



Nacionalni inštitut
za javno zdravje

POROČILO O IZVAJANJU PROGRAMA

IZBOLJŠEVANJE DUŠEVNEGA ZDRAVJA V ŠOLI

v šolskem letu 2015/16

Kazalo vsebine

1. Uvod	
2. Povzetek	
3. Analiza evalvacijskih vprašalnikov	
4. Zaključek	

Mag. Nina Scagnetti, univ.dipl.soc.: Analiza evalvacijskih vprašalnikov, šolsko leto 2015/16

Mojca Bevc, prof. ped.: Uvod, povzetek, zaključek, september 2016

Gradivo ni lektorirano.

Ljubljana, september, 2016

1. Uvod

V poročilu za šolsko leto 2014/15 smo zapisali, da smo si v okviru Slovenske mreže zdravih šol (SMZŠ) zastavili za rdečo nit sistematično in načrtno uvajanje vsebin duševnega zdravja v šolsko okolje. Na rednih regijskih izobraževalnih srečanjih smo ponudili Zdravim šolam brezplačna izobraževanja treh izdelanih preventivnih-promocijskih programov, ki so nastali na NIJZ: program **Izboljševanje duševnega zdravja v šoli**, program **To sem jaz!** in program **Ko učenca strese stres**.

V novembru 2014 so program predavateljice brezplačno izvedle **kot 4-urne delavnice** za vodje timov Zdravih šol ter njihove sodelavce. S pomočjo regijskih koordinatorjev za Zdrave šole je bil program, kot je bilo načrtovano, izpeljan v vseh 9 regijah v 11 izvedbah (14 skupin po 20-30 udeležencev).

V šolskem letu 2014/15 je bil program ponujen tudi **kot 8-urne delavnice za učiteljske kolektive**, ki so ga predavateljice izvedle v času od oktobra 2014 do marca 2015. Predavateljice so izpeljale izobraževanje v 10 šolskih kolektivih v 16 izvedbah (16 skupin po 20-30). Delavnice so izvajale v paru ali pa samostojno.

V šolskem letu 2015/16 smo z rdečo nitjo duševno zdravje nadaljevali in poglobljali. Tudi V tem letu je bila naloga šol, da prej omenjene programe in druge vsebine duševnega zdravja čim bolj prenesejo v svoja okolja. Podrobnejšo evalvacijo prenosa vsebin in programov izvaja Lucija Furman in bo dokončana do decembra 2016. Evalvacijo programa to sem jaz je izvedla Ksenija Lekić in je dosegljiva na spletni strani NIJZ.

Krajšo evalvacijo izvedbe programa Izboljševanje duševnega zdravja je analizirala Nina Scagnetti iz evalvacijskih vprašalnikov udeležencev seminarjev.

2. Povzetek

V šolskem letu 2015/16 je bilo izpeljanih 8 izvedb seminarja za učiteljske kolektive v 5 ustanovah (OŠ Puconci, VVO pri OŠ Puconci, OŠ Hajdina, OŠ Prežihovega Voranca Maribor, OŠ Fram), skupaj se je seminarjev udeležilo 173 pedagoških delavcev. Vse izvedbe je izpeljala Barbara Pernarčič, na OŠ Puconci skupaj s sodelavko Polonco Gostenčnik, na OŠ Prežihovega Voranca Maribor pa so poleg njiju skupine vodile še sodelavke Tea Mitrovič, Barbara Pulko in Maja Vreča – vse učiteljice iz OŠ Prežihovega Voranca Maribor.

3. Analiza evalvacijskih vprašalnikov

Evalvacijske vprašalnike ob zaključku seminarja je izpolnilo 151 udeležencev (87 % vseh udeležencev). Učitelji so bili zadovoljni z vsebinami izobraževanja (povprečna ocena vseh izvedb je 4,7, najvišja možna je ocena 5), še bolj z izvedbami izobraževanj (povprečna ocena 4,9), prav tako z organizacijo (povprečna ocena je 4,8), nekoliko manj so videli uporabnosti

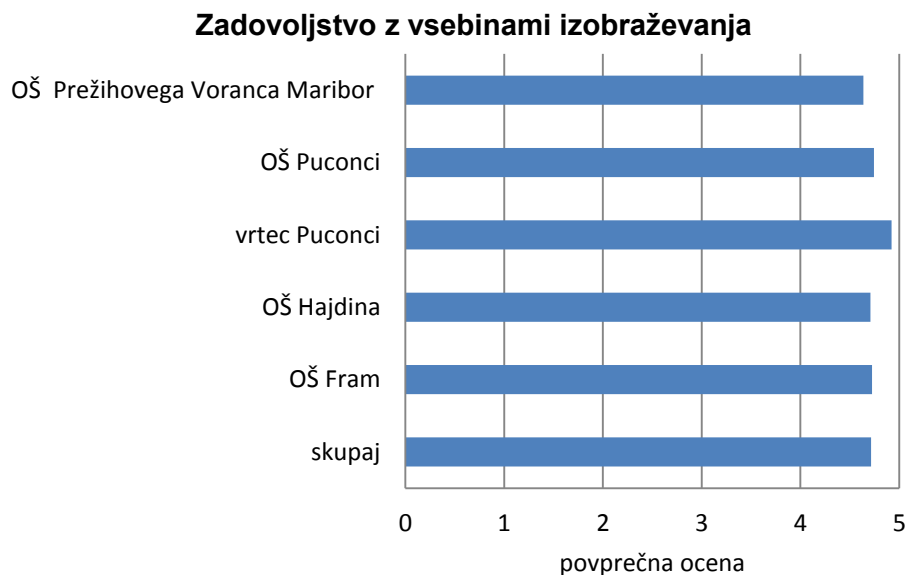
vsebin pri njihovem delu (povprečna ocena 4,6). Splošni vtis o izobraževanju je bil zelo dober (povprečna ocena 4,8). Kar 99 % od 148 udeležencev, ki so izpolnili vprašalnik, bi tudi priporočilo izobraževanje svojim sodelavcem, kar je zelo dober pokazatelj uspešnosti vsebinskega in izvedbenega dela seminarja.

V nadaljevanju sledijo podrobnejši prikazi odgovorov iz evalvacijskih listov, ki predstavljajo boljši vpogled v zadovoljstvo izvedenih seminarjev po šolah in v vrtcu.

Kako ocenjujete posamezne elemente izobraževanja na lestvici od 1 do 5 (1-zelo slabo, 3-dobro, 5-odlično)?

a) zadovoljstvo z vsebinami izobraževanja

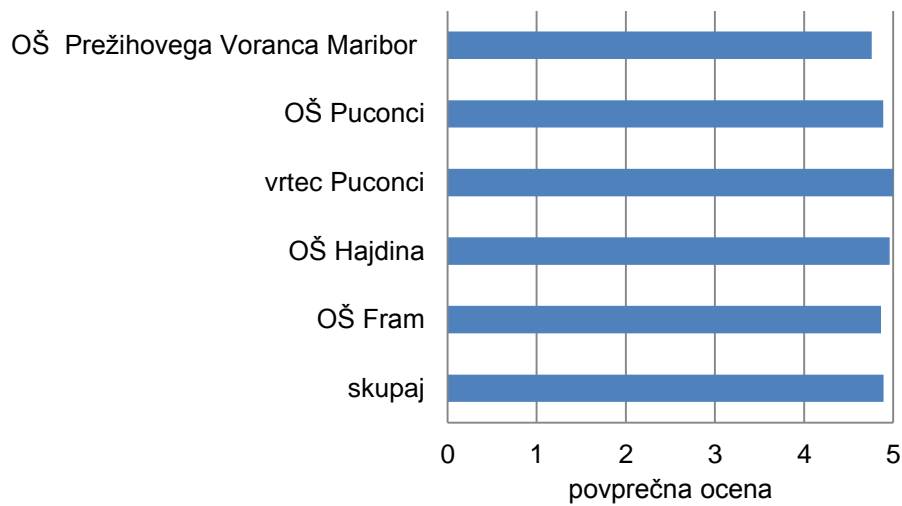
šola	povprečna ocena	število odgovorov
OŠ Fram	4,7	29
OŠ Hajdina	4,7	24
vrtec Puconci	4,9	26
OŠ Puconci	4,7	39
OŠ Prežihovega Voranca Maribor	4,6	33
SKUPAJ	4,7	151



b) zadovoljstvo z izvedbo izobraževanja

šola	povprečna ocena	število odgovorov
OŠ Fram	4,9	29
OŠ Hajdina	5	24
vrtec Puconci	5	26
OŠ Puconci	4,9	39
OŠ Prežihovega Voranca Maribor	4,8	33
SKUPAJ	4,9	151

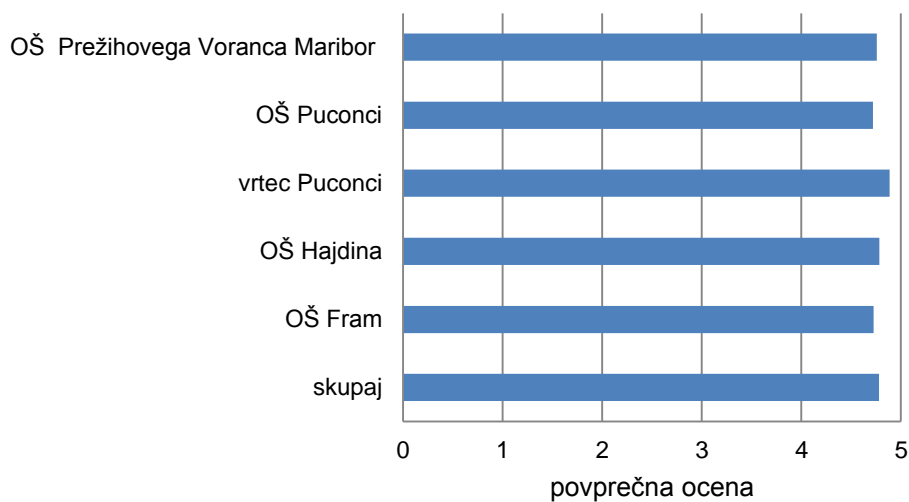
Zadovoljstvo z izvedbo izobraževanja



c) zadovoljstvo z organizacijo izobraževanja

šola	povprečna ocena	število odgovorov
OŠ Fram	4,7	29
OŠ Hajdina	4,8	23
vrtec Puconci	4,9	26
OŠ Puconci	4,7	39
OŠ Prežihovega Voranca Maribor	4,8	33
SKUPAJ	4,8	150

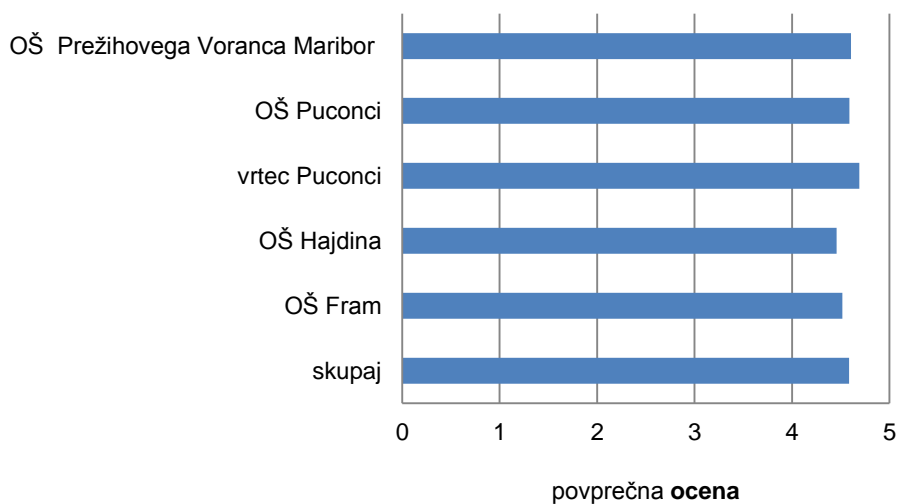
Zadovoljstvo z organizacijo izobraževanja



d) uporabnost vsebin pri vašem delu

šola	povprečna ocena	število odgovorov
OŠ Fram	4,5	29
OŠ Hajdina	4,5	24
vrtec Puconci	4,7	26
OŠ Puconci	4,6	39
OŠ Prežihovega Voranca Maribor	4,6	33
SKUPAJ	4,6	151

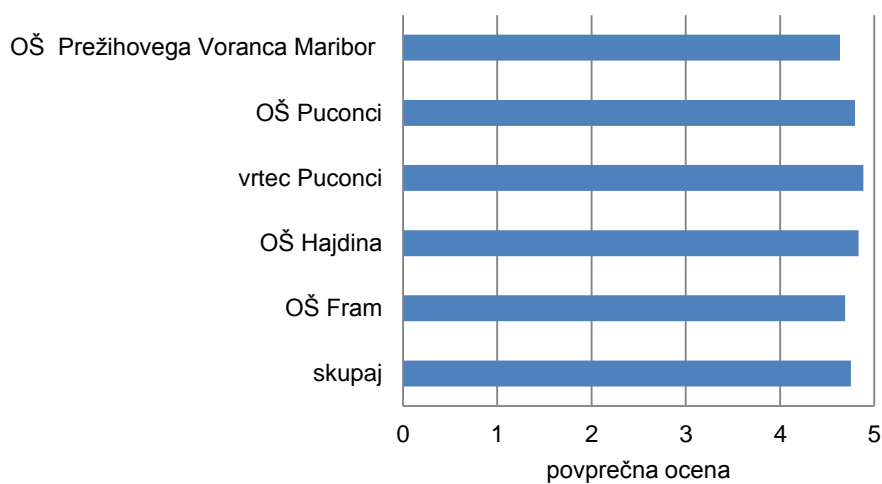
Uporabnost vsebin pri vašem delu



e) splošen vtis

šola	povprečna ocena	število odgovorov
OŠ Fram	4,7	29
OŠ Hajdina	4,8	24
vrtec Puconci	4,9	26
OŠ Puconci	4,8	39
OŠ Prežihovega Voranca Maribor	4,6	33
SKUPAJ	4,7	151

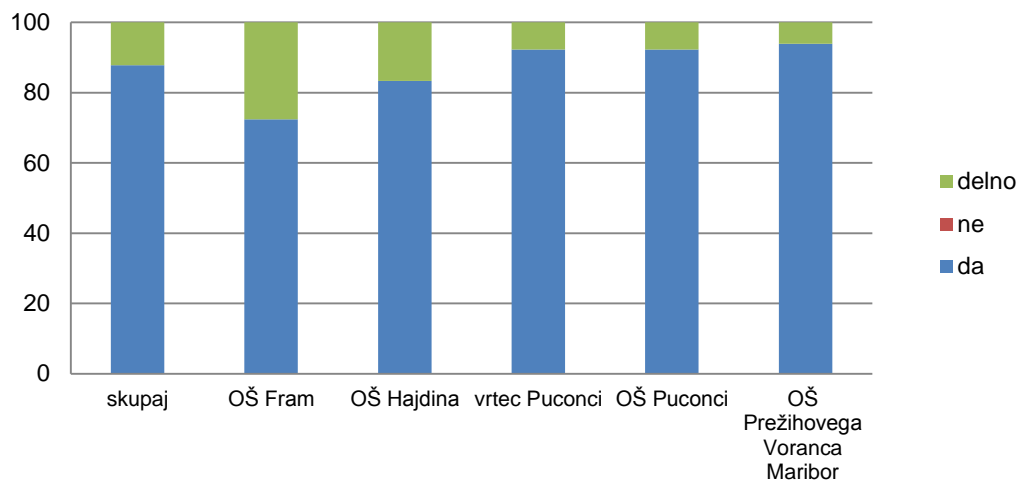
Splošen vtis



Ali je izobraževanje izpolnilo vaša pričakovanja?

šola	da	ne	delno	število odgovorov
OŠ Fram	21 (72 %)		8 (28 %)	29
OŠ Hajdina	20 (83 %)		4 (17 %)	24
vrtec Puconci	24 (92 %)		2 (8 %)	26
OŠ Puconci	36 (92 %)		3 (8 %)	39
OŠ Prežihovega Voranca Maribor	31 (94 %)		2 (6 %)	33
SKUPAJ	132 (87%)		19 (13 %)	151

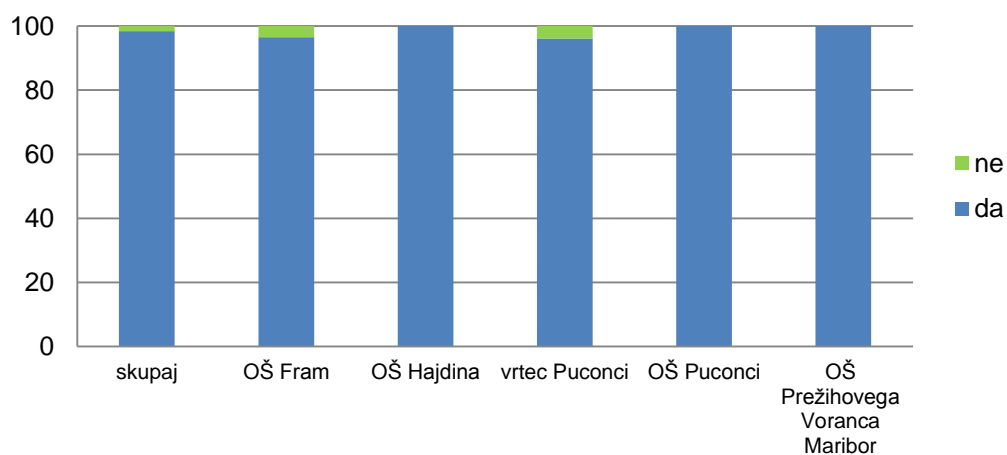
Ali je izobraževanje izpolnilo vaša pričakovanja?



Ali bi udeležbo na tem izobraževanju priporočili svojim sodelavcem?

šola	da	ne	število odgovorov
OŠ Fram	28 (96,6 %)	1 (3,4 %)	29
OŠ Hajdina	23 (100 %)		23
vrtec Puconci	25 (96,2 %)	1 (3,8 %)	26
OŠ Puconci	39 (100 %)		39
OŠ Prežihovega Voranca Maribor	31 (100 %)		31
SKUPAJ	146 (99 %)	2 (1 %)	148

Ali bi udeležbo na seminarju priporočili svojim sodelavcem?



Katere vsebine bi predlagali za naslednje izobraževanje?

OŠ Fram:

- 2-krat čuječnost
- strategije za delo v razredu
- priprave na upokojitev
- premagovanje stresa
- zgradba, struktura šolske klime, socialne veščine v kolektivu, supervizija
- upravljanje s časom
- konstruktivno reševanje problemov

OŠ Hajdina:

- 2-krat nadgradnja že obravnavanih vsebin
- 2-krat več vsebin vezanih samo na učitelje - tehnik premagovanja stresa
- medosebni odnosi
- igre
- hiperaktivnost otrok
- nekaj v povezavi s športom

vrtec Puconci:

- skrb za hrbtenico pri delu v vrtcu
- konkretni primeri iger z otroki na temo počutja, odnosa.
- nadgradnja že obstoječih vsebin
- obvladovanje stresa na delovnem mestu

OŠ Puconci:

- 6-krat obvladovanje stresa, tehnike sproščanja za učitelje in učence
- 4-krat komunikacija, reševanje konfliktov
- 4-krat več uporabnih konkretnih primerov
- motivacija

OŠ Prežihovega Voranca Maribor:

- 4-krat medsebojni odnosi v kolektivu, komunikacija in delo z učenci, reševanje konfliktov
- 3-krat športne in druge igre
- stres
- izobraževanje na terenu – npr. ogled in okušanje vin, malo sprostitve
- še več konkretnih primerov in vsebin s področja duševnega zdravja

Vaše pripombe oz. pohvale glede današnjega izobraževanja

OŠ Fram:

17 komentarjev - od tega 14 pozitivnih (uporabno, poučno, zanimivo, raznoliko, dinamično sproščujoče, družabno) in 3 negativni (preveč razmišljanja za tak dan, neprimeren termin, preveč osebne izpostavljanja).

OŠ Hajdina:

16 pohval (trud predavateljice, prijetno, pestro, sproščujoče, razgibano, nenehno aktivno sodelovanje udeležencev, prepričljivo, koristno, super, zanimivo).

Vrtec Puconci:

17 pohval, predvsem predavateljici (zgodno, strokovno, zanimivo, zabavno, poučno, sproščeno vzdušje, koristno, veliko druženja, pogovora, sodelovanja, vse super, odlično, dobra tema).

OŠ Puconci:

24 pohval (sproščujoče, poučno, zabavno, veliko smeha, zanimiva tema, uporabni nasveti, aktivno sodelovanje vseh prisotnih, spodbuda k razmišljanju in komunikaciji, super, pozitivno naravnana predavateljica, zelo drugače).

OŠ Prežihovega Voranca Maribor:

17 pohval (minilo je kot bi mignil, prelep dan, druženje na drugačen, zabaven način, posebna pohvala izvajalkam, dobro izvedene delavnice, sproščeno vzdušje, primerno izbran dan – sobota, motivirajoče, aktivno sodelovanje, uporabno, razgibano, odlično, nove ideje, prehitro je minilo, dobro izdelano).

6. Zaključek

Iz evalvacijskih vprašalnikov, pa tudi iz razpoložnja in odzivov udeležencev na samih seminarjih je razvidno, da so teme duševnega zdravja izredno pomembne za učiteljevo ravnovesje in dobro delovanje – tako na profesionalni kot osebni ravni. Njihove pripombe in sugestije nazorno sporočajo, da učitelji še kako potrebujejo medsebojno druženje, izmenjavo mnenj, stališč, doživljanj in občutij ... V krogu varne skupine in na lastni koži preizkusijo različne tehnike, ki jih kasneje lahko prenesejo učencem v razredu, izkušnjo pa si vzamejo kot popotnico tudi za lastno življenje.

Učitelji predlagajo tudi v bodoče teme iz komunikacije, medsebojnih odnosov, socialnih veščin, razreševanja konfliktov, obvladovanja stresa na delovnem mestu, strategij za delo v razredu, supervizije..ipd.

Tudi v šolskem letu 2016/17 bomo z vsebinami duševnega zdravja v okviru Zdravih šolah nadaljevali. Poleg že utečenih programov Izboljševanje duševnega zdravja, To sem jaz! In Ko učenca/učitelja strese stres, bomo to področje nadgrajevali še z novimi vsebinami, ker se zavedamo, da je poznavanje tega področja temelj dobrih medsebojnih odnosov in učinkovitejšega delovanja tako učiteljev kot učencev.