

## Temeljne komponente samopodobe učiteljev

**Ddr. Asja Nina Kovačev**

Univerza v Ljubljani

Učiteljeva samopodoba v šolski situaciji pomembno vpliva na oblikovanje samopodobe učencev. Dober učitelj prepozna pozitivne vidike lastne osebnosti in jih uporablja pri delu v razredu. Aktivirati mora svoje komunikacijske sposobnosti ter motivirati učence za sodelovanje. Pozitiven vtis mora narediti že s svojim videzom in s komunikacijo. Zbujati mora spoštovanje, hkrati pa mora biti tudi dostopen in prijeten. Problematične učence mora znati integrirati v skupnost in jih spodbujati k sodelovanju. Tudi s starši mora navezati prijeten odnos, da se zavzeto vključujejo v izobraževalni proces z namenom doseganja maksimalnega uspeha.

### Privzganje pozitivne samopodobe pri otrocih in mladostnikih

Pozitivna samopodoba je skupaj z zdravim samokritičnostjo pogoj za uspešno uveljavljanje tako v izobraževalnem procesu, kot tudi kasneje v poklicnem in zasebnem življenju. Na razvoj samopodobe otrok in mladostnikov vplivajo predvsem starši, učitelji, vrstniki in drugi ljudje, ki igrajo pomembno vlogo v njihovem razvoju. Tako otrok oblikuje mnenje o sebi in čustva, ki se vežejo na to mnenje. Občutek moči ali šibkosti, ki se razvije že v otroštvu, vpliva na aktivnosti in doživljanje odraslega človeka in tako odločilno sooblikuje njegovo fizično, miselno, socialno in emocionalno počutje (Kovačev, 1997a). Za pridobitev pozitivne samopodobe je pomembno tudi mnenje drugih. To posameznik zazna neposredno iz sporočil drugih ali posredno iz njihovega vedenja, tj. iz neverbalnih informacij, ki jih pogosto integrira v svojo

samopodobo. Za pridobivanje spoštovanja drugih ljudi je zelo pomembno:

- ▶ Izražanje pozitivnega odnosa in spoštovanja do drugih ljudi, kar odločilno vpliva na medosebno interakcijo (Kovačev, 1998);
- ▶ Neposredno in odkrito razčiščevanje nasprotij in nesoglasij;
- ▶ Izražanje samospoštovanja v komunikaciji z drugimi ljudmi;
- ▶ Zagovarjanje idej, v katere oseba verjame;
- ▶ Nastopanje kot resen sogovornik.

### Kvalitete dobrega učitelja

Za dobrega učitelja je značilno, da je odziven in dostopen, da podaja snov pregledno in razumljivo ter si pomaga z vizualnimi pripomočki za doseganje boljše razumljivosti in privlačnosti snovi. S tem spodbuja poleg slušnega tudi vizualno spremljanje, razumevanje in uporabo informacij v različnih kontekstih (Kovačev, 1997a). Pravi pedagog spodbuja iskanje ustvarjalnih rešitev, se izogiba faktografskemu podajanju in preverjanju informacij, uporablja likovno gradivo, ki spodbuja inovativnost in povezovanje s sorodnimi področji (kar poveča boljšo zapomnitev podatkov in njihovo uporabo v različnih novih kontekstih) (Kovačev, 1997a). Učitelji morajo pri podajanju snovi posegati po novejših komunikacijskih sredstvih, saj so jih učenci že vajeni in bi jim bilo le verbalno podajanje snovi dolgočasno. Težavno slušatelje je treba dodatno motivirati in jih tako prepričati v zavzeto sodelovanje v razredu. Prepoznati je treba njihova glavna interesna področja (in prirediti snov tako, da jih bo mogoče vključiti v razredne aktivnosti. Zelo pomembna je pohvala. Kritiki se je treba izogibati, dokler slušatelji ne pridobijo zaupanja in tudi kasneje jo je treba skrčiti na minimum. V taki situaciji se pri učiteljih pogosto pojavi sindrom izgorelosti. Ta je značilen za osebe, ki veliko delajo z ljudmi in morajo prenašati nadpovprečno visoke obremenitve. Tedaj so zelo uporabne mreže socialne podpore, priporočajo pa tudi različne tehnike sproščanja, rekreacije ipd. (Kovačev, 2004).

### Različni pristopi k določanju učiteljeve samopodobe

**Samopodoba kot subjektivna slika o sebi.** Subjektova samopodoba sovпада z njegovo samoidentifikacijo. Zato lahko trdimo, da sta pri določanju samopodobe objekt in subjekt identifikacije združena v isti osebi, oziroma da oseba identificira samo sebe iz notranje perspektive (Kovačev, 1997a).

**Samopodoba kot kompleks ponotrannjenih lastnosti, pripisanih s strani drugih.** Notranjo perspektivo, ki temelji na samorefleksiji, moramo zaradi njene subjektivnosti in nezadostnosti dopolniti z zunanjo. V tem primeru je pomembna podoba, ki jo o učiteljih oblikujejo učenci, starši in sodelavci. Le njihova medsebojna usklajenost lahko pripelje do relativno objektivne in realne podobe učiteljev o sebi (Sarbin in Scheibe, 1983).

**Samopodoba kot pripadnost določeni družbeni skupini in identifikacija z njo.** Samopodobo je mogoče opredeliti tudi kot identifikacijsko značilnost družbenih skupin, v tem primeru skupine učiteljev. Njihova skupna lastnost je predvsem poklicna pripadnost, vendar med njimi obstajajo ogromne individualne razlike (Kovačev, 1997a).

### Temeljne komponente samopodobe in njihova integracija

Slika o sebi in občutek pripadnosti, ki se veže nanjo, imata v družbenih znanostih zelo integrativen pomen. Koncept sebe vseeno lahko razstavimo na več različnih komponent (Kluckhohn in Murray, 1948). Po svoji pomembnosti izstopajo predvsem trije vidiki:

1. kognitivni,
2. afektivni in
3. konativni vidik slike o sebi.

Ad1) Različni raziskovalci samopodobe se največkrat osredotočajo predvsem na njeno kognitivno komponento, tj. na koncept samega sebe (Filipp, 1979).

Ad2) Subjektova samopodoba nikoli ne vključuje le kognitivnih komponent, ampak tudi vrednostne sodbe o lastnem sebstvu. Pozitivno ovrednotenje samega sebe

ter razvoj samospoštovanja sta namreč nujna pogoja za posameznikovo psihično zdravje in nemoteno delovanje.

Ad3) Motivacijski vidik samopodobe pojmujeta Frey in Hausser (1987) kot prepričanje o nadzoru. Opredeljujeta ga kot generalizirano prepričanje o možnosti za vplivanje na lastni položaj (Rotter, 1966; 1982; Bandura, 1982; Gergen, 1968).

### Pomen prvega vtisa pri vzpostavljanju socialne interakcije

Uspeh v poklicnem in privatnem življenju je močno odvisen od posameznikovega videza in nastopa. Ljudje namreč na podlagi zunanjih znakov sklepajo na subjektovo notranjost. Obleka, izrazi obraza, telesna drža, način hoje, gibi rok, sposobnost za dobro besedno izražanje in še vrsta drugih vedenjskih značilnosti nam posredujejo prve informacije o sočloveku in nam omogočajo postavljanje domnev o njegovih sposobnostih in drugih osebnostnih lastnostih (Kovačev, 1998). Prvi vtis učencev o učitelju se navadno oblikuje že po prvih nekaj sekundah. Pogosto odločilno vpliva na splošno razpoloženje in ustvarjanje razredne klime. Pomembno je, da se učitelj počuti sproščenega, vendar zaradi svoje dostopnosti in všečnosti ne sme zapostaviti svojega ugleda. Zato je sproščena eleganca najboljši in najprimernejši stil oblačenja v razredu, saj ne ustvarja pretirane zadržanosti, vendar vseeno ohranja mejo med učiteljem in razredom. Odločilno vlogo pri oblikovanju prvega vtisa imajo trije dejavniki:

- ▶ barve oblačil,
- ▶ slog oblačenja ter
- ▶ vedenjske značilnosti in govorica telesa.

Barve imajo močan vpliv na človekovo mišljenje, doživljanje in delovanje. Poleg tega imajo še številne simbolične pomene in pogosto delujejo kot svojevrstni signali. Ti omogočajo precej informacij o zavestnih in nezavednih lastnostih posameznika (Kovačev, 1997b). Stil oblačenja lahko označimo kot individualni izraz določene kulture, saj veljajo v različnih kulturah različni predpisi za oblačenje ljudi različnih

spolov in starosti. Poleg tega je stil še izraz posameznikove osebnosti, domiselnosti in originalnosti. V šolski situaciji so najprimernejša nekonformistična klasična oblačila, saj njihovo strogost omilijo ekstravagantni detajli, primeren pa je tudi ležeren stil, za katerega so značilna ohlapna oblačila in občutek sproščenega udobja. Pojem govorica telesa vključuje vse telesne izraze, ki imajo določeno komunikacijsko vrednost oziroma omogočajo informacije o njihovem izvoru (tj. osebi, ki te znake oddaja). Sem prištevamo:

- ▶ obrazno mimiko,
- ▶ telesne pozicije,
- ▶ gibe rok,
- ▶ gibe nog ipd.

### Vplivi učitelja na učence, na njihove starše in na svoje sodelavce

Učitelj mora že s svojim nastopom in neverbalno komunikacijo pridobiti pozornost učencev in jo ohranjati do konca. Podobno je tudi pri komunikaciji s starši in sodelavci. Pomembno je skupno reševanje problemov z razumevanjem ter izmenjava osebnih izkušenj in mnenj. Nekatero problemo je vseeno bolje rešiti individualno. Komunikacija mora biti iskrena in razumljiva. Zaželena je kombinacija verbalne in neverbalne komunikacije, saj je s tem mogoče doseči maksimalni uspeh. Glede na hiter razvoj znanosti na vseh področjih je pogosto nemogoče predavati brez kakih napak. Določena znanja so pred kratkim že postala zastarela in so jih nadomestila nova. Učenci se morajo zavedati, da nihče ni nezmotljiv, in da je skoraj nemogoče slediti vsem novim dognanjem. Poleg tega se je treba držati predpisanega učnega načrta, ki dodatno omejuje ustvarjalnost učencev.

### Zaključek

Samopodoba učiteljev odločilno vpliva na komunikacijo z učenci. Poleg sporočilne vrednosti, ki jo posreduje učitelj s podajanjem snovi, so njegovi verbalni in neverbalni znaki bogat vir dodatnih informacij, ki pripomorejo h kvaliteti odnosov in k izboljšanju učinkovitosti učnega procesa.

### Literatura

- Bandura, A. (1982). The self and mechanisms of agency. V: J. SULS (Izd.). Psychological Perspectives on the Self. Vol. 1. Hillsdale: Erlbaum Verlag.
- Bischoff-Koehler, D. (1989). Spiegelbild und Empathie: die Anfaenge der sozialen Kognition. Bern: Huber.
- Blasi, A. (1988). Identity and the development of the self. V: D. K. Lapsley, F. C. Power (Izd.). Self, Ego, and Identity: Integrative Approaches. New York: Springer-Verlag.
- Filipp, S. H. (1979) (Izd.). Selbstkonzept-Forschung. Probleme, Befunde, Perspektiven. Stuttgart: Klett.
- Frey, H.-P., Hausser, R, K. (1987). Entwicklungslinien sozialwissenschaftlicher Identitätsforschung. V: H.-P. Frey, K Hausser (Izd.). Identität. Stuttgart: Ferdinand Enke Verlag.
- Gergen, K. J. (1968). Personal consistency and the presentation of self. V: C. Gordon, K. J. Gergen, (Izd.). The Self in Social Interactions. New York.
- Glasscoe, D. (2011). "Self-Image". Medical Science Dentistry, str. 50-55, 98.
- Hausser, K. (1983). Identitätsentwicklung. Frankfurt: Suhrkamp. Publishers.
- Kluckhohn, C., Murray, H. A. (1948). Personality formation: The determinants. V: C. Kluckhohn, C., Murray, H. A. (Izd.). Personality in nature, society and culture. New York: Alfred A. Knopf.
- Kovačev, A. N. (1994). Colour and personality in the furnishing of appartments. Psihološka obzorja, 3 (3-4), 117-149.
- Kovačev, A. N. (1997a). Individualna in kolektivna identiteta. Ljubljana: Visoka šola za zdravstvo.
- Kovačev, A. N. (1997b). Govorica barv. Ljubljana: Prešernova družba, Vrba.
- Kovačev, A. N. (1998). Socialna interakcija. Ljubljana: Visoka šola za zdravstvo.
- Kovačev, A. N. (2004). Značilnosti in funkcije emocij ter njihov vpliv na socialno interakcijo. Ljubljana: Zdravstvena fakulteta.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal vs. external control of reinforcement. Psychological Monographs, 80, 1-28.