

Kaj je logoterapija in kako jo v vrtcu uporabiti v praksi



Saša Krawczyk, diplomirana vzgojiteljica, Vrtec Mehurčki Komenda

Pri svojem delu se vzgojitelji vedno pogosteje srečujemo z otroki, ki imajo čustvene in vedenjske težave. Ena od rešitev, ki se ponuja, je vpeljava logoterapije in njenih tehnik v vzgojno-izobraževalni sistem, v našem primeru v vrtčevski kurikulum.

Ugotovili smo, da bi lahko projekt Gozdni vrtec, ki ga prakticiramo v vrtcu Mehurčki že nekaj let, uporabili kot metodo za apliciranje logoterapije v vrtcu, saj otroci v dejavnostih, ki sodijo v sklop tega projekta, vidijo smisel in se jih radi udeležujejo, hkrati pa imajo možnost razvijati pozitiven odnos do sočloveka, narave, samega sebe, kulture in umetnosti, kar zagovarja in uči tudi logoterapija.

1 UVOD

Velikokrat nas hude življenjske situacije, v katerih se nenadoma znajdemo, ustavijo in opozarjajo, da je smisel življenja vsak sleherni trenutek v življenju. Zaradi nenehnega hitenja in prehitrega tempa življenja prevečkrat teh trenutkov ne vidimo in ne prepoznamo. Včasih se je potrebno le za hip ustaviti in umiriti ter prisluhniti sebi, saj vsak izmed nas v sebi nosi vse, kar potrebuje, da lahko doseže izpopolnjenost in srečo in tako najde svoj smisel življenja. Velikokrat nam pri tem pomaga čutenje narave.

Vsak dan smo postavljeni pred nalogo, da izbiramo med različnimi možnostmi in si tako osmislimo delo in doživetja, včasih tudi trpljenje. Pri tem nas lahko ovira malodušje.

Logoterapija je ena izmed psihoterapevtskih vej, ki zdravi s pomočjo odkrivanja smisla. Ustanovitelj logoterapije Viktor E. Frankl, je bil za časa njegovega življenja zelo ugledna in spoštovana osebnost. Frankl je na osnovi svojih življenjskih izkušenj (preživetje taborišča smrti) zgradil argumente logoterapije. Zagovarjal je tezo, da človeku ne moremo dati smisla niti s terapijo niti z vzgojo, ampak tako, da ga naučimo in spodbudimo, da ga začne sam odgovorno iskati.

2 LOGOTERAPIJA

Logoterapija je tretja dunajska šola psihoterapije, ki jo je utemeljil Viktor E. Frankl. Logos je grška beseda, ki pomeni smisel. Logoterapija se ukvarja s smislom človeškega bivanja in iskanjem tega smisla. Človek si torej prizadeva, da bi našel svoj smisel in da bi to bila njegova primarna gonilna sila (Frankl 1992).

2.1 VIKTOR E. FRANKL

Rodil se je na Dunaju, 26. marca 1905. Umrli je prav tako na Dunaju, in sicer 2. septembra 1997,

v starosti dvaindevetdeset let. Po izobrazbi je bil doktor medicine ter profesor nevrologije in psihiatrije na dunajski univerzi. Petindvajset let je bil predstojnik dunajske poliklinike za nevrologijo. Življenjski izvir za svojo logoterapijo je našel in doživel v vsakdanjih izkušnjah v koncentracijskem taborišču.



Viktor E. Frankl

Foto: Prof. Dr. Franz Vesely,
Viktor-Frankl-Archiv

V svoji prvi knjigi *Človekovo iskanje pomena*, ki je bila izdana leta 1946, opisuje izkušnje, ki jih je med bivanjem v koncentracijskem taborišču dobil s psihoterapevtskimi postopki, s katerimi je nato pomagal sojetnikom. Bil je predavatelj na ameriških univerzah Harvard, Stanford, Dallas ter Pittsburgh. Prav tako je poučeval logoterapijo na mednarodni ameriški univerzi v Kaliforniji. 39 knjig, ki jih je napisal, je izšlo v več kot 40 jezikih. Njegovo delo *Volja do smisla* je bila uvrščena na seznam najvplivnejših knjig v Ameriki in dosegla večmilijonsko naklado (Frankl 2014, 2023).

Viktor E. Frankl je poudarjal, da je človek telesno, duševno, družbeno in duhovno bitje. Poudarek je bil na duhovnosti, ki pomeni osebno vero v smisel. Zato je pozival, da bi morali znanstveniki obravnavati človeka celostno in da je človek tudi duhovno bitje. Ljudi bi morali opozarjati, da so kljub temu, da so telesno, družbeno in duševno določeni, svobodni v razumevanju in odgovorni pri oblikovanju svojih odločitev. Vsak lahko sam v konkretni situaciji oblikuje stališče in si tako poišče rešitev (Lesar 2002).

2.2 OSNOVE LOGOTERAPIJE

Logoterapija se ukvarja s prihodnostjo, torej z nalogami in smisli, ki jim mora pacient izpolniti v svoji prihodnosti. Hkrati odvrača pozornost od stvari, ki se pojavljajo v začaranem krogu, in nekakšnih mehanizmov, po katerih naša preteklost vpliva na nas. Oboje ima namreč veliko vlogo pri razvoju nevroz. Logoterapija se torej ukvarja z nevrotičnimi motnjami, ki so posledica bivanjske praznine, in poskuša pacientu poiskati življenjski smisel. Dolgčas in ravnodušnost sta glavni obliki bivanjske prikrajšanosti. Logoterapija je v primerjavi s psihoanalizo metoda, ki je manj retrospektivna in manj introspektivna (Frankl 2013).

Osnove logoterapije so naslednja načela:

- svoboda volje,
- volja do smisla,
- smisel življenja.

2.3.1 Svobodna volja ali svoboda volje

Vprašanje svobodne volje velja za prastaro filozofsko vprašanje, na katerega je logoterapija odgovorila pritrdilno. Svoboda volje pomeni svobodo človekove volje, človeška volja pa je volja končnega bitja. Vsak človek je pri odločitvah svoboden, torej je osebno odgovoren. Osebno odgovoren v smislu, da je sposoben osebne zasluge ali osebne krivde. Dejstvo je, da se svoboda brez odgovornosti pogosto sprevrže v samovoljo in pripelje v degeneracijo (Frankl 2014).

2.3.2 Volja do smisla

V Franciji so pred desetletjem izvedli javno anketo. Izkazalo se je, da je 89 % anketirancev potrdilo, da človek potrebuje nekaj, zaradi česar živi. Človekovo iskanje smisla je torej prvobitna sila v našem življenju. Ta smisel je edinstven in specifičen, saj ga moramo izpolniti sami. Tako se doseže pomen, ki bo zadovoljil svojo lastno voljo do smisla. Volja do smisla je človeška značilnost, ki je prirojena vsakemu človeku in se izraža kot želja, da bi svoje življenje imelo smisel. Volja do smisla je osnovna motivacija v človekovi duhovni razsežnosti in drugačna od potisne motivacije gonov in potreb. Volja do uživanja in volja do moči sta izpeljanki volje do smisla. Moč je sredstvo, ki nas pripelje do cilja-smisla, učinek pa je užitek. V človeku ne more obstajati nič takšnega kot moralni gon ali celo verski gon, torej je človek determiniran s temeljnimi instinkti. Človek se vede moralno, ne zato da bi imel čisto vest, temveč zaradi stvari, za katere se poteguje, ali pa zaradi ljubljenega osebe (Frankl 1993).

V današnjem času je vse več bivanjske prikrajšanosti, kar pomeni zavrtost na področju volje do smisla. Kaže se kot dolgčas, duhovna otopelost, občutek praznine, naveličanost, brezcilnost, slaba motiviranost ... Lahko jo pospešujejo dolgotraj-

na brezposelnost, premožnost ali razpadanje kulturnih vrednot. Bivanjska prikrajšanost lahko privede do nevroz, t. i. noogenih nevroz, ki nastajajo v spopadih med različnimi vrednotami – v moralnih spopadih. Takšne primere zdravimo z logoterapijo, in ne s psihoterapijo.

Eden izmed primerov je nedeljska nevroza oz. depresija, ko se konča naglica razgibanega tedna in se pokaže nekakšna praznina v nas samih. Nedeljska nevroza je velik vzrok alkoholizma, mladinskega prestopništva in samomorov ter je zelo razširjena med mladimi. Ne priča o duševni obolevnosti, ampak o duhovni zanemarjenosti. Pokaže se v razvojni poti človeka nekoč in danes. Na začetku zgodovine človeštva je človek izgubil temeljne živalske nagone, v novejšem razvoju pa je izgubil še tradicijo in vrednote. Te so bile njegovemu vedenju v močno oporo, zdaj pa popuščajo. Nagon nam ne veleva, kaj moramo delati, izročilo nam ne pokaže, kaj naj bi delali in kmalu ne bomo več vedeli, kaj hočemo oz. želimo početi. Človek zelo pogosto ne ve, kaj želi delati, in zaradi tega željo prilagodi drugim oziroma temu, kar od njega želijo drugi ljudje (Frankl 2014).

2.3.3. Smisel življenja

V logoterapiji je v ospredju poseben smisel življenja neke osebe v danem trenutku, saj se smisel življenja razlikuje od človeka do človeka, iz ure v uro, iz dneva v dan. Pri človeškem bivanju ne smemo iskati abstraktnega smisla v življenju, saj ima vsakdo svoje poslanstvo v življenju, da opravi nalogo, ki zahteva uresničitev. In ta naloga je edinstvena ravno toliko, kolikor priložnost, da jo udejanji. Logoterapija v odgovornosti vidi bistvo človeškega bivanja. Vsak človek mora smisel življenja najti sam (Frankl 1993).

Logoterapevti so mnjenja, da obstaja smisel življenja, torej smisel, ki ga človek išče že ves čas. In vsak se mora svobodno lotiti izpolnjevanja tega smisla. Pri logoterapiji najdemo smisel življenja v smeri vrednot ustvarjanja, vrednot doživljanja in vrednot stališč.

Logoterapija ni poučevanje ne pridiganje. Logoterapevtova vloga je v prispodobi bolj podobna vlogi okulista kot slikarja, saj nam slednji poskuša posredovati svojo podobo sveta, okulist pa nam poskuša omogočiti, da vidimo svet, kakršen je v resnici. Torej lahko trdimo, da logoterapevt širi in večja pacientovo vidno polje, tako da se začne pacient zavedati spektra smisla in vrednot in ga tako vidi (Frankl 1994).

2.4 LOGOTERAPEVTSKE TEHNIKE

Pacient, ki vidi oz. je ujet v bivanjski obup in ne vidi smisla v svojem življenju, potrebuje logoterapijo, saj je v primeru noogene nevroze logoterapija primerna terapija oziroma pomoč.

Viktor E. Frankl je utemeljil naslednji logoterapevtski tehniki:

- derefleksija ali namerna nepozornost,
- paradokсна intencija ali nasprotna namera.

2.4.1 Derefleksija oz. namerna nepozornost

Je nasprotje pretirane pozornosti v logoterapiji. Derefleksija se imenuje tudi namerna nepozornost in temelji na edinstveni lastnosti človekovega bivanja, in sicer na človekovi zmožnosti samopreseganja oziroma preseganja samega sebe. Uporablja pa se za zdravljenje spolnih in spalnih motenj. Pri namerni nepozornosti usmerjamo pozornost pacientov v pozitivne vsebine njegovega življenja. Tako pozabi na svoj simptom in ta zaradi nepozornosti izgine.

Lahko rečemo, da zdravilni učinek temelji na okrepljenem preseganju samega sebe. Frankl je namerno nepozornost razvil kot individualno terapevtsko metodo za zdravljenje že prej omenjenih motenj. Lukasova pa jo je kasneje izpopolnila in razširila v skupinsko terapijo zaradi zmanjševanja črnogledosti, egocentričnosti in samopomilovanja (Lesar 2002).

2.4.2 Paradokсна intencija oz. nasprotna namera

Paradokсна intencija ali nasprotna namera služi za terapijo pacientov pri tesnobnih in prisilnih nevrozah. Frankl je opazil, da lahko strah povzroči ravno tisto, česar se bojimo oziroma o čemer preveč razmišljamo. Pacienta spodbujamo, naj počne ali si želi, da bi se zgodilo ravno tisto, česar se boji. Tukaj si lahko pomagamo s humorjem, kjer se pacient nauči smejati se lastnim bojaznim. Z nasprotno namero prekinemo začarani krog strahu oz. bojazni, tako da si sami želimo priklicati predmet bojazni.

Izsiljena namera onemogoči realizacijo močne želje. Strah oz. bojazen tako zamenja t. i. zdravilna želja. Letta ni mišljena dokončno in resno, bolj pomembno je, da jo gojimo vsaj nekaj trenutkov. Torej tukaj uporabimo humor, s katerim se pacient sam sebi smeji in se tako oddalji od svojega strahu oziroma nevroze. Duhovno v človeku se oddalji od duševnega. Logoterapija je prava personalistična psihoterapija, kadar se ne obrača samo na simptom, ampak poskuša doseči spremembo odnosa do simptoma (Lesar 2002).

3 PRENOS LOGOTERAPIJE V VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNI SISTEM

Kot pravi Blanka Z. Hirsch (1995), lahko logoterapijo prenesemo tudi v vzgojno izobraževalni sistem, saj gre za metodo, ki ni zgolj teoretična, temveč tudi praktična. Usmerjena je k dejanjem in dovoljuje udeležencem, da prevzamejo odgovornost za svoja dejanja. Preneseno v vrtec otrokom omogoča, da delajo napake, spoznavajo posledice le-teh in jih popravljajo, saj se bodo le tako naučili, kako ravnati

primerneje v dani situaciji, kar jim bo kasneje v življenju koristilo. Otroci bi morali poznati posledice svojih dejanj, če se želijo česa naučiti.

Če želimo logoterapijo prenesti v vrtec, je nujno, da je vzgojitelj sposoben upoštevati dejstvo, da je vsak posameznik drugačen in da je le usmerjenost posameznika k ciljem, ki so zanj pomembni, smiselna. Vzgojitelj bi moral pomagati posameznemu otroku pri iskanju teh ciljev in mu omogočiti, da razvija samostojno, ustvarjalno in zanj smiselno pot, ki ga bo pripeljala do želenih ciljev. Predvsem je pomembno, da se otroci zavedajo svoje edinstvenosti in da vzgojitelji spodbujajo njihova močna področja in se ne osredotočajo na tista, ki bi jih le s težavo dosegli ali pa tudi nikoli.

V nadaljevanju bom izpostavila tri faktorje, ki se mi zdijo ključnega pomena pri izvajanju logoterapije v vrtcu. Prvi je vzgojitelj, ki predstavlja vzor in načrtovalca dejavnosti v skupini, drugi je gibanje, ki predstavlja pomembno področje v vrtcu in vključuje vsa ostala področja kurikuluma, in tretji je narava, ki predstavlja prostor, kjer se najlažje izvajajo gibalne dejavnosti, hkrati pa služi kot pomoč pri razvijanju spoštovanja in drugih vrednot.

3.1 VZGOJITELJ JE VZOR

Okolje bistveno vpliva na otroka in zato je vzgojitelj s svojim odnosom odgovoren za to, kako se bo otrok oblikoval in kakšen bo njegov odnos do samega sebe in okolice. Kot pravi Giesecke (v Bajželj in Kranjčan 2008, 56): »Vprašanje odnosa je jedro poklicne samoumevnosti, saj mora biti vse, kar bo pedagoško narejeno, preneseno prav preko tega odnosa.«

Neutemeljeno je od otrok pričakovati spoštljivo in odgovorno vedenje, če tega nismo sposobni sami. Kdor ni sposoben samoevalvacije in sprejetja kritike na račun svojega dela, z otroki ne bi smel delati, saj tako ponavlja iste napake in stagnira. Vrtčevski otroci predstavljajo specifično publiko, ki še ni sposobna nastaviti ogledala vzgojitelju, kar lahko privede do tega, da vzgojitelj več let, vedoč ali ne, ponavlja iste napake. Zato bi bilo na mestu, da bi tandem vzgojiteljev v skupini vzpostavljala iskreno komunikacijo, si zaupal ter nastavljal ogledalo drug drugemu. Vrednota, ki bi morala biti lastna vsakemu pedagogu, je pristen in spoštljiv odnos do vseh otrok v skupini.

Pedagog mora ves čas iskati poti, kako uravnotežiti bližino in distanco do otrok, da ne bi izgubil svoje profesionalnosti. Kleinert (2007 v Bajželj in Kranjčan 2008) našteva pomembne elemente, ki bi jih moral vsebovati vsak pedagoški proces:

- pristnost – brez pretvarjanja,
- vživljanje – občutljivost do otroka,
- sočutje – resničen občutek razumevanja in skrbi in hkrati primerna distanca,
- sprejemanje – zavedanje enkratnosti človeka.

3.2 POMEN GIBALNIH SPODBUD ZA CELOSTNI RAZVOJ OD ENAJSTEGA MESECA DALJE

Pozornost bom usmerila v obdobje od enajstega meseca dalje, ko se otrok že lahko vključi v vzgojno-izobraževalni sistem. Če upoštevamo, da je logoterapija usmerjena v voljo do smisla, je najbolj smiselno, da pri predšolskih otrocih namenimo največ pozornosti gibalnim spodbudam, ki jim v tem obdobju predstavljajo največje izzive in spodbujajo zaupanje v lastno telo, doseganje ciljev pa omogoča krepitev volje in veselja do gibanja.

Otrok v tem obdobju potrebuje primerne dejavnosti, ki omogočajo razvoj v cefalo-kavdalni smeri, tj. od glave do nog, nadalje gre razvoj v proksi-modistalni smeri, tj. od centra telesa navzven. Takrat morajo biti dejavnosti že kompleksnejše, kar pomeni predvsem vpeljevanje aktivnosti, ki vključujejo manipulacijo z različnim predmeti. Če so dejavnosti prezahtevne, premalo zahtevne ali nezanimive, pri otroku ne dosežemo pozitivnih učinkov. Poleg smiselnosti in postopnosti je potrebno upoštevati tudi individualne razlike posameznega otroka in ga spodbujati ter pohvaliti, ko je to smiselno. Predvsem pa mora biti gibalna dejavnost za otroke zanimiva in ponavljajoča, da si lahko gibalne vzorce trajno zapomnijo in jih ozavestijo.

V gibalne dejavnosti lahko vpeljemo vsa področja kurikulumu in otroke tako spontano učimo snovi iz področja matematike, družbe, umetnosti, jezika in narave. Poleg naštetega pa je potrebno vedeti, da ima pomanjkanje spodbud različne posledice na razvoj otroka, kot so težave na osebnostnem področju in na področju socializacije (Zalokar Divjak 1998, 23).

Skozi gibanje se krepí zdravje, socialne veščine – saj morajo otroci sodelovati s sovrstniki –, volja in vztrajnost, spoznavanje pravil in posledice, ki nastanejo ob neupoštevanju le-teh. Otrok preko gibanja spozna občutek utrujenosti in ga postopoma udomači ter s pomočjo izkušenj ugotavlja, da lahko le preko truda prideš do želenih rezultatov, kar se pozneje prenese tudi na kognitivne in konativne izzive, s katerimi se srečuje otrok v šoli.

3.3 NARAVA KOT UČITELJICA ŽIVLJENJA

Če želimo naravo približati otrokom in v njih vzbuditi pozornost, občudovanje in zanimanje, moramo biti tudi sami do nje pozorni, jo občudovati in se zanjo zanimati. Kot pravi Zalokar Divjak (1998): »Otroke je potrebno za naravo najprej navdušiti, potem jih bo sama pritegnila«.

Če želimo naravo občutiti in jo zares doživeti, je potrebno, da jo znamo videti. Tega se otroci lahko naučijo le tako, da so v naravi čim pogosteje, najbolje bi bilo, da bi se to odvijalo na vsakodnevni ravni ob vsakem vremenu. Tako bi otroci spoznali prijetnosti

in neprijetnosti, ki jih prinese narava oziroma življenje. Le preko narave lahko otroci dobijo življenjske izkušnje in spoznajo vremenske pojave, rastline in živali. Nesmiselno je namreč otrokom posredovati znanje o naravi v zaprtem prostoru, če pa lahko dobi izkušnje neposredno v naravi.

»Logoterapija poudarja, da so doživljajske vrednote sestavni in nujni del življenja posameznika, saj je za njihovo uresničevanje odločilna človekova zmožnost za:

- ljubezen,
- doživljanje narave,
- kulture,
- umetnosti,
- samega sebe in
- sočloveka« (Lukas 1986 v Zalokar Divjak 1998).

Danes so otroci zaradi pretiranega bombardiranja z informacijami otopeli za doživljanje lepega in prikrasani mirnega in tihega otroštva, ki bi jim omogočilo, da bi vzpostavili stik s svojim notranjim jazom in spoznavali, kaj jih zares veseli in kaj želijo početi v življenju.

4 PRENOS LOGOTERAPIJE V VRTEC

V nadaljevanju bom predstavila projekt Gozdni vrtec, katerega cilji sovpadajo s cilji logoterapije. Te cilji so: zmožnost za doživljanje narave, kulture, umetnosti, samega sebe in sočloveka. Nadalje bodo predstavljene načrtovane in spontane dejavnosti, ki so bile izvedene v vrtcu Mehurčki v sklopu projekta Gozdni Mehurčki. Te dejavnosti so bile izvedene v različnih naravnih okoljih. Dejavnosti so prikazane besedno in preko fotografij. Na koncu pa je z metodo opazovanja podana evalvacija teh dejavnosti s poudarkom na doseženih ciljih. Namen praktičnega dela je predstaviti projekt Gozdni vrtec in dejavnosti, ki se jih izvaja v sklopu tega projekta. Cilj tega projekta je prenesti dejavnosti v naravo in omogočiti otrokom, da se izražajo ustvarjalno, imajo možnost krepiti socialne veščine, spoznati sebe in naravo. Narava se je izkazala kot odličen prostor za popestritev vsakodnevnih aktivnosti, ki so v igralnicah mnogokrat nezanimive. Cilji projekta Gozdni vrtec lahko sovpadajo s cilji logoterapije, saj imata tako en kot drug za cilj voljo do smisla.

5 OPIS PROJEKTA GOZDNI VRTEC

Mreža gozdnih vrtcev in šol Slovenije je nastala in se razvija s pomočjo vrtcev in šol, Inštituta za gozdno pedagogiko, v sklopu inovacijskih projektov tudi Zavoda RS za šolstvo in vseh ostalih, ki zau-pajo v to delo (Györek 2013).

Cilji gozdnega vrtca (Györek 2013):

- *razvijanje naravoslovnih metod dela s poudarkom na spoznavanju in promociji slovenskih gozdov in trajnostnega gospodarjenja z*

željo približati naravoslovje in znanstveno raziskovalne dejavnosti otrokom in mladini,

- *gozd kot učilnica in vir idej za vse predmete oziroma področja kurikula, pri tem razmišljamo o različnih didaktičnih pristopih, kjer težimo k razvoju aktivnih in sodobnih učnih metod v naravi in z naravo,*
- *tretje področje, ki nas zanima, pa je, kakšen je vpliv narave na zdravje in razvoj otrok ter njihovih vrednot.*

Otroci v gozdu ne krepijo samo znanj s področja narave, matematike, slovenščine, ampak vsak otrok na najboljši možni način razvija svoje individualne sposobnosti, celoten razred se razvija kot skupina, krepi pa se tudi socialna mreža. Nemir, nepozornost, občutek utesnjenosti, stres, tekmovalnost, pomanjkanje samozavesti, ki jih pri naših otrocih opažajo pedagoški delavci, se v naravi umaknejo ustvarjalnemu navdihu in sodelovanju (prav tam).

6.1 GOZDNI MEHURČKI

Projekt Gozdni mehurčki se v našem vrtcu odvija že nekaj let in je med vzgojitelji zelo priljubljen. Gre za projekt, ki ga lahko vključujemo v vsakodnevno življenje v vrtcu, saj imamo v bližini lahko dostopne gozdove, kamor radi zahajajo vse starostne skupine otrok našega vrtca (najmlajši kar z vozički).

Izkazalo se je, da radi hodimo v gozd, vendar nam manjka idej in teoretičnega znanja gozdne pedagogike, zato smo se odločili, da bi se razvijali v tej smeri. Projekt spodbuja profesionalno in osebno rast vzgojitelja. Omogoča nam, da delamo izven varnega okolja igralnice in igrišča, ter nas prisili, da gremo ven iz svoje cone udobja ter se prilagodimo delu v naravi. To pomeni, da smo se primorani znajti v naravnem okolju, s sredstvi in z vsemi nepredvidljivostmi, ki jih gozd prinaša s seboj (vremenske razmere, živali, nesreče ...).

Tovrsten načina dela omogoča, da spoznavamo otroke izven formalnih prostorov. Daje nam priložnost, da opazujemo skupinsko dinamiko in delo z OPP izven prostorov vrtca ter opazujemo otroke pri prosti igri v gozdu.

Narava nas uči, kako prisluhniti svojim potrebam in potrebam otrok v naravnem okolju in omogoča opazovanje sebe v odnosu do otrok in gozda. Kot lahko vidimo, so cilji projekta gozdni Mehurčki raznoliki in obsežni. Omogočajo drugačen pogled na delo z otroki, hkrati pa zajemajo vseh šest področij kurikuluma: družbo, matematiko, gibanje, jezik, naravo in umetnost.

6.2 SPONTANE DEJAVNOSTI V OKVIRU PROJEKTA GOZDNI VRTEC

Z otroki se večkrat odpravimo v gozd, kjer jih pre-



Hoja po hribu navzgor (spontana igra otrok)

pustimo njihovi lastni kreativnosti in jim dovolimo, da se igrajo spontano in uporabljajo le tista sredstva, ki jih najdejo v naravi. Prvi predmeti, ki jih po navadi pograbijo, ko pridemo v gozd, so palice, ki jih uporabijo za različne namene: kot ribiško palico, veslo, lok, metlo, sabljo, nož, meč,



Pometanje tal

žago ... Poleg palic jih pritegnejo tudi velika debla, ki ležijo na tleh in po katerih zelo radi hodijo, skačejo, jih uporabijo kot klop, ladjo, avtomobil ali pa si naredijo ognjišče. Radi se igrajo tudi z odpadlim listjem, ki ga pometajo, kup pa uporabijo za ležanje ali pa se mečejo po njem. Tudi debela živih dreves otroke vabijo, da jih objemajo, se jih dotikajo, raziskujejo ali pa predstavljajo trdega nasprotnika pri merjenju moči. Če je v gozdu blato, se radi sprehajajo po njem, saj je mehko, prav tako jih pritegnejo tudi luže, čez katere skačejo ali pa v njih opazujejo življenje.

6.3 USMERJENE DEJAVNOSTI V OKVIRU PROJEKTA GOZDNI VRTEC

Zgodi se, da dejavnosti, ki bi jih po navadi izvedli v igralnici, prenesemo v gozd. Največkrat gre za branje pravljic, rajalne in socialne igre. Izvajamo pa tudi dejavnosti, ki jih v igralnici ne bi mogli: plezamo po hribčku iz zemlje, opazujemo gore s pomočjo daljnogleda, pobiramo odpadke, s pomočjo lupe si približamo mikroskopski svet žuželk, tečemo, iščemo gusarski zaklad, razvijamo gibalne vzorce, spoznavamo rastline in okolico, praznujemo rojstne dneve in podobno.

6.4 PRIMERI USMERJENIH DEJAVNOSTI, KI SLEDIJO CILJEM LOGOTERAPIJE

TIHI SPREHOD K POTOČKU

CILJI:

- doživljanje narave (opazovanje vode in zaznavanje vodnih zvokov),
- doživljanje samega sebe in sočloveka.

IZVEDBA: Otroci se razporedijo v pare in se v tišini sprehodijo k potočku ali reki, poslušajo žuborenje vode in so sami s svojimi mislimi.

ČAS: 15 minut

ČE BI BIL ŽIVAL, BI LAHKO ...

CILJI:

- spoznavanje lastnih in tujih značajskih in telesnih sposobnosti,
- spoznavanje podobnosti med lastnostmi ljudi in živali,
- pridobivanje zanimanja za živalski svet,
- razvijanje domišljije.

IZVEDBA: Otroci se za en dan spremenijo v katerokoli žival. Izberejo lahko samo eno vrsto živali, ki jih bodisi dobro predstavlja bodisi jim zelo veliko pomeni. Otroke h kreativnosti spodbudimo z lastnim primerom živali, ki jim je zelo pri srcu. Vsak pri sebi razmisli, katero žival bo izbral in zakaj. Svojo izbrano žival in razlog za njeno izbiro vsak predstavi skupini.

ČAS: 20 minut

6.5 EVALVACIJA

Preko projekta Gozdni vrtec, ki nas je »prisilil«, da otroke čim večkrat (vsaj dvakrat mesečno) peljemo v gozd in druga naravna okolja, smo ugotovili, da je pomembno, da smo v gozdu z otroki sproščeni in spontani. Otroci so nam sami pokazali ideje za igro in sami vprašali za informacije o gozdu.

Velikokrat se je izkazalo, da je potrebno iti v gozd tudi po dobro voljo in umirjenost, ki je v igralnici nismo mogli vzpostaviti. Vsakič smo se vrnili iz gozda bolj umirjeni, dobrovoljni, prijetno utrujeni in predvsem manj agresivni. Opazilo se je namreč, da so otroci pred prihodom v gozd med seboj fizično obračunavali v igralnici, kar se je včasih nadaljevalo tudi v gozdu s pomočjo palic, vendar so se po določenem času naveličali in se v parih ali skupinah skupaj odpravili raziskovati gozd. Tudi glasnega vpitja, ki velikokrat povzroča nemir



Praznovanje rojstnega dne v gozdu (na sredini je torta iz vejic)

v igralnici, ni bilo zaslutiti, saj so bili otroci ves čas zaposleni in se niso niti malo dolgočasil ali spraševali po tem, kdaj gremo nazaj v vrtec.

Ko sem jih spraševala, kje jim je ljubše – igralnica ali gozd, so v veliki večini odgovorili, da gozd. Predvsem so si zapomnili gibalne dejavnosti, ki so si jih kreirali sami. V vrtec pa nismo odnašali le vtisov iz gozda, saj smo s seboj odnesli tudi kakšen list, vejico ali plodove, iz katerih so otroci naredili izdelke, ki so jih odnesli domov. Otroci si namreč velikokrat radi vzamejo kaj iz gozda, kar se jim zdi uporabno, in ta predmet uporabijo doma.

Ob vstopu v gozd jih vzgojitelji opomnimo, naj prisluhnejo ptičjemu petju, vetru, potoku in drugim glasovom narave, s čimer jih preusmerimo v poslušanje in utišamo glasno govorjenje ter kričanje. S tem krepimo čuječnost in se povežemo s sabo, da začutimo notranji mir, ki nam danes bolj kot kadarkoli pomaga premagovati stres.

Gozdni vrtec se je izkazal kot primer dobre prakse, saj so dejavnosti tako pri vzgojiteljih kot pri otrocih priljubljene, izkazal pa se je kot dober pripomoček za spodbujanje pozitivne klime v oddelku. Otroci v gozdu radi sodelujejo med seboj in niso tekmovalni, tako kot se to dogaja v igralnici, kjer imajo na voljo omejeno število igrac in se zanje prerekajo. Prav tako so bolj svobodni, ustvarjalni in se ne dolgočasiyo. Dokaz za to je njihov interes pred odhodom v gozd, nejevolja, ko se vračamo v vrtec, in spontano pripovedovanje o dogodkih v gozdu ter načrtovanje naslednjih podvigov.

7 ZAKLJUČEK

Logoterapija je terapevtska metoda, ki ne ponuja kvantitativnih podatkov, ker izhaja iz človeka kot duhovnega bitja, zato tudi statistične meritve na področju apliciranja logoterapije v vrtcu niso smiselne. Zato sem se usmerila v kvalitativno predstavitev podatkov s pomočjo metode opazovanja otrok. Menim, da lahko preko projekta Gozdni vrtec apliciramo logoterapijo v vrtcu in tako uresničujemo glavne cilje logoterapije: doživljanje narave in razvijanje pozitivnega odnosa do nje, svobodna volja, volja do smisla, občutek za doživljanje sebe in drugih ter razvijanje domišljije in posledično spodbujanje umetnostnega izražanja.

Najpomembnejši skupni cilj obeh je doživljanje narave. Ko otrokom omogočimo igro v naravi in jih prepustimo domišljiji in svobodni volji pri ustvarjanju, lahko naravo doživljajo v vsej svoji veličini.

S pomočjo proste igre, ki za otroke predstavlja najvišji smisel in glavno zaposlitev v predšolskem obdobju, sledimo drugemu najpomembnejšemu cilju, ki ga zagovarja logoterapija, to je volja do

smisla. Torej, če otrok pokaže interes za igro in jo nadgrajuje in v njej vidno uživa, lahko brez pomisleka trdim, da v njej vidi smisel. Zanj smisel življenja predstavlja druženje z vrstniki in ustvarjalna oziroma doživljajska igra, ki mu omogoča razvijanje kognitivnih, socialnih in gibalnih spretnosti.

S pomočjo igre v gozdu otroci med seboj sodelujejo in tako razvijajo spoštljiv odnos eden do drugega, saj se v dani situaciji sami ne bi tako dobro znašli oz. bi potrebovali pomoč ostalih, če bi želeli doseči večji cilj, npr. postavitve ognjišča, prenašanje hlodov, skrivanje za drevesi ... S tem ko pobližje spoznavajo naravo, jo raziskujejo in spoznavajo (npr. čuvanje cvetlic, ker omogočajo čebelar, da nabirajo cvetni prah) ter razvijajo spoštljiv odnos do nje. Takšni posamezniki bodo v prihodnje do narave bolj skrbni in pozorni.

Ne smemo zanemariti naslednjega pomembnega cilja logoterapije: spoštljivega odnosa do sebe. Ta omogoča dobro počutje posameznika in ustvarja prijetne odnose z drugimi. Spoštljiv odnos do sebe gradimo predvsem preko dejavnosti, ki spodbujajo čuječnost. Gre za minute tišine v naravi in opazovanje svojega dožemanja okolice in prepoznavanje svojih čustev ob tem.

Preko medsebojnih odnosov in doživljanja stvarnosti takšne, kot je, ustvarjamo doživljajske vrednote, ki so, tako logoterapija, sestavni in nujni del življenja posameznika.

LITERATURA

- Bajželj, B. in Kranjčan, M. (2008): Odnos – osnova za socialnopedagoško delo. V: Kranjčan M. (ur.), Zorc Maver, D. (ur.) in Bajželj, B. (ur.) *Socialna pedagogika – med teorijo in prakso* (str. 55-70). Ljubljana: Pedagoška fakulteta. Str. 55-70.
- Frankl, V. E. (1983): *Psiholog v taborišču smrti*. Celje: Mohorjeva družba.
- Frankl, V. E. (1992): *Kljub vsemu rečem življenju da*. Celje: Mohorjeva družba.
- Frankl, V. E. (1994): *Volja do smisla: osnove in raba logoterapije*. Celje: Mohorjeva družba.
- Frankl, V. E. (1994): *Zdravnik in duša: osnove logoterapije in bivanjske analize*. Celje: Mohorjeva družba.
- Györek, N. (2013): Mreža gozdnih vrtcev in šol: *Predstavitev*. Kamnik: Inštitut za gozdno pedagogiko. Dostopno na <http://www.gozdnicvrtec.si/sl/>, 29.7.2020.
- Hirsch Z., B. (1995): The application of logotherapy in education. V: *The International Forum for Logotherapy*, 1995, 18. Str. 32-36. Dostopno na http://www.otsmot.com/images/articles/application_of_logotherapy_education.pdf, 29.7.2020.
- Lesar, I. (2002): *Med iskanjem in izbiro smisla: vpliv Franklove teorije smisla na vzgojno teorijo in prakso*. Ljubljana: Inštitut za psihologijo osebnosti.
- Lukas, E. (2001): *Tudi tvoje trpljenje ima smisel: logoterapevtska tolažba v krizi*. Celje: Mohorjeva družba.
- Trstenjak, A.; Ramovš, J. (1994): *Strokovni izrazi v logoterapiji*. Celje: Mohorjeva družba.
- Zalokar Divjak Z. (1998): *Vzgoja za smisel življenja*. Ljubljana, Educy.