

PROJEKT RAZVIJANJE POZITIVNE SAMOPODOBE V ŠOLSKEM OKOLJU V ŠOL.LETU 2003/2004

»OBČUTEK LASTNE VREDNOSTI
JE NAJBOLJŠA PREVENTIVA,
KAR SMO JIH DOSLEJ POZNALI,
IN MORDA JE CELO
NAŠ EDINI UP ZA BOLJŠI SVET.«

ROBERT W. REASONER

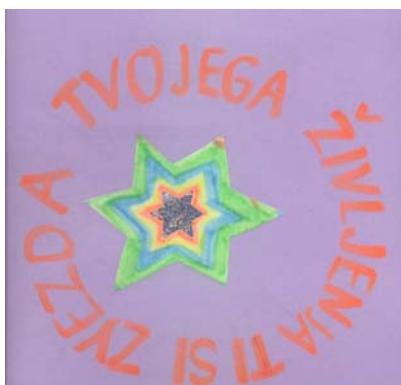
Kot šola smo vključeni v dvoletni projekt **RAZVIJANJE POZITIVNE SAMOPODOBE V ŠOLSKEM OKOLJU**, ki poteka v okviru **Inštituta za razvijanje osebne kakovosti v Ljubljani** (<http://www.insti-rok.si>), ki je hkrati član Mednarodnega združenja za razvoj zavesti o osebni vrednosti, katerega ustanovitelj je **dr. Robert Reasoner**. Program so najprej izvajali v ameriški zvezni državi Kaliforniji v 80-ih letih, v naš prostor pa ga je prinesel dr. Reasoner. Nekateri starši so ga imeli možnost spoznati na lanskem srečanju v Kopru. Je svetovno uveljavljen strokovnjak, ki že vrsto let raziskuje vprašanje vpliva in pomena lastne vrednosti posameznika (spodbujanje odgovornosti, samozavesti in sodelovanja otrok in mladostnikov). Prednost programa je tudi da vključuje evalvacijo, spremljanje otrokovega napredka, saj so učenci na začetku in planiramo, da bodo tudi na koncu programa izpolnili vprašalnik o občutku lastne vrednosti. Program se osredotoča na razvijanje petih dejavnikov: občutka **VARNOSTI**, občutka **IDENTITETE**, občutka **PRIPADNOSTI**, občutka **SMISELNOSTI**, občutka **SPOSOBNOSTI**.

Zavedamo se, da je zelo pomemben občutek lastne vrednosti posameznika (OLV). Včasih je pri doseganju rezultatov celo odločilnejši kot same sposobnosti. Raziskave so pokazale, da tudi na odklonilno vedenje vseh vrst (zloraba drog, alkohola, nasilno vedenje...) močno vpliva nizek OLV. In obratno, vredno je krepiti OLV, saj se ga da izboljšati.

Zavedamo se, da brez dobre povezave v trikotniku OTROK-UČITELJI-STARŠI težje dosežemo želene cilje.

Delali smo na treh področjih: delo z učenci, delo s učitelji, delo s starši.

Naš moto v sliki:



V okviru projekta Razvijanje pozitivne samopodobe otrok in mladostnikov se je kolektiv udeležil dvodnevne posveta **Občutek lastne vrednosti kot način preprečevanja nesocialnih oblik vedenja**, ki ga je izvedel Inštitut za razvijanje osebne kakovosti v Ljubljani. Drugega dela usposabljanja mentorjev **Razvijanje pozitivnega samovrednotenja otrok in mladostnikov**, ki so ga izvedle Tanja Pavlič in Sanda Mesič Jurin se je udeležilo 19 učiteljic in en zunanji sodelavec ter pridobili licenco za izvajanje programa za razvijanje pozitivne samopodobe otrok in mladostnikov.



Na pedagoški konferenci je bila izvedena delavnica v okviru projekta, ki je omogočala oblikovanje smernic pri oblikovanju poslanstva šole. Učitelji so izpolnili vprašalnik o občutku lastne vrednosti v kolektivu. Ocena občutka lastne vrednosti kolektiva pa je bila podana na zadnji konferenci.

Delali smo z učenci v okviru **igralnega krožka-delavnic za krepitev pozitivne samopodobe otrok, v okviru razrednih ur, poklicnega svetovanja, individualnega svetovanja ter občasno s starši**. Naši mladi umetniki so ustvarili:



Staršem smo predstavili projekt, skupaj z učitelji so lahko prisluhnili **g. Zdenki Peloz**, univ. dipl.sociologinji z Inštituta za razvijanje osebne kakovosti v Ljubljani na temo **Moč pozitivne samopodobe**.

Igralni krožek-delavnice za krepitev pozitivne samopodobe otrok so potekale v pisarni šolske pedagoginje, v učilnici ali celo na prostem.

Delavnice so preventivnega značaja. Delo je potekalo v majhni skupini . Krožek so obiskovali izmenično učenci prvega razreda osemletke ter prvega razreda devetletke.

V skupini smo se lotevali različnih tem, pri tem smo bili pozorni tudi na komunikacijo v skupini. Zato smo včasih temo določili glede na aktualno problematiko v skupini.



V delavnicah so se učenci sproščali, učili socialnega vedenja, imeli možnost izražanja lastnih občutij odnosa do sebe in drugih v skupini, možnost uvida v svoje socialno vedenje in sprejemanje povratnih informacij od članov skupine o lastnem vedenju, razvijali samospoštovanje in zdravo samozavest na osnovi pozitivnih čustvenih in socialnih izkušenj ter se učili upoštevanja in spoštovanja čustev in mišljenja tistih, ki so drugačni od njega.

Pogovori, izražanje svojih misli, občutkov, delo na sebi, je bila za učence možnost, ki lahko pripelje do pozitivnih spoznanj in zdravega načina življenja.

V delavnicah z učenci sem uporabljala različne metode in tehnike (pogovori, igranje vlog, pantomima, risanje, gibalne vaje, vaje s predmeti, vizualizacije, sproščanje ...). Osnovni namen delavnic za razvijanje pozitivnega samovrednotenja otrok je dvig samopodobe učencev.

Izvedli smo vaje, kjer ne gre za poučevanje, pač pa za aktivno učenje v skupini, med vrstniki. Gre za učenje drug od drugega, za analizo samega sebe, svojih ravnanj, pričakovanj. Gre tudi za sprostitev v skupini, kjer posamezniki sodelujejo kot enakopravni člani in med njimi ni tekmovanja ter pehanja za čim boljšimi merljivimi uspehi.



Načrtovani program projekta na šoli smo v veliki meri dosegli. Učitelji, učenci in starši so bili pripravljeni za sodelovanje. V naslednjem šolskem letu načrtujemo več sodelovanja s starši. Mentorjem pa bo analiza občutka lastne vrednosti učencev dobra osnova za delo z učenci.

Učitelji pa so zapisali:

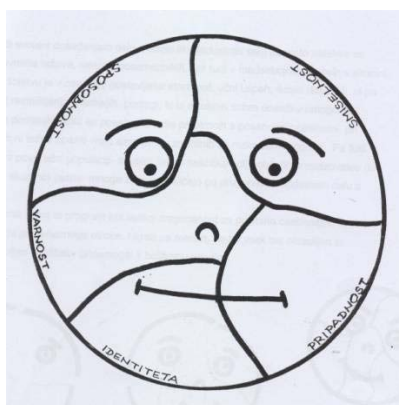
...Razvijanje intelektualnih potencialov pri otrocih je velika odgovornost. Učitelji dajemo svojim učencem intelektualno in življenjsko moč. Otrokom damo veliko znanja, pravzaprav toliko, kot so ga pripravljeni sprejeti. Ob tem pa se zavedamo, da je naša temeljna naloga odkriti mladim, kako nujna je človeška vera vase. Zaznavanje samega sebe, občutek, ki ga

imajo o sebi, je pomembna trajna zapuščina, ki jo učitelji dajemo svojim učencem. Pomagamo jim začutiti, da so pomembni, da so vredni časa, ki jim ga posvečamo.

Moramo jim dati začutiti, da so uresničevalci svojih sanj in ustvarjalci svoje realnosti.

Vsak otrok je osebnost z različnimi lastnostmi. Umetnost, ki jo obvladamo učitelji, je v tem, da prepoznamo te osebnosti in se jim znamo pravilno posvetiti. Svoje učence moramo spodbujati, da se bodo s samozaupanjem spopadali z življenjskimi izzivi. Pomagati jim moramo prepoznati same sebe ter jih učiti in vzpodbujati, da nase gledajo pozitivno, da se spoštujejo, cenijo. (Nataša)

Učitelji in starši pri delu z otroki in mladostniki pogosto naletimo na raznovrstne težave, vendar jih znamo velikokrat uspešno rešiti in sestaviti dele v celoto. (Simona)



Mentorji so izbrali naslednje misli:

Zazrimo se v ogledalo in videli bomo nekoga, ki nam je resnično drag, ki je topel, časti vreden, vreden zaupanja, človeški, ljubeč in preudaren; včasih neumen, včasih moder. V ogledalu bomo videli nekoga, ki lahko opogumi sočloveka, mu laska in ga navdihne, da kar najbolje živi in doseže najvišje o čemer si drzne sanjati.

Richard Bach

Vsak ima svojo voljo, svoje želje in svoje razmišljanje. Smo enkratni produkt vesolja in na svetu ni niti enega enakega. Cenimo to kar smo, bodimo veseli, da nismo takšni kot ostali. Ne pozabimo, da smo edinstvena bitja. Ne dovolimo, da nas kdo spreminja po svoji podobi- naučimo se reči »Ne«!. Vendar se samozavest začne pri človeku samem in je zanjo potrebno narediti tudi kakšen korak.

Roj Goreya

Prav gotovo smo sužnji svojih razvad in samoomejujočega pojmovanja. Poznamo svoje slabosti in omahujemo pred tveganjem, ki spremlja prihod na novo ali neznano področje. Takrat potrebujemo malce spodbude nekoga, ki vidi stvari bolje kot mi.

Jim Dornon

Kar vzgojitelji govorijo, gre otrokom skozi eno uho noter, skozi drugo ven. Kar vzgojitelji delajo, pa se otrok zagotovo prime.

James Baldwin

Nikoli ne reci mlademu človeku, da bi bilo kaj nemogoče narediti. Lahko, da ljubi Bog čaka cela stoletja na koga, ki bo v svoji vednosti nevednosti naredil prav tisto, kar naj bi bilo nemogoče.

John Andrew Holmes

Postati moraš svoj najboljši prijatelj.

S. E. Harrill

Zapisala: Tanja Pavlič