

zajtrkujejo, da dnevno pijejo sladkane pijače, da večerjajo s starši, da gledajo televizijo 2 uri ali več med tednom in pri tedenskem kajenju (razen pri 15-letnikih, kjer smo na 18. mestu).

Ugodni in manj ugodni rezultati glede na mednarodne primerjave in trende

Slovenski mladostniki so v primerjavi z njihovimi vrstniki manj pogosto na dieti, manj pogosto gledajo televizijo 2 uri ali več med tednom, manj pogosto uživajo sladkane pijače dnevno in doživljajo manj pogosto več psihosomatskih simptomov. Pri vseh omenjenih kazalnikih so tudi ugodni trendi, razen pri psihosomatskih simptomih, kjer deleži od leta 2002 do 2014 naraščajo.

Manj ugodni rezultati glede na mednarodne primerjave in trende

Manj ugodni rezultati glede na mednarodne primerjave in trende so pri obremenjenosti ali stresu zaradi šole, saj so slovenski mladostniki v primerjavi z njihovimi vrstniki bolj pogosto pod stresom, šola jim je manj všeč in so tudi visoko glede debelosti, izračunane glede na težo in višino, o kateri so sami poročali. Rezultati in ugotovitve raziskave so lahko v pomoč in izziv vsem, ki delajo z otroki in mladostniki. ■

Literatura

Jeriček Klanšček, Helena; Koprivnikar, Helena; Drev, Andreja; Pucelj, Vesna; Zupanič, Tina; Britovšek, Karmen (2015): *Z zdravjem povezana vedenja v šolskem obdobju med mladostniki v Sloveniji. Izsledki mednarodne raziskave HBSC, 2014*. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje. Spletna stran: <http://www.nijz.si/sl/publikacije/z-zdravjem-povezano-vedenje-v-solskem-obdobju-med-mladostniki-v-sloveniji-hbhc-2014>.

Growing up unequal: gender and socioeconomic differences in young people's health and well-being. Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) study: international report from the 2013/2014 survey. Copenhagen: WHO, 2016. Spletna stran: <http://www.euro.who.int/en/hbhc-report-2016>.

Zdravje učencev in vzgojni načrt

 Silvo Šinkovec

Pedagoška fakulteta v Kopru je marca 2016 pripravila okroglo mizo in jo posvetila razmisleku o tem, kaj raziskava Z zdravjem povezana vedenja v šolskem obdobju med mladostniki v Sloveniji (HBSC) 2014 pove o mladih, kajti če poznamo potrebe mladih, lažje načrtujemo vzgojno delo. Leta 2008 smo v 38. številki Vzgoje komentirali takratno raziskavo. Letos smo se odločili, da žarišče posvetimo branju podatkov iz raziskave HBSC v kontekstu vzgojnih načrtov. Marsikatera osnovna šola prenavlja svoj vzgojni načrt, zato ti podatki lahko vplivajo na načrtovane vzgojne dejavnosti.

Načrtno vzgojno delo

O d leta 2008 imamo v osnovnih šolah vzgojni načrt. "Država je v osnovne šole uvedla vzgojni načrt, da bi preko načrtovanega in usklajenega dela lažje dosegali deklarativne cilje, ki so zapisani v zakonodaji," je v Vzgoji zapisala Mojca Škrinjar (2007). In kakšni so rezultati načrtovanega vzgojnega dela? Iz raziskave, v kateri so bila intervjuvana vodstva 30 šol (Šinkovec, 2016), razberemo, da velika večina šol (28 ali 93 %) poroča, da je "vzgojni načrt uporaben dokument". Izmed teh nekatere šole pravijo, da je vzgojni načrt živ dokument (53,6 % šol), da je postavil okvir vzgojnemu delu in pomeni orientacijo za vzgojno delo (53,6 % šol) ter da vpliva na življenje v šoli (92,8 % šol). Vzgojni načrt je prinesel spremembo

v vzgojni filozofiji šole (86,7 %), spremembe v vzgojnem delu učiteljev (93,3 %), spremembe pri učencih (90 %), spremembe v odnosu med šolo in starši (43,3 %). Lahko rečemo, da načrtovano in usklajeno vzgojno delo prinaša rezultate.

Pomen vzgojnih konceptov

Za dober vzgojni načrt je treba imeti tudi dober vzgojni koncept. Vodstva šol pravijo, da vzgojni koncepti vplivajo na oblikovanje vzgojne filozofije (46,7 %), izbor vrednot (63,3 %) in izbor vzgojnih dejavnosti (26,7 %). Ker osnovne šole večinoma nimajo zapisanega vzgojnega koncepta, navadno gradijo svoj vzgojni načrt na nepisanem vzgojnem konceptu. Precej šol si pomaga z različnimi projekti. Med šolami, ki smo jih raziskovali, je 66,7 % ekošol, 60 % zdravih šol, 36,7 % kulturnih šol, 20 % Unescovih šol, 20 % športnih šol in 6,7 % Glasserjevih šol. Polovica šol te projekte uporablja tudi kot svoje pedagoške koncepte; druga polovica jih uporablja le kot projekte za načrtovanje dejavnosti. Ti projekti so povečini res le projekti in jih je težko uporabljati kot pedagoške modele, zato bi morala pedagoška stroka razvijati uporabne pedagoške koncepte, ki bi podpirali vzgojno delo osnovnih šol, ki se razvija z vzgojnimi načrti.

Dober vzgojni koncept omogoča tudi oblikovanje enotne vzgojne filozofije učiteljske zbornice in oblikovanje kriterijev za evalvacijo doseženih ciljev. V okvir vzgojne filozofije sodijo tudi vrednote, ki so pomemben del motivacijskega sistema, saj postanejo orientacijske točke (50 % šol) in vplivajo na izbor dejavnosti (66,7 % šol). Pri tem je pomembno, da šole

poleg potenčnih (23,86 %) in moralnih (65,41 %) vrednot izberejo tudi izpolnitvene vrednote, ki omogočajo razmislek o tem, kaj izpolni človekovo osebnost. Teh vrednot je v vzgojnih načrtih veliko premalo (3,75 %).

Izzivi za vzgojo: tvegano vedenje mladih

Iz omenjene raziskave smo izbrali nekatere podatke in jih umestili v šolo, ki ima 200 učencev. Tako izvemo, da npr. 160 učencev nikoli ni uživalo marihuane ali/in hašiša, a preberemo tudi to, da je 40 učencev to že poskusilo. Od teh jih 8 uživa konopljo več kot 30 dni; vsaj 20 učencev na šoli je marihuano ali hašiš uživalo zadnji mesec. Tako pravijo 15-letniki.

Podobno je s cigaretami: 116 učencev od 200 na šoli nikoli ni kadilo ali poskusilo kaditi, 34 jih je poskusilo kaditi že do svojega 13. leta, 50 učencev je poskusilo kaditi med 14. in 15. letom, sedaj jih 23 kadi vsak dan.

Le polovica učencev do 15. leta ni bila nikoli pijana (102 učenca od 200), 18 jih je bilo pijanih vsaj enkrat že do 13. leta, 80 se jih je prvič napilo med 14. in 15. letom. Zadnje leto je bilo od 200 učencev pijanih 34, zadnji mesec jih je bilo 16 pijanih enkrat ali večkrat.

Na vprašanje, ali so 15-letniki že imeli spolni odnos, jih je 20 % (40 učencev od 200) odgovorilo, da so že imeli spolni odnos. Od teh štiridesetih jih 5 pravi, da so imeli prvi spolni odnos do 13. leta, 9 do 14. leta in 24 do 15. leta. Če 12 % učencev (24 od 200), ki so že imeli spolni odnos, poroča, da so to izkušnjo imeli že do 13. leta, bi bil zelo potreben tudi podatek o spolnih zlorabah, česar pa iz pričujoče raziskave ne izvemo.

Samo 55 % učencev (to je v našem primeru 110) se v zadnjem letu ni poškodovalo, vsi drugi učenci so se v zadnjem letu poškodovali; več kot 20 % učencev (40 od 200) je zato manjkalo v šoli vsaj en dan, v povprečju je to 13 dni izostanka od pouka. 4,4 % učencev (9 od 200) ima glavobol vsak dan, več kot enkrat na teden 8,4 % učencev (17 od 200); skoraj vsak teden 9,7 % učencev (19 od 200) in enkrat na mesec 18,7 % učencev (37 od 200). To pome-



Foto: Marko Hrovat

ni, da ima resne težave z glavobolom več kot 40 % učencev (80 od 200).

Iz raziskave izvemo tudi, da je redno ali pogosto žalostnih 9,2 % učencev (18 od 200) in 8,1 % (16) se jih počuti osamljene. 15,5 % (31 od 200) jih je v zadnjem letu razmišljalo, da bi naredili samomor. 30 % petnajstletnic (60 od 200) ima težave z nespečnostjo, prav tako 17 % fantov iste starosti (34 od 200). Trend nespečnosti se je bistveno povečal v zadnjih 15 letih. Bistveno se povečuje odstotek predebelih fantov in deklet; pri fantih se giblje okrog 20

% (40 od 200), pri dekletih pa okrog 13 % (26 od 200). Večina učencev se čuti sprejete s strani sošolcev, tega pa ne čuti 7,7 % učencev (15 od 200). Skoraj 20 % učencev (40 od 200) svojim učiteljem ne zaupa, čeprav velika večina, tj. 82,3 % učencev (165 od 200), čuti, da jih učitelji sprejemajo takšne, kot so.

Glede družinske situacije izvemo, da 8,3 % učencev (npr. 17 od 200) toži, da starši z njimi nikoli ali skoraj nikoli ne ravnavo pravično; 42 % učencev (84 od 200) nima bratca ali sestrice; 4,9 % oz. 10 od 200 učencev nima stika z očetom,

ga ne poznajo ali je umrl; 27,9 % učencev (56 od 200) se z očetom težko ali zelo težko pogovarja, toda 67,2 % se z očetom lahko ali celo zelo lahko pogovarja. Z mamo se lahko ali zelo lahko pogovarja 84,6 % učencev (169 od 200), težko ali zelo težko pa 9,5 % učencev (19 od 200), 1,5 % učencev ne pozna mame, z njo nima stikov ali je umrla.

Pri pouku se ne more zbrati ali pa to stori zelo težko 16,6 % učencev (npr. 33 od 200). 14,8 % učencev (29 od 200) igra igrice na različnih elektronskih napravah več kot 3 ure v času šolskih dni. Ob koncih tedna, ko ni pouka, pa več kot 3 ure dnevno igra igrice na elektronskih medijih 24,9 % učencev (50 od 200), med njimi je 9,5 % učencev (to je 19) takih, ki igrajo več kot 5 ur na dan. Poleg tega ta sredstva uporablja več kot 3 ure na dan še več kot 33 % učencev (66 od 200) za druge namene (domače naloge, e-pošta ipd.). 33 % učencev (66 od 200) gre med vikendom spat po polnoči, več kot 10 % (20 od 200) po 2. uri zjutraj; podoben delež jih naslednji dan spi do 12. ure ali dlje.

Zdravje in celostni razvoj

Kaj lahko za zdravje svojih učencev naredi šola? Ko načrtuje vzgojno delo, lahko uporabi te podatke, da s svojim vzgojnim delom odgovori na potrebe učencev. Toda za dober vzgojni načrt šola potrebuje tudi jasen vzgojni koncept. Skrb za zdravje učencev se ne more osredotočiti samo na telo in telesne potrebe. Človeška oseba je celota, zato morajo uspešni pedagoški koncepti stremeti k celostnim vzgojnim rešitvam.

Poglejmo dva dokumenta. Šola, ki spodbuja celostni razvoj osebnosti, "prispeva k učenčevemu duševnemu in telesnemu razvoju, čustvovanju, smislu za lepoto, k osebni odgovornosti in duhovnim vrednotam" (Delors, 1996: 86). Zakon o osnovni šoli predvideva "spodbujanje skladnega telesnega, spoznavnega, čustvenega, moralnega, duhovnega in socialnega razvoja posameznika" (ZOŠ, 2007: 2. člen). Če povežemo oba dokumenta, dobimo sedem področij razvoja osebnosti: (1) telesni razvoj, (2) čustveni

razvoj, (3) spoznavni razvoj, (4) osebna odgovornost ali moralni razvoj, (5) socialni razvoj, (6) smisel za lepoto, (7) duhovni razvoj. Pri načrtovanju vzgoje upoštevamo razvoj vseh sedmih področij.

Da pa ne bi le naštevali, je pomembno upoštevati tudi jedro osebnosti, ki vsa področja povezuje med seboj. Z Aristotelom lahko rečemo, da je to srečen človek, z Gogalo, da je to notranje harmoničen človek, s Humphreysom, da gre za razvoj samospoštovanja, ki zajema vsa področja osebnosti, s Franklom pa, da gre za iskanje smisla, ki vsa področja osmisli in jim daje pomen. Torej, če želimo bistveno prispevati h krepitvi zdravja učencev, so podatki raziskave HBSC spodbuda pri načrtovanju vzgojnega dela, hkrati pa morajo šole razviti celovit pedagoški koncept, da bodo njihove dejavnosti usklajene in bodo res spodbujale celosten razvoj osebnosti, kajti celovit pogled na zdravje vključuje ravno spodbujanje celostnega razvoja osebnosti.

Zdrava šola kot vzgojni koncept?

Pedagoška zasnova zdrave šole vključuje pojem 'celostni pogled na zdravje', kajti ne gre samo za telo, ampak je telesno zdravje tesno povezano z vsemi drugimi področji osebnosti. Projekt zdrava šola ima dobro teoretično zasnovo in bi lahko postal eden od pedagoških modelov. Zamisel zdravih šol se je pojavila v 80. letih; podpirale so jo Svetovna zdravstvena organizacija (SZO), Evropska unija in Evropska komisija. Svetovni in evropski strokovnjaki vedo, da dobro zasnovani in načrtovani programi pomembno vplivajo na zdravje učencev.

Temeljne vrednote Evropske mreže zdravih šol so: (1) enakost (enaki standardi in dostop do zdravstvenih in izobraževalnih možnosti za vse učence), (2) stabilnost (zdravi in usposobljeni ljudje omogočajo stabilen razvoj družbe), (3) vključevanje vseh deležnikov, ki lahko kakorkoli pripomorejo h krepitvi zdravja na šoli, (4) opolnomočenje in akcijska kompetenca (urjenje veščin, oblikovanje stališč, razvijanje kritičnega odnosa do življenjskih problemov,

prepoznavanje situacij in iskanje strategij za njihovo razreševanje) ter (5) demokracija (pomen pravic in odgovornosti za lastna dejanja).

Vrednote kot orientacijske točke pomembno vplivajo na celotno vzgojno filozofijo. Zdrava šola si zato prizadeva razvijati zdrav način življenja. Vse, ki hodijo v šolo, spodbuja, da razvijajo zdravo življenje za telo (zdrava prehrana in gibanje) in duševnost (duševno zdravje), zdravo socialno mrežo (odnos med šolo, domom in širšo skupnostjo), skrb za zdrav odnos do okolja (izboljšanje šolskega okolja). Ker so učitelji pomembni skrbniki zdravega načina življenja, zdrava šola skrbi tudi za zdravje svojih učiteljev: oni in šolsko osebje so zgled zdravega vedenja. Za doseganje teh ciljev šola uporablja redni pouk, medpredmetno sodelovanje, ustvarjanje pozitivne šolske klime, šolsko prehrano, zdravstveno vzgojo in sodelovanje s specializiranimi službami. Celosten pogled na zdravje za vse vključene predstavlja zdravje na vseh področjih. Dober odnos do šole botruje boljšemu učnemu uspehu, kar daje učencem večjo notranjo trdnost, zato se manj tvegano vedejo. Vzgoja za zdrav življenjski slog spodbuja razvoj notranje motivacije.

Ob že postavljeni pedagoški zasnovi bi bilo treba razmisliti še o večji povezanosti med projektom zdrave šole in vzgojnim načrtom. Predvsem pa bi morali cel koncept zdrave šole dopolniti s splošnim smotrom spodbujanja celostnega razvoja osebnosti. ■

Literatura

Jeriček Klanšček, Helena; Koprivnikar, Helena; Drev, Andreja; Pucelj, Vesna; Zupanič, Tina; Britovšek, Karmen (2015): *Z zdravjem povezana vedenja v šolskem obdobju med mladostniki v Sloveniji. Izsledki mednarodne raziskave HBSC, 2014*. Ljubljana: Nacionalni inštitut za javno zdravje. Spletna stran: <http://www.nijz.si/sl/publikacije/z-zdravjem-povezano-vedenje-v-solskem-obdobju-med-mladostniki-v-sloveniji-hbhc-2014>.

Slovenska mreža zdravih šol. Pridobljeno 10. 5. 2016 s spletne strani: <http://www.nijz.si/sl/slovenska-mreza-zdravih-sol>.

Šinkovec, Silvo (2016): *Vzgojni načrt v vlogi spodbujanja celostnega razvoja osebnosti učencev. Doktorska disertacija*. Koper: UP PEF.

Škrinjar, Mojca (2007): Zakaj šola potrebuje vzgojni načrt? V: *Vzgoja*, letnik IX, št. 34, str. 3.