

Povezovanje znanja in čustveno-socialnih kompetenc v
izobraževanju



PSIHOLOGIJA V ŠOLI - IZ UČBENIKOV V ŽIVLJENJE, OD TEORIJE K RAZUMEVANJU, EMPATIJI IN OBČUTENJU SKUPNE ČLOVEČNOSTI

Marina Vidmar, Gimnazija Šentvid
OŠ Jožeta Gorjupa, Kostanjevica na Krki, 30. 5. 2026

IZHODIŠČA IN CILJI



Temeljne naloge šole

Šola razvija spoznavne, funkcionalne in socializacijske sposobnosti in veščine za celostni razvoj dijakov.

Celostno razumevanje človeka

Bio-psiho-socialni pogled omogoča razumevanje človeka kot biološkega, psihološkega, socialnega in duhovnega bitja.

Oblikovanje odgovornih posameznikov

Pouk psihologije razvija empatijo, kritično mišljenje in odgovornost

Cilji trajnostnega razvoja

- ▶ 3. zdravje in dobro počutje
- ▶ 4. kakovostno izobraževanje
- ▶ 5. enakost spolov

SODOBNI TRENDI V DIDAKTIKI PSIHOLOGIJE

1. NA UČENCA OSREDINJENO IN AKTIVNO UČENJE
2. OSEBNE IZKUŠNJE IN AVTENTIČNO UČENJE
3. INTERDISCIPLINARNOST
4. POUDAREK NA KOMPETENCAH
5. POUDAREK NA DOBROBITI DIJAKOV



1. NA UČENCA OSREDINJENO IN AKTIVNO UČENJE

Sodobna didaktika spodbuja prehod od pasivnega sprejemanja k aktivnemu in na učenca osredinjenemu učenju.

Temelji na idejah konstruktivizma (Bruner): globlje razmišljanje in osebni angažma učenca

Metode

Problemsko, raziskovalno in projektno učenje povezuje teorijo z realnim življenjem in krepi razumevanje.

Razvoj kritičnega mišljenja

Aktivno učenje spodbuja postavljanje vprašanj, iskanje vzrokov in globlje razumevanje psiholoških pojavov.



1. NA UČENCA OSREDINJENO IN AKTIVNO UČENJE

- ▶ **AKTIVNOST:** analiza aktualnega primera
- ▶ Izvedba v izbirnem družboslovnem modulu 3. letnik (2x blok ura: 4 PU)
- ▶ Št. udeležencev 24
- ▶ Sosledje aktivnosti:
- ▶ Dijaki se doma s pomočjo spleta informirajo o tragičnem dogodku (novoletni požar v Crans Montani, v katerem je umrlo 41 oseb, največ najstnikov in bilo ranjenih več kot 115 oseb)
- ▶ V šoli pogledamo video o dogodku
- ▶ Razdelitev v skupine po 4: vsaka skupina analizira dogodek s svojega zornega kota s pomočjo vprašanj, ki jih dobijo, pri tem si lahko pomagajo z učbenikom, spletom (tablice)

- ▶ Vsaka skupina analizira en aspekt (na voljo imajo 40 min)
- 1. **Razvojne značilnosti mladostništva** (in katere lahko prispevajo k takšnim dogodkom ter načinu reagiranja)
- 2. **Psihoaktivne substance** - alkohol in substance, ki se pojavljajo na zabavah med mladostniki: kako alkohol vpliva na percepcijo, reakcijske čase, čustvovanje in mišljenje
- 3. **Digitalna kultura mladih:** na posnetkih je vidno, da so mnogi mladi požar snemali s telefoni, namesto da bi zaznali nevarnost in hitro reagirali. S katerimi psihološkimi mehanizmi lahko pojasnimo ta pojav?
- 4. **Vzgojna vloga staršev** - na zabavi je bilo veliko 14-15 letnih najstnikov in drugih mladolletnih oseb - kakšna je vloga in soodgovornost staršev, kaj so vzgojni slogi in kateri vzgojni slog privede do odgovornih in samostojnih mladostnikov/odraslih
- 5. **Varnostni ukrepi** - katere varnostne ukrepe je potrebno upoštevati na tovrstnih dogodkih, kateri varnostni ukrepi v danem primeru niso bili upoštevani in kako je to vplivalo na reševanje ter število poškodovanih/umrlih
- 6. **Odgovornost/krivda:** kdo vse je soodgovoren za tragični dogodek, kako se lahko počutijo osebe, ki nosijo odgovornost za ta dogodek, kako lahko mlade učimo odgovornosti, kakšne posledice predlagate za odgovorne in kakšne sistemske spremembe bi predlagali, da do takšnih dogodkov ne bi več prihajalo.

1. NA UČENCA OSREDINJENO IN AKTIVNO UČENJE

- ▶ Isti dan mi vsaka skupina pošlje povzetek ugotovitev z ustrezno navedenimi viri
- ▶ Do naslednjega tedna pregledam, popravim, pozovem k dopolnitvam
- ▶ Naslednja ura v razredu: Vsaka skupina predstavi svoje ugotovitve in razmišljanja
- ▶ Vsaka skupina ima na voljo 5 min za predstavitev in 2 minuti za morebitna vprašanja drugih dijakov (diskusijo)

2. POUDAREK NA OSEBNIH IZKUŠNJAH IN AVTENTIČNEM UČENJU

Povezava z osebnimi izkušnjami

Avtentično učenje omogoča dijakom razumevanje psihologije skozi lastne izkušnje in samorefleksijo.

- ▶ Večja notrana motivacija dijakov, če jih vsebina osebno nagovori in če jo lahko povežejo s svojimi življenjskimi izkušnjami, kar jim daje občutek smiselnosti, pristnosti in aktualnosti znanja. Poudarek je na tem, da znanstvena spoznanja povežejo z osebnimi izkušnjami.
- ▶ Pristopi: metoda introspekcije - samorefleksija, diskusija
- ▶ Uporaba introspekcije in razprav v skupinah spodbuja razvoj samozavedanja in empatije pri dijakih.

2. POUDAREK NA OSEBNIH IZKUŠNJAH IN AVTENTIČNEM UČENJU

- ▶ **AKTIVNOST:** stresna reakcija
- ▶ Celostno analizirajo doživljanje stresa (s pomočjo DL)
- ▶ Sledi izmenjava izkušenj v skupinah po 4, kar krepi empatijo in izkušnjo skupne človečnosti

3. INTERDISCIPLINARNOST

- ▶ Psihologija je dijakom predstavljena kot empirična znanost, ki se nahaja na stičišču naravoslovnih in družboslovnih znanosti

Celostno razumevanje psiholoških pojavov in vedenja

Celosten interdisciplinarni pristop preprečuje poenostavljene razlage kompleksnih pojavov vedenja.

- ▶ Vključevanje kognitivne nevroznanosti, ki poskuša razložiti povezavo med delovanjem možganov ter duševnimi procesi in vedenjem

3. INTERDISCIPLINARNOST

- ▶ **AKTIVNOST** celostno razumevanje agresivnega vedenja
- ▶ Delo v skupinah po 4: tematiko raziščemo z različnih zornih kotov,
- ▶ Biologije (spoznamo pomen genetike, hormonov),
- ▶ Vedenjske perspektive
- ▶ Kognitivne perspektive
- ▶ Socialne in sociološke perspektive (družbeni vplivi in družbena konstrukcija agresije)
- ▶ Sledi predstavitev pred razredom in diskusija o nasilju v šolah in na spletu

4. Poudarek na kompetencah

Razvoj kompetenc

Pouk psihologije poudarja kombinacijo znanja, veščin, stališč in vrednot za učinkovito delovanje posameznika v različnih situacijah.

- ▶ Danes samo znanje ni dovolj oz. ne omogoča učinkovitega delovanja in ustrezne konkurenčnosti na trgu dela ter širše v družbi.
- ▶ Spremenjena vloga učitelja
- ▶ Poudarek na kompetencah kritičnega mišljenja, raziskovalnih kompetencah, čustveno-socialnih kompetencam, komunikacijskih kompetencah, kompetenci učenje učenja

4. POUDAREK NA KOMPETENCAH

- ▶ **AKTIVNOST:** dijakinja izvede raziskavo o duševnem zdravju med dijaki, med poukom izvede spletno anketo v vseh oddelkih, prikaže in ovrednoti ugotovitve, v razredih predstavi ugotovitve, najpogostejše duševne motnje med mladostniki in oblike pomoči in kje lahko pomoč dobijo,
- ▶ **SPOROČILO** za dijake: vsak se lahko znajde v duševni stiski, poiskati pomoč je znak poguma in ne šibkosti

5. POUDAREK NA DOBROBITI DIJAKOV

Pozitivna psihologija in dobrobit

Seligman: PERMA model: pozitivna čustva, angažiranost, odnose, smisel in dosežke za dobro duševno zdravje.

Miselna naravnost rasti (C. Dweck)

Zdravo soočanje z neuspehi, spodbujanje sprejemanja izzivov, učenja iz napak in vztrajnosti krepi osebni razvoj dijakov.

Psihoedukacija in preseganje stigme

Šola osvešča o duševnem zdravju in duševnih motnjah

Uči tehnike za obvladovanje stresa (dihalne vaje, vaje čuječnosti, kognitivno prestrukturiranje)

Spodbuja zmanjševanje stigme in iskanje pomoči, kar izboljšuje samopodobo in duševno zdravje mladih.

5. POUDAREK NA DOBROBITI DIJAKOV

- ▶ Pomen pozitivnih emocionalnih stanj
- ▶ Pozitivna psihologija in model PERMA
- ▶ MISELNA NARAVNANOST
- ▶ **1. AKTIVNOST:** kratek vprašalnik - oceni svojo miselno naravnanoost, dijak predstavi ideje C. Dweck; DL spremeni svoje mišljenje, spremeni svoj svet)
- ▶ **2. AKTIVNOST:** ogled posnetka Harvardska študija o sreči, DL za refleksijo kakšno je moje življenje, kje so možnosti za izboljšavo, delitev v skupini
- ▶ **3. AKTIVNOST:** psihoedukacijske delavnice
- ▶ Dijak predstavi, kaj je duševno zdravje, bio-psiho-socialni model zdravja
- ▶ Dijak predstavi duševne stiske v mladostništvu, pogledamo video-izpovedi
- ▶ Dijak predstavi dejavnike tveganja in varovalne dejavnike
- ▶ Dijak predstavi predsodke do duševnih bolnikov in stigmatizacijo in kako jo lahko obvladujemo, sledi diskusija

**POSEBNOSTI,
ZANIMIVOSTI,
PRIPOROČILA**



- ▶ Ponuditi teme in obenem zagotoviti določeno mero samoiniciativnosti (priljubljene teme UI, šport)
- ▶ Določena kvota ur še vedno rezervirana za “klasični pouk” s primesmi aktivnih pristopov
- ▶ Vedno razmejiti subjektivne poglede in izkušnje od znanstvenih spoznanj

ZAKLJUČEK

Premik k izkustvenemu učenju

Sodobni pouk spodbuja aktivno učenje in povezovanje teorije s prakso za boljše razumevanje. Učitelj je mentor, dijaki pa soustvarjalci znanja in raziskovalci, kar krepi kritično mišljenje in empatijo.

Evalvacija: več načrtovanja s strani učitelja in več samostojnega angažmaja dijakov, časovno potratni pristopi.

Pasti subjektivnega pristopa. Potrebno je ohranjati znanstveni pristop, izvajati raziskave o učinkovitosti pristopov v psihologiji in slediti z dokazi podprtim pristopom.

Duševno zdravje mladih - naložba v prihodnost

Vključevanje vsebin o duševnem zdravju pomaga graditi strpno, sočutno in povezano družbo. Naložba v prihodnost (partnerstvo, starševstvo, poklicna kariera)

VIRI IN LITERATURA

- ▶ Bruner, J. S. (1960). *The process of education*. Harvard University Press.
- ▶ Dweck, C. S. (2016). *Moč miselnosti: kako uresničiti svoje zmožnosti*. Učila International.
- ▶ Hikmat, R., Yosep, I., Mardhiyah, A., Kurniawan, K. in Syabana, M. N. (2026). A scoping review of school-based psychological interventions for adolescent mental health in secondary education: Addressing anxiety, depression, and well-being. *Discover Mental Health*, 6, Article 11.
- ▶ Kompare, A., Stražišar, M., Dogša, I., Vec, T., Curk, J. (2011). *Psihologija: spoznanja in dileme*. Državna založba Slovenije.
- ▶ Kutcher, S., Wei, Y. in Morgan, C. (2015). Sustained improvements in students' mental health literacy with use of a mental health curriculum in Canadian schools. *BMC Psychiatry*, 15, Article 379
- ▶ Medveš, Z. (2004). Bildung in competences. *Vzgoja in izobraževanje*, 35(2), 7-9.
- ▶ Medveš, Z. (2020). Od znanja h kompetencam. *Sodobna pedagogika* 71(4), 14-26.

- ▶ Mueller, C. M. in Dweck, C. S. (1998). Praise for intelligence can undermine children's motivation and performance. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(1), 33-52.
- ▶ Polh Budja, K. (2017). *Vloga prepričanj o umskih sposobnostih v šolskem okolju: Miselna naravnost v povezavi z učnim uspehom, učno nadarjenostjo, s samoregulacijo učenja in z učno samopodobo*. Univerza v Mariboru, Filozofska fakulteta.
- ▶ Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. Free Press.
- ▶ Thorsten, A., Wensby, A., Holmberg, R. in Malmquist, K. (2025). Teaching critical thinking in psychology—focusing on evaluating different psychological perspectives. *Nordidactica: Journal of Humanities and Social Science Education*, 15(3), 1-27.
- ▶ Zeidabadi, B., Khodayarian, M., Sadeghi, R. in Jambarsang, S. (2025). Evaluating the effect of mental health curriculum on secondary school students' mental health literacy and knowledge and attitude to mental illness. *Scientific Reports*, 15(1), 1-11.
- ▶ VIR SLIK: Stock images



HVALA ZA
POZORNOST