mednarodna primerjava prinaša učenje med državami. Na področjih, kjer smo mi boljši od drugih, se drugi učijo od nas in obratno: na področjih, kjer smo mi slabši, posebej, če smo pod povprečjem, nas zanimajo države z boljšimi rezultati: kaj je pri njih drugače.

Naslednja velika vrednost teh raziskav je, da se izvajajo v rednih časovnih razmikih nekaj let (nekateri na tri leta, druge na štiri, pet ali več let), kar omogoča primerjanje rezultatov v daljšem časovnem obdobju. To pomeni, da s podatki teh raziskav tudi ugotavljamo spremembe – na boljše ali na slabše oziroma ugotavljamo, da ni sprememb. Če z rezultati nismo zadovoljni, če ni sprememb na boljše, raziskujemo naprej, zakaj je tako: pogledamo še kakšen drug podatek, ki bi nam pri tem raziskovanju lahko pomagal osvetliti razloge. Ko najdemo razlage, potem se šele lahko lotimo načrtovanja sprememb, ki bi prinesle izboljšanje stanja.

Osnovni namen mednarodnih raziskav je izmeriti in med državami primerjati znanje učencev in učenk, vendar v teh raziskavah ne gre le za preverjanje znanja, ampak so sodelujoči učenci, učitelji in ravnatelj, v nekaterih raziskavah pa tudi starši, preko spremljajočih vprašalnikov povprašani o okoliščinah, v katerih poteka učenje in poučevanje, stališčih in pogledih na izobraževanje in življenje nasploh.

Iz podatkov o Sloveniji iz mednarodnih raziskav in zbirk podatkov smo izbrali nekaj podatkov, ki ne kažejo spodbudne slike o slovenskem izobraževanju v primerjavi s podatki iz predhodnih let in jih zato ponujamo v komentiranje in razpravo tudi otroškemu parlamentu. Podatki so za teme branje, obseg pouka za branje, vloga žensk v politiki in ustvarjalnost v izobraževanju. V prilogi so tudi nadaljnja pojasnila o uporabljenih podatkovnih virih in povezave za spletni dostop do njih za morebitno nadaljnje seznanjanje in razpravo o položaju slovenskega izobraževanja v mednarodni perspektivi.

1. BRANJE

Stališča slovenskih učenk in učencev glede branja ponujata raziskavi PIRLS, ki ugotavlja bralno pismenost četrtošolk in četrtošolcev v osnovni šoli, in raziskava PISA, ki ugotavlja bralno pismenost 15-letnikov in 15-letnic (v Sloveniji so to v glavnem dijaki in dijakinje v prvem letniku srednjih šol). V nadaljevanju predstavljamo podatke o stališčih učenk in učencev do branja, kot so se pokazala v teh dveh raziskavah.

1.1 Raziskava o bralni pismenosti četrtošolk in četrtošolcev PIRLS

V raziskavi PIRLS so bili učenci in učenke 4. razredov povprašani, koliko se strinjajo s trditvijo *Mislím, da je branje dolgočasno*. V tabeli so predstavljene stopnje strinjanja (deleži učenk in učencev po izbranih odgovorih) iz raziskave v letih 2011, 2016 in 2021.

Tabela 1.1. Stopnje strinjanja (deleži učenk in učencev po izbranih odgovorih) s trditvijo *Mislím, da je branje dolgočasno* iz raziskave PIRLS v letih 2011, 2016 in 2021.

	Sploh se ne strinjam.	Ne strinjam se.	Strinjam se.	Zelo se strinjam.
PIRLS 2011	61 %	22 %	10 %	8 %
PIRLS 2016	50 %	31 %	11 %	8 %
PIRLS 2021	45 %	29 %	13 %	13 %

Iz tabele je razvidno, da se v vseh treh krogih raziskave večina učenk in učencev ne strinja, da bi bilo branje dolgočasno (seštejemo odstotka za odgovora *Sploh se ne strinjam.* in *Ne strinjam se.*). Vendar pa je razvidno tudi, da se ta delež v zadnjem času zmanjšuje in da se povečuje delež tistih, ki izražajo, da jim je branje dolgočasno – v letu 2021 je teh učenk in učencev že četrtnina (26 odstotkov).

Medtem ko je raziskava PIRLS v obdobju od 2011 do 2016 (pa tudi prej) kazala, da slovenski četrtošolci in četrtošolke izkazujejo vedno višje ravni bralne pismenosti, je zbiranje podatkov v letu 2021, torej med pandemijo, pokazalo, da mlajše generacije učenk in učencev ne dosegajo tako visokih ravni; »vrnili« smo se na raven znanja branja, kot je bilo v letu 2006. V vseh krogih raziskave se kaže, da učenke dosegajo višje rezultate od učencev. Zato ni presenetljivo, da tudi glede veselja do branja učenke odgovarjajo bolj pozitivno kot učenci. Za ilustracijo tega v tabeli 2 predstavljamo ločene odstotke učencev in odstotke učencev po stopnjah strinjanja z izjavo *Mislím, da je branje dolgočasno* iz podatkov raziskave PIRLS 2021.

Tabela 1.2. Stopnje strinjanja (deleži učenk in učencev po izbranih odgovorih) s trditvijo **Mislim, da je branje dolgočasno** iz raziskave PIRLS 2021 po spolu.

	Sploh se ne strinjam.	Ne strinjam se.	Strinjam se.	Zelo se strinjam.
PIRLS 2021 – učenci	37 %	29 %	16 %	18 %
PIRLS 2021 – učenke	53 %	29 %	10 %	8 %

Iz tabele je razvidno, da se s trditvijo, da je branje dolgočasno, strinja precej več učencev kot učenk. Kar 18 odstotkov učencev je izbralo odgovor *Zelo se strinjam.*, nadaljnjih 16 odstotkov pa odgovor *Strinjam se.* Tudi nekatere učenke ne marajo branja; 8 odstotkov jih je izbralo odgovor *Zelo se strinjam.* in 10 odstotkov odgovor *Strinjam se.* Razlika med spoloma v veselju do branja se najbolj izrazi v deležih učencev oziroma učenk, ki se sploh ne strinjajo s to trditvijo; ta odgovor je izbrala večina učenk, 53 odstotkov, in (le) 37 odstotkov učencev.

Predlogi za razpravo:

Na podlagi teh podatkov bi razprava v Otroškem parlamentu lahko nasloвила lastna stališča sodelujočih učenk in učencev do branja in primerjave med spoloma ter morebitna ozadja za opažene razlike. Učenje branja je eden od pomembnejših ciljev izobraževanja v prvem vzgojno-izobraževalnem obdobju, ki ga je mogoče uspešno dosegati s hkratnim spodbujanjem veselja do branja, saj le tako učenje branja lahko v nadaljnjem izobraževanju preide v branje za učenje. Nezanemarljivi deleži negativnih odgovorov četrtošolcev in četrtošolk glede veselja do branja, kot jih nakazujejo predstavljeni podatki iz raziskave PIRLS, spodbujajo razmislek o tem, kako v šoli in doma uspešneje spodbujati veselje do branja. Pogledi mladih so pomemben prispevek k temu razmisleku.

1.2 Raziskava o bralni pismenosti 15-letnikov in 15-letnic PISA

V raziskavi PISA so bili 15-letni učenci in učenke povprašani, koliko se strinjajo s trditvijo *Branje se mi zdi izguba časa.* V tabeli so predstavljene stopnje strinjanja (deleži učenk in učencev po izbranih odgovorih) iz raziskave v letih 2009 in 2018, ko je bilo v vprašalnikih za učence in učenke vključeno to vprašanje.

Tabela 1.3. Stopnje strinjanja (deleži učenk in učencev po izbranih odgovorih) s trditvijo **Branje se mi zdi izguba časa** iz raziskave PISA v letih 2009 in 2018.

	Sploh se ne strinjam.	Ne strinjam se.	Strinjam se.	Popolnoma se strinjam.
PISA 2009	28 %	39 %	19 %	14 %
PISA 2018	26 %	37 %	22 %	15 %

Iz tabele je razvidno, da se tudi 15-letniki in 15-letnice večinoma ne strinjajo, da bi bilo branje izguba časa (seštejemo odstotka za odgovora *Sploh se ne strinjam.* in *Ne strinjam se.*). Čeprav nekoliko manj izrazito kot za četrtošolke in četrtošolce v raziskavi PIRLS, pa vseeno tudi za mladostnike velja, da se v zadnjem času povečuje delež tistih, ki izražajo, da jim je branje izguba časa.

V povezavi z raziskavo PIRLS smo omenili, da so tako v znanju branja kot v veselju do branja razlike med spoloma velike. Ali se tudi pri 15-ih letih izkazuje razlika med spoloma glede tega? Da, tudi v tem starostnem obdobju so učenke pri branju uspešnejše od učencev, kar ugotavljamo v vseh dosedanjih krogih raziskave PISA, v katerih je sodelovala Slovenija, torej od leta 2006 naprej. Da so učenke pri branju uspešnejše od učencev velja tudi v splošnem za druge države. Za Slovenijo je še značilno, da je ta razlika med spoloma v primerjavi z drugimi državami med večjimi. V tabeli 4 predstavljamo podatke o stopnji strinjanja s trditvijo *Branje se mi zdi izguba časa*, ločeno po spolu za podatke iz leta 2018.

Tabela 1.4. Stopnje strinjanja (deleži učenk in učencev po izbranih odgovorih) s trditvijo *Branje se mi zdi izguba časa* iz raziskave PISA v letu 2018 po spolu.

	Spolh se ne strinjam.	Ne strinjam se.	Strinjam se.	Popolnoma se strinjam.
PISA 2018 – učenci	17 %	34 %	27 %	22 %
PISA 2018 – učenke	35 %	41 %	16 %	8 %

Podatki v tabeli kažejo, da tudi za mladostnike velja, da učenke raje berejo kot učenci. Če trditev iz raziskave PIRLS *Mislím, da je branje dolgočasno*. in trditev iz raziskave PISA *Branje se mi zdi izguba časa*. razumemo kot enakovredno negativni stališči do branja, lahko iz primerjave deležev strinjanja s tema trditvama ugotovimo, da pri 15-ih letih večji delež učencev in prav tako učenk izraža ta negativna stališča.

Predlogi za razpravo:

Ker je branje osnovna spretnost za uspešno učenje, bi se lahko v razpravi v Otroškem parlamentu vprašali, zakaj je tako, od kod sprememba na slabše v zadnjih letih, s čim jo učenci in učenke povezujejo in s čim jo povezujejo učitelji, šolski knjižničarji. Naslovili bi lahko tudi vprašanje, s katerimi spremembami v šoli bi lahko izboljšali interes učencev in učenk za branje, tako na papirju, kot na elektronskih medijih.

1.3 Obseg pouka branja v evropskih sistemih izobraževanja

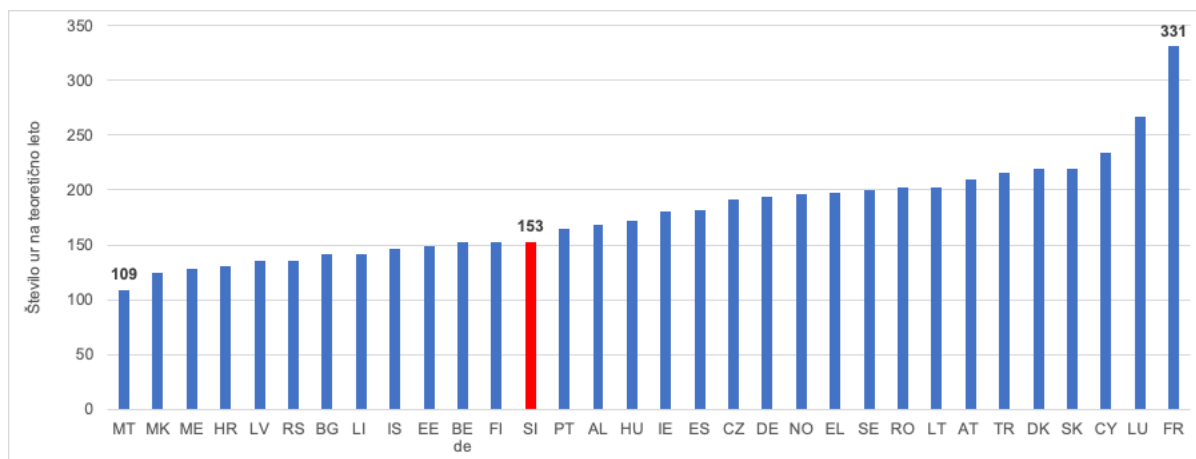
Vloga šole pri usvajanju branja in spodbujanju veselja do branja je nedvomna. V nadaljevanju predstavljamo mednarodne primerjave Slovenije z drugimi evropskimi državami glede obsega pouka branja in celotnega obsega pouka. Ker so evropski sistemi izobraževanja raznoliki glede trajanja šolskega leta, števila let v posameznih obdobjih izobraževanja idr., je za mednarodne primerjave uporabljena posebna metodologija, po kateri se primerja t.i. *najmanjši priporočeni obseg pouka na teoretično leto*,¹ vendar lahko za potrebe razumevanja podatkov in razprave razumemo, da gre za običajni/povprečni obseg ur pouka na običajno/povprečno šolsko leto v določenem obdobju izobraževanja. Kot obdobja izobraževanja v podatkih obravnavamo primarno izobraževanje, kar je v

¹ Teoretično leto je število ur pouka na posamezni stopnji izobraževanja (npr. primarnem izobraževanju, ISCED 1) deljeno s številom let trajanja tega obdobja izobraževanja (npr. primarnega izobraževanja) v posameznem sistemu izobraževanja. Najmanjši priporočeni obseg pouka na leto je rezultat deljenja skupnega priporočenega obsega pouka v obdobju izobraževanja (npr. primarnem izobraževanju) s številom let trajanja tega obdobja izobraževanja (npr. primarnega izobraževanja).

Sloveniji od 1. do 6. razreda, in nižje sekundarno izobraževanje, kar je v Sloveniji od 7. do 9. razreda. V drugih evropskih izobraževalnih sistemih traja primarno izobraževanje od štiri do sedem let, ob tem, da v dveh tretjinah evropskih sistemov primarno izobraževanje traja pet ali šest let. Nižje sekundarno izobraževanje pa v vseh evropskih sistemih izobraževanja traja štiri leta ali manj. Na slikah so za poimenovanje držav uporabljene kratice, katerih obrazložitve so v prilogi. Za Slovenijo se uporablja kratica SI.

Na sliki 1 predstavljamo primerjavo Slovenije z drugimi evropskimi državami glede obsega pouka branja na leto na primarni stopnji izobraževanja (v Sloveniji 1. do 6. razred). Slovenija v primarnem izobraževanju nameni za pouk branja, pisanja in književnosti (v povprečju) 153 ur na leto. Najmanjši obseg pouka branja je na Malti (109 ur) in največji v Franciji (331 ur). Primerljivo s Slovenijo imajo obseg pouka branja, pisanja in književnosti v Belgiji (de - nemška govoreča skupnost) in na Finskem (oboje 152 ur).

Slika 1.1: Letni obseg pouka branja, pisanja in književnosti v primarnem izobraževanju (v Sloveniji 1. do 6. razred)

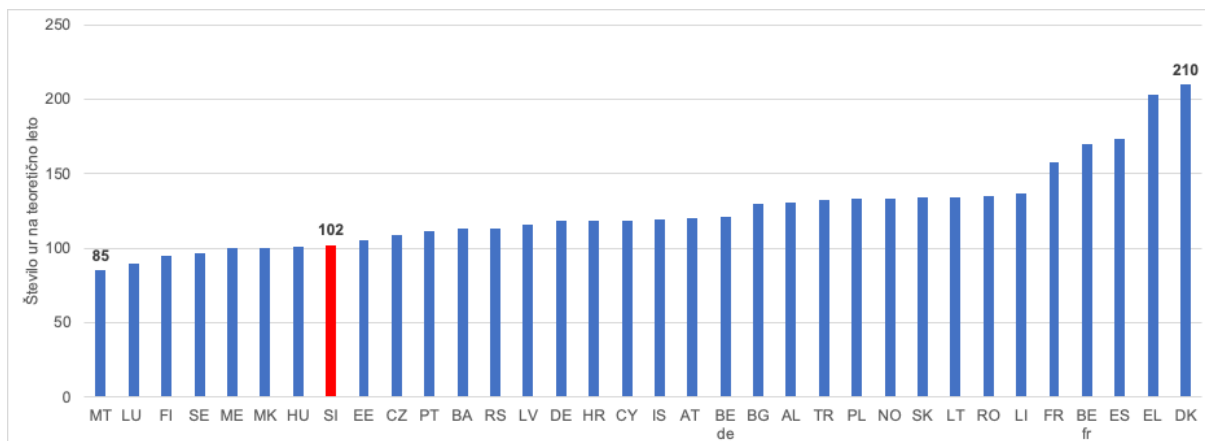


(Vir: European Commission / EACEA / Eurydice, 2023)

Na sliki 2 predstavljamo primerjavo med evropskimi državami glede obsega pouka branja v nižjem sekundarnem izobraževanju (v Sloveniji 7. do 9. razred). Slovenija nameni za pouk branja, pisanja in književnosti (povprečno) 102 uri. Najmanj temu namenijo na Malti (85 ur) in največ na Danskem (210 ur). Sloveniji podoben obseg pouka branja, pisanja in književnosti v nižjem sekundarnem izobraževanju imajo na Madžarskem (101 uro).

Primerjalni podatki o letnem obsegu pouka branja torej kažejo, da je obseg pouka branja v Sloveniji med manjšimi. Glede na rezultate iz raziskav PIRLS in PISA, ki v zadnjem obdobju kažejo padec bralne pismenosti slovenskih učenk in učencev, bi v razpravi lahko naslovili vprašanje, ali bi večji obseg pouka branja lahko pripomogel k zvišanju ravni bralne pismenosti v Sloveniji. Pri tem pa seveda ni pomembna le količina pouka, ampak tudi vsebina in njena kakovost, kar je tudi lahko obravnavano v razpravi.

Slika 1.2: Letni obseg pouka branja, pisanja in književnosti v nižjem sekundarnem izobraževanju (v Sloveniji 7. do 9. razred)



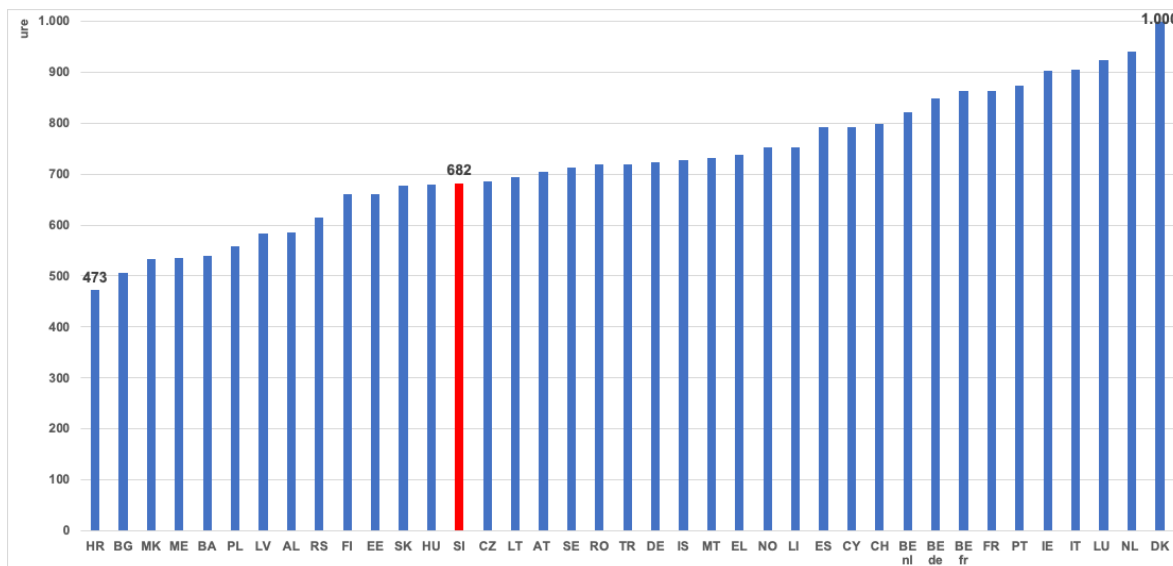
(Vir: European Commission / EACEA / Eurydice, 2023)

Morebitno povečanje obsega pouka branja bi vplivalo tudi na razmislek o obsegu celotnega pouka. Primerjalne podatke o tem predstavljamo v naslednjem razdelku.

1.4 Obseg pouka v evropskih sistemih izobraževanja (v obveznem splošnem izobraževanju)

V tem razdelku predstavljamo primerjave Slovenije z drugimi evropskimi državami glede celotnega letnega obsega pouka. Primerjave za primarno raven izobraževanja so predstavljene na sliki 3.

Slika 1.3: Letni obseg pouka v primarnem izobraževanju (v Sloveniji 1. do 6. razred)

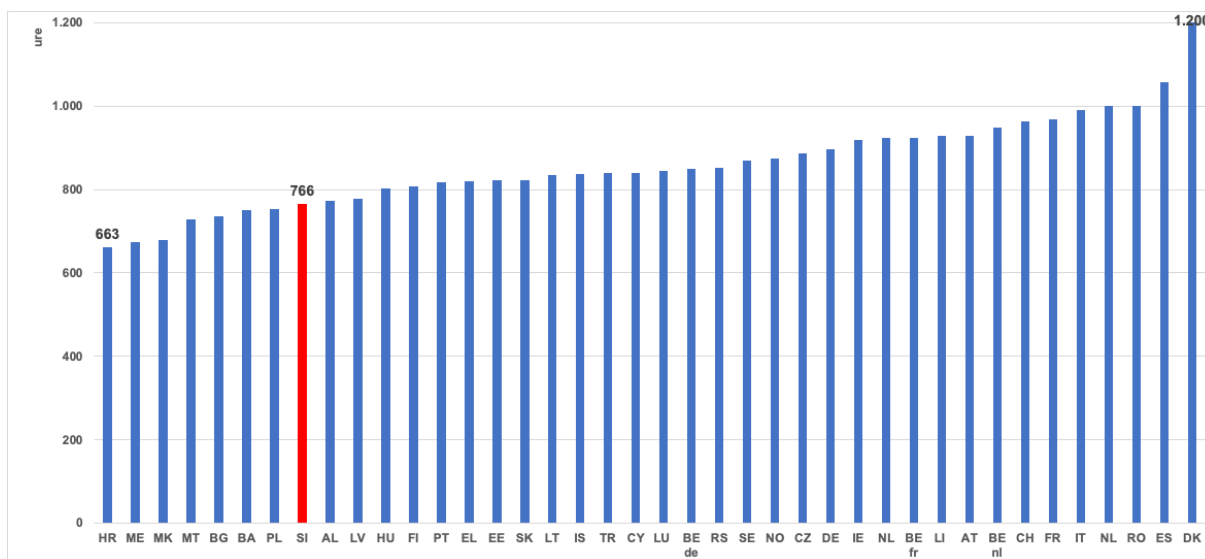


(Vir: European Commission / EACEA / Eurydice, 2023)

Slovenija ima v primarnem izobraževanju letni obseg pouka (povprečno) 682 ur. Letni obseg pouka na tej stopnji izobraževanja je manj od 500 ur na Hrvaškem in več od 900 ur na Danskem, Irskem, v Italiji, Luksemburgu in na Nizozemskem. V večini držav je obseg pouka manj od 900 ur na leto. Manjši obseg pouka kot v Sloveniji imajo na Madžarskem, Slovaškem, Finskem, Poljskem, v Estoniji, Srbiji, Albaniji, Latviji, Bosni in Hercegovini, Črni gori, Severni Makedoniji in Bolgariji.

Na sliki 4 predstavljamo primerjave letnega obsega pouka v nižjem sekundarnem izobraževanju.

Slika 1.4: Obseg pouka v nižjem sekundarnem izobraževanju (v Sloveniji 7. do 9. razred)



(Vir: European Commission / EACEA / Eurydice, 2023)

V nižjem sekundarnem splošnem izobraževanju je obseg pouka po državah od 663 ur na Hrvaškem do 1.000 ur ali več na Danskem, v Španiji, na Nizozemskem in v Romuniji. V približno eni tretjini držav je letni obseg pouka več od 900 ur. Slovenija ima v nižjem sekundarnem izobraževanju letno (povprečno) 766 ur pouka. Manjši obseg pouka kot pri nas ima 7 sistemov izobraževanja: na Poljskem, Malti, Hrvaški, v Bosni in Hercegovini, Bolgariji, Črni gori in Severni Makedoniji.

Predlogi za razpravo:

Tudi primerjalni podatki evropskih sistemov izobraževanja o celotnem obsegu pouka v rednem obveznem izobraževanju, kažejo, da je v Sloveniji ta obseg med manjšimi. Morebitno večanje obsega pouka branja za namen izboljšanja ravni bralne pismenosti učenk in učencev bi lahko vodilo do povečanja celotnega obsega pouka, kar je relevantno vprašanje za razpravo. V tem kontekstu je pomembno vprašanje o občutku obremenjenosti s šolskim delom, ki se v slovenski javnosti velikokrat odpre. Iz primerjalnih podatkov je razvidno, da je v Sloveniji obremenjenost učenk in učencev z obsegom števila ur pouka med nižjimi, zato bi lahko naslovili vprašanje, od kod izhaja občutek obremenjenosti, kako ga razumeti bolj poglobljeno in kako ga v šoli nasloviti.

2. VLOGA ŽENSK V POLITIKI

Podatek o stališčih glede vloge žensk v politiki dobimo iz raziskave ICCS, ki ugotavlja državljansko vednost osmošolk in osmošolcev. V anketnem delu raziskave so bili učenke in učenci povprašani o svojem strinjanju s trditvijo *Moški so boljše usposobljeni za politične voditelje kot ženske*. Predstavljamo podatke o tem iz leta 2016 in leta 2022, ločeno za učenke in za učence.

Tabela 2.1. Stopnje strinjanja (deleži učenk in učencev po izbranih odgovorih) s trditvijo *Moški so boljše usposobljeni za politične voditelje kot ženske* iz raziskave ICCS v letih 2016 in 2022, po spolu.

	Nikakor se ne strinjam.	Ne strinjam se.	Strinjam se.	Zelo se strinjam.
ICCS 2016 - učenci	33 %	35 %	20 %	12 %
ICCS 2022 - učenci	19 %	32 %	28 %	21 %
ICCS 2016 – učenke	63 %	28 %	7 %	2 %
ICCS 2022 – učenke	64 %	24 %	7 %	4 %

S trditvijo se ne strinja tako večina učencev kot večina učenk (seštejemo odgovora Nikakor se ne strinjam. in Ne strinjam se.). Vendar se s trditvijo ne strinja precej več učenk kot učencev (npr. 91 odstotkov učenk in 68 odstotkov učencev po podatkih za leto 2016). Podatki kažejo še, da se odstotek slovenskih učencev, ki menijo, da so moški boljše usposobljeni za politične voditelje kot ženske, z leti povečuje, v letu 2016 je bilo 32 odstotkov učencev, ki tako mislijo, in v letu 2022 že kar 49 odstotkov. Pri učenkah ta sprememba ni tako izrazita, saj se jih le manjši delež strinja s to trditvijo.

Predlogi za razpravo:

Tudi v drugih državah večji delež učencev kot učenk strinja s to trditvijo. V razpravo bi lahko ponudili vprašanja o tem, zakaj prihaja do te razlike med spoloma, kaj je v ozadju tega, da se ta pogled na enakost med spoloma ne izboljšuje in kako bi v šolskem življenju lahko okrepili razumevanje, sprejemanje in zagovarjanje enakosti spolov, v politiki in drugih poljih družbenega življenja.

3. USTVARJALNOST

V raziskavi PISA, ki je sicer znana po tem, da vsaka tri leta preverja bralno, matematično in naravoslovno pismenost 15-letnih učenk in učencev, je bilo leta 2022 vključeno tudi preverjanje ustvarjalnega razmišljanja (več o osnovi tega preverjanja je v prilogi v okviru pojasnil o raziskavi PISA). Po podatkih PISA 2022 se slovenski 15-letniki uvrščajo nad mednarodno povprečje tako na področju matematične kot naravoslovne pismenosti, pri bralnih dosežkih pa so v primerjavi z letom 2018 zdrsnili z nadpovprečnega na podpovprečno mesto na mednarodni lestvici. Obenem je raziskava o ustvarjalnem mišljenju pokazala, da se slovenski 15-letniki in 15-letnice na skupni lestvici ustvarjalnega mišljenja uvrščajo pod mednarodno povprečje. V vseh državah, tudi v Sloveniji, so učenke pri preverjanju ustvarjalnega mišljenja dosegle višji rezultat od učencev.

Predlogi za razpravo:

Zanimiva vprašanja za razpravo bi lahko bila, zakaj nastaja razlika v mednarodnih primerjavah med matematično in naravoslovno pismenostjo na eni strani ter bralno pismenostjo in ustvarjalnim mišljenjem slovenskih učenk in učencev na drugi strani. Zadnji dve področji sta značilni tudi glede tega, da imajo učenke precej višje rezultate od učencev.

Učenkam in učencem so bila v raziskavi PISA 2022 v vprašalniku zastavljena vprašanja o njihovih mnenjih glede lastne ustvarjalnosti, o udeleževanju ustvarjalnih dejavnosti v šoli in podobno. Raziskava je pokazala, da imajo slovenski učenke in učenci zelo nizko mnenje o lastni ustvarjalnosti (samopodobo), najnižjo od sodelujočih 64 držav. Glede na ostale države tako, na primer, precej manj slovenskih učenk in učencev odgovarja, da uživajo pri učenju novih stvari, kar se v raziskavi obravnava kot del samopodobe na področju ustvarjalnosti. Podobno menijo tudi slovenski ravnatelji in sicer, da veliko učencev in učenk ne uživa v učenju novega. Tudi stališča slovenskih ravnateljev do ustvarjalnosti kažejo na manj spodbudno obravnavo tega področja. Glede na ostale države tako, na primer, slovenski ravnatelji bolj menijo, da se ustvarjalnosti ne da priučiti.

Predlogi za razpravo:

Vprašanja za razpravo bi lahko naslovlila ozadje teh ugotovitev in vzroke zanje. Kot je pojasnjeno v prilogi, ne gre namreč za preverjanje ustvarjalnosti, kot jo prepoznamo v velikih umetniških delih, ampak za »ustvarjalnost mali c«, kar je ustvarjalnost, ki jo lahko razvije vsakdo in se kaže tudi pri najbolj vsakdanjih delovnih in življenjskih opravilih, npr. ko na nov, izviren način postavimo fotografije v albumu ali pa sestavimo novo jed iz sicer običajnega seznama sestavin.

Učenci in učenke so bili v vprašalnikih PISA 2022 vprašani tudi o tem, ali menijo, da sta inteligentnost in ustvarjalnost nekaj, kar je mogoče razvijati. Če so na vprašanje odgovorili pritrdilno, potem razumemo, da izkazujejo razvojno miselnost glede inteligentnosti oziroma ustvarjalnosti. Če so odgovorili nikalno (z nestrinjanjem), pa izkazujejo nerazvojno (fiksno) miselnost. Podatki iz leta 2022 kažejo, da v veliko državah večina 15-letnih učencev in učenk izkazuje razvojno miselnost glede inteligentnosti; v Sloveniji 52 odstotkov učenk in učencev. Pri vprašanju ustvarjalnosti pa je precej bolj prisotna nerazvojna miselnost; v Sloveniji glede ustvarjalnosti razvojno miselnost izkazuje le 39 odstotkov 15-letnih učenk in učencev. Se pa razvojna miselnost o inteligentnosti povezuje z razvojno miselnostjo o ustvarjalnosti; v državah z večjim deležem strinjanja o možnosti razvijanja inteligentnosti so tudi deleži strinjanja o razvojni ustvarjalnosti večji (npr. na Irskem, v Estoniji, Avstriji in Nemčiji). Vendar, podobno kot za Slovenijo, tudi za druge države praviloma velja, da je v primerjavi z miselnostjo o razvojni inteligentnosti manj učencev in učenk, ki menijo, da je mogoče razvijati (tudi) ustvarjalnost. Sloveniji podobni deleži učencev in učenk, ki menijo, da je mogoče razvijati inteligentnost oziroma ustvarjalnost so v Belgiji, Italiji, Španiji, na Malti in Madžarskem.

Predlogi za razpravo:

V razpravi bi lahko učenci in učenke naslovlili lastna prepričanja o (ne)razvojni inteligentnosti in ustvarjalnosti ter ozadja, iz katerih ta prepričanja izhajajo. Kako to vpliva na njihove poglede na sposobnost za učenje, učljivost, napredovanje v izobraževanju. Zakaj razlike v stališču do možnosti razvijanja inteligentnosti in ustvarjalnosti? Bi pričakovali tovrstno razliko?

Priloga:

1. Pojasnila o raziskavah PIRLS, PISA in ICCS ter zbirki podatkov Eurydice

PIRLS

Namen raziskave je preverjanje bralne pismenosti učenk in učencev konec 4. razreda (povprečna starost približno 10 let). Raziskava se izvaja v petletnih ciklih. V juniju 2021 je bilo izvedeno merjenje bralne pismenosti učencev na šolah.

Z vprašalniki za učence, učitelje in ravnatelje zbiramo informacije o dejavnikih, ki so povezani z doseganjem znanja. Podatke o reševanju nalog in poročila o dejavnikih povežemo med seboj. Med državami in znotraj Slovenije primerjamo bralne dosežke učencev in povezavo dejavnikov s temi dosežki. Dejavnike in dosežke primerjamo z izsledki PIRLS iz prejšnjih let in jih prikazemo v obliki trendov.

Več o raziskavi je na povezavi: [Pedagoški institut | PIRLS 2021 \(pei.si\)](#)

ICCS

ICCS je Mednarodna raziskava državljske vzgoje in izobraževanja, ki jo na mednarodni ravni koordinira IEA (Mednarodna organizacija za evalviranje učinkov izobraževanja), v Sloveniji pa Pedagoški inštitut.

Namen raziskave je raziskati, na kakšne načine se mladi v različnih državah (oziroma izobraževalnih sistemih) pripravljajo na (aktivno) državljanstvo. S tem ciljem meri vednost, konceptualno razumevanje in kompetence na področju državljske vzgoje in izobraževanja, ter stališča na področju državljanstva in pripravljenosti do (so)delovanja v družbenih oz. državljskih aktivnostih.

Več o raziskavi je na povezavi: [Pedagoški institut | ICCS 2022 \(pei.si\)](#)

PISA

Osnovni namen raziskave PISA je izmeriti uspešnost učencev in učenk ob koncu obveznega osnovnega izobraževanja, zato so v vseh državah vključeni 15-letniki, v Sloveniji so to učenci in učenske oziroma dijaki in dijakinje vseh srednjih šol, samo v manjšem delu sodelujejo tudi osnovne šole. Uspešnost 15-letnikov se v vsakem krogu raziskave preverja na treh področjih pismenosti: bralne, matematične in naravoslovne pismenosti. Na teh treh področjih se s podatki PISA torej spremlja stanje in ugotavlja spremembe.

Pri vsakem merjenju pa se od leta 2012 preverja uspešnost učencev še na četrtem (inovativnem) področju pismenosti, ki je širše in zajema (oziroma naj bi zajemalo) vse predmete, ki se v šoli poučujejo. Doslej je PISA na tem četrtem področju že merila npr. spretnosti individualnega in skupinskega reševanja problemsko zasnovanih nalog, nazadnje leta 2022 pa je bila pri učencih prvič preverjena ustvarjalnost, natančneje naslednje tri spretnosti ustvarjalnega mišljenja (creative thinking): proizvodnje raznolikih zamisli, proizvodnje ustvarjalnih (novih, izvirnih) zamisli ter spretnosti vrednotenja in izboljševanja za misli. Spretnosti ustvarjalnega mišljenja so bile merjene na naslednjih štirih področjih oziroma s štirimi vrstami nalog: pisno izražanje, vizualno izražanje, reševanje naravoslovnih problemov in reševanje družbenih problemov.

Za ustvarjalnost izrazito velja, da se je v šoli ne poučuje v obliki posebnega predmeta, ampak naj bi se razvijala pri vseh predmetih in vseh dejavnostih na šoli. V raziskavi PISA so namreč zapisali, da raziskava meri »ustvarjalnost mali c«, ki je ustvarjalnost, ki jo lahko razvije vsakdo in se kaže tudi pri najbolj vsakdanjih delovnih in življenjskih opravilih, npr. ko na nov, izviren način postavimo fotografije v albumu ali pa sestavimo novo jed iz sicer običajnega seznama sestavin ipd.

Ustvarjalnost je bila merjena s posebnim preizkusom nalog. Poleg tega pa so vsi sodelujoči učenci izpolnili vprašalnik, v katerem se je nekaj vprašanj nanašalo tudi na ustvarjalnost. S pomočjo vprašalnika je bilo merjeno tudi prepričanje učencev, ali se da na ustvarjalnost vplivati, jo spremeniti. Podobno vprašanje bilo učencem zastavljeno tudi glede inteligentnosti. Glede ustvarjalnosti pa je bilo podobno vprašanje zastavljeno tudi ravnateljem.

Več o raziskavi je na povezavi: [Pedagoški institut | PISA \(pei.si\)](https://www.pei.si/)

Eurydice

Eurydice je evropsko informacijsko omrežje za izmenjavo podatkov o izobraževanju. Omrežje spodbuja izmenjavo informacij in izkušenj med oblikovalci politik ter seznanja z njimi vse tiste, ki delajo na področju izobraževanja v Evropi. Analize in primerjalne študije so številne in raznovrstne. To so bodisi temeljne študije z opisi strukture izobraževalnih sistemov sodelujočih držav bodisi študije, ki osvetljujejo posamezne dele izobraževalnih sistemov in tudi primerjalne analize, ki zadevajo različne ravni izobraževanja (od predšolske do visokošolske) ali pa informacije o posamičnih vidikih (organizacija delovnega časa v šolah itd.) V posamezne študije so vključeni tudi podatki mednarodnih študij (PISA, TIMSS, PIRLS, ICCS). Med drugim Omrežje Eurydice zbira podatke o priporočenem obsegu pouka v rednem obveznem izobraževanju v Evropi. Poročilo analizira priporočeni obseg ur pouka v primarnem in sekundarnem izobraževanju za štiri predmetna področja: branje, pisanje in književnost ter matematiko, naravoslovje in tuj jezik (<https://www.eurydice.si/prispevki/fact-figures/priporoceni-obseg-pouka-v-rednem-obveznem-izobrazevanju-v-evropi-2022-23/>).

Več o Eurydice na povezavi: <https://www.eurydice.si/>

2. Legenda kratic poimenovanja držav na slikah 1.1 do 1.4.

EU	Evropska unija				EGP in države kandidatke
BE	Belgija	CY	Ciper	AL	Albanija
BE fr	Belgija – francoska skupnost	LV	Latvija	BA	Bosna in Hercegovina
BE de	Belgija – nemško govoreča skupnost	LT	Litva	CH	Švica
BE nl	Belgija – flamska skupnost	LU	Luksemburg	IS	Islandija
BG	Bolgarija	HU	Madžarska	LI	Lihtenštajn
CZ	Čeka	MT	Malta	ME	Črna gora
DK	Danska	NL	Nizozemska	MK	Severna Makedonija
DE	Nemčija	AT	Avstrija	NO	Norveška
EE	Estonija	PL	Poljska	RS	Srbija
IE	Irska	PT	Portugalska	TR	Turčija
EL	Grčija	RO	Romunija		
ES	Španija	SI	Slovenija		
FR	Francija	SK	Slovaška		
HR	Hrvaška	FI	Finska		
IT	Italija	SE	Švedska		

OTROŠKI PARLAMENTI^{®2} V ŠOLI

Petra Zega, strokovna sodelavka ZPMS in vodja programa Otroški parlamenti

V letošnjem šolskem letu 2024/25 vstopamo v 35. izvedbo programa Otroški parlamenti. Program se izvaja že od leta 1990 in je namenjen vzgoji in opolnomočenju otrok za aktivno državljanstvo ter jim nudi prostor za njihovo sodelovanje, udeležbo (=participacijo) v zadevah, ki se jih tičejo in so zanje pomembne. Pravica do sodelovanja pri odločitvah, ki vplivajo na posameznikovo življenje, je ena izmed temeljnih človekovih in s tem tudi otrokovih pravic. Zagotovljena je tudi v 12. členu Konvencije o otrokovih pravicah, ki jo je sprejela večina držav sveta. Skupaj z zaščito otrok in zadovoljitvijo njihovih osnovnih potreb, je participacija eno izmed treh načel, na katerih temelji Konvencija. 12. člen pravi: *»...države pogodbenice jamčijo otroku, ki je sposoben izoblikovati lastna mnenja, pravico do svobodnega izražanja le-teh v vseh zadevah v zvezi z njim, o tehtnosti izraženih mnenj pa se presoja v skladu z otrokovo starostjo in zrelostjo...«.*

Participacija otrok pomeni njihovo aktivno sodelovanje, vključenost, udeležbo na vseh ravneh in povsod tam, kjer se sprejemajo odločitve, ki zadevajo tudi njih. To pa je tako v družini, kakor tudi v šoli, kraju kjer živijo, v mladinskih in drugih organizacijah ter drugje. Odrasli pa imamo obveznost, da pri vseh odločitvah, ki zadevajo otroke, povprašamo njih, pridobimo njihova mnenja in predloge ter jih pri sprejemanju odločitev upoštevamo v največji možni meri. Čeprav Konvencija otrokom daje možnost za podajanje mnenj, otroci pogosto čutijo, da jih odrasli ne jemljejo resno in jih ne slišijo.

Otroci so na 34. nacionalnem Otroškem parlamentu (april 2024) med sedmimi predlogi izbrali temo »Šolski sistem«. Ta izbor odraža, kaj jih najbolj skrbi, o čem želijo razpravljati in katere spremembe si želijo. Gre za pomembno temo, ne samo zanje, temveč tudi za nas odrasle, saj se nahajamo v obdobju uvajanja sprememb v šolski sistem.

Temo »Šolski sistem« bomo obravnavali dve šolski leti, torej v tem in prihodnjem šolskem letu 2025/2026. V prvem letu se bomo predvsem osredotočili na spoznavanje s temo, razprave ter oblikovanje zaključkov in predlogov za izboljšave. Drugo leto pa bo bolj usmerjeno v izvedbo, kjer bomo preučili, kaj je dejansko mogoče uresničiti in kako lahko dosežemo pozitivne spremembe – tako na šolski, lokalni kot tudi na nacionalni ravni. Realizacijo načrtujte skupaj z učenci in jih aktivno vključite v celoten proces.

Naslovna tema je široka, zato smo se tudi tokrat odločili za 4 ožje podteme, ki so:

- **Odnosi in sodelovanje** (učenec – učenec, učenec – učitelj, učitelj/šola – starš; komunikacija spoštovanje, razumevanje, zaupanje, itd.) Dobri odnosi in sodelovanje prispevajo k pozitivnemu učnemu okolju in spodbujajo osebni ter profesionalni razvoj.
- **Učne vsebine in šola za življenje** (teorija, praksa, raznolikost, prilagodljivost, medpredmetno povezovanje in povezovanje z realnim življenjem, praktične spretnosti, itd.) Šola za življenje se osredotoča na pripravo učencev na resnično življenje in njihove prihodnje izzive.
- **Metode in načini učenja/poučevanja** (različni pristopi: projekti, skupinsko delo, simulacije, igre, eksperimentiranje; inovativnost; učenje učenja, itd.)

² Otroški parlamenti® so zaščitena blagovna znamka Zveze prijateljev mladine Slovenije.

- **Vrednote in odgovornost** (poštenost, pravičnost, empatija, skrb za lastno učenje, spoštovanje pravil in norm, aktivno sodelovanje, itd.). Spodbujanje vrednot pomaga pri osebnostnem razvoju učencev, pripravi na odgovorno državljanstvo in ustvarjanju pozitivnih družbenih sprememb. Vrednote imajo ključno vlogo pri oblikovanju pozitivnega učnega okolja.

Navedene podteme, ki so v krepkem tisku, so določene. Vse druge informacije so zgolj okvir, ki vam lahko pomaga pri usmerjanju razprav z otroki. Vključite jih v pogovor tako, da jih povprašate, kakšna je njihovo mnenje o teh podtemah, kako jih razumejo in o čem bi se želeli pogovarjati. Otroci v Otroških parlamentih niso ocenjevani, zato naj bodo sproščeni in ustvarjalni. Spodbujajte jih, da izražajo svoje ideje brez zadržkov in iščejo inovativne rešitve.

Veseli nas, je vsako leto udeležba na izobraževanju tako številčna. Verjamemo, da se na vseh osnovnih šolah, s katerih prihajate, program Otroški parlamenti zares tudi izvaja. Veliko vas prevzema vlogo mentorja prvič. Zato v nadaljevanju prispevka za lažje razumevanje predstavljamo nekaj ključnih informacij o poteku Otroških parlamentov.

Ozadje izvedbe Otroških parlamentov

Leta 2017 smo organizirali »moderirano srečanje« predstavnikov vseh, ki so vključeni v Otroške parlamente (regijski koordinatorji, mentorji, mladi parlamentarci.) Namen srečanja je bilo zastaviti smernice razvoja programa v prihodnje.

Smernice so strnjene v 3 ključne misli, na podlagi katerih sloni izvedba programa:

- IZ DEBATE V AKCIJO
- IZ VSEBINE V PROCES
- OD POUČEVANJA DO MODERIRANJA

Smernice so zapisane tudi v E-priročniku, ki ga, posodobljenega v .pdf obliki najdete na spletni strani <https://www.zpms.si/programi/otroski-parlamenti/> (med uporabnimi gradivi).

Poleg tega so udeleženci srečanja sprejeli naslednje ključne spremembe, ki se jih še vedno »držimo«:

Ključne spremembe:

1. Otroški parlamenti z eno temo potekajo 2 leti:
 - prvo leto potekajo razprave in priprave predlogov sprememb (za šolo, lokalno okolje, regijo, državo). Pred zaključkom šolskega leta je organiziran nacionalni otroški parlament, kjer otroci predstavijo odločevalcem svoje predloge;
 - drugo leto je namenjeno udejanjanju predlogov sprememb na vseh ravneh – torej od šolske, lokalne, regionalne do nacionalne ravni. Zaključek drugega leta je zopet nacionalni otroški parlament, kjer otroci predstavijo odločevalcem, kaj so sami naredili in jih pozovejo, da predstavijo konkretne spremembe na nacionalnem nivoju.
2. Postavi se jasna (piramidna) struktura s strani ZPMS – navodila mentorjem, regijskim koordinatorjem, otrokom. Izobraževanje mentorjev – jasna navodila in aktivnosti za doseg ciljev.
3. Vključevanje bivših parlamentarcev in lokalnih društev in zvez prijateljev mladine tam, kjer šole ne sodelujejo - da se zagotovi regijska pokritost in vključevanje vseh otrok.

Struktura izvedbe Otroških parlamentov



Navedeni časovni okviri so prilagodljivi in niso strogo določeni. Prva in zadnja aktivnost (izobraževanje in nacionalni Otroški parlament) držita in uokvirjata ostale aktivnosti, ki pa se lahko prilagajajo glede na šolo, društvo/zvezo prijateljev mladine ali regijsko koordinacijo.

Smernice za izvedbo Otroških parlamentov

Sestava smernic za izvedbo Otroških parlamentov je zahtevna, saj ste mentorji in koordinatorji raznolika skupina. Nekateri med vami že dolgo opravljate to nalogo, medtem ko ste drugi v tej vlogi šele novi. Izkušeni mentorji že poznajo načine izvedbe, medtem ko tisti, ki ste novi, morda čutite potrebo po dodatnih informacijah. V nadaljevanju predstavljamo nekaj smernic (ne pravil!), ki naj vam služijo kot pomoč pri izvajanju programa.

Mentorji (šolska raven):

- udeležba na izobraževanju, ki vsako leto poteka v septembru;
- s temo seznanite svoje kolege učitelje, razrednike, vodstvo šole in se povežite z njimi; povežite se s svetovalno službo, knjižničarji in/ali mentorji Bralne značke na šoli (seznam priporočenih knjig kot možnih izhodišč za pogovore z učenci najdete tudi v tem zborniku na str. 40). Zaželeno je, da s temo otroškega parlamenta »dih«
 cela šola;
- za pogovore z učenci spodbudite tudi učitelje nižje stopnje;
- poskušajte preiti iz vloge učitelja v vlogo moderatorja (ni potrebno, da otroke učite o temi, otroci naj vsebino prispevajo sami). Vaša naloga je, da jih usmerjate skozi pogovore. Skupaj z njimi določite dosegljive cilje in si prizadevajte, da jih v čim večji meri dosežete;

- organizirajte šolski parlament in povabite predstavnike vseh razredov, ki so že razpravljali o temi na razrednih urah. Naj predstavijo, o čem so se pogovarjali in kakšne so njihove ugotovitve. Prav tako lahko povabite goste, ki bodo učencem zanimivi in ki jim bodo lahko odgovorili na vprašanja, ki jih zanimajo (izbor gosta je odvisen od teme);
- na šolskem parlamentu naj učenci sami izmed sebe izberejo svoje predstavnike, ki jih bodo zastopali na parlamentu na višjem nivoju (mestnem, občinskem, medobčinskem nivoju);
- Otroški parlamenti naj ne bodo tekmovanje za udeležbo na višjih nivojih.

Pred začetkom uvodnih srečanj z učenci, si pripravite osebni akcijski načrt. Načrtujte aktivnosti po mesecih, odločite se, s katerimi aktivnostmi boste začeli in katere metode, tehnike in načine dela boste uporabili (bodite kreativni in vključite ideje učencev ter sodelavcev). S pripravo akcijskega načrta bo vaše delo veliko lažje steklo.

OKVIRNI AKCIJSKI NAČRT AKTIVNOSTI PO MESECIH:
PRVE 3 KONKRETNE AKTIVNOSTI:

SEPTEMBER:

1. AKTIVNOST	
NOSILEC:	ROK:

OKTOBER:
NOVEMBER:
DECEMBER:

2. AKTIVNOST	
NOSILEC:	ROK:

JANUAR:
FEBRUAR:
MAREC:

3. AKTIVNOST	
NOSILEC:	ROK:

APRIL:
MAJ:

OSEBNI AKCIJSKI NAČRT MENTORJA

Zapišite si, kaj bi VI OSEBNO ŽELELI DOSEČI kot mentor otroškega parlamenta?

Kakšni načini dela, metode in tehnike vas bodo tja pripeljali?

Kaj želim spremeniti pri sebi? Na kakšen način želim delati z otroki v OP v letošnjem letu?

MOJ PRVI KORAK:

Regijski koordinatorji (regijska raven):

Zveza prijateljev mladine Slovenije je za potrebe programa Otroški parlamenti razdelila Slovenijo na 20 regijskih koordinacij. Regijski koordinatorji so:

- predstavniki naših društev in zvez po Sloveniji (nekateri zaposleni pri društvih/zvezah, drugi prostovoljci). Seznam regijskih koordinatorjev in območij, ki jih pokrivajo, lahko najdete v E-priročniku na spletni strani <http://www.zpms.si/programi-in-projekti/otroski-parlament/> (med dodatnimi uporabnimi gradivi);
- delujejo kot vmesni člen med šolami in Zvezo prijateljev mladine Slovenije, skrbijo za izmenjavo informacij med šolami in ZPMS;
- organizirajo mestne, občinske, medobčinske in regijske parlamente, pri čemer pripravijo dogodke v prostorih lokalnih skupnosti ali šolah ter povabijo goste in druge pomembne udeležence:
 - učenci iz različnih šol nadaljujejo z razpravami in sprejmejo zaključne misli, ki jih bodo predstavili na regijskih otroških parlamentih in kasneje na nacionalnem otroškem parlamentu,
 - učenci ponovno izberejo svoje predstavnike za regijske parlamente, kjer bodo ti izbrali nadalje tiste, ki bodo zastopali njihovo regijo na nacionalnem otroškem parlamentu,
 - na nacionalni parlament gre lahko omejeno število predstavnikov iz posamezne regije (kar je odvisno od št. šol v posamezni regiji),
 - za uspešno izvedbo regijskih parlamentov je priporočljivo vključiti učence, ki že imajo izkušnje z delovanjem v otroškem parlamentu, zlasti tiste, ki so že v srednji šoli in še vedno želijo sodelovati.

Zveza prijateljev mladine Slovenije (nacionalna raven):

- organizira in pripravlja izobraževanja za mentorje glede na izbrano temo, ki jo izberejo otroci na nacionalnem parlamentu;
- sodeluje in komunicira z regijskimi koordinatorji,
- organizira pripravljalni sestanek za mlade »parlamentarce« pred zasedanjem nacionalnega parlamenta:
 - sestanek poteka v Ljubljani, običajno 2-3 tedne pred nacionalnim parlamentom,
 - na sestanek sta povabljeni 1-2 predstavnika učencev iz vsake regije (eden od njiju lahko kandidira za predsednika nacionalnega otroškega parlamenta),
 - na sestanku se otroci seznanijo s pomenom ter potekom nacionalnega parlamenta in vlogami, ki jih prevzamejo,
- zbere poročila/zaključke z regijskih parlamentov in na podlagi predlogov z regij pripravi nabor tem za naslednji otroški parlament
- organizira nacionalni otroški parlament v Državnem zboru RS:
 - spoštovanje pravil, ki jih ima Državni zbor – vsi udeleženci,
 - udeležba omejenega števila učencev in njihovih spremljevalcev s posameznih regij,
 - priprava dokumenta (magnetogramski zapis/transkript nacionalnega parlamenta) in zaključnih sporočil, ki jih naslovi na odločevalce.

Če se vam bodo med letom porajala kakršnakoli vprašanja, se lahko obrnete na:

- ustreznega regijskega koordinatorja (glej E-priročnik, str. 13) ali
- Zvezo prijateljev mladine Slovenije (petra.zega@zpms.si.)

Sodelovanje vas – mentorjev in koordinatorjev – je ključno za uspešno izvedbo programa in participacijo otrok, ki jim omogoča izražanje mnenj in sodelovanje pri pomembnih odločitvah.

Skupaj si prizadevajmo, da bodo stališča otrok slišana in upoštevana, kot to določa Konvencija o otrokovih pravicah.

BITI MENTOR – IZZIV ALI PRILOŽNOST?

Tanja Povšič, vodja podporno-izobraževalnega centra Modra postaja, ZPMS

»Vse na tem svetu se predaja. Vsak košček znanja je nekaj, kar je nekdo z nekom delil. Če to razumete tako kot jaz, potem bo mentorstvo postalo vaša prava zapuščina. Je najdragocenejša stvar, ki jo lahko podarite drugim.«

John Wooden

Beseda mentor izhaja iz Homerjeve pesnitve o Odiseju, ki se je iz rodne Itake odpravil v boj v trojansko vojno. Preden je odšel, je svojega zvestega prijatelja Mentorja prosil, da skrbi in poučuje njegovega sina Telemacha. Mentor je to vlogo lojalno opravljal vseh 20 let Odisejeve odsotnosti. Vse od takrat je beseda Mentor sinonim za zaupnost, strokovno svetovanje in učenje.

Tudi mi smo se, skozi naše dosedanje življenje, srečevali z različnimi osebami, ki so pri nas pustile različne »pečate« in so nas sooblikovale v osebe, kakršne smo. Nekatere od teh oseb, ki se jih spomnimo, nam še danes zbujajo občutek nelagodja, mogoče strahu, občutek nemoči.

Nekaterih oseb pa se spominjamo s toplino, v nas zbudijo prijetna čustva, občutek sprejetosti, spoštovanja, razumevanja. Ob slednjih smo se lahko razvijali, se učili, napredovali, ob njih smo se počutili spoštovani, enakovredni. Lahko bi rekli, da so bili naši mentorji skozi življenje; podpirali so nas na naši lastni poti.

Če povzamemo skupne lastnosti teh naših mentorjev, ugotovimo, da so mentorji osebe, ki jih spoštujemo, jim zaupamo, nam dajejo oporo in si prizadevajo, da bi iz nas naredili našo (naj)boljšo verzijo, ter nas obenem navdihujejo.

Biti mentor torej ni nekaj, kar bi bilo določeno s starostjo, položajem ali izkušnjami. Je skupek osebnostnih lastnosti, življenjskih nazorov, dosežkov in odnosa, tako do samega sebe kot tudi do okolice. Naloga mentorja ni, da pozna vsebino mentorirančeve poti, temveč, da poskrbi za razvojni proces in mu ponudi prostor, kjer bo mentoriranec lahko varno prišel do zelenega cilja.

Osnova za dobro mentorstvo je dober medsebojni odnos

Kakovosten odnos, odnos, v katerem se lahko razvijamo in napredujemo, nam mora omogočiti, da znotraj le tega uresničujemo svoje temeljne potrebe: potrebo po pripadnosti, varnosti, moči, avtonomiji. V kakovostnem odnosu smo videni, slišani, upoštevani, spoštovani; naše delo je opaženo, cenjeno in ovrednoteno. V kakovostnem odnosu lahko dovolimo, da naše osebne vrednote niso ogrožene, kljub temu, da niso enako rangirane kot vrednote drugega. V kakovostnem odnosu se integriteta in avtonomnost ne podrejata integriteti drugega, temveč iščemo priložnost, kako lahko oba (ali več nas) v tem odnosu napredujeva, rasteva in se razvijava.

Obvladovanje določenega poklica še ne pomeni, da znamo svoje poklicno znanje in spretnosti, vrednote in poklicne lastnosti posredovati drugim. Kompetence za uspešno mentorstvo segajo na področje osebnosti človeka: komunikacije, motivacije, načinov in modelov ter kakovosti vodenja, prenosa znanja, timskega dela, odločanja, kulture in klime v organizaciji, organiziranja dela, načina reševanja problemov in soočanja z izzivi.

Ker pa kompetence in veščine razvijamo skozi vse življenje, je proces mentorstva v obojestransko korist (proces mentorstva namreč poteka obojestransko), saj tako mentor kot mentoriranec pridobivata znanje ter v tem odnosu razvijata lastni osebnosti.

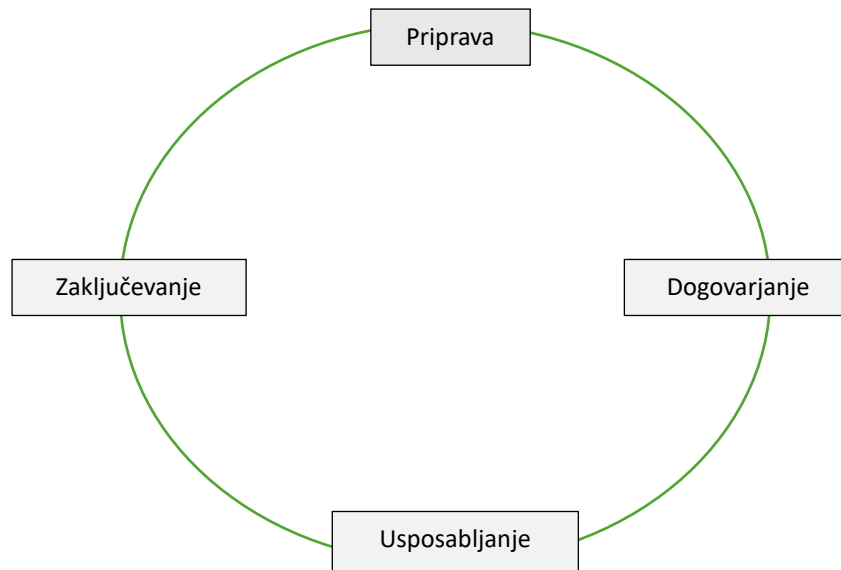
Prav tako naj bi bili mentorji, v primerjavi s tistimi zaposlenimi, ki te vloge ne opravljajo, tudi bolj zadovoljni s svojo službo ter predani organizaciji³

Kako se lotimo mentorstva?

Najbolj pomembno zavedanje v mentorstvu je, da sta tako za proces kot tudi za odnos v procesu mentorstva, mentor in mentoriranec soodgovorna. Soodgovornost vključuje tudi aktivno participacijo v vseh štirih fazah procesa:

1. Faza: **Priprava**, kjer:
 - a) si mentor razjasni svojo osebno motivacijo za sprejem vloge mentorja, samooceni svoje mentorske kompetence ter prepozna potencialne priložnosti za lastno učenje in razvoj;
 - b) se razjasnijo pričakovanja in se opredelijo kriteriji za vzpostavitev učinkovitega mentorskega odnosa (pogovor z mentoriranci, raziskovanje interesov, učnih potreb ...).
2. Faza: **Dogovarjanje**, kjer:
 - a) se doseže dogovor o učnih ciljih ter se opredeli vsebina in proces odnosa (pogovor in dogovor o mejah, omejitvah, zaupnosti v skupini oz. na individualnem nivoju ...);
 - b) se določi struktura: kdaj in kje se bomo srečevali, razdelitev odgovornosti, merila uspeha oz. doseženih ciljev, zaključevanje procesa.
3. Faza: **Usposabljanje**, kjer:
 - a) se uresničuje določen učni proces (skozi komunikacijo, premagovanje ovir, vzajemnega spoštovanja, zaupanja ...);
 - b) se spremljajo dosežki, ki morajo biti izpostavljeni in ovrednoteni.
4. Faza: **Zaključevanje**:
 - a) oblikovanje in izvedba vrednotenja (evalvacije) lastnega delovanja, odnosa, strategije, doseženih ciljev/želenih rezultatov, načina soočanja z izzivi ...

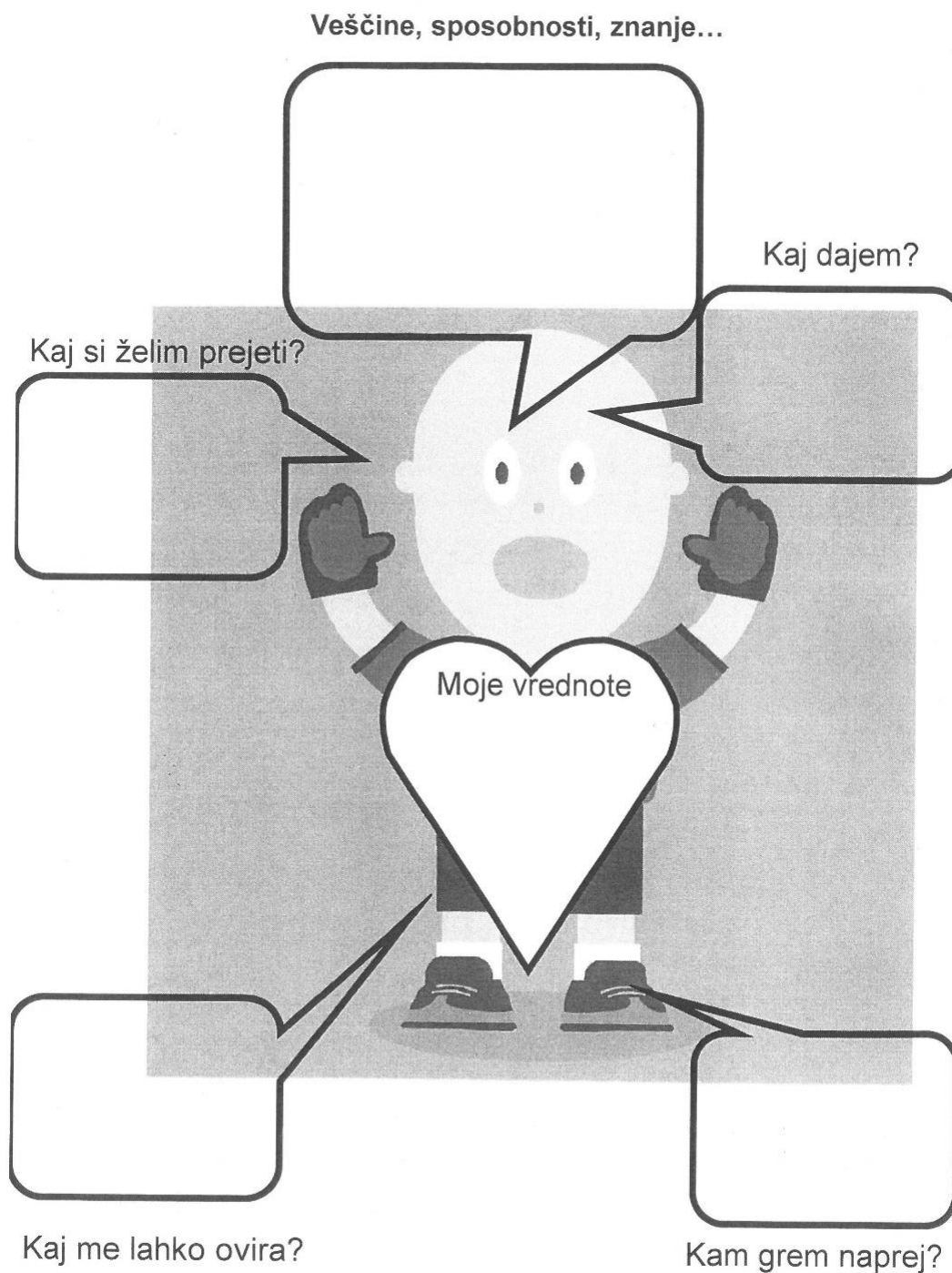
³ Ghosh, R. in Reio, T. G., Jr. (2013). Career benefits associated with mentoring for mentors: A meta- -analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 83(2), 206–226. doi: 20.2026/j.jvb.2023.03.022



Povzamemo lahko:

1. Uspešno mentorstvo temelji na:
 - medsebojnem zaupanju in zavzetosti za nalogo;
 - strpnosti – potrpežljivosti vodenja;
 - čustveni zrelosti mentorja.
2. V procesu mentorstva mentoriranec pridobiva:
 - praktična znanja/veščine;
 - vodenje procesa;
 - podporo in povratno informacijo od bolj izkušene osebe na tem področju – mentorja.
3. V procesu mentorstva je mentor:
 - organizator in iniciator procesa;
 - posredovalec vsebin in informacij;
 - spremljevalec procesa;
 - ocenjevalec – v smislu napredovanja udeležencev in dajanja povratnih informacij.

VAJA: »Kdo sem jaz kot mentor?«



Izzivi mentorstva

Kljub temu, da nam vloga mentorja in mentorstvo samo ponuja nešteto možnosti za osebni kot tudi za karierni razvoj ter drugačen, bolj stimulativen način dela, pa mentorstvo prinaša tudi nekaj izzivov. S prepoznavanjem in ozaveščanjem le teh, se lahko z izzivi spoprijemamo lažje in učinkovitejše.

Zagotovo je eden najpogostejših izzivov, ki jih pri mentorjih prepoznavamo, **čas**.

Najprej čas pri vzpostavitvi odnosa z mentoriranci, kot tudi čas, ki ga namenimo za mentoriranje. Čeprav so mentorji prevzeli vlogo mentorja, mnogokrat za svoje mentorirance niso dosegljivi oz. se z njimi le redko srečujejo.

Odnos ni nekaj samoumevnega. Za vsak odnos si je treba vzeti čas, čas, da se med seboj spoznamo in da vzpostavimo/zgradimo okolje, kjer prevladuje občutek varnosti. Namreč, največji dejavnik pri vzpostavitvi odnosa je prav želja po vzpostavitvi odnosa, v odnosu moramo videti smisel in namen. Če to dvoje ni prepoznano, potem bomo težko vzpostavili pristen in avtentičen odnos, ki je temelj dobrega sodelovanja in napredka vsakega posameznika znotraj tega odnosa.

Mentorstvo nam ponuja zelo veliko prostora, kjer sama vsebina niti ni pomembna, temveč je poudarek na procesu in razvoju. Tukaj imate mentorji odlično priložnost, da se bolj posvetite odnosu, kot vsebini. Če je odnos dober, se tudi vsaka vsebina lahko obravnava.

Naslednji izziv, ki bi ga rada izpostavila, je, da mentorji zelo pogosto zaidejo v **pretiran nadzor** in namesto mentorske vloge opravljajo **vodstveno vlogo**, s poudarkom na poučevanju. S tem se ruši zaupanje, hkrati pa se odreka samostojnosti in opolnomočenju mentoriranca, kar pa je zagotovo najbolj zaželen rezultat mentorstva.

Pomanjkanje povratnih informacij je tudi eden od prepoznanih izzivov. Velikokrat povratne informacije temeljijo le na kritikah ali pa na pretiranem hvaljenju oz. generičnih pohvalah, ki so brezosebne in s tem tudi nespoštljive do drugega. Ljudje za svoj razvoj potrebujemo povratno informacijo, vendar bo delovala le tista, ki je res vezana na posameznika in na njegov osebni odziv oz. napredek.

Če vloge mentorja nismo izbrali sami, temveč nam je bila **dodeljena**, se morda soočamo z izzivom, da težko oblikujemo sodelovalen odnos in lahko hitro pride od disfunkcionalnega mentorstva. Zgodi se, da v organizacijah, med katere spadajo tudi šole, vodstveni delavci vlogo mentorja dodelijo osebam, ki so zagotovo strokovnjaki na svojih področjih, niso pa opremljeni z orodji in veščinami, ki so nujno potrebne za kakovostno mentorstvo. V takšnih primerih je dodatno izobraževanje in usposabljanje zagotovo odlična rešitev za premagovanje tega izziva.

Prav tako, če imamo **predhodno slabo izkušnjo** z mentorstvom, je velika verjetnost, da bomo slabo izkušnjo prenesli tudi v nov mentorski proces, kar lahko znova pripelje do disfunkcionalnega mentorskega odnosa. Istočasno pa se moramo zavedati, da lahko tudi mentoriranec s seboj v novo okolje prinese svojo slabo predhodno izkušnjo, ki ovira razvoj sodelovanja in varnega odnosa.

Zato je tako pomembno, da prepoznavamo tako lastne izzive, s katerimi vstopamo v vlogo mentorja, kot tudi da oblikujemo varno okolje, kjer bomo lahko spoznavali svoje mentorirance, njihove izzive in njihove potenciale.

Pred vami je novo šolsko leto, ki prinaša nove priložnosti in nove izzive, dodatne odgovornosti.

Verjamemo, da boste kot mentor gradili in soustvarjali dobro okolje, tako za vas kot tudi za vaše mentorirance. Vsekakor pa smo vam tudi na Zvezi prijateljev mladine Slovenije vedno na voljo za pogovor, za nasvet, za podporo.

In ne pozabite, mentor je vedno vzor. Zaradi narave njegovega dela je skorajda neprestano opazovan s strani udeleženca. Njegovo vedenje, obnašanje, komuniciranje ter ODNOS z udeleženci je najmočnejše ORODJE!

Srečno!

»Ljudje bodo pozabili, kaj ste govorili, ljudje bodo pozabili, kaj vse ste naredili, vendar nikoli ne bodo pozabili, kako so se ob vas počutili.«

Maya Angelou

DOBRE PRAKSE

PRIMER 1

ZATE IN ZAME

Mojca Batič Škarabot, OŠ Frana Ejavca Nova Gorice

Gradivo je dostopno posebej kot celovit prispevek!

PRIMER 2

OTROŠKI PARLAMENT – VZGOJA ZA AKTIVNO DRŽAVLJANSTVO

Simona Šarlah, Učiteljica leta 2024, OŠ Vojnik

Upam si trditi, da smo si v dvanajstih letih, kar sem vodila delo Otroškega šolskega parlamenta na OŠ Vojnik, zastavili cilje in način dela na svojstven način, za nekoga mogoče malce nenavaden, za drugega pa morda zanimiv. V svojem prispevku vam bom predstavila delo parlamenta na naši šoli in upam, da bom s tem ponudila vsaj kakšno idejo, ki se vam bo zdela uporabna. Delo parlamenta vodi rdeča nit, vsako leto pa se s temami in akcijami prilagajamo potrebam šole in učencev, predvsem pa njihovim interesom. Določene aktivnosti izvajamo samo eno leto, druge pa so postale tradicija, saj so jih učenci sprejeli za svoje. Na splošno se trudim, da vse aktivnosti, ki tečejo v okviru parlamenta, organiziramo na pobudo učencev in na ta način so učenci tudi veliko bolj motivirani za delo. Če »čutijo«, da je tema ali aktivnost povezana z njihovimi interesi, se dela običajno lotijo z velikim veseljem in so pobudniki novih, dodatnih aktivnosti. Radi so slišani in aktivni.

Na šoli imamo vsako leto v jesenskem času splošne volitve v Šolski parlament. Na volitvah lahko sodelujejo vsi učenci predmetne stopnje – vsi imajo volilno pravico in lahko kandidirajo za poslanca v Šolskem parlamentu. Iz vsakega oddelka se lahko na volitve za poslance prijavi 5 učenk ali učencev. Osmo- in devetošolci pa lahko kandidirajo tudi za predsednika Šolskega parlamenta. Vsak kandidat za predsednika mora napisati svoj program, s katerim se bo predstavil na volitvah⁴. Te programe nato na dogovorjen datum volitev (v času pouka) preberemo preko šolskega ozvočenja in razdelimo volilne lističe. Volitve torej potekajo na dveh nivojih – učenci volijo predsednika parlamenta in poslance. Tisti kandidat za predsednika parlamenta, ki zbere največ glasov, postane predsednik, ostali kandidati so podpredsedniki. Skozi vso šolsko leto poskušamo slediti programu izvoljenega učenca/-ke. Naloga poslancev je, da hodijo na srečanja šolskega parlamenta in sodelujejo pri posameznih akcijah.

Delo našega parlamenta že vrsto let presega zgolj srečanja na posamezno temo, ki se izbere na nacionalnem Otroškem parlamentu. Vsaj dvakrat letno parlamentarci skličejo srečanje s poslanci. Na teh srečanjih jih kot mentorica samo pozdravim na začetku ure, preostanek srečanja vodijo parlamentarci (predsednik in podpredsedniki). Najpogosteje se poslanci razdelijo v manjše skupine, v katerih kasneje poteka debata na izbrano temo. Vse pogovore moderirajo parlamentarci, ki se na srečanja prej temeljito pripravijo.

Redno se udeležujemo tudi občinskega in regijskega Otroškega parlamenta. Občasno naši parlamentarci prav tako vodijo posamezne delavnice. Na Celjskem je tovrstna organizacija na izredno visokem nivoju in šole iz celjske ter sosednjih občin odlično sodelujemo.

⁴ Če je kandidatov za predsednika parlamenta več kot pet, pred volitvami izvedemo t.i. »prvi krog«, v katerem morajo učenci izkazati poznavanje naše šole in že napisati kakšno izvirno idejo, kako lahko sam/-a pripomore k boljšemu vzdušju na šoli.

Rdeča nit vojniškega Šolskega parlamenta je tudi skrb za dobro vzdušje na šoli in dobrodelna dejavnost. Posamezne akcije pogosto presegajo stene naše šole, saj aktivno sodelujemo s krajem in občino Vojnik.

Navajam nekaj aktivnosti, ki jih izvajamo tekom leta z namenom, da poskrbimo za sproščeno in dobro vzdušje na šoli.

Šolske ples z DJ-jem organiziramo v popoldanskem času, po navadi dvakrat letno. Povabljeni so samo učenci osmih in devetih razredov. Parlamentarci se z DJ-jem dogovorijo za ustrezen termin (največ dve uri), določijo temo šolskega plesa (ob dnevu čarovnic, božični, ob valentinovem ali gregorjevem, pustni ipd.), okrasijo jedilnico šole, jo zatemnijo in pripravijo »reklamo« za čim večjo udeležbo. Na ples smejo priti samo z dovoljenjem staršev, vedno pa določimo tako imenovan »dress code«.

Tematski petki so zelo dobro sprejeti pri vseh učencih, od prvega, do devetega razreda, z veseljem pa se nam pridružijo tudi nekateri učitelji. Vsak petek določimo neko temo in v skladu z njo se običajno oblečemo v določeno barvo ali pa storimo neko gesto, povezano s to temo. Tako smo na dan žena ženskam, ki nam veliko pomenijo, podarili rožico ali prijetno sporočilo, na gregorjevo smo se oblekli v



oblačila roza barve in s srčki, na mednarodni dan otrok z Downovim sindromom smo obuli različne nogavice, na spomladansko enakonočje smo se oblekli v zelene odtenke, na dan za srajco smo oblekli srajce, 12. aprila, ko obeležujemo spomin na mrtvorojene otroke in tiste, ki so umrli zelo majhni, smo nosili zvezdice, na dan Zemlje smo se oblekli v zemeljske barve in oblačila z metulji, 17. maja, na dan violine, pa v oblačila z notami ali majice z glasbenimi skupinami. Prav prijetno je na tak dan stopiti v šolo in videti, kako ena rdeča nit povezuje vse učence in učitelje na šoli.

13. novembra je mednarodni dan prijaznosti in s tem dnem se na naši šoli tradicionalno začne mesec prijaznosti. Ob tej priložnosti pobarvamo majhne prodnike, na katere napišemo lepo misel. Te prodnike nato razdelimo po občini in naključnim mimoidočim z namenom, da jim narišemo nasmeh na obraz.



Na hodnik šole izobesimo plakat z naslovom »tabla prijaznosti« in učenci lahko nanjo napišejo kakšno prijazno misel.

V mesecu prijaznosti delimo tudi kuverte z majhnimi listki, na katere lahko učenci ali učitelji napišejo sporočilo in ga oddajo v parlamentarni nabiralnik. Ta pisemca, ki so lahko namenjena učencem ali učiteljem, nato razdelimo tik pred božično-novoletnimi prazniki. Vsako leto razdelimo med 700 in 1000 pisemci!

V decembru smo lansko leto na popoldanskih delavnicah izdelali okoli 200 unikatnih voščilnic in na prav vsako napisali dobre želje za novo leto. Nato smo obiskali varovance doma starejših občanov v Vojniku, z njimi malce poklepetali in vsakemu posebej osebno izročili voščilnico.

Decembra, v sklopu meseca prijaznosti, ob petkih med malico vrtimo božično glasbo. Zanj so odgovorni učenci sami, jo odnesejo v tajništvo in poskrbijo za pravočasno predvajanje. Učence

spodbujamo, da se decembra oblečejo v božične barve in nosijo božične puloverje, oddelki pa tekmujejo za najlepše božično okrašeno učilnico.

Ostale akcije, ki jih izvajamo tekom šolskega leta so še:

- ob dnevu učiteljev, ob valentinovem ali gregorjevem (delimo prijazna sporočila vsem učiteljem na šoli ali pripravimo radijsko oddajo)
- ob mednarodnem dnevu boja proti AIDS-u (delimo rdeče pentlje in izobesimo plakate)
- Stop petardam (opozorilne akcije zaradi nevarnosti ob uporabi pirotehničnih sredstev)
- ob mednarodnem dnevu materinščine (šolo okrasimo z manj znanimi slovenskimi pregovori in izbiramo najlepšo slovensko besedo)
- iskanje skritega zaklada (na šoli skrijemo škatlo z »zakladom«, po hodnikih šole pa skrijemo namige, v stilu sobe pobega, ki vodijo do naslednjih namigov in na koncu do škatle z zakladom) ...



Naš parlament je bil aktiven tudi v času epidemije. Posneli smo dva video posnetka, ki sta bila objavljena na portalu YouTube. Prvi je bil *zahvala* vsem, ki so v času epidemije skrbeli za to, da je naše življenje teklo čim bolj nemoteno (pri čemer smo se povezali tudi z nekdanjimi učenci): <https://www.youtube.com/watch?v=0H9iskyM3gU&t=33s>, v drugem videu pa smo (na poseben način) na daljavo zaželeli lepe praznike in voščili srečno novo leto: <https://www.youtube.com/watch?v=xXDBOXtL-Vk&t=21s>. Razpisali smo tudi natečaj za najboljši

recept božične peke, iz prispelih receptov ter fotografij pa smo ustvarili kuharsko knjigo v elektronski obliki. Zaradi nujne povečane uporabe spletnih orodij smo opozarjali na varno uporabo interneta in ustvarili grafiko za spletni bonton (javljanje na videokonference, spoštljiva komunikacija z učitelji preko spleta, opravljanje domačega dela in podobno). Ker so bili v tistem času onemogočeni informativni dnevi v živo, smo organizirali on-line okroglo mizo preko portala ZOOM z nekdanjimi učenci naše šole, ki so predstavljali vse šole iz našega okolja in so lahko sproščeno poklepetali z našimi učenci.



Velik del našega Šolskega parlamenta je tudi dobrodelna dejavnost. Vsako leto organiziramo vsaj dve dobrodelni akciji, eno za živali, drugo za ljudi v stiski.

Poleg tega smo ob začetku vojne zbirali tudi hrano in sanitetni material za ljudi iz Ukrajine (direktno smo se povezali z Ukrajinci, da smo ciljno zbirali dobrine, ki so jih potrebovali), prejšnje poletje smo ravno tako organizirali humanitarno akcijo za poplavljenе družine iz Mozirja. Vsako leto zbiramo hrano za Društvo za lepše mačje življenje iz Vojnika ali Društvo za zaščito konj iz Orove vasi. V šolskem okolju pa vsako leto poiščemo vsaj dve družini, ki potrebujeta pomoč v obliki hrane in higienskih pripomočkov. Organizacija poteka tako, da izbiramo točno tisti material, ki ga potrebujejo in da potem osebno tudi dostavimo družinam in društvom. Pri teh akcijah se nam z veseljem pridružijo tudi starši (ne samo z nakupi materiala, ampak tudi pri razvrščanju dobrin in dostavi s kombij).

Ena najlepših dobredelnih akcij na naši šoli pa so »stekleničke upanja«. Majhne stekleničke na popoldanskih delavnicah okrasimo s polimerno glino, opremimo z lepo mislijo in nato obiščemo onkološki oddelek UKC Maribor, kjer nas vedno toplo sprejmejo. Takrat preživimo dopoldne z onkološkimi bolniki, ki tisti dan čakajo na pregled, jim podarimo stekleničko in z njimi malce poklepetamo. Stekleničke upanja so narejene tako, da lahko v njih vstavijo listek z željami, predvsem po ozdravitvi, in verjamemo, da se bodo le-te uresničile, saj so narejene z veliko dobre volje in pozitivne energije. **V kolikor bi se katerakoli šola želela pridružiti tej akciji, da bo lažje postala vseslovenska, me lahko kontaktirajo na elektronski naslov: simona.sarlah@gmail.com.**



Količina akcij Šolskega parlamenta na naši šoli je odvisna od zanimanja učencev, njihove motivacije in se izvajajo predvsem na njihovo pobudo – kakšno leto bolj, drugo leto manj. Kot vidite, aktivno sodelujemo z občino, DSO, srednjimi šolami in posegamo tudi onkraj meja naše občine. Z delom v parlamentu rastemo vsi – tako parlamentarci, ostali učenci, kot tudi učitelji. Prepričani smo, da lahko z majhnimi dejanji spreminjamo svet na lepše. In najbolj veseli smo, da lahko otrokom privzgjamo prave vrednote, jih naučimo kritično razmišljati in vzgajamo aktivne državljane, ki jim je mar za sočloveka.

K prispevku Simone Šarlah dodajamo še intervju in pismo učencem ob začetku letošnjega šolskega leta. Oboje je bilo objavljeno v Oni, prilogi Dela in Slovenskih novic.

Ona, 14. 5. 2024

INTERVJU

SIMONA ŠARLAH, UČITELJICA LETA 2024

Z majhnim dejanjem lahko nekomu spremeniš dan ali pa življenje

Učiteljica nemščine, državljanske in domovinske kulture ter etike in filozofije za otroke Simona Šarlah z Osnovne šole Vojnik je učiteljica leta 2024. Tako so odločili glasovi javnosti in strokovne komisije iniciative Učitelj sem! Učiteljica sem! Ob razglasitvi je opomnila: »Na tem skupnem planetu lahko uspešno sobivamo samo s sodelovanjem, spoštovanjem, kulturno komunikacijo, sočutjem, empatijo. Ker sooblikujemo mlade, moramo širiti prave vrednote.«

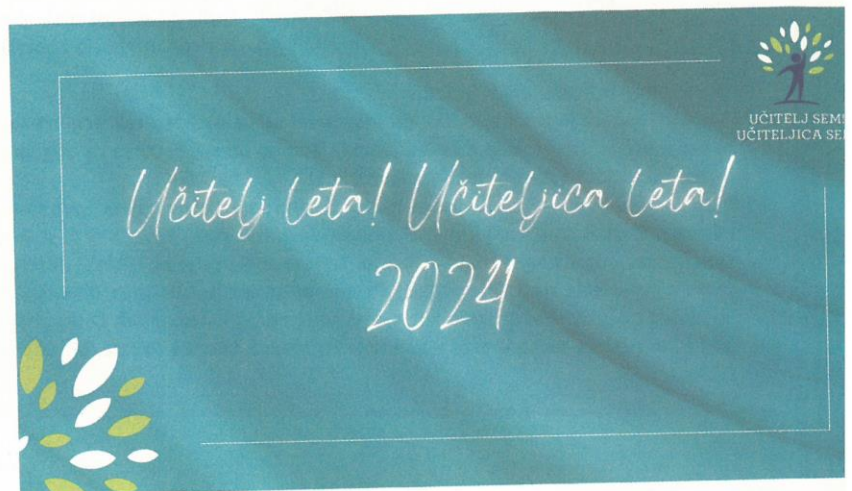
Sprašuje: ŠPELA KURALT
Foto: JOŽE SUHADOLNIK

Da Simona Šarlah resnično navdušuje, pričajo številke. Več kot 90 odstotkov učencev na njeni šoli se uči nemščino, ki ni obvezni tuji jezik, od 4. do 9. razreda. Filozofija za otroke, ki jo malokatera šola sploh izvaja, je prav tako »le« izbira, a ima učiteljica vse polno. Je mentorica šolskega parlamenta, kjer si prizadevajo za dobro vzdušje na šoli in v lokalni skupnosti ter za dobrodelnost. Prav tu se kaže njena veličina, saj z delom učiteljice, ki je mnogo več od dela v razredu, spreminja mlade in s tem svet.

Kaj vam pomeni naziv učiteljica leta?

Predvsem veliko čast. Čutim neizmerno hvaležnost za zaupanje in veliko potrditev za to, kar delam. Hkrati pa to pomeni izjemno odgovornost za delo naprej. Še bolj se bom trudila narediti nekaj dobrega za otroke.

6 ONA



V tej krizi vrednot večkrat pozabimo, da nam bo vsem lažje, če bomo znali sobivati drug z drugim, če bomo skrbeli drug za drugega, če nam bo mar, če bomo znali opazovati, kako se nekdo počuti, če se bomo znali odzvati, ko je nekdo v stiski, mu priskočiti na pomoč.

Kaj so vam učenke in učenci rekli, preden ste šli na razglasitev?

Da bodo držali pesti. (Smeh.) Imela sem zelo veliko podporo sodelavcev, družine, vsi so navijali zame. Verjeli so vame bolj kot jaz sama. Zjutraj, še preden sem bila izbrana, sem dobila ogromno sporočil. Nisem pričakovala take podpore in spodbude, klicev iz vse Slovenije, tudi od ljudi, ki jih nisem videla že nekaj mesecev in let.

Kako ste si izbrali predmete, ki jih poučujete?

Jezik se mi zdi res pomemben in je odlična naložba. Kljub vsem umetnim inteligencam mora biti vrednota znanje. Da znaš jezik, ker tako lažje potuješ, se tržiš naprej. Angleščina je že samoumevna, nemščina pa je dodatno znanje, vrednost. Študij sociologije sem si poleg študija nemščine izbrala samo zato, ker nisem vedela, kaj naj drugega vzamem.

(Nasmeh.) Potem pa mi je odprl čisto drug svet. Zdaj to znanje uporabljam pri etiki in filozofiji. Pri filozofiji si dovolimo prilagajanje željam, interesom otrok, odpiramo teme, ki so tabu, a otroke zelo zanimajo, v učnih načrtih pa zanje ni toliko prostora, pogovor je zelo sproščen. Pri državljski in domovinski kulturi in etiki pa je ključna državljska vzgoja. Da vzgajamo otroke v odgovorne državljane, ki morajo sodelovati, povedati svoje mnenje na spoštljiv način, skrbimo za kulturni dialog. Tu je priložnost, da v teh malih glavah, ki se za politiko in Evropsko unijo še ne zanimajo, sprožimo neke miselne procese, da razmišljajo, kako postati boljši državljani.

To zelo uspešno delate tudi pri šolskem parlamentu. Kaj vse se tam dogaja?

Kaj se ne? (Smeh.) Pri šolskem parlamentu imamo povsem proste roke. Vsako leto po demokratičnem postopku izvedemo volitve, izvolimo poslance, predsednika šolskega parlamenta, ki na volitvah sodeluje s svojim programom. Učenci od 6. od 9. razreda volijo program, ki se ga potem držimo. Rdeča nit je, da dvigujemo razpoloženje, pozitivno energijo na šoli, skrbimo za čim več druženja in dobrodelnost, skrb za sočloveka.

Kakšne dobrodelne dejavnosti izvajate?

Obiskali smo dom za starostnike v času Miklavža. Ročno smo izdelali voščilnice, jih napisali na roko, osebno izročili stanovalcem in z njimi malo poklepetali. S čisto vsemi, pa mislim, da jih je več kot 150. Vzeli smo si eno popoldne. Otroci so uživali, starostniki tudi, za marsikoga je bila to edina voščilnica, ki jo je dobil. Delimo prodnike, na katere napišemo lepe misli, in po kraju puščamo sporočilca, da s tem nekomu polepšamo dan. Po šoli delimo pozitivne misli, organiziramo šolske plese, za živali imamo vsako leto dobrodelne akcije. Prilagajamo se tudi trenutnemu dogajanju, tako smo imeli dobrodelne akcije ob poplavih, vojni v Ukrajini ... Zdaj organiziramo akcijo za družino v našem kraju, ki je v socialni stiski, zbiramo hrano in higienske pripomočke. Na koncu se vedno toliko nabere, da poskrbimo za dve, tri, tudi štiri družine.





V okviru iniciative Učitelj sem! Učiteljica sem!, ki jo vodi AmCham Slovenija in pri kateri sodeluje tudi Delo, je bila razglašena učiteljica leta 2024. Na fotografiji (od leve): generalna direktorica AmCham Slovenija in predsednica AmChams in Europe Ajša Vodnik, učiteljice in letošnje superfinalistke Simona Šarlah, Saša Pušnar Dobnikar in Adriana Gaberščik ter pobudnica iniciative Deana Jezeršek.

Letošnje superfinalistke: Saša Pušnar Dobnikar z Ekonomske šole Ljubljana, Simona Šarlah z Osnovne šole Vojnik in Adriana Gaberščik z Osnovne šole Miška Kranjca v Ljubljani.



Lanska učiteljica leta mag. Jožica Frigelj, ki bo letos Slovenijo zastopala na svetovnem izboru učiteljev Global Teacher Prize.



Delite tudi stekleničke upanja. Za kaj gre?

Stekleničke upanja so ideja, ki izhaja iz Amerike. Pred več kot 20 leti je Američanka, ki se je zdravila za rakom, shranjevala stekleničke, ki jih je dobivala ob kemoterapiji. Odločila se je, da jih bo oblačila v polimerno glino in jih delila obolelim z rakom. V steklenički je listek, na katerega se napiše želja, steklenička pa onkološkim bolnikom da neko novo upanje, ker verjame, da se bo želja uresničila. Akcijo smo po dvajsetih letih obudili, kontaktirali smo onkološki oddelk UKC Maribor. Tam so nas z največjim veseljem in ogromno topline sprejeli tako zdravniki kot medicinske sestre, predstojnica, sploh pa bolniki. Z njimi smo preživeli eno dopoldne in jim delili stekleničke upanja, ki smo jih izdelovali na popoldanskih delavnicah v šoli, naredili smo jih od 150 do 200. Toliko hvaležnosti, topline, pozitivne energije težko občutiš na enem mestu, kot smo jih mi takrat občutili.

Zakaj je pomembno, da vse to delate v šoli?

Ker tega primanjkuje. V tej krizi vrednot večkrat poz-

Tehnologija je dobra, ampak odnosov ne more zamenjati. Otroke moramo ves čas opozarjati, da je treba delati za dobre odnose in to gojiti. Učim jih, da odnose ustvarjajo sami. Kar bodo dali, bodo dobili nazaj.

bimo, da nam bo vsem lažje, če bomo znali sobivati drug z drugim, če bomo skrbeli drug za drugega, če nam bo mar, če bomo znali opazovati, kako se nekdo počuti, če se bomo znali odzvati, ko je nekdo v stiski, mu priskočiti na pomoč. Ne potrebujemo veliko, ni treba premikati gora. Z majhnim dejanjem lahko komu spremeniš dan ali pa celo življenje. Če na enega vplivaš in če enemu nekaj spremeniš, si naredil zelo veliko. Glede na to, da imam res ogromno otrok, je moje poslanstvo, da vsaj nekaj otrok aktivno vključim v dejavnosti, za katere sem prepričana, da jim lahko spremenijo življenje.

Se učitelji zavedate, kako zelo pomembni ste v življenju otrok?

Upam, da se. (Nasmeh.) Jaz se zagotovo. Spomnim se svojih učiteljev, kako so me zaznamovali. Učitelj lahko z eno samo besedo otroka dvigne ali pa potolče. Z otroki smo veliko ur na teden, v šoli preživijo več časa kot doma s starši. Nanje vplivamo z vedenjem, odnosom, spoštovanjem. Če vidijo in čutijo, da jih imamo radi, imajo tudi sami sebe raje. Ni treba delati ne vem kakšnih dejanj. Dovolj je, da jih spoštujemo in sprejemamo, jih učimo, da razmišljajo s svojo glavo, da se ne vdajajo črednemu nagonu, da si ustvarjajo lastno mnenje.

Na otroke danes zelo vplivajo tudi splet in različne tehnologije. Koliko uporabljate tehnologijo v razredu?
Jo uporabljam. Zelo se mi zdi pomembno, da sem v ko-

raku s časom. Nesmiselno je otrokom govoriti, naj ne uporabljajo telefonov in računalnikov, ker jih bodo. Mi pa moramo najti način, kako in kje jih uporabljati pametno, v koristne namene. Pri mojem pouku se veliko snemajo, montirajo videe, za šolski parlament delamo objave na instagramu, urejamo spletno stran. Sicer jim pokažem slovar v papirni obliki, uporabljamo pa spletnega. Tehnologija je dobra, ampak odnosov ne more zamenjati. Otroke moramo ves čas opozarjati, da je treba delati za dobre odnose in to gojiti. Učim jih, da odnose ustvarjajo sami. Kar bodo dali, bodo dobili nazaj. Če bodo spoštovali, bodo dobili spoštovanje nazaj. Če bodo gledali v oči, bo človek gledal v oči nazaj. Če bodo poslušali, bodo slišani. Da naj negujejo odnose, jih ves čas spodbujam.

To bo vaša rdeča nit v vlogi učiteljice leta?

Želim si spodbujati vrednote, za katere nas je strah, da so v izginjanju. Komunikacija, spoštljiv odnos, empatija. To si želim širiti tudi drugod, ker vidim, da je na naši šoli zelo lep odziv in da so otroci za to hvaležni.

Ona, 20. 8. 2024

NAŠI ŠOLARJI

PISMO UČITELJICE LETA 2024

Drage učenke in učenci!



Se tudi vam zdi, da so se poletne počitnice šele začele? In zdaj je pred vrati že novo šolsko leto. Upam, da ste doživeli veliko lepega, morda spoznali kakšno poletno simpatijo, se naužili druženja s prijatelji in domačimi ter se vmes vsaj malo dolgočasili. Z dolgčasom ni nič narobe, celo dobrodošel je, saj se takrat rojevajo najboljše ideje in domišljija dobi krila. In na nazadnje dolgčas pripomore, da se vsaj malo veselimo tudi ponovnega snidenja na šolskih hodnikih.

Piše: SIMONA ŠARLAH*

Ljudje smo nekako naravnani, da si ob novih začetkih zadamo neke cilje in zaobljube, na primer ob novem letu. Ker pa smo del šolskega sistema, pogosto štejejo leta po šolskem koledarju – od 1. septembra do 24. junija. Zakaj ne bi letos sprejeli kakšne nove odločitve in si zadali kakšnega novega cilja za prihajajoče šolsko leto?

Naj vaši cilji ne vsebujejo števil in naj ne bodo materialni. Biti morajo dovolj

visoki, da se boste zanje vsaj malce potrudili. Razdelite jih v dve skupini: tisto, kar lahko naredite zase, za svoje dobro počutje, in tisto, kar lahko dobrega storite za skupnost. Zagotovo se vsi bolje počutimo, če smo uspešni. Zakaj ne bi letos izbrali enega konkretnega področja, na katerem želite še posebej napredovati? Seveda boste morali delati na vseh področjih, ki jih zahteva učni načrt, ampak izberite vsaj eno, kjer se počutite naj-

bolje, kjer čutite, da še lahko napredujete in razvijate svoje talente. Naj bo vaša prioriteta to, da napredujete v znanju in ustvarjalnosti, in ne zgolj najvišje ocene. Na te boste kmalu pozabili, znanje in zadovoljstvo ob uspehu pa vam bosta ostala veliko dlje.

Eden od vaših ciljev za to šolsko leto je lahko prijaznost

In kaj lahko storite za skupnost (razred, šolo, ulico, vas ali

mesto)? Pomislite, kaj lahko storite za skupno dobro. Če bo vsak od nas naredil nekaj dobrega, bo naš svet veliko lepši in mnogo bolj prijazen. Saj si vsi želimo, da bi živeli v prijaznem okolju, kjer so odnosi topli in iskreni, kajne? Nikoli ne pozabite, da odnose z drugimi ljudmi gradite sami. V vsak odnos (pa naj bodo to vrstniki, učitelji, starši ali pa sosedje) prinašate svojo energijo, kažete spoštovanje, delite prijaznost in širite svoje raz-

položenje. Če boste do nekega pristopali z nezaupanjem ali celo sovraštvom, boste najverjetneje to prejeli tudi nazaj. Eden od vaših ciljev za to šolsko leto je lahko prijaznost. Bodite pozorni na svojo okolico. Poiščite nekoga, ki morda potrebuje pogovor ali pa skrito sporočilce v peresnici, ki mu bo narisalo nasmeh na obraz. Pomagajte staršem znositi nakupovalne vrečke iz avta, pri babici pobrišite prah s tiste police, ki jo težko doseže, povejte sošolki, da je danes pripravila odličen govorni nastop, ali sošolcu, da mu je met na koš pri športu super uspel. In pošljite, lepo vas prosim, zapiske tekočega dne sošolcu, ki je zbolel in že nekaj ur čaka, da se ga nekdo usmili!

Ocene so samo številke, največ šteje tisto, kar nosite v srcu

Predvsem pa ne škodujte drugim. Ni nujno in nikakor se ne pričakuje od vas, da boste z vsemi v razredu najboljši prijatelji. Morda z Lenartom iz b razreda nimata nič na svetu skupnega in pač ne bosta preživela vseh odmorov skupaj. Lahko pa se mu prijazno nasmehnete. Boste videli, oba bosta imela lepši dan. Če opazite, da Anito iz 6. a zbadajo sošolke, ker vse leto nosi iste čevlje, se ne bojte stopiti na njeno stran in povejte sošolkam, da pa so vam tisti čevlji zelo všeč in so trenutno zelo moderni (tudi če niso). Če vidite, da je nekdo v stiski, pristopite do njega in spregovorite z njim kakšno besedo. Morda potrebuje le to – ključno prijaznost neznanca. Kako malo je potrebno, da nekemu polepšate dan! Verjemite mi, občutek je ravno tako dober za vas kot zanj. Naslednjič boste morda vi tisti, ki vam bodo pomagali ljudje, na katere sploh ne računate.

Morda neki sošolec ni dober v matematiki in ne obvlada angleščine, ampak odlično poje in ustvarja neverjetne stvari iz lesa! Zapomnite si: ocene so samo številke, največ šteje tisto, kar nosite v srcu.

Zaradi VAS je svet bolj pisan in zanimiv!

Vsak od nas je že kdaj doživel zbadanje vrstnikov in vsi vemo, da nas te besede lahko zelo bolijo. Tudi odraslim ni vedno vseeno, če so ljudje do nas hudobni ali neprijazni. Nosite posebno frizuro, ki vam je noro všeč, sošolci pa so vas vse preteklo leto zbadali zaradi nje? Imate čisto svoj stil oblačenja in izstopate med vrstniki? Vas zaradi tega pogosto zafrkavajo? Imate letos isti šolski nahrbtnik kot lani in isto peresnico (ki so jo podpisali vam ljubi ljudje in nosi tooliko spominov)? Vas skrbi, kaj bodo o tem rekli sošolci? Se vam zdi, da ste premalo družabni ali pa preveč tihi, ker občasno jecljate, da ste premajhni in nikoli ne boste zrasli ali pa preveliki in štrlíte iz gruč ljudi, preveč škodrani ali preveč rdečelasi? Nikar! Bodite ponosni na svoje posebnosti! Nosite jih z dvignjeno glavo in se zavedajte, da ste edinstveni. Nikogar na šoli ni, ki bi vam bil enak! Ali ni to nekaj najlepšega? Zaradi VAS je svet bolj pisan in zanimiv! Ne skrivajte se v kotu, stopite v učilnico ponosno (četudi se boste morali na začetku samo delati, da ste samozavestni) in videli boste, da vas bodo tudi drugi ljudje začeli gledati z drugačnimi očmi. Obljubim, da boste opazili razliko!

Dragi starši!

Nikoli se ne nehajte pogovarjati s svojimi otroki o njihovi



bi se lažje in varneje priučili te večine, če ne v šoli?

Zaupajte svojim otrokom, sposobni so veliko več, kot si lahko zamislite

Iz leta v leto srečujem več staršev, ki so utrujeni od vsakodnevne pomoči pri šolskem delu. Svetujem vam, da zaupate v kreativnost otroških možganov in njihove sposobnosti. Zelo lepo znajo sami narediti projektno nalogo, ustvariti najlepši plakat, se naučiti pesmico na pamet in usvojiti tistih deset novih angleških besed. Sposobni so veliko več, kot si lahko zamislite. In ponosa ob uspehu, ki je samo njihov, ne more prekositi nič ne svetu. Če lahko zbrano odigrajo nič koliko računalniških igrice na dan, so sposobni tudi 30 minut zbrana delanja domačih nalog. Verjemite, so.

vih občutkih. Med kuhanjem kosila, na sprehodu, med brkljanjem po vrtu ali zvečer, v postelji, ko je že ugasnjena luč, boste morda izvedeli kakšno skrivnost, tako mimogrede. Na vprašanje »Kako je bilo v šoli?« boste dobili vedno isti odgovor. Morda pa lahko vprašate, kaj so v tistem dnevu lepega doživeli, čemu so se najbolj nasmejali, kaj so novega izvedeli, za kaj so hvaležni v tistem dnevu ... in morda boste prišli dlje od »standardnih odgovorov«.

Kot učiteljica, razredničarka in mama dvema krasnima otrokoma, ki sta še vedno del slovenskega šolskega sistema, vam polagam na srce, da šolo sprejmite z naklonjenostjo in pozitivnim odnosom. Če bodo otroci občutili vaš odpor do šole in/ali učitelja, ga bodo prevzeli nase. Tam preživijo veliko ur vsak dan in ni hujšega, če se v šolo odpraviš s cmokom v grlu in te v trebuhu zvija od negotovosti in pričakovanja slabega. Naj si sami ustvarijo vtis (morda pa se bodo oni s tem učiteljem prav dobro razumeli), naj preizkusijo meje, naj se iz napak tudi kaj naučijo. Pustite jim, da sami rešujejo svoje težave. Vsi vemo, da so konflikti del vsakega življenja, in šola je odlično (varno) okolje, kjer se lahko učimo spopadanja z njimi, »treniramo« postavljanje zase in skrb za sočloveka. Kje

* *Simona Šarlah je učiteljica nemščine, državljanske in domovinske kulture ter etike in filozofije za otroke na Osnovni šoli Vojnik. V okviru iniciative Učitelj sem! Učiteljica sem!, ki jo vodi AmCham Slovenija in pri kateri sodeluje tudi naša medijska hiša Delo, je bila izbrana za učiteljico leta 2024.*

SEZNAM BRALNIH GRADIV ZA OTROŠKE PARLAMENTE 2024/2025

Tema: ŠOLSKI SISTEM⁵

mag. Tilka Jamnik⁶, podpredsednica Društva Bralna značka Slovenije - ZPMS

Na temo šolskega sistema oz. šolstva je dostopnega veliko informativnega gradiva, vendar so to predvsem prispevki v različnih strokovnih revijah, referati v zbornikih s posvetovanj, tudi novinarski članki v dnevnem časopisju, nadalje raziskovalna, magistrska in diplomska dela ter disertacije. Vsa ta gradiva so manj dostopna, hitro zastarajo in večinoma so bolj zahtevna (manj privlačna) za branje mladim. Zato navajamo le nekaj novejših primerov, ki bodo v spodbudo predvsem mentorjem Otroških parlamentov.

»Najpomembneje je, da ne nehaš spraševati. Radovednost obstaja z razlogom.«

Jennifer Berne: *Na žarku svetlobe: zgodba o Albertu Einsteinu.*

Dodali smo izbor mladinskih literarnih del, predvsem iz zadnjega obdobja, ki lahko mladim in njihovim mentorjem prispevajo k osveščanju o pomenu izobraževanja in šolstva. In o tem, kako šolsko okolje, učitelji in vrstniki vplivajo na učni uspeh otrok, na njihov razvoj, počutje in zdravje. Mladi parlamentarci se poistovetijo z literarnimi liki in njihovimi problemi, kar jih lahko spodbudi, da povedo svoje lastne izkušnje, predloge, razmišljanja.

Gre za knjige, med katerimi so za bralce v 1. triletju morda osrednje naslednje: *Na žarku svetlobe*, zgodba o Albertu Einsteinu, *Stela se boji poraza*, dve slikanici o Malali, mladi pakistanski aktivistki za pravico do izobraževanja žensk po vsem svetu. Za bralce v 2. in 3. triletju sta najbrž zanimivi knjigi *Blazno resno o šoli* Dese Muck, ki posreduje vzpodbude na podlagi slovenskih izkušenj, in avtor Sherman Alexie z delno avtobiografskim romanom *Absolutno resnični dnevnik Indijanca s polovičnim delovnim časom* z izkušnjami s povsem drugačnega okolja. Priporočamo tudi *Kebarie* Janje Vidmar, čeprav je izšla že leta 2010, toda s ponatisi je v sodobnem večkulturnem okolju še kako sporočilna. Šolski sistem morda še najbolj kritično obravnavata knjigi Anne Gavalda *35 kil upanja* in Alessandra D'Avenia *Klic*.

V ta seznam bi lahko vključili tudi druga sodobna mladinska literarna dela, kajti mnoga se dotaknejo problemov, ki so povezani s šolo, učenjem, ocenjevanjem, tudi z drugim dogajanjem v šolskem okolju, med vrstniki itd. Med njimi so humorna in tudi povsem »odbita« besedila (npr. humorna zbirka *Strašna šola*), ki lahko še kako sprostijo debato in pripravo na otroški parlament. Vključen je tudi mladinski roman *Joj, kako mi je všeč!*, ki obravnava delo šolskega debatnega kluba 😊

Knjige vključujte po svoji presoji, glede na to, kako bo tekla debata v vašem šolskem parlamentu, predvsem pa glede na bralne zmožnosti sodelujočih, njihove potrebe, zanimanja in želje.

»Živ si samo, ko te nekdo pokliče po imenu in se dotakne tvojega obraza ter ti tako pove, da si v redu in da brez tebe življenje ni mogoče. Nujno potreben si, pa če si še tako beden!«

D'Avenia. Alessandro: *Klic: roman.*

⁵ Temo »šolstvo in šolski sistem« smo obravnavali že v šol. letih 2017/18 in 2018/19, pričujoči seznam je revidiran in **dopolnjen z novejšimi izdajami, ki so obarvane.**

⁶ Seznam je avtorsko delo; nekdo drug bi izbral druge vire 😊

INFORMATIVNO GRADIVO (nekaj primerov)

Evropski vzgojno-izobraževalni sistemi: - Dela FDV: diplomsko delo Simone Tomšič <http://dk.fdv.uni-lj.si/dela/Tomsic-Simona.PDF>

Izobraževanje mladih. Mladinski svet Slovenije. 2010: http://mss.si/wp/wp-content/uploads/2019/02/izobrazevanje_web.pdf

Kriza šolskega sistema: na domači strani Združenja ravnateljev in pomočnikov ravnateljev: <https://www.ravnatelj.si/> Tudi: <https://www.24ur.com/novice/slovenija/javno-solstvo-v-krizi-samo-ce-imas-pet-si-nekaj-vreden.html>

MLADINA 2020: Položaj mladih v Sloveniji: https://mlad.si/e-katalogi/Mladina_2020/

Mladina 2013: življenje v času deziluzij, tveganja in prekarnosti: strnjeno poročilo, e-knjiga
Arhiv družboslovnih podatkov:
https://www.adp.fdv.uni-lj.si/media/raziskave/pdf/study_pdf_mla13_si.pdf

Mladina 2010 : družbeni profil mladih v Sloveniji. Lavrič, Miran et al., znanstvena monografija
Arhiv družboslovnih podatkov:
https://www.adp.fdv.uni-lj.si/media/raziskave/pdf/study_pdf_mla10_si.pdf

Pogled na izobraževanje 2023 – Kazalniki OECD: <https://www.eurydice.si/novice/tema-meseca/pogled-na-izobrazevanje-2023-kazalniki-oecd/>

Prelog, Peter: **Tretji tvit: To strašno šolsko ocenjevanje!** https://www.zrss.si/wp-content/uploads/2023/07/16_PeterPrelog.pdf

Gržan, Karel: **95 tez za izhod iz slepe ulice vzgoje in izobraževanja.** Predgovor Gabi Čačinovič Vogrinčič. Ljubljana : Sanje, 2019 in 2022, 160 str.

Kompare, Alenka in Rupnik Vec, Tanja: **Kako spodbujati razvoj mišljenja : od temeljnih miselnih procesov do argumentiranja.** Risbe in fotografije Samo Onič. Ljubljana : Zavod Republike Slovenije za šolstvo, 2016. 327 str.

Likar, Borut et. al.: **Inovativnost za mlade.** Slike in risbe Gregor Kmecl, Ciril Horjak] Ljubljana : Korona plus : Zveza prijateljev mladine Slovenije ; Koper : Visoka šola za management, 2000, 133 str.

Mladina 2000 : slovenska mladina na prehodu v tretje tisočletje. Znanstvena monografija [Ljubljana] : Ministrstvo za šolstvo, znanost in šport, Urad Republike Slovenije za mladino ; [Maribor] : Aristej, 2002.

Prihodnost šole v družbah dela brez dela / uredila Slavko Gaber in Veronika Tašner. Ljubljana : Pedagoška fakulteta, 2017. 208 str.

Robinson, Ken; Aronica, Lou: **Kreativne šole** [Elektronski vir] : ljudska revolucija, ki preoblikuje izobraževanje / Ken Robinson in Lou Aronica ; prevedla Vera Čertalič ; fotografiral Jason Ramirez. Založništvo in izdelava Nova Gorica : Eno, 2015

SEZNAM MLADINSKIH LEPOSLOVNIH KNJIG⁷

Knjige so razvrščene po bralnih stopnjah:

1. stopnja – primerno za učence 1., 2. in 3. razredov OŠ,
2. stopnja – primerno za učence 4., 5. in 6. razredov OŠ,
3. stopnja – primerno za učence 7., 8. in 9. razredov OŠ,
4. stopnja – primerno za srednješolce.

Seznam je pripravljen s pomočjo »Iskalnika kakovostnih mladinskih knjig«

(<https://www.mklj.si/pionirska/zlatehruske/#iskalnik-kakovostnih-mladinskih-knjig>) in Priročnikov za branje kakovostnih mladinskih knjig, ki jih pripravlja Pionirska – center za mladinsko književnost in knjižničarstvo pri Mestni knjižnici Ljubljana (<https://www.mklj.si/pionirska/prirocnik/>), in z dovoljenjem PCMKK pri MKL. Od seznamov Pionirske se razlikuje po razdelitvi knjig po stopnjah (triletjih v OŠ); izpuščene so ocene knjig in anotacije. Zapisi niso povsem enotni, ker jih Pionirska skozi leta spreminja, strokovno pogloblja idr.; zato zapisi tudi vizualno niso enotni in se opravičujemo, če je to za vas moteče.

Dodali smo povezavo, če je knjiga predstavljena v Priporočilnici Bralne značke:

<https://www.bralnaznacka.si/sl/priporocene-knjige/>

Knjige za bralce v 1. triletju (in ne samo zanje 😊)

Berne, Jennifer: **Na žarku svetlobe: zgodba o Albertu Einsteinu.**

Ilustr. Vladimir Radunsky. Prev. Niki Neubauer. Celje : Društvo Mohorjeva družba : Celjska Mohorjeva družba, 2017, 50 str.

| C | 1. stopnja | Einstein, Albert, 1879-1955 - Biografije - fiiziki / radovednost / znanstveniki

Elliott, Peter: **Na poti v šolo.**

Prev. Maja Kraigher. Ilustr. Peter Elliott. Murska Sobota: Pomurska založba, 2012, 25 str.

| C | B- stopnja | velike tiskane črke | osli, šola, vsakdan, živali v domišljiji

Guibert, Emmanuel: 2 naslova. **Ariol: oslič kot ti in jaz; Ariol. Gromski konj.**

Prev. Katja Šaponjič, Anja Golob. Ilustr. Marc Boutavant. Zavod VigeVageKnjige, 2015, 134 str.

| C | 1. stopnja | humor, knjiga je del nanizanke, za oklevajoče bralce
| družina, ljubezen, odraščanje, osli, šola, živali v domišljiji

Kesič Dimic, Katarina: **Slon pleza na drevo.**

Ilustr. Ivan Mitrevski. Spr. beseda Marjan Šarec, Marija Kavkler. Ljubljana: Buča, 2015, 44 str.

| C | 1. stopnja | spremna beseda, za dislektike, za pogovore o knjigah
| nasilje, šola, učitelji, vzgoja, živali v domišljiji

Kokalj, Tatjana: **Sestrici in pes Grom.**

Ilustr. Ana Zavadlav. Dob: Brin, 2015, 74 str.

| C | 1. stopnja | za branje v nadaljevanjih
| deklice, prijateljstvo, problemi najmlajših, psi, sestre, šola, vsakdan, živali v domišljiji

⁷ Seznam je pripravljen s pomočjo Priročnikov za branje kakovostnih mladinskih knjig, ki jih pripravlja Pionirska – center za mladinsko književnost in knjižničarstvo pri Mestni knjižnici Ljubljana:

<http://www.mklj.si/prirocnik/item/451>

Koren, Majda: **Eva in kozel.**

Ilustr. Suzana Bricelj. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2006. (Deteljica), 88 str.

| C | 1. Stopnja | dekllice, družina, koze, namišljeni prijatelji, šola

Landa, Mariasun: **Slon Ptičjesrčni = Elefante corazón de pájaro.**

Prev. Barbara Pregelj. Ilustr. Emilio Urberuaga. Medvode: Malinc, 2013, 34 str.

| C | B- stopnja | besedilo tudi v drugem jeziku, o avtorjih

| drugačnost, sloni, učitelji, živali v domišljiji

Mattiangeli, Susanna: **Učiteljica.**

Ilustr.: Chiara Carrer. Prev.: Dušanka Zabukovec. KUD Sodobnost International, 2018, 26 str.

| C | o avtorjih | učiteljice, humor, lastnosti, opis, pouk, šole, učitelji

McCarney, Rosemary: **Vsak dan je Malalin dan**

Avtor: Rosemary McCarney in Plan International. Prev. Irena Miš Svoltjšak.

Dob pri Domžalah : Miš, 2016, 32 str.

| C | 1. stopnja | Yousafzai, Malala (1997-) - Dekleta - Izobraževanje - Otroci – Ženske - Človekove pravice - Knjige za mladino - pogum / vrednote

V Priporočilnici: <https://www.bralnaznacka.si/sl/priporocene-knjige/vsak-dan-je-malalin-dan>

Noreau, Danielle; Massé, Andrée: **Stela se boji poraza.**

(Tudi naslova **Matija ne mara matematike** in **Nace se uči drugače.**)

Ilustr.: Isabelle Malenfant. Prev.: Špela Žakelj. Grlica, 2022, 24 str.

| C | poučna slikanica, poučno leposlovje

| anksiozne motnje, psihološka pomoč, psihološki nasveti, strah, šole, tesnoba

Nöstlinger, Christine: **Mini ima talent.**

Prev. Danica Š. Novosel. Ilustr. Christiana Nöstlinger. Ljubljana: Družba Piano, 2010, 64 str.

| C | 1. stopnja | za začetno samostojno branje | dekllice, samozavest, šola

Yousafzai, Malala: **Malala in čarobni svinčnik.**

Ilustr.: Kerascoët | Prev.: Boštjan Gorenc. Grafenauer, 2021, 39 str.

| C | o avtorjih, poučna slikanica, poučno leposlovje

| človekove pravice, dekleta, enakopravnost, pakistanske aktivistke, pogum, pravica do izobraževanja, pravica do šolanja, Yousafzai, Malala (1997-), ženske, življenjepisi

Knjige za bralce v 2. in 3. triletju

Alexie, Sherman: **Absolutno resnični dnevnik Indijanca s polovičnim delovnim časom.**

Ilustr. Ellen Forney . Prev. Andrej E. Skubic. Ljubljana : Mladinska knjiga, 2017. (Odisej). 255 str.

| P | 2. stopnja | za pogovore o knjigah Indijanci - Mladostniki - Rasni odnosi - Belci

V Priporočilnici: <https://www.bralnaznacka.si/sl/priporocene-knjige/absolutno-resnicni-dnevnik-indijanca-s-polovicnim-delovnim-casom>

Almond, David: **Ime mi je Mina.**

Prev. Metka Osredkar. Dob pri Domžalah: Miš, 2013. (Najnaj), 260 str.

| P | 2. stopnja | dnevnik, o avtorjih, tipografija različna, za pogovore o knjigah

| dekleta, drugačnost, igre besedne, odraščanje, razumevanje, šola

Beckett, Bernard: Geneza.

Prev. Irena Duša. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2010, 2012. (Odisej), 156 str.

| M | 3. stopnja | za pogovore o knjigah | etika, prihodnost, roboti, šola

Bidari, Bono: Jaz, Elvis Riboldi, in Boris, supernadarjeni.

Prev.: Veronika Rot. KUD Sodobnost International, 2018, 221 str.

| P | del nanizanke, dodani stripi

| fantje - hiperaktivnost, humor, nadarjenost, prijateljstvo, šole, tekmovanja, znanje

V Priporočilnici: <https://www.bralnaznacka.si/sl/priporocene-knjige/jaz-elvis-riboldi>

Dahl, Roald: Matilda.

Prev. Bogdan Gradišnik. Ilustr. Quentin Blake. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2014. (Žepnice), 297 str.

| P | 2. stopnja | ponatis, za pogovore o knjigah

| branje, deklice, drugačnost, družina, knjige, nasilje, superjunaki, šola, učitelji

D'Avenia, Alessandro: Klic: roman.

Prev. Mateja Gomboc. Družina, 2023, 333 str.

| za odrasle in mladino

| profesorji, srednje šole, slepota, dijaki, problemi, mladostniki, psihološka rehabilitacija, pomoč, pedagoška psihologija, učitelji in učenci, medosebni odnosi, prijateljstvo

Gardner, Sally: Črvena luna.

Prev. Jaka A. Vojevec. Spr. beseda Sabina Burkeljca. Hlebce: Zala, 2014, 176 str.

| M | 4. stopnja | spremna beseda, za pogovore o knjigah

| dedki, disleksija, drugačnost, družba (skupnost), laž, luna, nasilje, politika, prijateljstvo, šola, tehnika, totalitarizem, upori

<https://www.bralnaznacka.si/sl/priporocene-knjige/crvena-luna>

Gavalda, Anna: 35 kil upanja.

Prev.: Boris Jukić. Spr. beseda: Irena Lesar. Mladinska knjiga, 2020, 113 str.

| P | o avtorjih, spr. beseda, za pogovore o knjigah | dedki, drugačnost, družina, duševna stiska, fantje, pomoč, prepiri, prijateljstvo, ročne spretnosti, samopodoba, šole, učne težave

<https://www.bralnaznacka.si/sl/priporocene-knjige/35-kil-upanja>

Green, John: Kdo si, Aljaska?

Prev. Ana Barič. Spr. beseda Breda Sobočan. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2014. (Odisej), 280 str.

| M | 4. stopnja | spremna beseda

| krivda, mladostniki, nesreče, prijateljstvo, smrt, šola, zaljubljenost, žalovanje

<https://www.bralnaznacka.si/sl/priporocene-knjige/kdo-si-aljaska>

Kalkipsakis, Thalia: Joj, kako mi je všeč!

Prev.: Andrea Potočnik. Skrivnost, 2019, 137 str.

| M | | bolezn, debatne skupine, dekleta, družina, matere, prijateljstvo, rasizem, srednje šole, učenci, zaljubljenost

Mastnak, Tanja: Alternativni ukrep.

Spr. beseda: Borut Marolt. Miš, 2020, 185 str.

| M | spr. beseda, za pogovore o knjigah | dekleta, droge, družina, medgeneracijski odnosi, mladostniki, narkomanija, odraščanje, odvisnosti, pomoč, prijateljstvo, srednje šole, stari ljudje, vzgojni ukrepi

<https://www.bralnaznacka.si/sl/priporocene-knjige/alternativni-ukrep>

Muck, Desa: **Blazno resno o šoli.**

Ilustr. Matej De Cecco. Ljubljana: Mladinska knjiga, 2012. (Blazno resno o ...), 213 str.
| P | 2. stopnja | humor, o avtorjih, ponatis, spremna beseda | šola

Patterson, James; Tebbetts, Christopher: Zbirka **Strašna šola**. Več naslovov.

Ilustr.: Laura Park | Prev.: Matej Frece. Grlica, 2016 - 2024, po 300 str.

| P | dodani stripi, o avtorjih, za oklevajoče bralce

| dogodivščine, družina, fantje, humor, nogomet, puberteta, šole, vragolije, zaljubljenost

Pregl, Slavko: **Geniji brez hlač.**

Ilustr. Gašper Rus. Radovljica: Didakta, 2009, 240 str.

| M | 3. stopnja | o avtorjih | fantje, mladostniki, novinarstvo, odraščanje

Samson, Gideon: Zeb. Ilustr.: Joren Joshua. Prev.: Katjuša Ručigaj. Miš, 2019, 84 str.

| P | humor, modrost, nonsens, šole, učenci, zebre, živali v domišljiji

Vidmar, Janja: **Kebarie.**

Ilustr. Damijan Stepančič. Miš, 2010, 2013, 145 str.

| P | za pogovore o knjigah

| deklice, drugačnost, družina, krivice, nepismenost, očetje, revščina, Romi, večkulturnost

In še nekaj informativnih mladinskih knjig:

Se odločaš o svoji poklicni poti?: dan za punce: razmišljaj po svoje!

Zbr. in ured. Barbara Hrovatin. Ljubljana: Združenje delodajalcev Slovenije, 2014, 59 str.

| M | 3. triletje | fotografije, projekt | poklici, šola

To sem jaz, verjamem vase: priročnik za fante in punce.

Spr. beseda Ksenija Lekić, Petra Tratnjek, Alenka Tacol, Nuša Konec Juričič. Celje: Zavod za zdravstveno varstvo, 2010, 151 str.

| 3. triletje | priročnik, spremna beseda | mladostniki, samopodoba, samozavest

Varoufakis, Yanis: **Ta svet je lahko boljši : kako sem hčeri razložil gospodarstvo.** Prev. Jelena Isak Kres. Ljubljana : Cankarjeva založba, 2016. 206. str.

Vega, Emi: 4 naslovi: **Kaj boš, ko boš velika?, Ključ, Zadeva N. N. N., Zojini metulji.**

Ilustr. Emi Vega. Spr. beseda Tone Lamovšek. Ljubljana: Društvo Skupina mladih za osebnostno rast in zdravo življenje, 2012. (Vodnarji; 2), 79 str.

| 3. triletje | o avtorjih, spremna beseda | duhovnost, samopodoba, smisel, vrednote

UPORABA ČUJEČNOSTI ZA IZGRADNJO PSIHIČNO ZDRAVEGA ŠOLSKEGA OKOLJA

Špela Korinšek Kaurin, coach

Uvod

Svet se je v zadnjih desetletjih drastično spremenil, z uporabo pametnih telefonov pa je naša družba začela delovati na povsem nov način. Priklenjeni na ekrane, kjer smo izpostavljeni neštetim negativnim informacijam iz sveta in kjer se ves čas podzavestno primerjamo z »idealnimi« podobami drugih, tako mladi kot tudi starejši izgublamo stik s seboj, to pa se kaže v vedno pogostejših težavah s psihičnim zdravjem, med katerimi prevladujeta anksioznost in depresija.

Način življenja se je tako močno spremenil, da nevroznanstveniki, strokovnjaki, ki preučujejo delovanje možganov, opozarjajo, da bomo morali, če bomo še želeli ohraniti zadovoljivo kakovost življenja, osvojiti dnevno higieno uma in duha. Pomembno orodje pri slednjem je vadba čuječnosti, s katero si lahko povrnemo stik s sabo, ozavestimo svoja čustva in potrebe ter razbremenimo svoj živčni sistem. Prakticiranje čuječnosti bi moralo po njihovem mnenju postati tako pomembna dnevna rutina, kot je danes umivanje zob.

Najboljši začetek, da to ozavestimo je, da s čuječnostjo začnemo spoznavati že najmanjše, najboljše kar ob pouku v šolskih razredih. Na ta način bi mladim generacijam na dolgi rok »privzgojili« koristno orodje, ki jim lahko pomaga pri ohranjanju psihičnega zdravja tudi v odraslem obdobju, na kratek rok pa na ta način neposredno dosegamo koristne učinke tudi v samem razredu in šoli na splošno.

Kako se mladi (in malce starejši) počutijo v današnjem svetu?

Danes tempo življenja teče približno 1000-krat hitreje, kot je tekel v času naših babic in čeprav nam je hiter razvoj v zadnjih desetletjih omogočil številne nove možnosti, pa ima to tudi drago doto. Ker informacije tečejo tako hitro in smo ves čas z mediji bombardirani s tem, kaj rabimo, če želimo biti »normalni«, so bremena sodobne družbe postala veliko težja, iz vseh strani nas obdajajo zahteve drugih, nenormalno strogi smo postali tudi do sebe. Tako nenehno tečemo iz enega konca na drugega, na glavi si s svetlobno hitrostjo menjamo klobuke, ki predstavljajo naše različne vloge, še za spat skoraj nimamo več časa.

Ko nam v glavi od vsega skupaj preveč brni, se oprimemo najbližje rešilne bilke – telefona ali tablice, na katerih lahko »na hitro« malo pobrskamo in se tako navidezno počutimo bolje, saj svoje misli utišamo z zunanjimi informacijami. V resnici pa tak beg ni zdrav za naš um in naše dolgoročno dobro počutje. Informacije, ki jih dobivamo iz svetovnega spleta, so po večini negativne, nenehno pa so pred nas postavljene tudi prirejene »idealne« podobe na videz srečnih življenj, to pa na naši podzavestni ravni sproža nezdravo primerjanje, slabša se nam samopodoba, večja se jeza, strah in zagrenjenost. In namesto, da bi z »odklopom« na spletu zmanjševali naš stres, se dogaja ravno obratno – stres se povečuje. Tega pa na žalost s svojo zavestjo ne zaznavamo in zato s slabo prakso vedno znova, že dobesedno odvisno, nadaljujemo.

Danes nas internet in priročne medijske naprave spremljajo ves čas in vsepovsod in tako nam ne ostane nič več časa za to, da bi se ustavili, si vzeli čas za počitek in pravo sprostitev možganov. Konstantno gledanje v elektronski svet duši naš notranji glas, naše misli preglasijo zunanje informacije,

naša čustva potiskamo v ozadje, zato, da bi vseeno še čutili kakšen pozitiven impulz, pa nato rešitve iščemo v kemičnih substancah, kot so pomirjevala, antidepresivi, alkohol, cigarete, marihuana ...

In to ne le odrasli. Vedno mlajši otroci se srečujejo z anksioznimi motnjami, vedno več je primerov samopoškodovanja in težav s hranjenjem, celo za alkohol, cigarete in mehke droge povedo, da jih uživajo, ker se tako želijo sprostiti in zmanjšati svoj stres. A problem pri otrocih ni le v stresu ... Večina med njimi nima pravega stika s sabo in se celo boji svojega doživljanja. Svojih čustev pogosto ne razumejo, še manj pa se znajo z njimi soočati in jih na pravi način upravljati, vse zato, ker niso imeli priložnosti, da bi se o tem »poučili«. Tudi starši so namreč ujeti v svetu elektronike in se namesto pristnega čustvenega povezovanja s svojimi otroci, izgublajo v svojih izzivih.

Kaj lahko storimo, da bi povečali zavedanje o sebi?

Zelo logično sklepanje je, da če želimo (spet) slišati svoj notranji jaz, si moramo vzeti čas, da ga sploh začnemo poslušati. Pri tem je ključno, da vklopimo svojo zavest in z njo začnemo prepoznavati, kaj se dogaja v naši podzavesti, možganskih zapisih, ki so se oblikovali na podlagi naših preteklih izkušenj in dednih informacij, in katerih namen je, da si zagotovimo preživetje in poenostavimo naš sistem delovanja.

Dokazano je, da le okoli 7 % našega možganskega delovanja deluje zavestno, ostalo pa je program, ki teče samodejno v ozadju našega »rama« in ga upravlja avtopilot naših navad, utrjenih prepričanj in »sprogramiranih« fizioloških reakcij. Od tod izvirajo tudi naša čustva in preživitvene avtomatske reakcije, ki naše delovanje podredijo nalogi bega, boja ali zamrznitve. Tako večino časa delujemo avtomatsko, brez zavestnega nadzora, še toliko bolj, če je naš stik z notranjim glasom prekinjen in neposlušan.

Prvi korak, da se začnemo povezovati s svojim notranjim glasom je torej, da si za ta namen vzamemo čas in se namensko povezujemo. A to ni dovolj ... Ker so naši možgani vajeni, da ves čas skačejo iz preteklosti v prihodnost in na reševanje aktualnih izzivov, jih moramo stremirati, da začnejo delovati tudi na drug način – da se znajo zares ustaviti na tam trenutku in s polno zavestjo zaznavati, kaj se dogaja v našem umu in našem telesu. Prav to pa je koncept čuječnost – biti prisoten s polno zavestjo, s polnim umom.

Kaj je čuječnost?

Definicij je veliko in nekateri temu pravijo duhovna praksa, drugi psihološki metaspoznavni fenomen, v kliničnih procesih je celo tehnika za obvladovanje anksioznih stanj. Najbolj poenostavljeno povedano pa je čuječnost veščina oziroma sposobnost, da naše misli preusmerimo na ta trenutek, na dogajanje tukaj in zdaj.

Kako pa postanemo bolj čuječi, sposobni biti v tem trenutku, tukaj in zdaj, s svojimi mislimi in občutji? Se lahko kar odločimo in se pač ustavljamo v trenutku? Teoretično ja, ampak verjetnost, da bomo to počeli redno je, ker so pač naši možgani v tem trenutku naučeni skakati v preteklost in prihodnost, zelo majhna. Zato, da bi naše delovanje postalo bolj čuječe in bi se tudi naš živčni sistem lažje priklapljal na ta trenutek, ki je varen in ni povezan z zunanjimi ogrožajočimi informacijami, moramo sposobnost čuječnosti krepiti z rednimi vajami oziroma konsistentnim treningom. Na ta način v možganih vzpostavljamo nove sintaktične povezave, ki vedno bolj krepijo sposobnost biti prisoten v danem trenutku, hkrati pa čuječnostne vaje postajajo naša avtomatska navada, koristno orodje, s katerim si pomagamo umiriti misli v stresnih, zahtevnih in čustveno reaktivnih situacijah.

Vadba čuječnosti s pomočjo zavestnega vklapljanja čutil

Najlažji način s katerim lahko čuječnost začnemo vaditi po majhnih korakih in praktično kjerkoli, tudi v razredu, je zavestno vklapljanje naših čutil – sluha, vida, vonja, okusa in dotika. Preko slednjih dobivamo informacije iz okolja v naše možgane, a ta prenos navadno poteka nezavestno, avtomatsko in močno selektivno, osredotočeno na predmet naše pozornosti. Z zavestnim prepoznavanjem informacij, ki jih vsrkava posamezno čutilo, pa se vadimo v čuječnosti, v sposobnosti biti v stiku s svojim doživljanjem. Nekaj primerov:

1. Minute tišine

Vsak dan začnemo ali zaključimo šolsko uro z minuto tišine. Za lažji začetek lahko uporabimo triangel ali zvonec, ki ob trku oddajata umirjen, dalj časa trajajoči zvok. Slednjemu skupaj z učenci s polno zavestjo sledimo, nato pa do izteka minute nadaljujemo s poslušanjem »tišine«. Ta preprosta vaja pomaga umiriti um in pripravi učence na bolj osredotočeno delo.

2. Vaje zavestnega dihanja

Redno izvajamo kratke vaje zavestnega dihanja. Pri tem učencem lahko pomagamo z nežnim vodenjem vdihov in izdihov, ali pa jih prepustimo, da zavestno dihanje opravijo v svojem ritmu. Pomembno je, da vsak vdih in izdih spremlja zavestno spremljanje dogajanja v našem telesu – kako drugače se sliši vdih od izdiha, kako se občuti potek zraka po nosnicah, kaj se ob dihanju dogaja z našim trebuhom ... To je enostavna tehnika, ki jo lahko izvajamo kadar koli med poukom, ko opazimo, da se raven energije ali osredotočenost znižujeta.

3. Čuječa hoja

Na hodniku ali v telovadnici učencem omogočimo kratek čas za "čuječo hojo". Navodila naj bodo, naj hodijo počasi in opazujejo vsak korak – kako se noga dvigne, premakne naprej in se spet dotakne tal. Pri tem jih spodbujamo, da se osredotočijo na občutke v nogah in stopalih ter na zvoke okoli sebe.

4. Čuječe poslušanje

Med poukom uporabimo vajo čuječega poslušanja. Učenci se lahko seznanijo s poslušanjem zvokov iz okolice – naj bodo to zvoki v učilnici, zunaj, lahko gre za zvok glasbe ali zvoke v našem telesu. Lahko tudi uporabimo vajo, kjer učenci v parih aktivno poslušajo drug drugega brez prekinjanja. To spodbuja boljšo pozornost in empatijo ter izboljšuje komunikacijske veščine.

5. Uporaba čuječih vprašanj

Kadar imamo več časa, na primer pri razrednih urah, lahko priložnost izkoristimo za aktivno povezovanje razreda s pomočjo čuječih vprašanj, kot so: "Kako se danes počutite?" ali "Kakšno vreme je znotraj vas?" S tem povabimo učence, da ozavestijo svoja čustva in občutke. Prav tako jih lahko spodbujamo, da te občutke izrazijo na ustvarjalen način, npr. s pisanjem, risanjem ali vodenjem dnevnika.

6. Čuječnost pri umetnosti in ustvarjanju

Učence spodbujamo, da med ustvarjalnimi aktivnostmi (kot so risanje, barvanje, kiparjenje) v celoti uporabijo svoje čute. Lahko jih vodimo, naj se osredotočijo na občutek svinčnika na papirju, teksturo materiala ali zvok čopiča. To je odličen način, da jih spodbudimo k čuječnosti skozi ustvarjalne dejavnosti.

Vaje vklapljanja čutil so lahko zelo enostavne, zanje pa lahko izkoristimo skoraj vsako priložnost, pomembno pa je, da jih, če želimo izboljšati našo sposobnost čuječnosti in posledično vplivati na večjo sproščenost misli, delamo redno. Dovolj je že enkrat na dan za nekaj minut, še bolje trikrat dnevno, vsakič dve do tri minute za posamično čutilo. Za večjo motivacijo se spomnite, da z vsako tako vajo učence vsaj malce tudi pomirimo in tako na koristen način poskrbimo za večjo koncentracijo ter mir v razredu.

Meditacija – namenska čuječnost, aktivno sproščanje misli

Pomembno orodje, ki nam pomaga okrepiti sposobnost čuječnosti najhitreje in najbolj učinkovito, je meditacija oziroma, bolje rečeno, namensko sproščanje misli. Gre za namensko čuječnost, umirjanje misli, zato da v sebi najdemo mir in se povežemo s svojim notranjim in morda tudi višjim bitom. Je več kot le treniranje zavestnega zaznavanja naših čutil in navadno traja vsaj 10 minut. V tem času v udobnem položaju, navadno z zaprtimi očmi zavestno umirjamo misli in skušamo v svoji glavi doseči tišino, pristno povezavo s samim seboj. V praksi je sploh na začetku zelo težko zares doseči popolno sprostitev misli, z redno vadbo pa se umirjanje vedno bolj stopnjuje in sčasoma meditacija postane naš dnevni »reset«, ki nam omogoča veliko bolj umirjeno in zavestno delovanje tudi naprej v dnevu. Meditiranje pa ne poteka vedno nujno v tišini, pravzaprav je vsaj za začetek bolje, da si pomagamo z vodenimi meditacijami. Že na Youtubeu imamo na voljo nešteto različnih oblik vodene meditacije in tako lahko preizkušamo ter poiščemo tako, ki nam v danem trenutku najbolj ustreza. Zato, da bomo začutili prave učinke (umirjenost, lažje spanje, boljša koncentracija, izboljšana intuicija ...), pa je ključno da meditiramo čim bolj redno, idealno vsak dan ali pa vsaj s čim krajšimi dnevnimi presledki.

V šoli je zaradi pomanjkanja časa izvedba redne meditacije nekoliko težja, vseeno pa se splača poizkusiti vsaj z najbolj zainteresiranimi učenci. Tako lahko na primer za meditacijo uporabite 10 minut odmora za malico ali pa k meditiranju učence povabite pred oziroma takoj po pouku. Če to ni mogoče, lahko za ta namen izkoristite vsaj razredno uro ali pa kratko vodeno meditacijo izvedete po potrebi, ko opazite, da je razred zelo nemiren in ne dosežete želene produktivnosti. Pomagajte si lahko z meditacijskimi pravljicami, ki jih najdete na spletu, ko boste sami preizkusili nekaj meditacij, pa lahko vodenje izvedete tudi po svojem navdihu.

Z večjo čuječnostjo do bolj pozitivnega in empatičnega pogleda

Ko se naša sposobnost čuječnosti okrepi in se s tem poveča zavedanje, kaj se dogaja v naši notranjosti, na ta način dobimo možnost, da zavestno vplivamo na svoje čustveno stanje in tako aktivno skrbimo za svoje psihično zdravje. Glede na to, da velik del našega delovanja izvira iz naše podzavesti, kognitivne znanosti zagovarjajo teorijo, da človek deluje po taktirki avtomatskih misli, ki se sprožijo ob določeni situaciji. Z vrlino čuječnosti lahko zaznamo, kdaj je naše telo sproženo v reakciji bega, boja ali zamrznitve, ob tem lahko s svojo zavestjo preverimo kakšne avtomatične »alarmne« misli so tako reakcijo sprožile, nato pa uporabimo prijeme, ki nam pomagajo, da se naše psihološko stanje spremeni:

- **zavestno dihanje** – že nekaj zavestnih vdihov in izdihov nam lahko pomaga, saj tako možgani dobijo več kisika, hkrati pa se tudi pomirijo ob varnem ritmu trenutka;

- **spremenjena fizionomija** – z zavestnim popravkom naše države v odprt, samozavesten položaj naši možgani dobijo informacijo, da imamo stvari bolj pod nadzorom in se tako umirijo;
- **večja objektivnost do doživljanja** – zavestno situacijo opazujemo od daleč in skušamo racionalno preveriti, ali je naša avtomatska misel utemeljena, ali pa lahko izberemo tudi kakšno drugačno, za nas bolj koristno razlago;
- **razširitev fokusa pozornosti** – ko opazimo, da je naša avtomatska misel v nas sprožila nelagodje, svojo pozornost zavestno preusmerimo na druge, bolj podpirne informacije v naši okolici, pri tem si pomagamo tudi z vklapljanem čutil;
- **vizualizacija** – z vizualizacijo naše možgane pripravljamo na najboljši scenarij in tako negativne avtomatske misli reprogramiramo v pozitivne, podpirne; ključ za uspešno vizualizacijo je, da ob vizualiziranju občutimo tudi zelena čustva in vključujemo svoje čute.

Zaključek

Nekatere raziskave so pokazale, da z vključevanjem čuječnosti v šolski prostor sicer ne moremo preprečiti psihičnih težav otrok, lahko pa jim dokazano zagotovimo bolj podporno okolje, ki jim v novodobnem svetu pomaga, da začnejo delovati bolj umirjeno in zavestno. Ko v razredu prakticiramo čuječnost, otrokom dajemo koristno orodje, s katerim si bodo tudi kasneje v odraslem življenju lahko pomagali ohranjati bolj mirne misli in se bolj zavestno povezovati s svojimi čustvi ter potrebami. Na ta način bodo tudi lažje prepoznali, kdaj njihovo psihično zdravje ni najbolj optimalno, in bodo zato hitreje poiskali pomoč.

Ima pa vadba čuječnosti dokazano izjemne koristi pri izgradnji bolj pozitivnega šolskega okolja, sploh, če se s čuječnostjo individualno ukvarjajo tudi učitelji sami. Čuječnost učiteljem namreč pomaga, da se razbremenijo svojega nemira in negativne poglede zamenjajo s pozitivnimi, tako pa kot motiviran in strasten mentor, svojo pozitivno naravnost prenašajo tudi na učence. Lažje govorijo o čustvih in k temu spodbujajo tudi otroke, tako pa se krepi povezanost, zaupanje in tudi empatija vseh udeleženi. Nenazadnje pa z vajami čuječnosti lahko pomagamo tudi neposredno zmanjševati stres in nemir v razredu, tako pa se povečuje koncentracija, izboljšajo se učni uspehi, manj je tudi vedenjskih težav.

Da bi lahko koristi in pomen redne vadbe čuječnosti bolj ozavestili, bi bil zagotovo potreben bolj sistematičen pristop, pri katerem bi učiteljem ponudili več praktičnih programov usposabljanja za razumevanje in integracijo čuječnosti v svoje poučevanje ter osebno življenje. Vaje čuječnosti bi bilo treba integrirati v učni načrt skozi obstoječe predmete in skozi namensko določene ure, v sam sistem poučevanja pa bi bilo treba vključevati tudi starše in druge skrbnike. Projekti kot je Otroški parlament predstavljajo priložnost, da otrokom predstavimo koristi vadbe čuječnosti, s tem pa jih navdušimo, da čuječnost vključijo tudi med svoje predloge za izboljšavo šolskega sistema.

"Za lažjo motivacijo in začetek vadbe čuječnosti vas vabim, da se mi pridružite v deset dnevnem brezplačnem izzivu Stopi z gasa, ki se bo pričel 30. 9. 2024. Skenirajte QR kodo in se prijavite!"

