

**3. 22.** DANI RAMIRA  
I ZORANA BUJASA

**16. - 18. TRAVNJA / APRIL 2015**

Zagreb, Filozofski fakultet / Faculty of  
Humanities and Social Sciences

# Školski uspjeh i mentalno zdravlje: Od relacija do intervencija

**Mr. Lončarević Ivana**

Osnovna škola Augusta Harambašića, Zagreb

**Prof.dr.sc. Vulić-Prtorić Anita**

Odjel za psihologiju, Sveučilište u Zadru

---

*...svakodnevno smo preplavljeni porukama o uspjehu – u školi, u poslu, u odgajanju djece, u obitelji, u partnerskim odnosima – a da se pri tome zanemaruje važna činjenica: **temelj uspjeha je mentalno zdravlje.***

U.S. Department of Health and Human Services, 1999.



Oko 19% stanovništva Hrvatske čine djeca i mladi do 18. godine.

Oko 20% ih ima psihičke smetnje koje su toliko intenzivne da im ometaju svakodnevni život.

## ▶ **RELACIJE – ŠKOLSKI USPJEH I MENTALNO ZDRAVLJE**

- ▶ mentalni poremećaji u školskoj dobi djeluju na raniji prekid školovanja te na taj način mogu doživotno odrediti socioekonomski status neke osobe.
- ▶ eksternalizirani, internalizirani i problemi pažnje u dobi od 11 godina i povećanje tih problema tijekom adolescencije, snažan prediktor školskog neuspjeha u dobi od 19 godina
- ▶ školski neuspjeh može biti okidač za javljanje različitih simptoma psihopatologije, a simptomi psihopatologije mogu ometati procese učenja i dovesti do školskog neuspjeha.
- ▶ učenici sa psihološkim problemima pored slabijeg školskog uspjeha, češće imaju veći broj drugih teškoća

*Projekt razvoja djeteta (Child Development Project), PATHS projekt, Projekt socijalnog razvoja Social Development Research, Program promicanja socijalne kompetentnosti, Program socijalne i emocionalne kompetentnosti RULER...*

## **INTERVENCIJE – SOCIJALNO I EMOCIONALNO UČENJE**

- ▶ Trebaju početi što ranije.
- ▶ Trebaju biti primjerene dobi učenika.
- ▶ Trebaju trajati kontinuirano tijekom školovanja i biti sastavni dio školskog programa.
- ▶ Trebaju ih provoditi nastavnici u sklopu redovite nastave.
- ▶ Trebaju se provoditi integrirano, povezujući školu, obitelj i zajednicu.



Provedenim istraživanjem željelo se ispitati koji **psihološki problemi** i teškoće se uočavaju kod učenika u osnovnoj školi, na koji način su ti problemi i teškoće povezani sa **školskim uspjehom** te koje **metode intervencije** u školi učenici i nastavnici predlažu u prevenciji tih problema.

## CILJ ISTRAŽIVANJA



# **METODOLOGIJA**



# I. – kvantitativni dio istraživanja

# II. - kvalitativni dio istraživanja

## ▶ RELACIJE

- ▶ Rezultati 4 ispitivanja u okviru jednog opsežnijeg projekta
- ▶ Učenici viših razreda osnovnih škola u Zadru, dobi od **11 do 15 godina** ( $M=12,81$ ;  $SD=1,21$ )
- ▶ Skale samoprocjene za ispitivanje internaliziranih i eksternaliziranih simptoma

## ▶ INTERVENCIJE

- ▶ 2 fokus grupe, 12 nastavnika viših razreda OŠ
- ▶ 2 fokus grupe, 18 učenika 7. i 8. razreda OŠ
- ▶ Moderator: školski psiholog
- ▶ Trajanje fokus grupa: 80-120'
- ▶ Strukturirani predlošci za razgovor
- ▶ Razgovor je sniman diktafonom te transkribiran

# I – kvantitativni dio - Ispitanici

---

- ▶ U istraživanju su sudjelovali učenici viših razreda osnovnih škola u Zadru, dobi od **11 do 15 godina** ( $M=12,81$ ;  $SD=1,21$ ).
  - ▶ U radu se prikazuju rezultati većeg broja ispitivanja provedenih u sklopu jednog opsežnijeg projekta, tako da su se i uzorci razlikovali po veličini:
    - ▶ **306** učenika (49% djevojčica) u istraživanju depresivnosti,
    - ▶ **424** učenika (52% djevojčica) u istraživanju anksioznosti,
    - ▶ **777** učenika (51% djevojčica) u istraživanju psihosomatskih simptoma, i
    - ▶ **395** učenika (51% djevojčica) u istraživanju simptoma hiperaktivnosti i agresivnosti.
  - ▶ Uravnotežen postotak ispitanika u pojedinim razredima, te s obzirom na spol ispitanika.
- 





# I – kvantitativni dio - Mjerni instrumenti

---

- ▶ **Skala strahova i anksioznosti za djecu i adolescente SKAD-62** (Cronbach alfa 0.95)
- ▶ **Skala depresivnosti za djecu i adolescente – SDD** (Cronbach alfa 0.895)
- ▶ **Upitnik psihosomatskih simptoma za djecu i adolescente PSS** (Cronbach alpha 0,89)
- ▶ **Skala hiperaktivnosti – impulzivnosti – pažnje (HIP)** (Cronbach alpha 0.88)
- ▶ **Skala agresivnosti (SNOP)** (Cronbach alpha 0.93)





# **REZULTATI**



**13%-16%** učenika od 5. do 8. razreda OŠ doživljava intenzivne internalizirane ili eksternalizirane simptome:

- ▶ **15,33% anksioznost** (najviše simptoma zabrinutosti)
- ▶ **13% depresivnost**
- ▶ **13,38% psihosomatski simptomi** (najviše muskulatornih)
- ▶ **15,44% hiperaktivnost, impulzivnost i poremećaje pažnje**
- ▶ **14,43% agresivnost.**

■ dječaci ■ djevojčice

0 0,5 1 1,5 2 2,5 3



# Psihološke poteškoće koje uočavaju

## UČENICI KOD SEBE I VRŠNJAKA

- ▶ tremu, pritisak, stres, tjeskobu
- ▶ slabu koncentraciju
- ▶ poteškoće učenja
- ▶ agresivnost, burno reagiranje – emocionalnost
- ▶ loše mišljenje o sebi, nisko samopouzdanje
- ▶ potištenost, povučенost, zatvorenost u sebe
- ▶ samoozljeđivanje
- ▶ probleme u obitelji

## UČITELJI KOD UČENIKA

- ▶ smetnje koncentracije
- ▶ nedostatak motiva i interesa
- ▶ agresiju, ljutnju, frustraciju, nezadovoljstvo
- ▶ emocionalnu hladnoću (neprepoznavanje osjećaja, nesposobnost empatije), zatvorenost u sebe, samodostatnost
- ▶ emocionalnu nezrelost
- ▶ probleme u obitelji

**Veliki broj problema kod djece ostaje neprepoznat, veliki broj djece ne dobiva adekvatnu pomoć**

---

## **KOLIKO UČENIKA IMA POTEŠKOĆE DEPRESIVNOG TIPA?**

*Ja nikad nisam ni pomislila da se djeci tako nešto događa. Da li se ja s njima nikad nisam dotaknula te teme? Ja nikad nisam čula od kolega da je pričao da se tako nešto događa. Nikad nisam promišljala da netko od djece koji idu kod mene doživljava ovakve emocije, da ima takve probleme.*

*Na žalost, moj propust.*

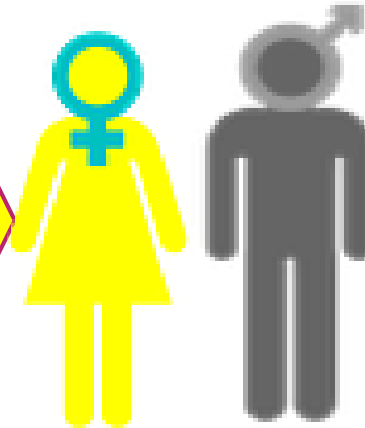
UČITELJICA



# Povezanost internaliziranih i eksternaliziranih problema i školskog uspjeha

Školski uspjeh i ...

**Anksioznost (-0,14)**  
**Depresivnost (-0,28)**  
**Tjelesni simptomi (-0,10)**  
Hiperaktivnost  
Agresivnost



Anksioznost  
Depresivnost  
Tjelesni simptomi  
Hiperaktivnost  
Agresivnost



$p < 0,05$

# Veza psiholoških poteškoća i školskog uspjeha

---

- ▶ *Sve je to povezano. I naša sreća s ocjenama i naša tuga s ocjenama i naš odnos s profesorima...*
- ▶ *Ta depresivnost kao da dodaje dosadu učenju, da im se ne da učiti, da nema smisla više, ali opet, ako to ne naučimo ne možemo dobiti dobru ocjenu i taj se osjećaj samo povećava. Mislim da dobijanjem dobre ocjene taj osjećaj ispuštamo, nestaje polako.*

UČENICI

---





# **INTERVENCIJE U ŠKOLI**

# **INTERVENCIJE U ŠKOLI**

**Učenici**

# Što predlažu učenici

---

## SMANJIVANJE NAPETOSTI I NEUGODE U RAZREDU:

- ▶ jasno odrediti što je potrebno naučiti
- ▶ ispitivati bitno, a ne detalje
- ▶ unaprijed dati informacije kad i na koji način će se provjeravati znanje
- ▶ mogućnost da se „ispriča“
- ▶ smanjiti vremenski pritisak
- ▶ ohrabrenje i emocionalna podrška učitelja i razreda
- ▶ smanjiti kompeticiju i natjecateljsku atmosferu



# Što predlažu učenici

---

## POTICANJE MOTIVACIJE ZA UČENJE:

- ▶ obogatiti gradivo zanimljivostima
- ▶ primjenjivost gradiva, pokusi, vizualizacija, iskustveno učenje
- ▶ aktualizirati gradivo
- ▶ naglasak na osnovnom uz pokoji detalj
- ▶ da učitelj unese svoju interpretaciju
- ▶ zabavnija nastava



- 
- ▶ *Da možda cijeli razred da potporu tom učeniku koji ima strah, da onda surađuju, da si pomognu jedni drugima i onda bi kod te osobe smanjili strah.*
  - ▶ *To uspoređivanje spušta ti samopuzdanje i samo si potišten.*
  - ▶ *Učitelji putem pokusa, putem primjena u svakodnevnom životu, putem primjera uvlače sve učenike u nastavu. Čak i one koji imaju poteškoće, da ne zaostaju za drugima. To je nešto što si svi možemo predočiti.*

UČENICI

---



# Što predlažu učenici

---

## STVARANJE BOLJE ŠKOLSKE KLIME:

- ▶ da se učitelj više približi učenicima (priredbe, putovanja, tematski dani...)
- ▶ bolja komunikacija sa svim djelatnicima u školi

## SAVJETOVANJE I PODRŠKA U ŠKOLI

- ▶ učitelji, stručni suradnici, vršnjaci pomagači

## UGODNIJI I POTICAJNIJI PROSTOR

---



- 
- ▶ *Ja mislim da malo profesore zanimaju naši problemi, ja mislim da je njima važnije da mi naučimo što nam predaju.*
  - ▶ *Ako profesor vidi da je učenik ljut i pusti ga da tamo nešto lupa, neku loptu, lopticu za stres ili nešto... onda učenik shvaća da ga razumije. Ako profesor kaže „ti si jako agresivan“ i stalno ga šalje na razgovore tamo negdje. Tako ni učenik ni profesor ne mogu funkcionirati.*
  - ▶ *Mi smo si super sa čistačicama. I s kuharicama. To je zapravo dosta dobro. I ravnatelj i vi znate naša imena... ...super mi je kad tako razgovaramo i jednostavno, nekako je bolje.*

UČENICI



# **INTERVENCIJE U ŠKOLI**

**Učitelji**



# Što predlažu učitelji

---

## SMANJIVANJE NAPETOSTI I NEUGODE U RAZREDU:

- ▶ smanjiti vremenski pritisak
- ▶ umjeren kriterij ocjenjivanja
- ▶ dopuštanje da se dijete izrazi na njemu svojstven način
- ▶ naglasak na djetetovim jačim stranama
- ▶ naglasak na vještine, a ne ocjene
- ▶ smanjiti stres oko upisa u srednju školu
- ▶ u školi i podučavati i uvježbavati (dijeljenje odgovornosti za uspjeh)



- 
- ▶ ...dječak je stvarno sposoban, pravi prirodnjak, a neće moći u MIOC ako ne bude prijemni jer je u 5. imao četvorku iz povijesti.
  - ▶ *Usmjerenost prema ocjeni onemogućava posvećenost nečemu, strast... i to ne proizlazi samo iz djece, to ide i kroz nas i roditelje...*

UČITELJI

---



# Što predlažu učitelji

---

## STVARANJE BOLJE ŠKOLSKE KLIME:

- ▶ pohvala
- ▶ razgovor
- ▶ ukazivati da nam se mogu obratiti
- ▶ sat primanja za učenike

## SAVJETOVANJE I PODRŠKA U ŠKOLI

- ▶ stručna pomoć djeci s poteškoćama
  - ▶ psihoedukacija za roditelje
- 



- 
- ▶ *Ja sam već sto puta rekla da ću uvesti sat primanja za učenike jer ponekad imam osjećaj da dijete hoće nešto reći, da želi možda s vama komunicirati na samo, a da zapravo nema kada.*

UČITELJICA



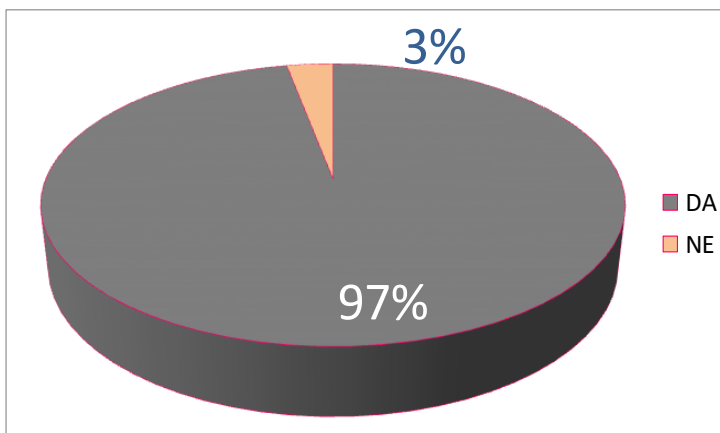
# Što predlažu učitelji

---

## PSIHOEDUKACIJA, GRUPE PODRŠKE:

- ▶ različite edukacije koje bi odgovarale različitim učiteljima
- ▶ međusobna potpora

*Konstruktivne sjednice gdje bi doista o djeci kao djeci, osobama, razgovarali mogle bi biti korisne. I to bi moglo biti češće.*



# ZAKLJUČCI

---

- ▶ **13%-17%** učenika od 5. do 8. razreda doživljava intenzivne internalizirane i eksternalizirane simptome, najviše simptome **hiperaktivnosti**.
- ▶ **Djevojčice** u većoj mjeri doživljavaju ispitnu i separacijsku anksioznost te veći broj psihosomatskih simptoma.
- ▶ **Dječaci** imaju više teškoća u koncentraciji, skloniji su problemima u ponašanju i nasilničkim ponašanjima.
- ▶ **Školski neuspjeh** u većoj mjeri doživljavaju **djevojčice** koje su anksioznije, depresivnije, i imaju više tjelesnih tegoba.



# ZAKLJUČCI

---

- ▶ Preventivno djelovanje za ublažavanje posljedica stresnih situacija u školi mogu smanjiti napetost i neugodu među učenicima u razredu – PSIHOLOŠKO CIJEPLJENJE
  - ▶ Kroz različite oblike radionica učitelje upoznati s osnovnim metodama pomoći djeci i specifičnim metodama podučavanja
  - ▶ Radom u maloj grupi omogućiti učiteljima prorađivanje vlastitih, osobnih problema te pružiti međusobnu potporu u stresnim situacijama.
  - ▶ Povećanjem emocionalne pismenosti učitelja i učenika olakšava se i učenje i podučavanje.
  - ▶ Stvoriti preduvjete za osobni pristup učeniku.
- 



- 
- ▶ *A naša uloga bi trebala biti da emocije na neki način dobijemo, probudimo, bez obzira o kojem se predmetu radi i da tako učenike motiviramo i usmjerimo. Nekad to uspije, nekad i ne.*

UČITELJICA





**Mr. Lončarević Ivana**

Osnovna škola Augusta Harambašića, Zagreb

*[ivana.loncarevic@skole.hr](mailto:ivana.loncarevic@skole.hr)*

**Prof.dr.sc. Vulić-Prtorić Anita**

Odjel za psihologiju, Sveučilište u Zadru

*[avulic@unizd.hr](mailto:avulic@unizd.hr)*

**HVALA NA PAŽNJI!**