

Stiske dijakov v času epidemije skozi oči svetovalnih delavk



Jožica Hrovat, univ. dipl. soc. del., Šolski center Novo mesto

Namen znanstvenega in raziskovalnega članka je prispevati k večji prepoznavnosti problematike, s katero se srečujejo dijaki v času epidemije, ko je način izobraževanja in življenja drugačen od tega, ki so ga bili vajeni. Ugotovljeni rezultati raziskave kažejo, da je v času epidemije težje prepoznati in zaznati stiske dijakov. Močno se je razmahnil občutek anksioznosti in osamljenosti zaradi pomanjkanja socialnih stikov. Poglobila se je nemotiviranost za šolsko delo, predvsem pri dijakih, ki so že prej imeli učne težave. V času epidemije se pričakovanja dijakov do svetovalnih delavcev niso spremenila, so se pa povečala pričakovanja njihovih staršev.

Ključne besede: svetovalni delavec, dijak, pomoč, nasilje, usmerjanje, pogovor, svetovanje

Mladostništvo je težavno obdobje, ki mladostniku pri doživljanju samega sebe in ljudi iz okolja, del katerega je tudi on sam, ponuja številne izzive. Z nekaterimi se lažje sooča, pri soočanju z drugimi izzivi pa je težje. Svetovalna služba v srednješolskem izobraževanju opaža, da imajo mladostniki o sebi slabo samopodobo, kar še bolj doprinaša k temu, da se vse težje soočajo z izzivi.

V članku so zato predstavljene zakonitosti mladostnikov, kamor sodijo tudi dijaki. Predstavljene so težave, s katerimi se pogosto soočajo, s poudarkom na tistih, s katerimi zaradi nezmožnosti lastnega razreševanja poiščejo pomoč pri svetovalnih delavcih.

Prav tako je poudarjeno posebno obdobje, ki ga je prinesla epidemija. Le-ta je spremenila okoliščine doživljanja mladostnikov. Predstavljene so pogoste težave, ki so se pojavile v tem obdobju, in opažanja svetovalnih delavcev o pogostosti težav med dijaki ter njihovem iskanju pomoči v okviru svetovalnih služb.

Značilnosti mladostnika

Mladostništvo je zapleteno življenjsko obdobje. Mladostniki so mladi ljudje, ki se šolajo in so vključeni v različne izobraževalne sisteme. Zanje je pomembno, da se v skladu z njihovimi osebnostnimi značilnostmi odmikajo od varnega otroštva, ki pa pomeni tudi nesamostojnost, utesnjenost in polno sprememb. Odraslost, kamor stopajo, je zanje izziv. To obdobje jim prinaša tudi več svobode, česar se hkrati veselijo in bojijo. Mladostništvo je poslavljanje od znanega, varnega in udobnega, saj se mladostniki podajajo na pot, ki je neznana, mikavna, včasih polna strahov (Gostečnik 2000).

V obdobju mladostništva se spremembe dogajajo na telesnem, socialnem, čustvenem, moralnem, duhovnem in miselnem področju. Vse spremembe služijo dozorevanju mladega človeka iz otroka v odraslo samostojno osebo. Vsa področja razvoja se med seboj povezujejo in dopolnjujejo. Glavne naloge tega težavnega obdobja so vsekakor oblikovanje identitete, kar pomeni iskanje samega sebe, svoje vloge v družbi in vzpostavljanje socialnih kontaktov, pridobitev priznanega statusa, avtonomije, ustvarjanje temeljev za družino in pridobitev finančne neodvisnosti (Ule in Kuhar 2003). Obdobje mladostništva predstavlja obdobje, ko se prvič zgodi, da fizični razvoj, kognitivne sposobnosti in družbena pričakovanja sovpadajo ter mladim omogočijo oblikovanje identitete, da ustvarijo izvedljivo pot iz otroške identitete do njihove zrelosti (Marcia 1980).

Mladostnike lahko razvrstimo glede na tri osebnostne tipe (Caspi 2000 v Marjanovič Umek idr. 2004): na zadržan osebnostni tip, osebnosti tip z negativnim čustvovanjem in osebnosti tip s pozitivnim čustvovanjem. Zadržan osebnostni tip označujejo lastnosti visokega nadzora nad svojim vedenjem (previdno in zadržano vedenje), doslednega upoštevanja socialnih norm in izogibanja tveganju ter povzročanju škode drugim. Pri tipu osebnosti mladostnika z negativnim čustvovanjem opazimo, da je agresiven in odtujen, nagnjen je k tveganju, večkrat se vede nasprotno in ima nizek nadzor nad vedenjem. Tretji tip mladostnika pa je mladostnik s pozitivnim čustvovanjem. Tak mladostnik teži k dosežkom, primernemu nadzoru nad svojim vedenjem in optimističnemu pogledu na prihodnost.

Kateri tip osebnosti prevladuje pri mladostniku, pomembno vpliva na soočanje z vsakodnevnimi obremenitvami in stresnimi situacijami. V tem obdobju mladostnik postavi temelje za oblikova-

nje strategij obvladovanja problemskih situacij. Obvladovanje obremenitev in stresnih situacij je pri mladostniku zelo pomembno, saj mu omogoča, da ohranja ravnovesje, se zna sprostiti, umiriti in uspešno rešuje svoje težave.

Težave v mladostništvu

Mladostništvo je čas čustvene napetosti, vključevanja v družbo in ustvarjalnosti, predvsem pa čas, poln sprememb. Odrasli, ki vzgajamo svoje otroke, ali pa strokovni delavci, ki delamo z mladimi, se moramo zavedati, da so spremembe posledica sprememb v razvoju možganov. Spremeni se način pomnjenja, razmišljanja, osredotočenja, odločanja in ustvarjanja odnosov z drugimi. To znanje nam pomaga razumeti mladostnika, njegovo vedenje in čustvovanje. Le tako ga lahko podpremo, mu nudimo oporo in stabilnost na poti odrasčanja. Tako se lahko osvobodimo zmotnih prepričanj v zvezi z mladostništvom, in sicer da so mladostniki takšni zaradi podivjanih hormonov, da so nezreli, podivjani ter da se morajo v času odrasčanja popolnoma osamosvojiti od odraslih (Siegel 2014).

Mladi se v tem obdobju soočajo s številnimi razvojnimi nalogami, izzivi, vprašanji, težavami in stiskami. Vse to pa vodi v povečano občutljivost za doživljanje stresa, ki pomeni neravnovesje med dojemanjem obremenitev in med sposobnostjo obvladovanja situacije. Uspešna prilagoditev na stres vključuje načine, kako posamezniki obvladujejo svoja čustva, razmišljajo konstruktivno, uravnavajo in usmerjajo svoje vedenje, nadzorujejo avtonomno vznburjenje in delujejo na socialno in nesocialno okolje, da bi spremenili ali zmanjšali vire stresa (Kalebić 2006).

Preveč stresnih situacij ima lahko za mladostnika negativen vpliv na splošno zdravje. Težave se lahko pojavijo tako na nivoju telesnih simptomov, poveča pa se tudi nevarnost za razvoj čustvenih in vedenjskih težav. Psihična preobremenjenost se pogosto kaže na področju kognitivnega delovanja mladostnikov, predvsem v zmanjšani pozornosti, slabšem presojanju in v težavah pri sprejemanju odločitev (Dernovšek idr. 2006).

Mladostniki najpogosteje doživljajo vsakodnevne težave na področju, ki je vezano na njihove dosežke (učna uspešnost, izbira ustrezne šole, priložnosti na področju dela), na področju odnosov (odnosi znotraj družine, odnosi z vrstniki, prijatelji, partnerski odnosi) ter na področju, ki je vezano na družbeno vprašanja, kot so okolijske spremembe, revščina, brezposelnost, diskriminacije (Frydenberg 2008).

Izvor številnih medosebnih težav pa pri mladostnikih predstavlja tudi šolsko okolje. Šola je prostor, kjer preživijo veliko časa, zato le-ta pomembno vpliva na njihov razvoj, počutje in oblikovanje osebnostnih lastnosti. Je pa tudi prostor, kjer nastajajo problemi, razočaranja in osebne stiske. Stresorje predstavljajo odnosi s sošolci in učitelji, pritisk zaradi ocenjevanj in pridobivanja ocen, strah pred neuspehom, neizpolnitev lastnih pričakovanj in pričakovanj staršev, povečanja šolskih obveznosti, prenatrpan urnik, zahtevne učne vsebine, prilagajanje šolskemu okolju. V domačem okolju pa se srečujejo z nesoglasji s starši, vzgojnimi težavami in neurejenimi družinskimi razmerami (Kalebić Maglica 2006).



Pomembno vlogo pri prepoznavanju in premagovanju težav in stisk mladostnikov ima svetovalna delavka na šoli. S svetovalnim odnosom se vključuje v kompleksno reševanje pedagoških, psiholoških in socialnih vprašanj dijakov. Prizadeva si ustvariti optimalne pogoje za učinkovito izobraževanje dijakov, za njihovo strokovno in osebnostno rast ter razvoj poklicne poti.

Raziskava med strokovnimi delavci o stiskah v času epidemije

K spremljanju dijakov sodi tudi razreševanje njihovih problemov, s čimer se pozitivno doprinaša k boljšemu učnemu uspehu, počutju dijaka in kreptvi njegove samozavesti. V času epidemije, ko je veliko odvisno od dijakov samih, je dejstvo, da poiščejo pomoč svetovalnih delavcev, ki jim pomagajo s priporočili, kako nadaljevati v trenutku stiske, še toliko bolj pomembno.

Namen raziskave je podati opažanja, v kolikšni meri se svetovalni delavci srečujejo z dijaki, ki so v težavah, ki se v času epidemije še bolj razmahnejo ali na novo pojavijo.

V intervjuje smo vključili 4 strokovne delavke, ki svojo dejavnost opravljajo vsaj 3 leta. Z izbranimi sogovornicami smo opravili delno vodeni intervju na osnovi vnaprej pripravljenih vprašanj. Sogovornicam smo zastavljali enaka vprašanja, kar je omogočalo iskanje vzporednic med odgovori in primerljivost med njimi.

Intervju s strokovnimi delavkami

Intervjuvanka 1

Delo svetovalne delavke opravlja 11,5 let, s svetovanjem pa ima še 10 let dodatnih izkušenj. Dijaki se nanjo najpogosteje obrnejo zaradi učnih težav, osebnih stisk, družinskih in ekonomskih težav, pridobitev potrdila o vpisu, urejanja težav s šolsko malico, vzgojnih težav in vprašanj v zvezi z izobraževanjem. Svetovalna delavka opazuje, da v času pandemije ni več dijakov, ki bi poiskali pomoč. Meni, da je veliko teh težav zdaj prikritih in jih ne moremo prepoznati. Svetovalna delavka opazuje, da so se zaradi epidemije pojavile dodatne težave, kot so nemotiviranost in naveličanost zaradi dolgo trajajočega izobraževanja na daljavo, socialna izolacija, preobremenjenost s šolskim delom pri nekaterih predmetih, nekateri zaradi učnih težav ne dohajajo in ne zmorejo samostojnega dela, mnogi pa nimajo spodbudnega in pozitivnega družinskega okolja. Svetovalna delavka pove, da se verbalno nasilje dogaja predvsem med sošolci in vrstniki, včasih tudi s strani staršev. Izpostavijo ga največkrat skozi različne osebne stiske; zaprtost vase, tesnoba, strah, nemir, izogibanje pouku. Fizično nasilje se najpogosteje dogaja med vrstni-

ki, izpostavijo ga pogosto, ko se čutijo ogrožene. O fizičnem nasilju povedo tudi staršem, včasih je potrebna tudi prijava na policijo. Psihično nasilje je v enakem deležu kot verbalno, pogosto se dogajata hkrati. Svetovalna delavka pove, da se dijaki, preden vzpostavijo stik s svetovalno delavko, največkrat po pomoč obrnejo na razrednike in starše. Dijaki od svetovalne delavke pričakujejo miren prostor za pogovor, da lahko izrazijo svoja čustva, občutja in stiske. Tako se počutijo sprejete in razumljene. Želijo tudi konkretne odgovore, usmeritev, podporo, vodenje, nasvete, empatičen in zaupen odnos, posredovanje pri takojšnji ustavitvi nasilja in mediacijo v primeru nasilja med sošolci.

V času epidemije svetovalna delavka ni zaznala pomembnih razlik glede pričakovanja dodatne pomoči. V času epidemije svetovalna delavka glede stisk dijakov opazuje, da je, ker se dijaki šolajo od doma, bistveno težje prepoznati njihove stiske in težave. Opazuje nemotiviranost za šolsko delo, apatičnost in naveličanost. Pri dijakih je prisoten strah za prihodnost, pri dijakih zaključnih letnikov pa tudi strah pred poklicno maturo in zaključnim izpitom. Večina dijakov si želi čimprejšnjega povratka v šolo, socialnega stika z vrstniki in učitelji. Ukrepi za preprečevanje širjenja virusa jih utesnjujejo in obremenjujejo. Mnogi dijaki živijo v neugodnih družinskih in socialnih okoljih in šola jim mnogokrat pomeni odmik iz tega okolja. Dijaki najbolj potrebujejo vplivanje upanja, motivacijo, spodbujanje, iskanje in poudarjanje dobrih lastnosti pri posamezniku, sproščen klepet o vsakdanjih stvareh, zmanjševanje negotovosti. Svetovalna delavka pove, da se ji zdi pomembno ohranjanje stika z dijaki. Kot preventivo za zmanjševanje občutka nemoči v času epidemije skupaj z dijaki največkrat izvajajo različne dobrodelne akcije, v katere so dijaki vključeni na daljavo, preventivne delavnice na različne pozitivne teme za razbremenitev, pogovorne ure z učitelji, spremljanje in delo z dijaki iz ranljivih skupin.

Intervjuvanka 2

Svetovalno delo opravlja 3 leta. Dijaki pri njej poiščejo pomoč zaradi učnih težav, težav v družini, zaradi neurejenega družinskega življenja, pomanjkanja motivacije in nezanimanja za določen poklic/program, pomoč pa poiščejo tudi zaradi želje po zamenjavi poklica/programa. Svetovalna delavka ne opazuje, da bi dijaki zaradi epidemije večkrat potrebovali pomoč. Zaradi epidemije so se pri dijakih dodatno pojavile težave z motivacijo za šolo, dijaki imajo več učnih težav, več težav v družinskem okolju in doma, dijaki pripovedujejo o pomanjkanju socialnih stikov in doživljanju stisk zaradi izolacije. Izmed vseh vrst nasilja dijaki najbolj izpostavljajo verbalno nasilje, predvsem s strani vrstnikov, sošolcev in tudi v domačem okolju. Svetovalna delavka pove, da preden dijaki stopijo v stik z njo, poiščejo



pomoč pri razrednikih in sošolcih. Od svetovalne delavke največkrat potrebujejo pogovor, posluš, sočutje, pozornost, pomoč pri organizaciji učenja, pomoč v iskanju rešitve za popravljanje ocen, pomoč pri komunikaciji z določenimi učitelji. V času epidemije se s strani dijakov niso pojavila posebna pričakovanja za dodatno pomoč, je pa opaziti višja pričakovanja s strani staršev, da bodo svetovalni delavci rešili težave njihovih otrok. Predvsem v smislu dogovorov z učitelji glede pridobivanja ocen in nezadovoljstva s pridobljeno oceno. Svetovalna delavka opaža, da so se v času epidemije pojavile predvsem stiske zaradi pomanjkanja socialnih stikov, povečale so se razlike med dijaki, ki prihajajo iz spodbudnih družinskih okolij, in med dijaki, ki prihajajo iz nespodbudnega družinskega okolja, še večje učne težave pa so se pojavile pri tistih dijakih, ki so že tudi prej imeli učne težave in težave pri osvajanju obsežnejše učne snovi. Pri delu z dijaki le-ti najbolj potrebujejo pogovor in občutek, da jih nekdo posluša. Nasveti, ki jim najbolj pridejo prav, pa so naravnani predvsem na to, kako si naj razporedijo učno snov za učenje, kako si naj načrtujejo prosti čas, da se čim več gibljejo na svežem zraku, da se družijo z vrstniki vsaj preko socialnih medijev. Za zmanjšanje občutka nemoci pri dijakih v času epidemije svetovalna delavka organizira pogovore in druženja preko MS Teams, izvajajo pa se tudi preventivne in kulturne dejavnosti, ki so bile načrtovane pred zaprtjem šol (Varni internet, ogled filma/gledališke predstave, novoletni koncert).

Intervjuvanka 3

Svetovalna delavka svoje delo opravlja 14 let. Dijaki se k svetovalni delavki najpogosteje obrnejo po pomoč glede težav pri šolskem delu. Potrebujejo pomoč pri organizaciji časa in organizaciji učne snovi. Velikokrat pa potrebujejo pogovor o vsakodnevnih stiskah in skrbah. V času epidemije ni zaznati večjega porasta števila dijakov, ki se obrnejo po pomoč. Svetovalna delavka pa izpostavlja, da se dijaki, ko jih pokliče in jih povpraša, kako so, odzovejo. Torej potrebujejo spodbudo, da lahko spregovorijo o svojem doživljanju. Predvsem pa se svetovalni delavki zdi, kot da potrebujejo nekakšno dovoljenje, da lahko govorijo o stiskah. Zaradi epidemije in pouka na daljavo so se pri mnogih dijakih pojavile težave pri organizaciji časa in učenja. Mnogi dijaki prav tako pripovedujejo o stiskah zaradi izolacije od sošolcev, vrstnikov in prijateljev, saj imajo manj priložnosti za pogovor in deljenje svojih razmišljanj in občutij. Dijaki pripovedujejo tudi o nemotiviranosti in naveličanosti za šolsko delo. Svetovalna delavka pove, da se dijaki počutijo prikrajšani za pridobivanje drugih znanj, veščin in spretnosti, saj nimajo možnosti, da bi se udeležili raznih tekmovanj na različnih področjih (znanje, kultura, glasba, šport). Dijaki od vseh vrst nasilja največkrat izpostavijo verbalno nasilje s strani domačih družinskih članov, bodisi s strani staršev ali sorojencev. Svetovalna delavka pove, da pri dijakih ni zaznati porasta fizičnega nasilja. Meni, da zato, ker sedaj, ko so v domačih okoljih, nimajo vpogleda v dogajanje družinske dinami-

ke, kar pa ne pomeni, da dijaki fizičnega nasilja ne doživljajo. Glede psihičnega nasilja se dijaki obračajo po pomoč v primeru spletnega nadlegovanja, izsiljevanja, žaljenja in podobno. Svetovalna delavka opaža, da se je v času epidemije, ko poteka pouk na daljavo, povečalo tudi nasilje preko spletnih aplikacij. Preden dijaki stopijo v stik s svetovalno službo, o svojih stiskah povedo razrednikom in sošolcem, zaupajo pa se tudi staršem, vendar stiske, ki se nanašajo na šolsko okolje, najprej izpostavijo razrednikom. Dijaki od svetovalne službe po navadi pričakujejo pogovor, varen prostor, da izrazijo stisko, in tudi nasvet, kako ravnati v določenih situacijah. Svetovalna delavka opaža, da bi dijaki težave, ki se nanašajo na šolo, radi kar preložili na svetovalno delavko. Takšna so velikokrat tudi pričakovanja staršev. Drugih posebnih pričakovanj pa v času epidemije ne opaža. Stiske, ki so se pojavile v času epidemije, so predvsem povezane s socialno izolacijo. Pojavlja se animoznost, apatičnost, pomanjkanje motivacije in brezcilnost. Svetovalna delavka meni, da dijaki najbolj potrebujejo spodbudo, pohvalo in pomoč pri organizaciji časa in šolskega dela. Pri pomoči pri premagovanju stisk dijakov v času epidemije smo pozorni, da ohranjamo stalen kontakt z njimi. Na ta način lažje zaznavamo spremembe v razpoloženju in vedenju. Na ta način ohranjamo odnos z dijaki, da v primeru, ko so v stiski, lažje povedo in izrazijo svoja občutja.

Intervjuvanka 4

Svetovalna delavka to delo opravlja 7 let. Na vprašanje, katere težave najpogostejše navajajo dijaki, pove, da so to težave z učenjem, nizka samopodoba, internetno nasilje, težave v ljubezni in s prijatelji ter družinske težave. Dijaki pogosto pridejo po nasvet v zvezi z nadaljevanjem šolanja. Svetovalna delavka zaznava, da je v čase epidemije manj dijakov, ki poiščejo pomoč v svetovalni službi, več pa je dijakov, ki potrebujejo pomoč pri pouku na daljavo. Zaznati je tudi, da so dijaki pogosto osamljeni. Svetovalna delavka opaža, da je med dijaki veliko verbalnega nasilja. Zaskrbljujoče je, da je verjetno verbalnega nasilja več, kot dijaki poročajo, ker ga velikokrat sami niti ne znajo prepoznati. Dijaki poročajo tudi o verbalnem nasilju s strani staršev, vendar manj pogosto. O fizičnem nasilju dijaki poročajo manj, o družinskem nasilju pa skorajda ne. Svetovalna delavka predvideva, da verjetno zaradi socialne izolacije. Psihično nasilje doživljajo predvsem s strani sošolcev, prijateljev, znancev, največkrat pa se odvija na spletu. Preden se dijaki obrnejo na svetovalno delavko, poiščejo pomoč pri starših, razrednikih, sošolcih in prijateljih. Dijaki največkrat pričakujejo, da bo problem rešen brez njihove aktivnosti in da bo svetovalna delavka namesto njih poiskala rešitev in jim povedala, kaj naj storijo, njim pa ne bo potrebno prevzeti odgovornosti za posledice odločitev. V času epidemije ni opaziti kakšnih po-



sebnih pričakovanj. Svetovalna delavka opaza, da so dijaki v nekakšnem svojem mehurčku in da jim je stik z nami kar malo odveč. Tisti, ki so pred epidemijo prihajali na pogovor, ta stik ohranjajo tudi naprej. Glede na opazovanje svetovalne delavke je med stiskami, ki so se pojavile v času epidemije, največkrat izpostavljena osamljenost. Pomembno izstopa tudi manjša motivacija za šolsko delo, prav tako motivacija za vzdrževanje stikov z drugimi. V času epidemije dijakom najbolj prav pridejo nasveti, kako organizirati dan, kako ohranjati telesno aktivnost, kako ohranjati stike s sošolci in kako navezati nove stike in poznanstva. Za zmanjšanje občutka nemoči v času epidemije z dijaki oblikujemo urnik dejavnosti, ki omogoča boljše mentalno stanje. Dogovorimo se o skupnih aktivnostih, jih beležimo in se potem o tem pogovarjamo, izmenjamo izkušnje in občutke.

Rezultati in razprava

Pri analizi smo uporabljali kvalitativni pristop, ki ga je uporabil Mesec (1998), in sicer smo določali posamezne pojme in jih s pomočjo posploševanja določali po posameznih abstraktnih ravneh. Pojem na tretjem nivoju, ki je najbolj posplošen, smo tako primerjali po posameznih vsebinskih postavkah z ostalimi intervjuvanci. Svetovalni delavci ugotavljajo, da dijaki, ki pri njih poiščejo pomoč, največkrat izpostavijo osebnostne stiske, učne težave, družinske in ekonomske težave družine, nezainteresiranost za šolsko delo, pomanjkanje motivacije in težave, ki izhajajo iz nizke samopodobe. Svetovalni delavci ugotavljajo, da ni zaznati večjega števila dijakov, ki bi v času epidemije iskali pomoč. Izpostavijo pa dodatne težave, ki so povezane z epidemijo, kot so socialna izolacija, manjša motivacija za šolsko delo, brezciljnost, naveličanost in občutek prikrajšanosti ter težave zaradi pomanjkanja znanja spletnih orodij.

Svetovalni delavci opazajo, da se verbalno nasilje dogaja predvsem s strani sošolcev, vrstnikov in prijateljev ter tudi sorojencev. Fizičnega nasilja s strani vrstnikov je zaznati manj kot pred epidemijo, o fizičnem nasilju v družini dijaki ne poročajo, svetovalni delavci pa ga tudi težje zaznajo in prepoznajo, ker izobraževanje poteka na daljavo. Psihično nasilje je prisotno predvsem na spletu med vrstniki. Svetovalni delavci ugotavljajo, da preden dijaki vzpostavijo stik s svetovalno službo, poiščejo pomoč najprej pri razredniku, sošolcih in starših. Od svetovalne službe dijaki po navadi pričakujejo pogovor, podporo, vodenje, posredovanje pri učiteljih, pozornost, navodila, kako ravnati v določenih situacijah, dijaki pa pričakujejo tudi, da svetovalne delavke namesto njih rešijo težave. V času epidemije svetovalne delavke tudi ugotavljajo, da dijaki nimajo posebnih pričakovanj, so se pa povečala pričakovanja njihovih staršev. Gle-

de stisk, ki so se pojavile v času epidemije pri dijakih, svetovalne delavke ugotavljajo, da se je predvsem pojavila potreba po spodbudi, motiviranju dijakov, vlivanju upanja, povečala se je potreba po pogovoru zaradi osamljenosti, dijaki potrebujejo pomoč pri načrtovanju urnika za šolsko delo, potrebujejo pa tudi spodbudo, da se družijo s prijatelji, vrstniki, pa čeprav preko družbenih omrežij. Za zmanjševanje občutka nemoči pri dijakih svetovalne delavke organizirajo razne preventivne dejavnosti, kot so razne dobrodelne akcije, pogovorne urice, razvedrilne delavnice, kulturne dejavnosti ter skupne aktivnosti.

Zaključek

S pričujočo raziskavo želimo prispevati k večji prepoznavnosti stisk med dijaki v času epidemije, ko izobraževanje poteka na daljavo. Iz raziskave lahko razberemo, da se število dijakov, ki potrebujejo pomoč v času epidemije, ni povečalo, kar pa ne pomeni, da se ne soočajo s stiskami, le svetovalni delavci jih težje prepoznajo, ker stik z dijaki poteka preko informacijsko-komunikacijske tehnologije. Vsekakor je opaziti porast verbalnega nasilja med vrstniki, ki se odvija preko socialnih omrežij, medtem ko fizičnega nasilja med vrstniki ni zaznati. Preden dijaki poiščejo pomoč pri svetovalnem delavcu, se največkrat obrnejo na razrednika ali druge odrasle. Zaradi epidemije dijaki doživljajo apatijo, strah in osamljenost ter pomanjkanje motivacije. Od svetovalnih delavcev predvsem pričakujejo pogovor in pomoč pri organizaciji šolskih obveznosti.

Viri in literatura

- Dernovšek M., Gorenc M., Jeriček H. (2006): *Ko te stresa stres*. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja Republike Slovenije, 14.
- Compas, B. E., Connor-Smith, J. K., Saltzman, H., Thomsen, A. H., & Wadsworth, M. E. (2001): *Coping with stress during childhood and adolescence: problems, progress, and potential in theory and research*. Psychological bulletin, 127(1), 87.
- Frydenberg E. (2008): *Adolescent coping: Advance in theory, research and practice*. London: Routledge, 119–133.
- Kalabić Maglica B. (2006): *Spolne i dobne razlike adolescenta u suočavanju sa stresom vezanim uz školu*. Psiholgijske teme, 7–24.
- Gostečnik C., Pahole M., Ružič M. (2000): *Biti mladostnikom starši*. Brat Francišek in Franciščanski družinski center. Ljubljana, 19–20.
- Dahir, C. A., Burnham, J. J., & Carolyn, S. (2009): *Listen to the voices: School counselors and comprehensive school counseling programs*. Professional School Counseling, 12(3), 2156759X0901200304.
- Hatch, T., & Chen-Hayes, S. F. (2008): *School counselor beliefs about ASCA national model school counseling program components using the SCPCS*. Professional School Counseling, 12(1), 2156759X0801200104.
- Marcia, J. E. (1980): *Identity in adolescence*. Handbook of adolescent psychology, 9(11), 159–187.
- Marjanovič Umek, L., et al. (2004): *Razvojna psihologija*. Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete, 212.
- Mesec, B., & Lamovec, T. (1998): *Uvod v kvalitativno raziskovanje v socialnem delu*. Visoka šola za socialno delo, 20–27.
- Sawyer, S. M., Azzopardi, P. S., Wickremarathne, D., & Patton, G. C. (2018): *The age of adolescence*. The Lancet Child & Adolescent Health, 2(3), 223–228.
- Siegel, D. J. (2014): *Vihar v glavi: moč najstniških možganov*. Družinski in terapevtski center Domžale, 13.
- Ule, M., in Kuhar, M. (2003): *Mladi, družina, starševstvo: spremembe življenjskih potekov v pozni moderni*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede, 94.