



Empowering Teachers across Europe to deal with Social, Emotional and Diversity related Career Challenges

ROKA V ROKI

Socialne in čustvene kompetence ter prepoznavanje raznolikosti v razredih in šolah: na učiteljice in učitelje osredinjen pristop

Ana Kozina
Klaudija Šterman Ivančič
Pedagoški inštitut





OZADJE: IZZIVI UČITELJSKEGA POKLICA

Naraščajoče težave na področju:

- A) čustvovanja – stres, izgorelost (Collie, 2021, Roeser et al., 2012)
- B) in vedenja – opuščanje poklica (Roeser et al., 2012).

STRES vpliva na:

- pozornost (MacKenzie et al., 2007...);
- odločanje (Shanefelt et al., 2002...);
- komunikacijo in odnose (Enochs & Etzbach, 2004...).

Raziskava TALIS 2018: 16 % učiteljev_ic navedlo, da so pod zelo velikim stresom, in nadaljnjih 30 %, da jim delo predstavlja precejšen dejavnik stresa.

KAJ JE STRES?

- Stres je **ZDRAV** odziv telesa na dražljaj ali informacijo, ki jo zaznava kot grožnjo ali nevarnost.
- Odzovemo se na tri različne načine:
 - **BOJ:** energija -> napete mišice, jeza, stiskamo dlani, zob – priprava na boj
 - **BEG:** čim hitreje teči -> v pljučih čim več zraka; strah - težave z dihanjem in začutimo razbijanje srca
 - **ZAMRZNITEV:** lahko se popolnoma sesedemo, to občutimo kot otopelost in izgubo energije.
- Te reakcije nam omogočajo hitro ukrepanje v življenjsko nevarnih situacijah.



AKUTNI STRES: KAJ SE DOGAJA V TELESU?

- Vključitev simpatičnega živčnega sistema → sproščanje **adrenalina** in **kortizola** → Potrebujemo, da lahko delujemo, da se sploh vstanemo iz postelje; če jih ne bi bilo, ne bi čutili želje, da se vstanemo iz postelje
 - Srce: hitreje bije, da se poveča pretok krvi v srce, pljuča, možgane in v mišice (aktivacija in napetost zlaste področje ramen in vratu)
 - Dihanje: hitrejše -> več kisika
 - Prebava: upočasnjena (več krvi v mišicah) (lahko praznenje)
 - Pot: se ohlajamo
 - Koagulacija krvi: povečana (skrb za globoke rane)
 - Izostrijo se nam čutila, poveča pozornost, delovanje spomina in sposobnost učenja



AVTONOMNI ŽIVČNI SISTEM

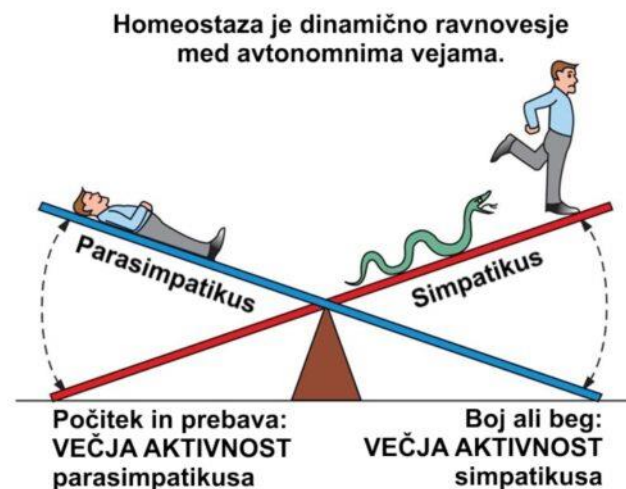
Nadzor nad procesi v telesu, ki so instinktivni in izven našega zavestnega nadzora. Nadzoruje naše osnovne funkcije, npr. dihanje in prebava.

Simpatični živčni sistem

- Odziv na ogrožujoče situacije (beg, boj ali zamrznitev)

Parasimpatični živčni sistem

- Proces, ki obnavlja telo, spodbuja stanje počitka



KAJ SE DOGAJA V MOŽGANIH?

Prefrontalni korteks:

- v varnem stanju več aktivnosti
- omogoča usmerjeno pozornost, analizo, iskanje rešitev, sprejemanje odločitev
- uravnava vedenje glede na okolico in njena pričakovanja
- nadzoruje izvršilne funkcije (samokontrola, samoregulacija)
- nadzoruje limbični sistem (amigdala)



Hipokampus:

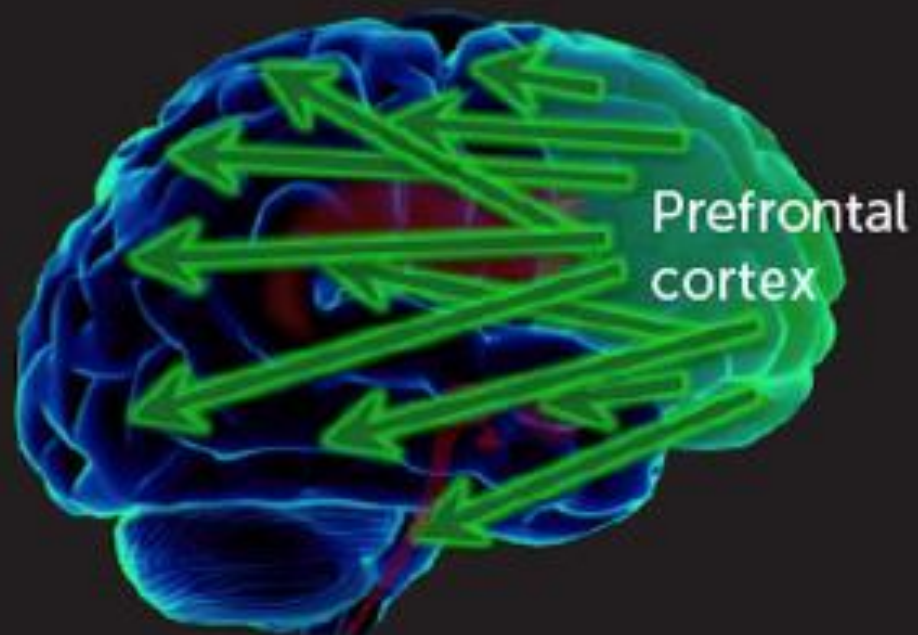
Pomoč pri uravnavanju stresa (prepoznavanje priložnosti in iskanje rešitev)

Amigdala: alarmni center

- Najstarejši del
 - hitra telesno aktivnost
 - aktivacija hipotalamusa
 - simpatik (adrenalin in kortizol)
- Ob aktivaciji se prefrontalni korteks ugasne



Unstressed



Tight control of thoughts,
emotions and actions

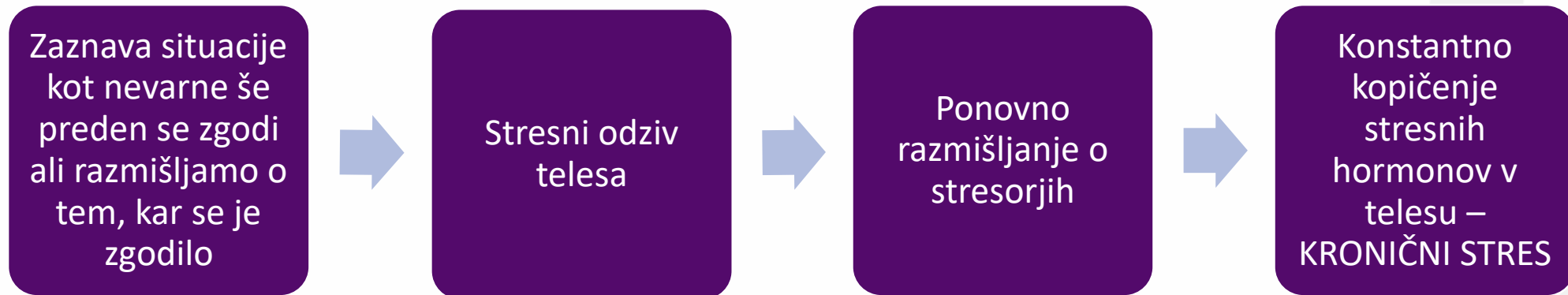
Stressed



Weaker control of thoughts,
emotions and actions

STRES V SODOBNI DRUŽBI: moč misli

- Stresni odziv je odgovor na življenjsko nevarno situacijo.
- Danes situacije, ki jih dojemamo kot nevarne, ne ogrožajo nujno našega življenja.
- Dovolj je, da zgolj pomislimo na nekaj, kar bi lahko bilo potencialno ogrožujoče in tako ohranjamo svoj stresni sistem aktiven z našimi mislimi – **MOČ MISLI GLEDE PRIKLICA IN PREDVIDEVANJA NEVARNIH SITUACIJ**



- **Redko najdemo čas za sprostitev in oddih** (ni aktivacije parasimpatičnega živčnega sistema)

Če zavest preusmerimo stran od misli o pretekli situaciji, k tukaj in zdaj ter k svojim čutom, bo v večini primerov postalo jasno, da ni bila prisotna nobena življenjska nevarnost.

KO STRES TRAJA IN TRAJA

HIPOKAMPUS

Stresni hormoni začnejo uničevati celice v hipokampusu, začne se krčiti



- Slabše uravnavanje stresa
- Slabše pomnjenje
- Slabša sposobnost orientacije

AMIGDALA

Začne se povečevati, se preveč aktivira



- Nenehno zaznavamo situacije kot nevarne, zato smo vedno bolj pod stresom

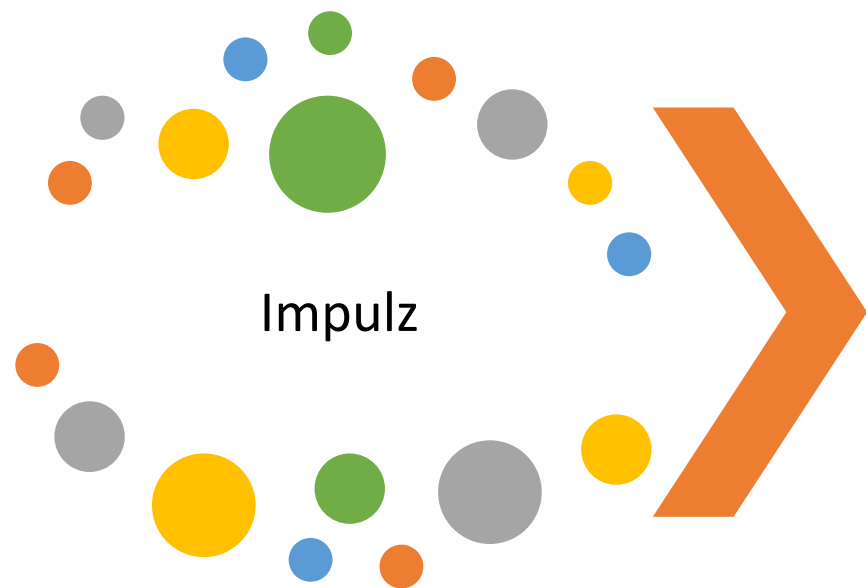
Zaznava nevarne
situacije

Odziv telesa na
stres



Hand
In
Hand





Interpretacija



Reagirati: narediti nekaj samodejno

- Avtomatično
- Zmanjševanje občutkov
- Izogibanje neprijetnemu
- Navade
- Vedno enako

Odzvati se: zavedati se, vedeti in izbrati, kaj storiti

- Ustaviti
- Ozavestiti
- Zavedni odziv
- Več možnosti





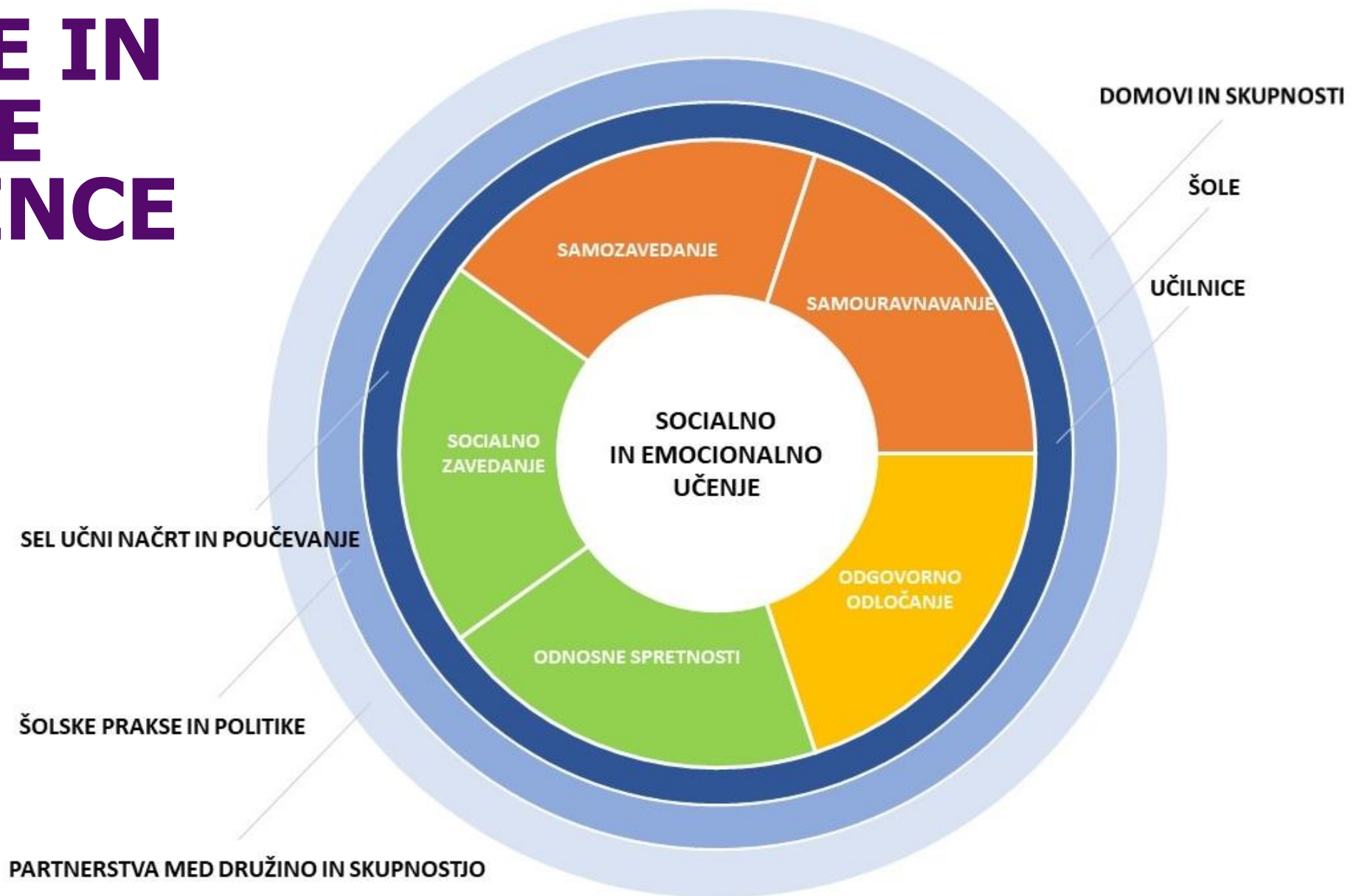
Empowering Teachers across Europe to deal with Social, Emotional and Diversity related Career Challenges

ROKA V ROKI

SOCIALNE IN ČUSTVENE KOMPETENCE



ŠOLNE IN EMOCIONALNE KOMPETENCE





Empowering Teachers across Europe to deal with Social, Emotional and Diversity related Career Challenges

ROKA V ROKI

ODNOSNA KOMPETENTNOST



Razvojna psihologija

- **Otrok:**
 - je socialno bitje že od rojstva → potrebuje odnose in ne more preživeti brez nekoga, ki skrbi zanj;
 - komunicira od trenutka, ko se rodi;
 - se bo navezal na kogar koli in z njim vzpostavil odnos;
 - vedno sodeluje, pogosto tudi na račun svoje integritete in dobrega počutja, saj tako zelo potrebuje odnos;
 - kompetentno verbalno in neverbalno izraža naravo čustvenih in eksistencialnih dilem, ki jih doživljajo njegovi starši.

Osnovni konflikt

Sodelovanje

Konflikt → Bolečina → Signal/Simptom

Integriteta

- razdražljivost
- nezadovoljstvo
- jeza
- sovraštvo
- hrepenenje
- iskanje stikov
- žalost
- stres
- ...

ČE ŽELIMO USTVARITI PRIJETNO IN USPEŠNO UČNO OKOLJE

JE POTREBNO RAZVIJATI ODNOSNO KOMPETENTNOST ODRASLIH V PROCESU UČENJA IN POUČEVANJA



- = **Videti** vsakega otroka takšnega, kakršen je.
- = **Prilagoditi** svoje vedenje situaciji.
- = **Ohraniti** vodilno vlogo in **odgovornost** za odnos ter biti pristni.

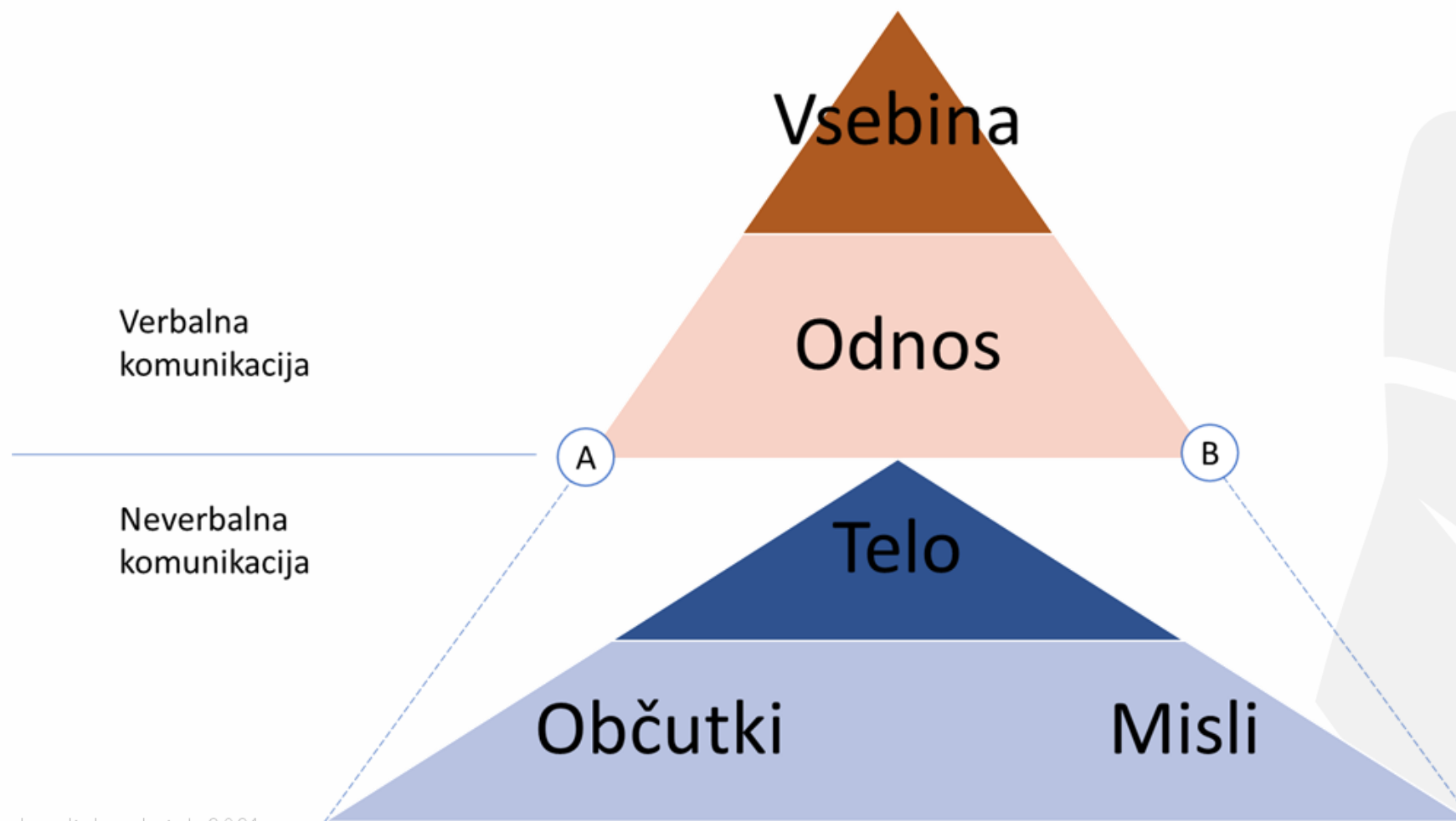
UČENEC_KA ODNOS UČITELJ_ICA







DIDAKTIČNIČNA SITUACIJA



Odnosna kompetentnost učitelja

- priložnost vsakega posameznega učitelja, da poveča stik s seboj, kadar je pod pritiskom,
- in hkrati razvija odnos s posameznim otrokom
- na način, ki je konstruktiven in koristen za otroka.

Krepitev odnosne kompetentnosti

Poznavanje lastnih vzorcev odzivanja

Usmerjanje pozornosti navznoter

Zasidranje

Samoregulacija

Zavedanje lastnih signalov

Razumevanje drugega / otroka

Avtentično odzivanje

Pomoč otroku v smeri razvoja





Empowering Teachers across Europe to deal with Social, Emotional and Diversity related Career Challenges

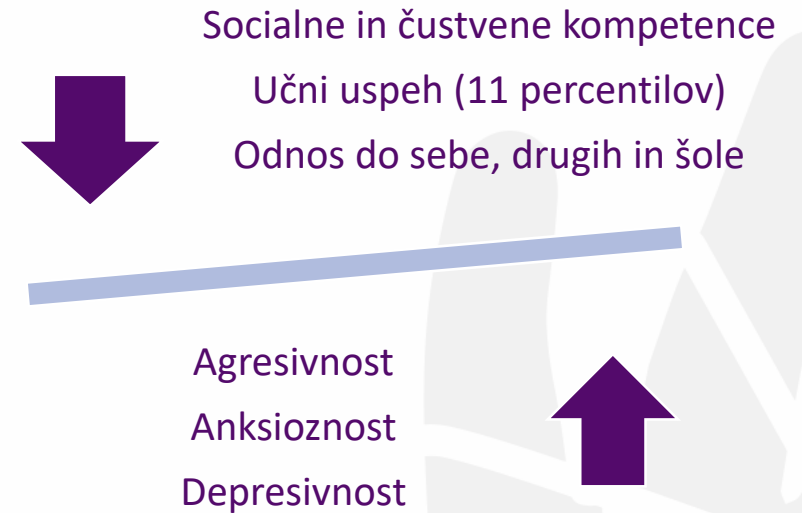
ROKA V ROKI

SOCIALNE IN ČUSTVENE KOMPETENCE V RAZISKAVAH

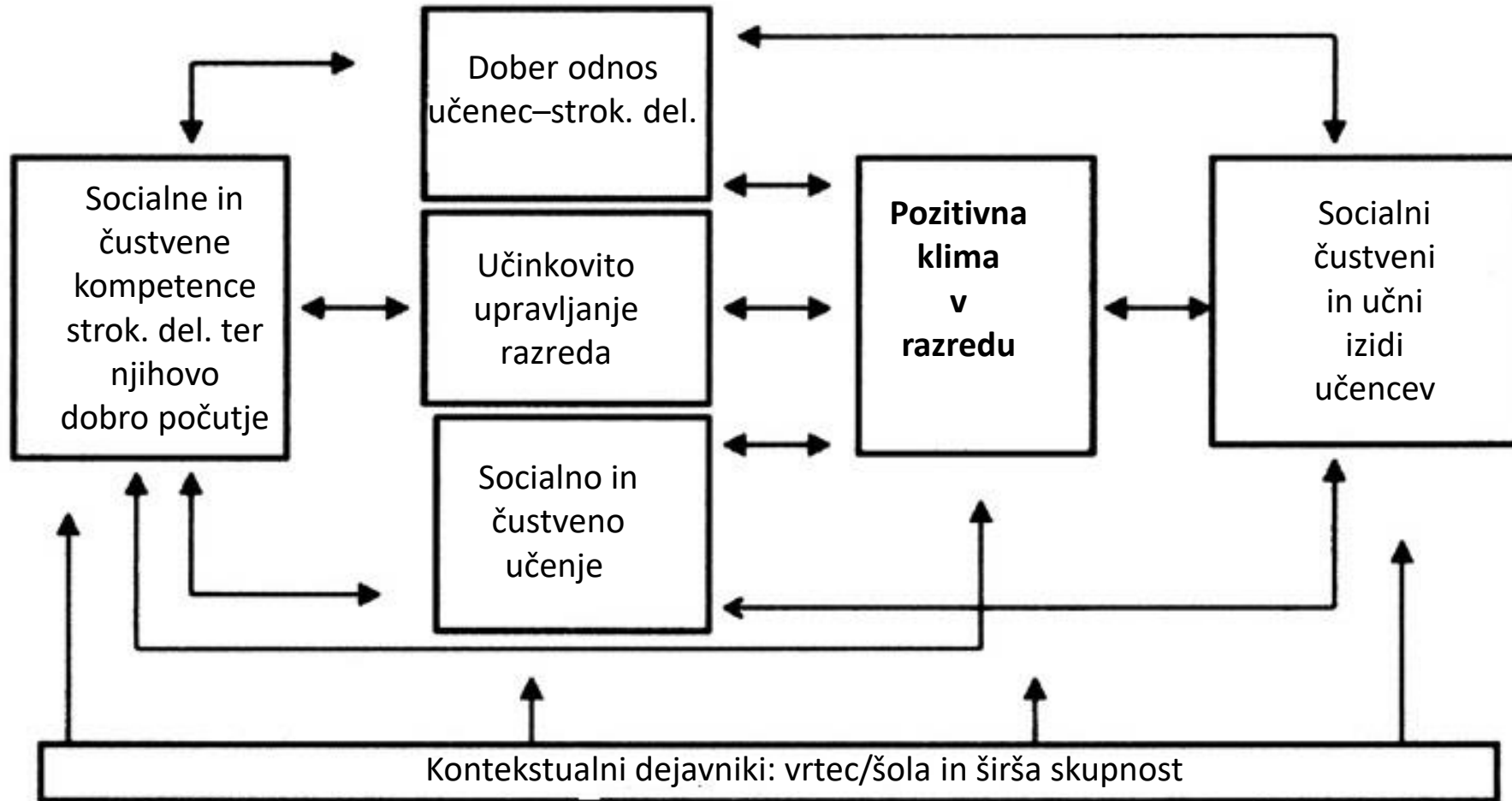


SOCIALNO IN ČUSTVENO UČENJE V RAZISKAVAH

- Znanstvene ugotovitve povezane s socialnim in čustvenim učenjem
 - Payton et al., 2008: pregled 317 raziskav
 - Durlak et al., 2011: pregled 213 raziskav
 - ...
- Prepoznani pozitivni učinki za **učenke in učence**
 - Napredek v socialnih in čustvenih kompetencah
 - Manj težav na področju vedenja
 - Manj težav na področju čustvovanja
 - Višja učna uspešnost
 - ...
- Prepoznani pozitivni učinki za **učiteljice in učitelje**
 - Bolj učinkovito uravnavanje stresa
 - Dobro počutje
 - Višje zadovoljstvo z delom
 - ...



SOCIALNO IN ČUSTVENO UČENJE V RAZREDU

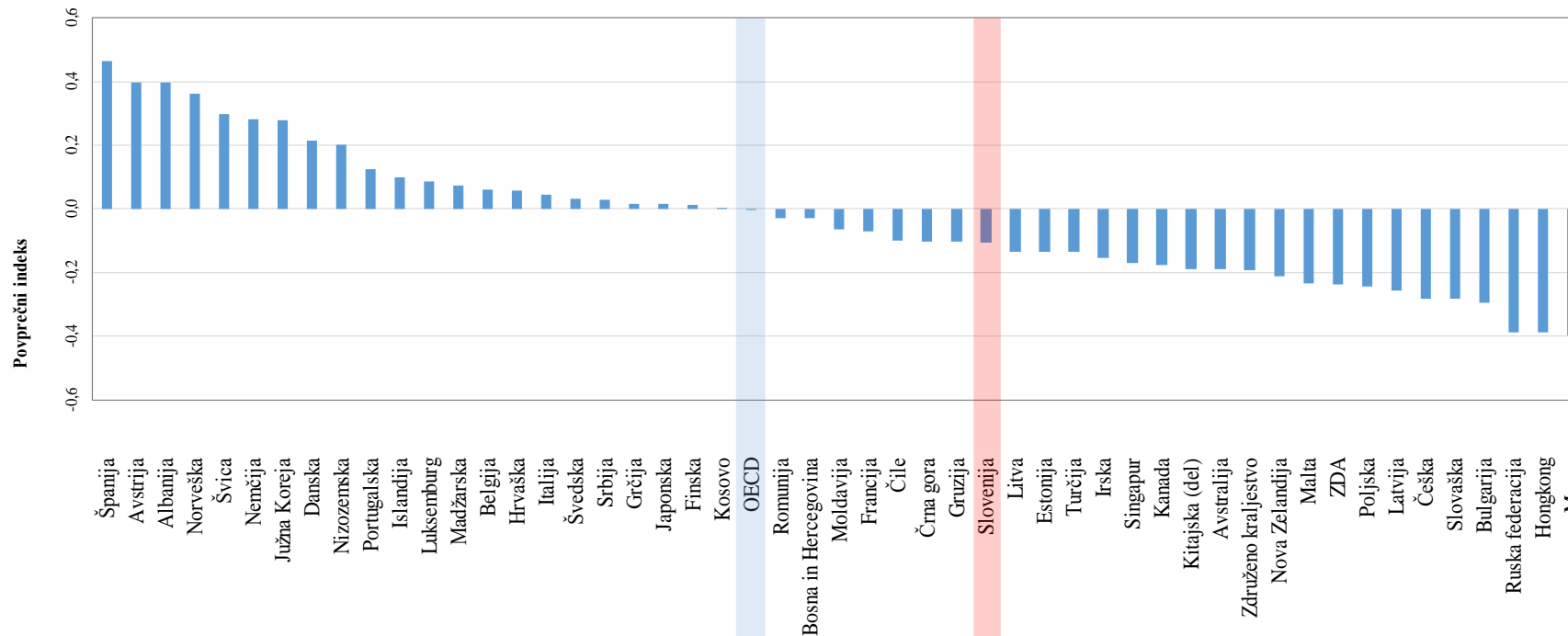


(Jennings & Greenberg, 2009)



Hand
In
Hand

Občutek pripadnosti šoli

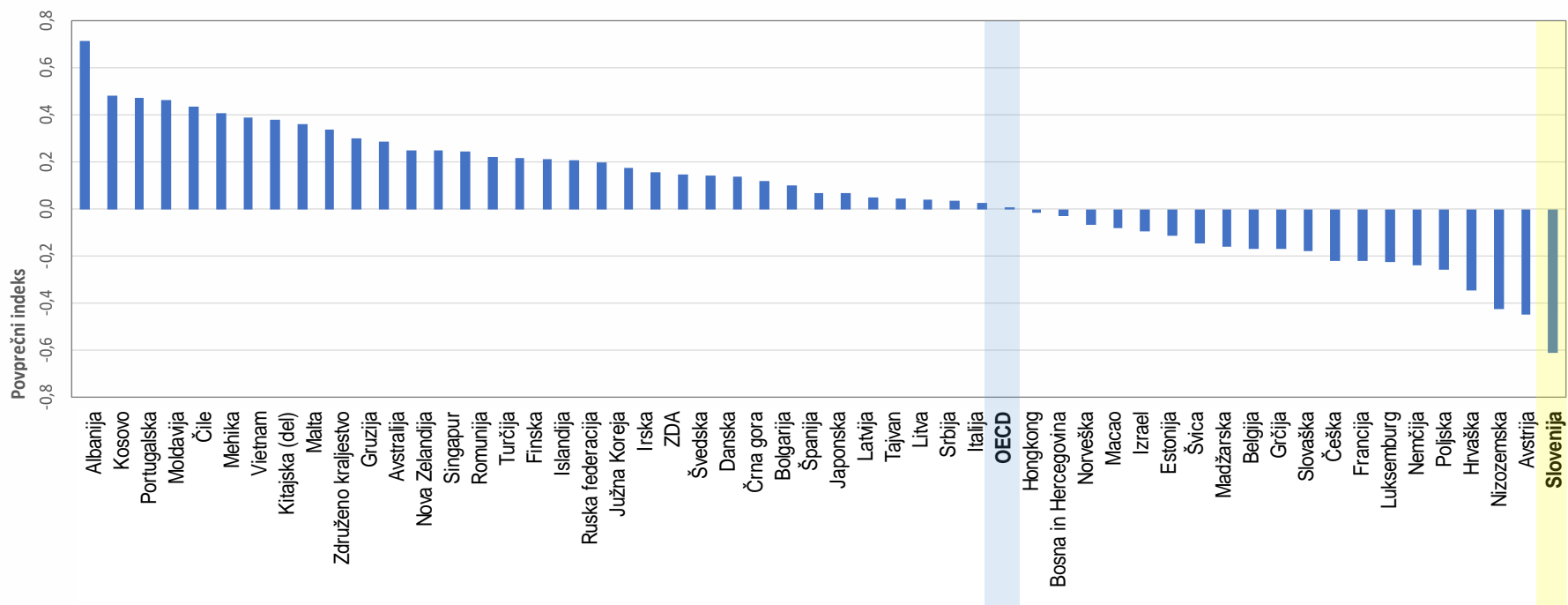


Slovenski 15-letniki so leta 2018, podobno kot 2015, poročali o podpovprečnem občutku pripadnosti šoli (vrednost indeksa za Slovenijo je $-0,11$).

Približno 20 % jih meni, da prijateljstev v šoli ne sklepajo z lahkoto, da jih ostali učenci nimajo radi in se v šoli čutijo čudne in odveč. 25 % dijakov in dijakinj se ne strinja s trditvijo, da pripadajo šoli.



Zaznava učiteljeve opore pri pouku slovenščine

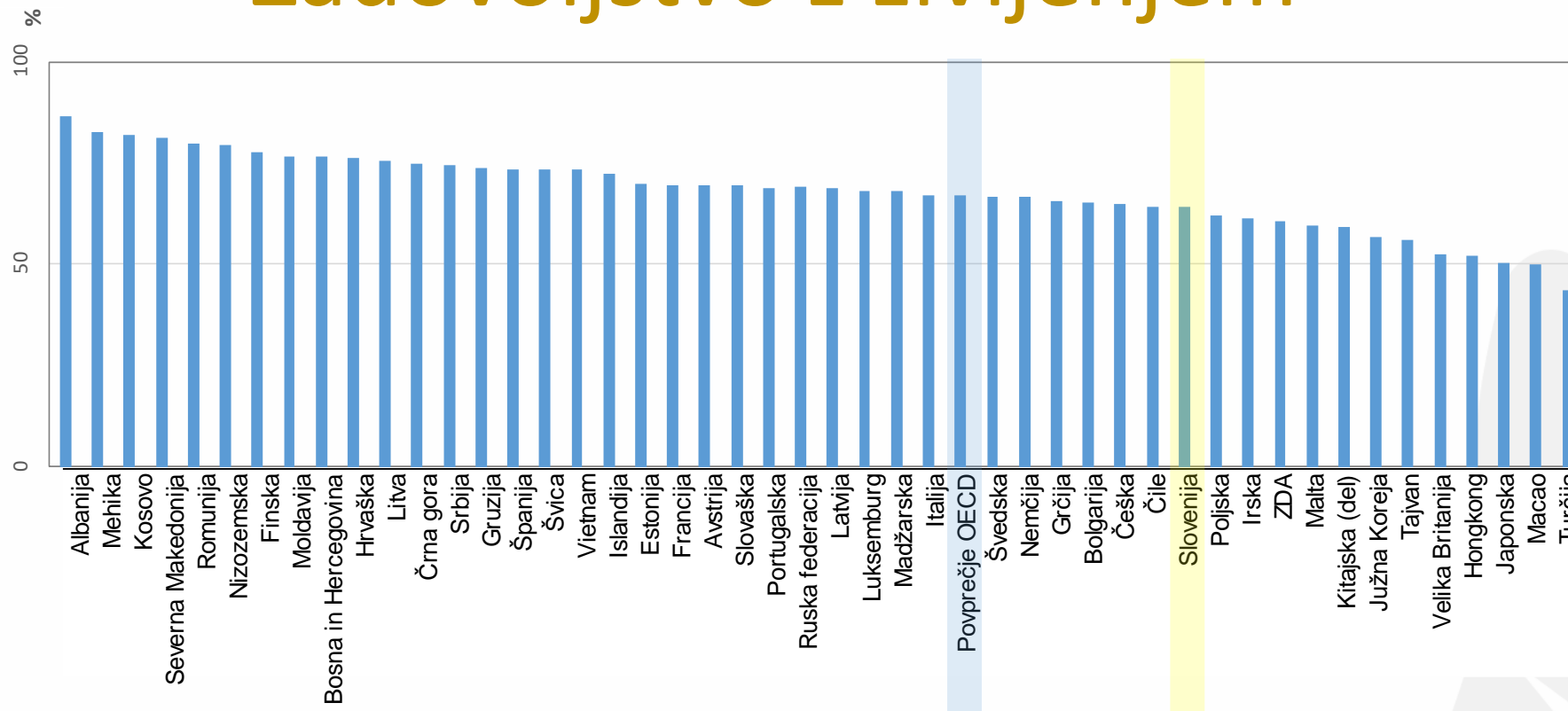


Slovenski 15-letniki so izmed vseh 55 držav najnižje ocenili učiteljevo zaznano oporo pri pouku slovenščine.

Najnižje so učiteljevo zaznano oporo ocenili tudi v primeru upoštevanja rezultatov vseh 79 držav.

Približno 20 % se jih ne strinja s tem, da se učitelj pri večini ur slovenščine zanima za vsakega dijaka in da ponudi dodatno pomoč, kadar jo dijaki in dijakinje potrebujejo.

Zadovoljstvo z življenjem

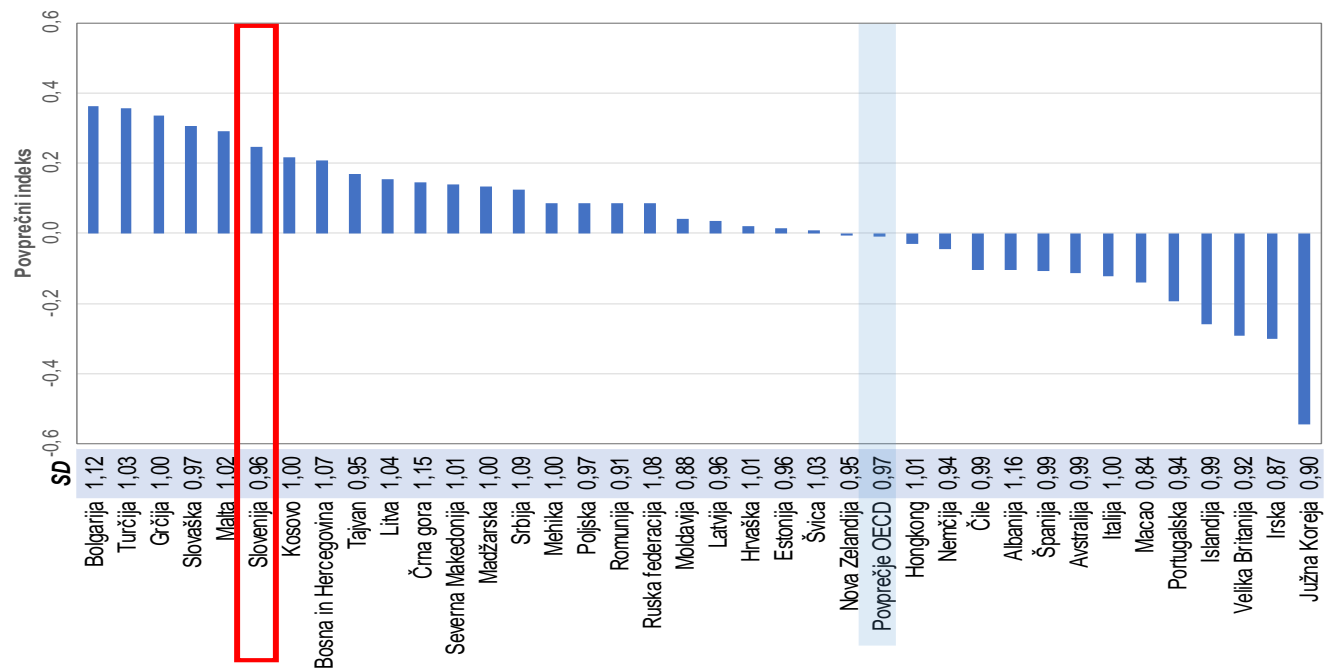


Sloveniji o tem, da so zadovoljni s svojim življenjem (ocena med 7 in 10), poročalo 64 % dijakov in dijakinj (v povprečju v državah OECD 67 %).

Da niso zadovoljni s svojim življenjem (ocena med 0 in 4), je v Sloveniji poročalo 20 % 15-letnikov, kar je za 4 odstotne točke več kot leta 2015.



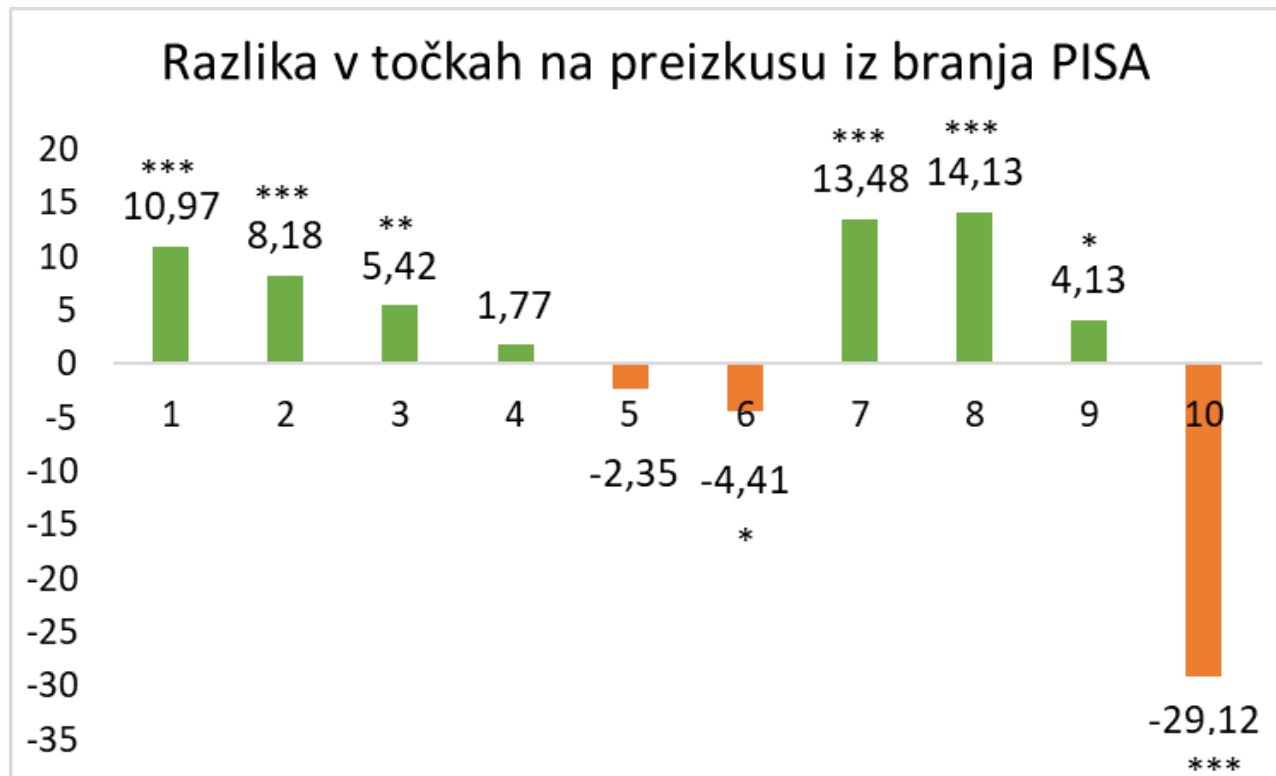
Diskriminatorno vedenje učiteljev



Vrednost indeksa za Slovenijo je relativno visoka, kar pomeni, da so slovenski 15-letniki v povprečju poročali o več učiteljeve diskriminacije do učencev iz drugih kultur kot njihovi vrstniki iz državah OECD.

17 % dijakov in dijakinj je menilo, da za večino učiteljev velja, da ljudi nekaterih kulturnih skupin krivijo za težave, s katerimi se spopada Slovenija, in 20 % jih je bilo mnenja, da za večino učiteljev velja, da imajo za učence nekaterih kulturnih skupin nižja učna pričakovanja.

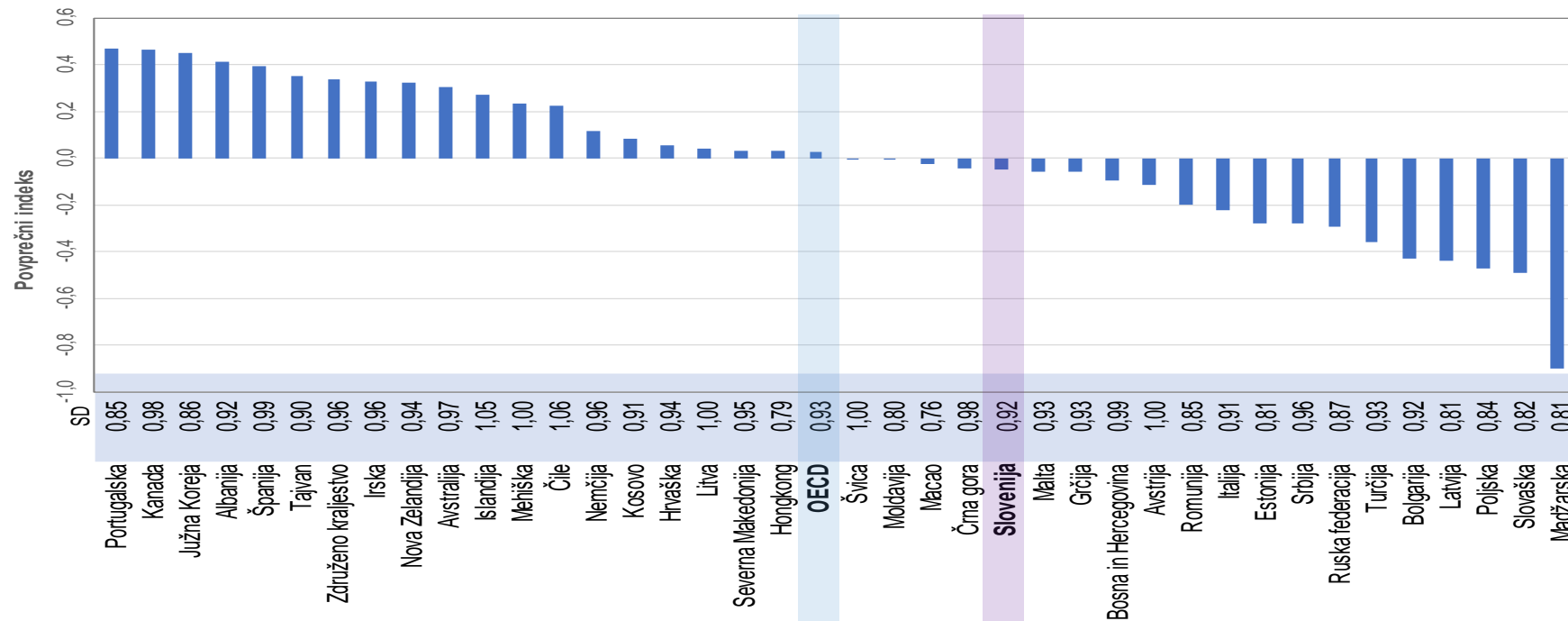
Globalne kompetence kot napovednik dosežka iz branja na preizkusu PISA



- 1 – Samoučinkovitost pri pojasnjevanju globalnih vprašanj
- 2 – Zavedanje o globalnih vprašanjih
- 3 – Odnos do priseljencev
- 4 – Zanimanje za spoznavanje drugih kultur
- 5 – Razumevanje perspektive drugih
- 6 – Spretnost miselnega prilagajanja
- 7 – Spoštovanje ljudi iz drugih kultur
- 8 – Spretnost medkulturne komunikacije
- 9 – Odzivnost na globalna vprašanja;
- 10 – Diskriminatorno vedenje učiteljev

Podoben rezultat se je potrdil tudi pri napovedovanju dosežka in matematike in naravoslovja.

Odnos do priseljencev



Vrednost indeksa odnosa do priseljencev je -0,1 in je nekoliko pod povprečjem držav OECD.

26 % slovenskih dijakov in dijakinj se ne strinja s tem, da bi priseljenci, ki več let živijo v neki državi, morali imeti možnost, da volijo na volitvah, in da ohranijo svoje običaje in življenjski slog. 17 % se jih ne strinja, da bi morali priseljenci imeti enake pravice kot vsi drugi v državi.

14 % se jih ne strinja, da bi otroci priseljenci morali imeti enake možnosti za izobrazbo kot ostali otroci v državi.



RAZISKAVA PISA 2022

- OBJAVA REZULTATOV: **5. december 2023**
- V pripravi **PISA 2025**:
 - Predraziskava na šolah spomladi 2024
 - Glavna raziskava spomladi 2025

Vljudno vabljeni k sodelovanju!



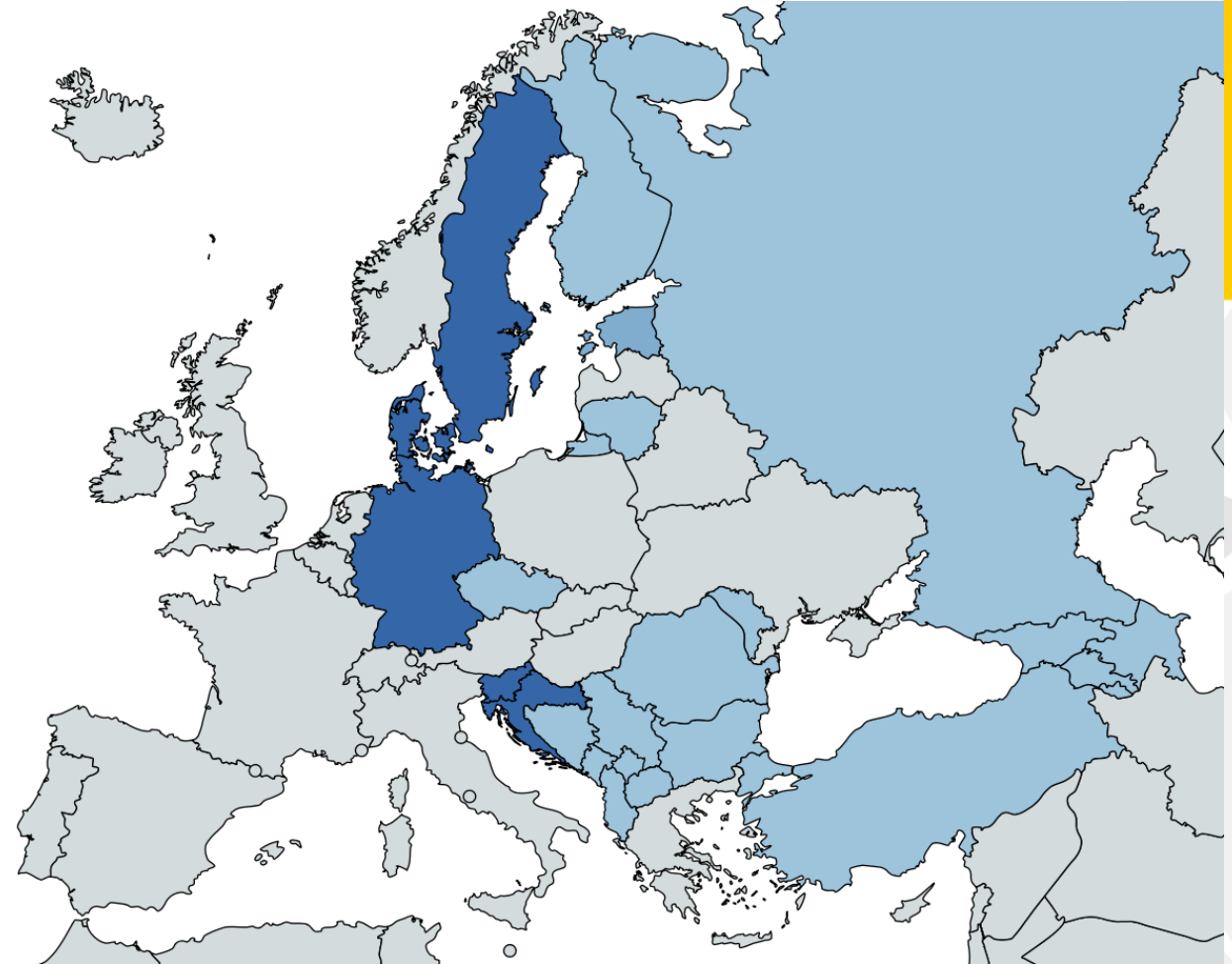
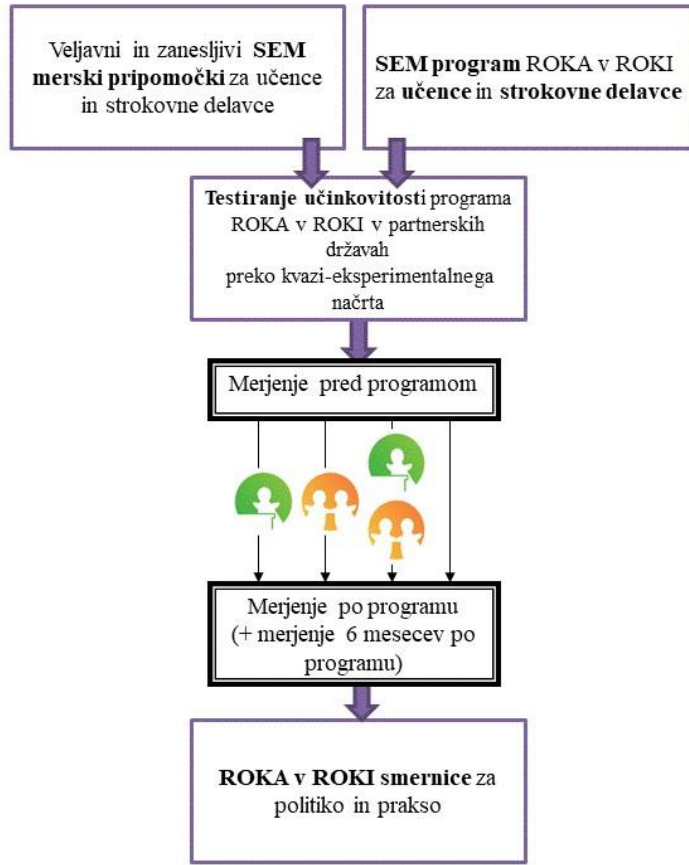
Empowering Teachers across Europe to deal with Social, Emotional and Diversity related Career Challenges

ROKA V ROKI

PROJEKT ROKA V ROKI



Erasmus K3 projekt: ROKA V ROKI (2017-2020)

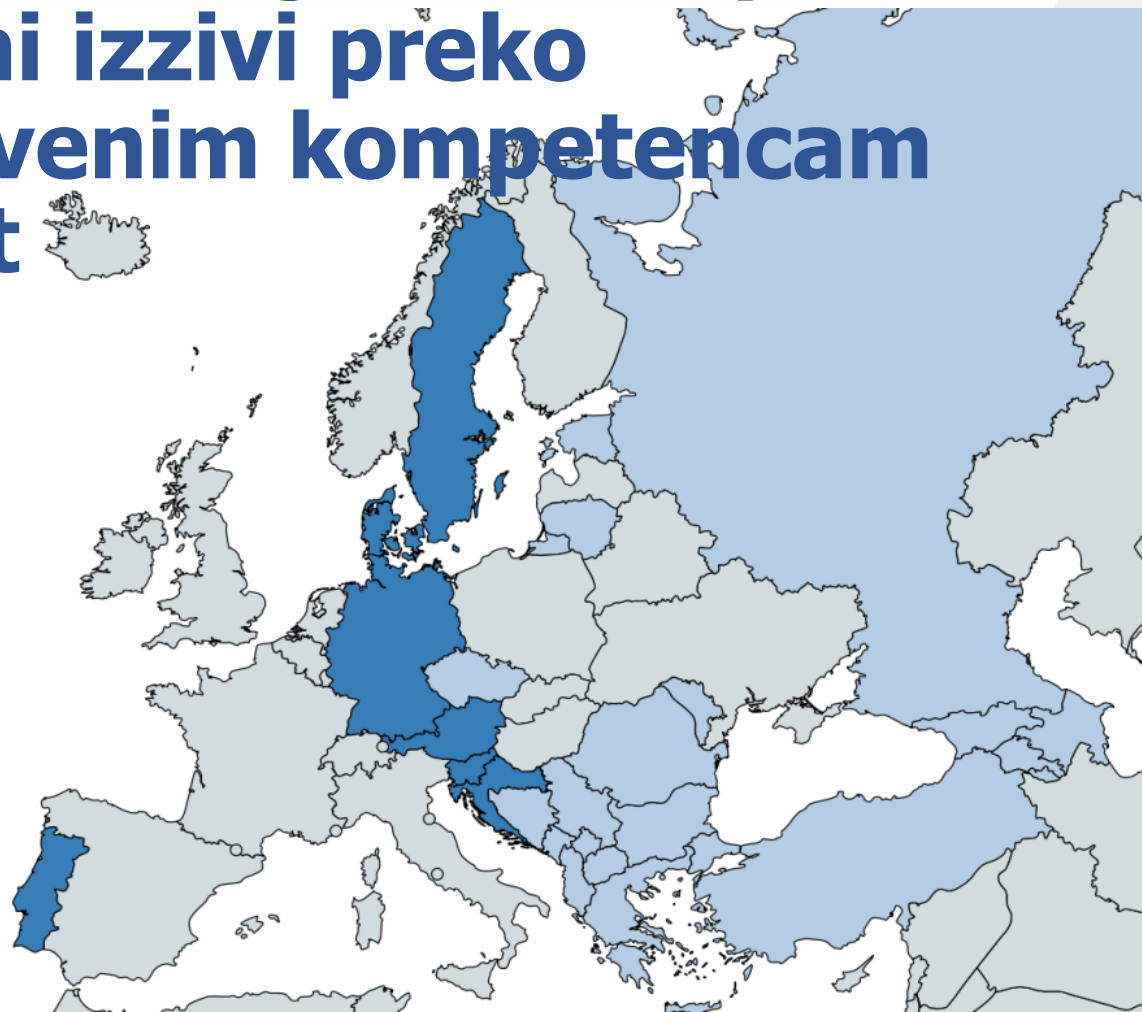


Erasmus K3 projekt: ROKA V ROKI (2021-2024):

**Opolnomočenje učiteljc in učiteljev v Evropi za
spoprijemanje s kariernimi izzivi preko
podpore socialnim in čustvenim kompetencam
ter sprejemanju različnost**

11 partnerjev, 7 držav

- 3 ministrstva
- 3 raziskovalni inštituti
- 4 univerze
- 1 mednarodna mreža



CILJI PROJEKTA

- Podpora **socialnim in čustvenim kompetencam ter prepoznavanju različnosti učiteljic in učiteljev** v Evropi z razvojem, uvajanjem ter evalvacijo
- sistema ROKA V ROKI: Opolnomočenje učiteljic in učiteljev preko **celošolskega-celoletnega** procesa z namenom oblikovanja
- **smernic za politiko in prakso** na področju izobraževanja učiteljic in učiteljev v Evropi in v Sloveniji.

SISTEM ROKA V ROKI

VSEBINA:

- Socialne in čustvene kompetence
- Prepoznavanje različnosti



PROCES: celoletna stalna podpora in spremljanje (šolsko leto 2022-2023)

CELOŠOLSKI PRISTOP: učiteljice in učitelji, ravnateljice in ravnatelji, svetovalni delavci in delavke



POTEK RAZISKAVE V SLOVENIJI

20 osnovnih šol:

Razredničarke in razredniki: 10 iz vsake šole
Šolske svetovalne delavke in delavci: 1-2
Ravnateljice in ravnatelji: 1

10 IMPLEMENTACIJSKIH ŠOL

2022-2023:

- MERJENJE
- ROKA V ROKI
- MERJENJE

10 KONTROLNIH ŠOL

2022-2023:

- MERJENJE
- MERJENJE

REZULTATI: 2024

<https://handinhand.si/s>



... IN ŠE VABILO ...

»Model pozitivnega razvoja učiteljic in učiteljev - preplet notranjih (motivacijskih, čustvenih in kognitivnih) in zunanjih (šolskih in sistemskih) virov med šolskim letom«

