

UČITELJEVA PODPORA UČENCU V DUŠEVNI STISKI

Teachers Provide Support for Students with Mental Health Disorder

Letošnji letnik revije očitno začenjamo z najbolj zahtevnimi temami. Prejšnja dvojna številka je bila namenjena varnemu in spodbudnemu učnemu okolju ter preprečevanju medvrstniškega nasilja, tokrat pa posegamo še globlje: na področje čustvenih in duševnih stisk.

Da je teh vse več ali pa da jih vsaj hitreje prepoznavamo, ni več nobena skrivnost. Po eni strani se mladi srečujejo z vse večjimi pritiski družbe in pričakovanji okolja (v veliki meri izhajajočih iz razširjenosti in vpliva spletnih socialnih omrežij) ter z negotovimi družbenopolitičnimi in socialnimi izzivi, po drugi strani pa so ravno današnji mladi v zahodnih družbah hkrati že »proizvod« takšnih okoliščin in so zato toliko bolj občutljivi ter dovzetni za te vplive. Ni naključje, da poznavalec duševnih stisk mladih, J. Haidt, govori o »anksiozni generaciji«.

Prav on je skupaj s kolegico J. Twenge eden tistih, ki so prvi začeli opozarjati, da so mladi, rojeni ob koncu 20. stoletja oz. okrog leta 2000, veliko bolj ranljivi in manj odporni (rezi-lientni) na stresorje, s katerimi se v času odrasčanja nujno soočajo. Kot enega ključnih dejavnikov za to raziskovalca identificirata sodobne oblike starševanja (t. i. helikopterski vzgojni slog), ki ga zaznamujejo pretiran nadzor, izrazita vpletenost v vse vidike otrokovega življenja ter nezdrava mera poskušati zaščititi otroke pred izzivi realnega sveta. Na eni strani torej mnoge mlade oblikuje vzgoja, ki omogoča premalo svobodnega raziskovanja okolja, gibanja, druženja brez nadzora odraslih, lastne pobude in igre, na drugi strani pa njihovo odrasčanje močno zaznamuje privlačni svet digitalnih tehnologij in spletnih socialnih omrežij, ki dodatno slabi nekatere njihove socialne veščine, zmanjšuje

aktivno raziskovanje okolja ter spodbuja nenehne socialne primerjave z vrstniki na vseh področjih življenja. Nizka samopodoba, pomanjkanje samoiniciativnosti, nezaupanje v lastne zmožnosti in pretirana zaskrbljenost glede uspešnosti, videza in zaželenosti v očeh drugih tako niso nepričakovan izid, ki ga vse pogostejše spremljamo pri otrocih, mladostnikih in mladih odraslih.

Ista avtorja poročata tudi o povečanju števila samomorov in depresivnosti v ameriški družbi in v številnih drugih državah. Podatki v Evropi v nekaterih vidikih sicer kažejo nekoliko drugačno sliko. Zaradi boljše informiranosti, destigmatizacije duševnih težav in posledično večje občutljivosti za duševne stiske se veča tudi prepoznavnost. Tudi učitelji se tako soočajo z vedno več vprašanji, kaj lahko storijo, ko so v stiku z učenci v stiski. Kaj naj naredijo, česa pa ne? Kako naj vodijo pogovor, da bodo v učencu zbudili občutek zaupanja, ne pa občutek, da so samo radovedni ali celo vsiljivi? Katere besede naj izberejo, katerih pa naj se ogibajo? Kdaj se odzvati, kdaj ne? Kaj je njihova vloga, kje pa meje trčijo na šolsko svetovalno službo?

Na ta vprašanja odgovarjamo na dva načina. Na Zavodu RS za šolstvo smo na našem zavihku <https://www.zrss.si/stiki-s-prakso/aktualno/varno-spodbudno-ucno-okolje/> pripravili zbirko infografik, namenjenih učiteljem v pomoč pri podpiranju učencev v konkretnih duševnih stiskah (kot so npr. depresija, motnje hranjenja,

odvisnost od zaslonov, samomorilnost idr.), ki jih spremljajo kratki videokomentarji avtoric. Zbirko smo pripravili s strokovnjakinjami za duševno zdravje, ki imajo izkušnje pri delu z otroki tako pri šolskem svetovalnem kot pri svetovalno-terapevtskem in kliničnem delu. Namenjena je učiteljem oz. pedagoškim delavcem, da se lažje znajdejo v primerih, ko se srečajo z učencem s stiskami.

Nekaj najbolj aktualnih tem s tega področja, kot so motnje hranjenja in krizne situacije, pa podrobneje osvetljujemo v pričujoči številki revije. V njej obsežneje predstavljamo tudi splošna izhodišča za podporo otrokom v stiski in okvir za vodenje podpornega pogovora, ki lahko služi tudi pri pogovoru s starši. V upanju, da jih boste morali uporabljati čim manjkrat, a da vas bodo takrat, ko bo to potrebno, opogumila.

V dneh pred izidom te številke se je nenadoma in veliko prezgodaj poslovil dolgoletni sodelavec na ZRSS, dr. Branko Slivar. Brane je bil odličen strokovnjak in velik človek, meni osebno pa moder mentor in demokratični predstojnik, kolega z veliko začetnico! Zelo ga bomo pogrešali.

Hvaležni smo, da lahko v tej številki objavimo njegov zadnji članek.

*Dr. Zora Rutar Ilc,
odgovorna urednica
Zavod RS za šolstvo*