

Osnovna šola Grm

Novo mesto

# **PERFEKCIONIZEM MED OSNOVNOŠOLSKIMI OTROKI IN MLADOSTNIKI**

(raziskovalna naloga s področja psihologije)

Jure Judež

Marko Knoll

Aleksa Pavičević

Mentorici:

mag. Irena Adlešič

Andreja Cerovšek

Novo mesto, 2021

## POVZETEK

Raziskovali smo perfekcionizem med osnovnošolskimi otroci in mladostniki. V raziskavo smo vključili učence petega in devetega razreda naše osnovne šole in jo izvedli v začetku oktobra 2020. Sestavili smo vprašalnik, ki ga je izpolnilo 72 petošolcev in 76 devetošolcev.

Na osnovi naše raziskave ugotavljamo, da obstajajo v 5. in 9. razredu učenci z različnimi stopnjami perfekcionizma. Med obema spoloma ni razlik v perfekcionizmu. Učenci z višjo povprečno šolsko oceno so bolj perfekcionistični, med identificiranimi nadarjenimi učenci in ostalimi učenci ni razlik v perfekcionizmu, učenci, ki jih starši pogosteje nadzirajo in jim pomagajo pri šolskem delu, imajo višjo stopnjo perfekcionizma. Menimo, da gre večinoma za zdrav perfekcionizem, saj je zelo majhen delež vzorca izkazoval visoko stopnjo.

Raziskava odpira pot v nova raziskovanja, in sicer bi bila potrebna preseganja pomanjkljivosti naše raziskave, pa tudi področje je zanimivo, saj bi nas zanimalo še mnenje učiteljev kot zunanjih ocenjevalcev perfekcionizma, povezanost perfekcionizma z izobrazbo staršev in posledice perfekcionizma. Vsekakor pa je za praktično delovanje pomembna meja med zdravim in nevrotičnim perfekcionizmom.

## KAZALO VSEBINE

1 UVOD.....	4
1.1 Perfekcionizem.....	4
1.2 Perfekcionizem glede na spol in starost.....	5
1.3 Primarna družina in pojav perfekcionizma.....	6
1.4 Perfekcionizem in nadarjeni učenci.....	7
1.5 Perfekcionizem in študijska uspešnost.....	8
2 NAMEN NALOGE.....	9
3 HIPOTEZE.....	10
4 METODA DELA.....	11
4.1 Vzorec.....	11
4.2 Inštrument.....	13
4.3 Potek raziskave.....	14
4.4 Analiza podatkov.....	14
5 REZULTATI.....	16
6 RAZPRAVA.....	26
7 PREDLOGI.....	29
8 VIRI IN LITERATURA.....	30
9 PRILOGA.....	31

# 1 UVOD

## 1.1 Perfekcionizem

V zadnjih letih je bilo raziskovanih veliko komponent perfekcionizma, in sicer prekomerna zaskrbljenost zaradi napak, dvomi v posameznikovo sposobnost doseganja ciljev, red in urejenost (Cook in Kearney, 2009; po Mlakar, 2018). Med najpomembnejšo značilnost perfekcionizma uvrščamo posameznikovo postavljanje previsokih osebnih standardov. Nekateri pa perfekcionizem opredeljujejo kot osebnostno lastnost, ki spodbuja odličnost in motivira posameznika, da sledi visokim ciljem (Yoon in Lau, 2008; po Mlakar, 2018).

Beseda perfekcionizem že sama po sebi razodeva svojo glavno lastnost – perfektnost in odličnost. Je osebnostna lastnost, ki posameznika spremlja na vseh področjih delovanja, pri katerih se nagiba k brezhibnosti in popolnosti (Flett in Hewitt, 2002; po Bobek, 2020). Neuspeh perfekcionisti težko sprejmejo (Hewitt, Mittelstaedt in Wollert, 1989; po Bobek, 2020). Frost in drugi (1990; po Bobek, 2020) pa so poudarili, da je treba od perfekcionistov ločiti tiste, ki si visoke cilje postavljajo zaradi svojih sposobnosti in zmožnosti.

Hamachek (1978; po Bobek, 2020) je razlikoval med normalnimi in nevrotičnimi perfekcionisti. Prvi so tisti, ki si postavljajo visoke cilje, ampak so pri doseganju cilja manj natančni, kot so si zamislili, in jih to ne moti preveč. Nevrotični so njihovo nasprotje, postavljajo si visoke cilje, pri čemer si ne dopuščajo veliko prostora za napake.

Barrow in Moore (1983; po Mlakar, 2018) navajata, da je za perfekcioniste značilno razmišljanje na način »vse ali nič«. Mišljenje perfekcionistov se iz »jaz želim« spremeni v »jaz potrebujem« ali »jaz moram«. V primeru, da perfekcionistični posameznik doseže zastavljen cilj, se mu le-ta ne zdi več pomemben. Zaradi vsega tega perfekcionisti ne najdejo več zadovoljstva v lastnih dosežkih. Visoki standardi povzročajo čustveno izčrpanost in manjšo uspešnost, zato se posameznik trudi biti še popolnejši, kar ponovno vodi v izčrpanost in še manjšo uspešnost (Mlakar, 2018).

Nekateri avtorji razlikujejo med prilagojenim in neprilagojenim perfekcionizem. Drugi oporekajo, da perfekcionizem ne more biti opredeljen kot zdrava oblika vedenja, ki ima korist za posameznika (Flett in Hewit, 2006; po Mlakar, 2018).

Slade in Owens (1998; po Bobek, 2020) se strinjata z razlikovanjem med pozitivnim in negativnim perfekcionizmom, saj ima to velik pomen v športu in pri prehranjevalnih motnjah.

Za perfekcionizem je značilna visoka stopnja samokritike in usmerjenost v uspeh, zato se pri perfekcionističnih posameznikih pogosto pojavlja depresija (Rasmussen in Troilo, 2016; po Mlakar, 2018). Tisti, ki govorijo o pozitivnih vidikih perfekcionizma (prilagojeni perfekcionizem), pa poudarjajo visoko stopnjo vestnosti. Poudarjajo tudi, da je prilagojena oblika perfekcionizma povezana s pozitivnimi vidiki (višja samopodoba in višje zadovoljstvo z življenjem) (Mlakar, 2018).

## 1.2 Perfekcionizem glede na spol in starost

Raziskovalce so zanimale razlike med spoloma pri dimenziji perfekcionizma. Ugotavljajo, da so razlike samo pri posameznih dimenzijah lestvic. Stöber (1998; po Mlakar, 2018) je ugotovil razlike pri starševskih pričakovanjih, kjer ženske dosegajo višje vrednosti. Ni razlik pri zaskrbljenosti zaradi napak in dvomu v dejanja (Turner in Turner, 2011; po Mlakar, 2018). Hewit in Flett (1991; po Mlakar, 2018) pravita, da je edina razlika med spoloma na druge usmerjen perfekcionizem. To pomeni, da so moški dosegali višje vrednosti. Mlakar (2018) med spoloma ni našla razlik v pojavu prilagojenega in neprilagojenega perfekcionizma ter pretirani zaščiti staršev. Je pa ugotovila razlike pri starosti, kjer so se posamezniki v poznem mladostništvu izkazali za bolj perfekcionistične kot posamezniki v srednji oziroma pozni odraslosti.

Glede na starost sta Land in Byee (2007; po Mlakar, 2018) ugotovila pomembne razlike med ženskami, starimi od 18 do 22 let ter od 32 do 35 let. Ženske, ki so spadale v zgornjo odraslo dobo, so imele manjšo raven perfekcionizma na več področjih (zaskrbljenost zaradi napak, osebni standardi in dvom v dejanja). Razlog je povezan z višjo zrelostjo posameznika v kasnejši dobi. Hewit in Flett (1991; po Mlakar, 2018) sta ugotovila, da nižja kot je starost, višja je raven perfekcionizma. Z nižanjem starosti se je raven perfekcionizma večala.

### 1.3 Primarna družina in pojav perfekcionizma

Na razvoj perfekcionizma vpliva več dejavnikov, ki nikoli ne delujejo sami, ampak v povezavi z drugimi. To so osebnost posameznika, odnosi s starši in družinsko okolje, kultura, nekateri pa pravijo, da je perfekcionizem odvisen tudi od genetike (po Bobek, 2020).

Družina je zibelka psihološkega razvoja osebe. V družini posameznik pogosto posnema vzorce svojih staršev, jih ponotranji in živi. Več raziskav je dokazalo, da perfekcionizem izvira iz doma, kjer prevladuje nadzor. Frost in drugi (1991; po Bobek, 2020) so ugotovili, da imajo perfekcionistične mame perfekcionistične hčere in da postavljajo po mnenju njihovih hčera zelo visoka pričakovanja in so do njih kritične. Izkazalo se je tudi, da je trda vzgoja pomembno povezana s perfekcionizmom. Pri očetih, ki so se opisali kot redoljubni in strogi, perfekcionizma pri njihovih hčerkah ni bilo zaznati. Povezanost se je pokazala pri tistih hčerah, ki so svoje očete opisale kot stroge.

Poleg starševskega vpliva pa lahko otrok domneva, da popolnost od njega pričakuje tudi širša okolica (Hewitt in Flett, 1991; po Bobek, 2020). Temu rečemo družbeno predpisan perfekcionizem, kajti družba narekuje, kakšen mora biti posameznik, da ga ta sprejme.

Neprilagojeno vedenje staršev, ki se pretirano poslužujejo psihološke kontrole ali avtoritarnosti, lahko ustvari začaran krog družinskih vzorcev, ki spodbujajo perfekcionizem (Rasmussen in Troilo, 2016; po Mlakar, 2018).

Perfekcionistični posamezniki so izpostavljeni določenemu tipu družinskega okolja, ki spodbuja perfekcionizem (Flett idr., 2002; po Mlakar, 2018). Raziskave dokazujejo, da so v družinah, kjer so prevladovale zdrave meje, bližina in povezanost, otroci razvili boljšo čustveno regulacijo. Zato perfekcionizem ni potreben in se ne razvije. Pomanjkanje čustvenih vezi in topline v družini pa lahko vodi posameznika k perfekcionizmu, saj mu služi kot vir nadzora (Rasmussen in Troilo, 2016; po Mlakar, 2018).

Pomemben pa je tudi temperament, od katerega je odvisno, ali bo oseba ponotranjila ideale staršev, okolice in širše kulture (Flett in drugi, 2002; po Bobek, 2020). Walton in drugi (2018; po Bobek, 2020) so delali medkulturno raziskavo. Izkazalo se je, da so imeli posamezniki iz

Severne Amerike v primerjavi s Srednjim vzhodom na lestvici perfekcionizma višjo stopnjo pri starševskih pričakovanjih in vase usmerjenem perfekcionizmu.

#### 1.4 Perfekcionizem in nadarjeni učenci

Številni faktorji vodijo do pojava perfekcionizma pri nadarjenih, vendar Slaneg in Ashby (Krstić in Keverski, 2015) sugerirata, da je treba v obzir vzeti vzgojni stil staršev, ki je glavni faktor v razvoju perfekcionizma pri nadarjenih učencih. S svojo raziskavo sta Krstić in Keverski (2015) ugotovila, da družbeno ekonomski status družine nadpovprečno uspešnih učencev vpliva na pojav zdravega ali nevrotičnega perfekcionizma. Ugotovila sta, da imajo družine z višjim socialno ekonomskim statusom večji vpliv na pojav spodnje meje zdravega perfekcionizma in nevrotičnega perfekcionizma kot družine z nižjim socialno ekonomskim statusom. To pomeni, da nimajo realnih pričakovanj do otrok, da postavljajo previsoke zahteve svojim otrokom, nimajo posluha za njihove napake in od otrok pričakujejo, da v popolnosti opravijo svoje naloge.

Konstrukt perfekcionizma je pogosto predstavljen kot značilnost nadarjenih učencev, saj naj bi bili ti v večji meri podvrženi perfekcionizmu kot njihovi nenadarjeni vrstniki (Chan, 2010; Potočnik, 2018). Schuler (2002; po Potočnik, 2018) je ugotovila, da kar 98 od 112 nadarjenih učencev osnovne šole kaže znake perfekcionizma. Tudi Ferbežar (2002; po Potočnik, 2018) prav tako meni, da je perfekcionizem pogostejši pri nadarjenih mladostnikih, saj se pri njih pojavlja več neuspehov in čustvenih nemirov. Chan (2010; po Potočnik, 2011) je pri učencih, starih od 7 do 12 let, našel tri tipe perfekcionizma: nezdravi perfekcionizem, neperfekcionizem in zdravi perfekcionizem. Nezdravi perfekcionisti so dosegali visoke rezultate pri visokih standardih, razhajanju med osebnimi standardi in realnimi dosežki ter organiziranosti. Neperfekcionisti so dosegali nizke rezultate pri vseh treh dimenzijah, zdravi perfekcionisti so dosegali visoke rezultate pri visokih standardih in organiziranosti, nizke rezultate pa pri dimenziji razhajanje med osebnimi standardi in realnimi dosežki. Ugotovil je tudi, da se ločita skupini nadarjenih in nenadarjenih učencev. Nadarjeni so bili pogosteje perfekcionistični in so dosegali pomembno višje rezultate na področju zdravega perfekcionizma.

Kodele (2018) je preverjala razlike na slovenskem vzorcu. Ugotovila je, da nadarjeni dijaki v primerjavi s svojimi vrstniki dosegajo višje rezultate pri dimenziji stremenje k odličnosti in občutljivost na kritiko. Pri redoljubnosti pa so višje rezultate dosegali nenadarjeni vrstniki.

K. Speirs Neumeister s sodelavci (po Kodele, 2018) so sklepali, da nadarjeni učenci, ki izražajo visoko stopnjo vase usmerjenega perfekcionizma, stremijo k usmerjenosti v obvladovanje nalog in razvoj lastnih zmožnosti ali k usmerjenosti v izkazovanje lastnih zmožnosti. Za obe skupini je značilna potreba po dosežku, kar je ena izmed glavnih značilnosti vase usmerjenih perfekcionistov. Opozorila je tudi na potrebo po kompleksnejšem razumevanju ciljnih usmerjenosti in perfekcionizma tako na področju učne uspešnosti kot tudi na področju prilagodljivih vzorcih vedenja, mišljenja, čustvovanja in prepričanj.

## 1.5 Perfekcionizem in študijska uspešnost

Posamezniki z višje izraženimi prilagojenimi dimenzijami perfekcionizma se od skupine, ki ima višje izražene neprilagojene dimenzije, ločijo v sposobnosti, da uspešno delujejo naprej, četudi ne dosežejo svojih standardov. Prilagojene dimenzije perfekcionizma spodbudijo študente, da dosežejo svoj polni potencial. Študenti z neprilagojenimi dimenzijami perfekcionizma pa so zelo kritični do sebe, kadar ne dosežejo svojih standardov (Asahby in Gnilka, 2017; Flett idr., 2001; po Štrakl, 2020).

Perfekcionizem je težnja k popolnosti pod edinemspremenljivem kriteriju osebnega zadovoljstva in uspešnosti, ki vzpodbuja učenje in pripomore k visoki učni uspešnosti. V določenih primerih lahko preraste v nedosegljivo in povzroča hude duševne stiske. To je neprilagojeni perfekcionizem in za posameznika pomeni, da nikoli ni nič dovolj dobro. To pa je povezano z doživljanjem višjega nivoja stresa, dvomi v lastna dejanja in sposobnosti ter pretirano izogibanje napakam (po Štrakl, 2020). Posamezniki z visoko izraženimi prilagojenimi dimenzijami perfekcionizma pa izražajo višje samospoštovanje in občutek samoučinkovitosti, so zadovoljni z doseženim in morebitni neuspeh vidijo kot izziv ali priložnost za izboljšave.



## 2 NAMEN NALOGE

Namen naše naloge je odgovoriti na naslednja raziskovalna vprašanja:

- ugotavljanje perfekcionizma v 5. in 9. razredu,
- povezanost perfekcionizma s spolom učencev v 5. in 9. razredu,
- povezanost perfekcionizma s šolskim uspehom v predhodnem razredu,
- povezanost perfekcionizma z identifikacijo oziroma neidentifikacijo nadarjenosti,
- povezanost perfekcionizma s starševskim nadzorom,
- povezanost perfekcionizma s starševsko pomočjo.

### 3 HIPOTEZE

Glede na raziskovalna vprašanja, smo si postavili naslednje hipoteze:

H1: Perfekcionizem bo visoko izražen pri petošolcih in devetošolcih.

H2: Perfekcionizem bo višje izražen pri dekletih v 5. in 9. razredu.

H3: Perfekcionizem bo višje izražen pri učencih z višjim učnim uspehom.

H4: Perfekcionizem bo višje izražen pri učencih, ki so identificirani kot nadarjeni.

H5: Perfekcionizem bo višje izražen pri učencih, ki jih starši pogosteje nadzorujejo.

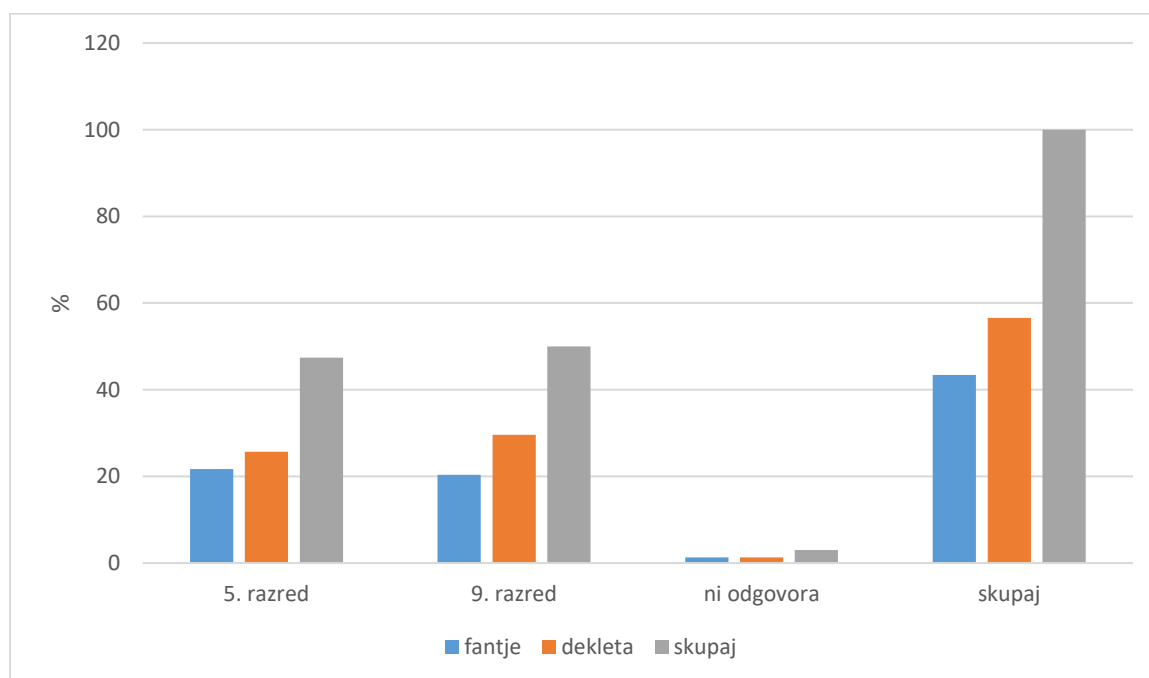
H6: Perfekcionizem bo višje izražen pri učencih, katerim starši pogosteje pomagajo pri učenju.

## 4 METODA DELA

### 4.1 Vzorec

Preglednica 1: Prikaz vzorca glede na spol in razred

Razred	Fantje		Dekleta		Skupaj	
	f	%	f	%	f	%
5. razred	33	21,71	39	25,66	72	47,37
9. razred	31	20,39	45	29,61	76	50,00
Odg. ni obkrožen	2	1,32	2	1,32	4	2,63
Skupaj	66	43,42	86	56,58	152	100,00

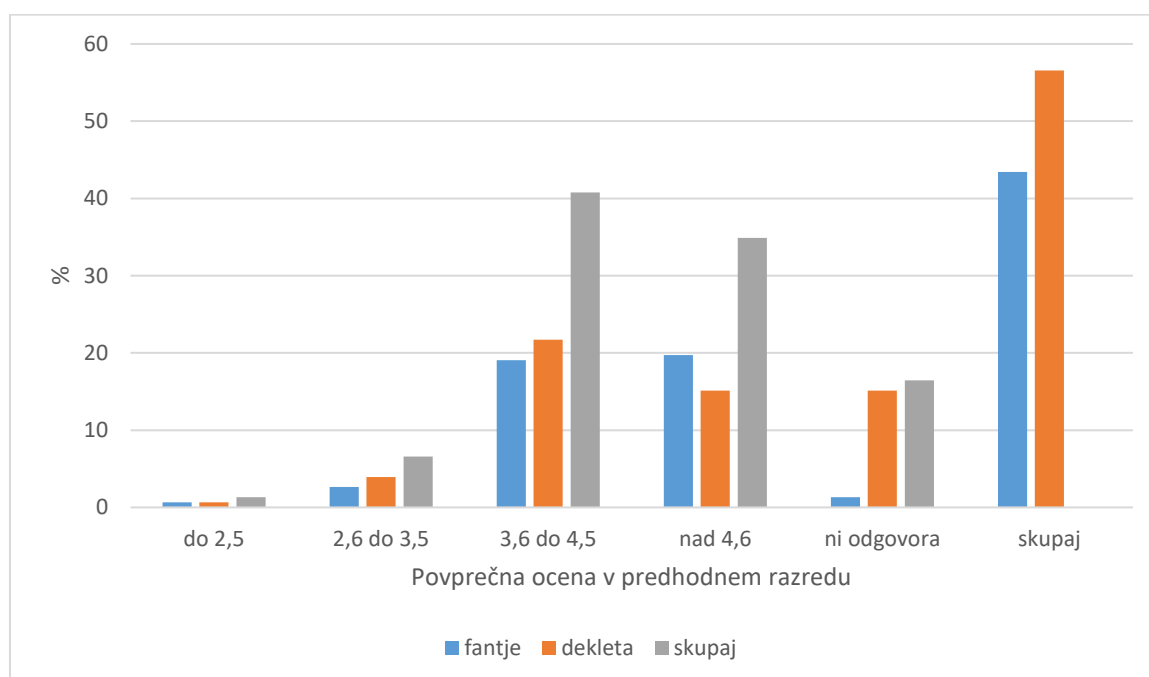


Slika 1: Grafični prikaz vzorca glede na spol in razred

V vzorec smo zajeli 152 učencev Osnovne šole Grm Novo mesto. Od tega je bilo 47,37 % petošolcev in 50 % devetošolcev. 2,63 % učencev ni podalo odgovora na to vprašanje in jih nismo upoštevali v naši raziskavi. 43,42 % je bilo fantov in 56,58 % deklet.

Preglednica 2: Prikaz vzorca glede na spol in povprečno oceno v predhodnem razredu

Povprečna ocena	Fantje		Dekleta		Skupaj	
	f	%	f	%	f	%
Do 2,5	1	0,65	1	0,65	2	1,32
2,6 do 3,5	4	2,63	6	3,94	10	6,58
3,6 do 4,5	29	19,07	33	21,71	62	40,79
Nad 4,6	30	19,73	23	15,13	53	34,87
Odg. ni obkrožen	2	1,32	23	15,13	25	16,44
Skupaj	66	43,42	86	56,58	152	100,00

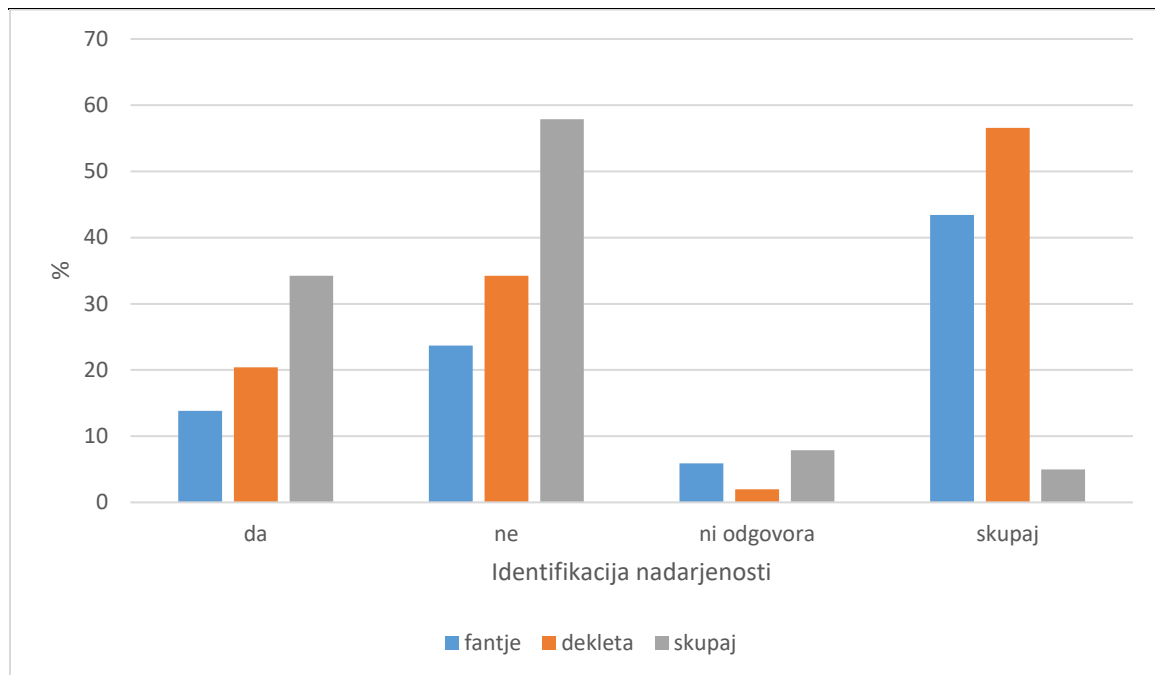


Slika 2: Grafični prikaz vzorca glede na spol in povprečno oceno v predhodnem razredu

V vzorec smo zajeli 34,87 % učencev s povprečno oceno nad 4,6, 40,79 % učencev s povprečno oceno od 3,6 do 4,5 in 6,85 % učencev s povprečno oceno od 2,6 do 3,5 ter 1,32 % učencev s povprečno oceno do 2,5. 16,44 % učencev ni odgovorilo na to vprašanje.

Preglednica 3: Prikaz vzorca glede na spol in identifikacijo o nadarjenosti

Identif. nadar.	Fantje		Dekleta		Skupaj	
	f	%	f	%	f	%
Da	21	13,82	31	20,39	52	34,21
Ne	36	23,68	52	34,21	88	57,89
Odg. ni obkrožen	9	5,92	3	1,97	12	7,89
Skupaj	66	43,42	86	56,58	152	100,00



Slika 3: Grafični prikaz vzorca glede na spol in identifikacijo nadarjenosti

V vzorcu je bilo 34,21 % identificiranih nadarjenih učencev, od tega 13,82 % fantov in 20,39 % deklet.

## 4.2 Inštrument

V raziskavi smo uporabili vprašalnik, ki smo ga sami sestavili. Pri tem smo si pomagali z vprašalnikom Parkerja in Adkinsove (1995; po Mohar, 2017).

Vprašalnik vsebuje 9 trditev. Učenci so odgovarjali na 5-stopenjski ocenjevalni lestvici: sploh ne drži; večinoma ne drži; ne vem, ne morem se odločiti; večinoma drži; vedno drži. Na začetku

smo dodali vprašanja o spolu, razredu (5. in 9.), identifikaciji nadarjenosti, nadzoru staršev in pomoči staršev. Na vprašalnik se ni bilo treba podpisati, zato nismo rabili soglasja staršev.

Vprašalnik je v prilogi 1.

Na vprašalniku o perfekcionizmu smo odgovore točkovali tako:

- sploh ne drži: 1 točka,
- večinoma ne drži: 2 točki,
- ne vem, ne morem se odločiti: 3 točke,
- večinoma drži: 4 točke,
- vedno drži: 5 točk.

Pri vsakem učencu smo točke sešteli. Minimalno število točk je bilo 9, maksimalno pa 45. Višje število točk pomeni višjo stopnjo perfekcionizma.

### 4.3 Potek raziskave

Za tematiko perfekcionizma smo se odločili, ker menimo, da je v šoli veliko učencev in učenk, ki so perfekcionistični in si želijo zelo visoke ocene. Kljub veliki prizadevnosti pa to vsem ne uspe. Zato smo se odločili, da raziskavo izvedemo v 5. in 9. razredu. Nato smo se lotili prebiranja literature in sestavljanja vprašalnika. Anketiranje smo izvedli ob koncu septembra 2020 v vseh oddelkih 5. in 9. razreda naše šole (8). Potem smo sestavili preglednice z rezultati.

### 4.4 Analiza podatkov

S pomočjo učiteljice smo naredili statistične izračune. Za izračun smo uporabili računalniško statistično orodje IBM SPSS Statistics 25. Ker smo ugotavljali statistično pomembne razlike med dvema spremenljivkama, smo uporabili bivariatne statistične metode. Uporabili smo  $hi^2$ -preizkus hipoteze neodvisnosti.

Spremenljivke:

- perfekcionizem (točke) – numerična, ker pa vrednosti združimo v razrede, postane atributivna spremenljivka,
- spol – atributivna spremenljivka,
- razred – atributivna spremenljivka,
- povprečne šolske ocene – atributivna spremenljivka,
- nadarjenost – atributivna nominalna spremenljivka,
- nadzor staršev – atributivna spremenljivka,
- pomoč staršev – atributivna spremenljivka.

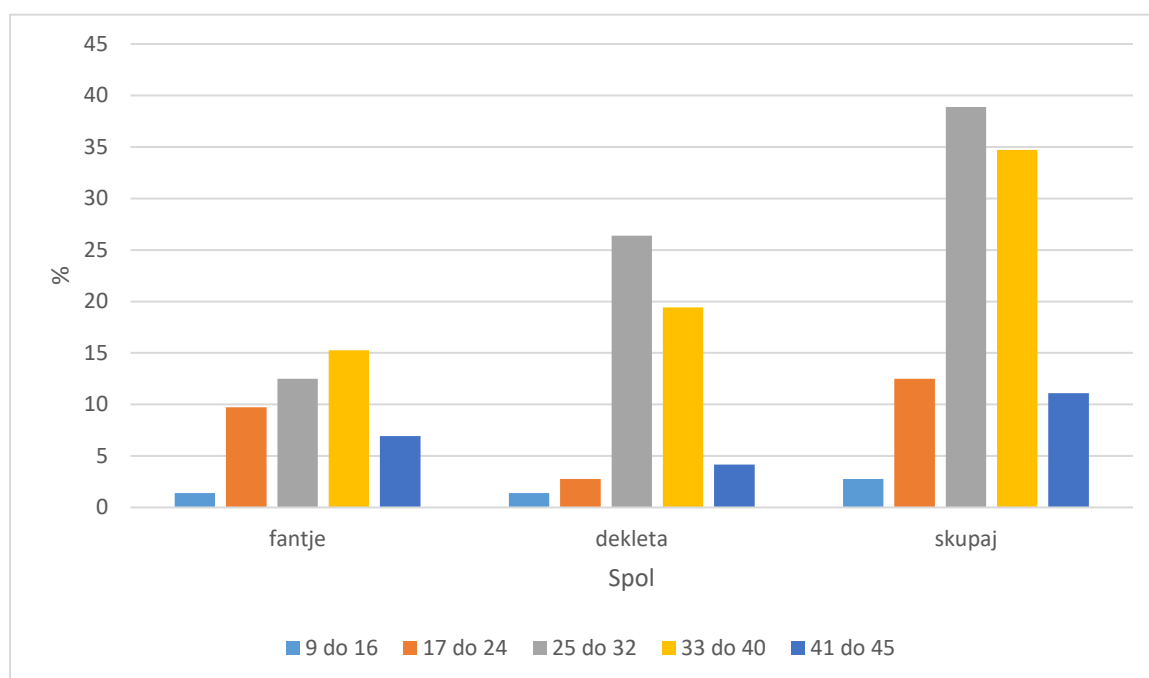
$$\chi^2 = \sum_{k=1}^r \frac{(f_k - f'_k)^2}{f'_k}$$

Formula Pearsonovega hi-kvadrat testa

## 5 REZULTATI

Preglednica 4: Prikaz perfekcionizma pri fantih in dekletih v 5. razredu

Št. točk (perfekcionizem)	9 do 16		17 do 24		25 do 32		33 do 40		41 do 45	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Fantje	1	1,39	7	9,72	9	12,50	11	15,27	5	6,94
Dekleta	1	1,39	2	2,77	19	26,38	14	19,44	3	4,16
Skupaj	2	2,77	9	12,50	28	38,88	25	34,72	8	11,11



Slika 4: Grafični prikaz perfekcionizma glede na spol

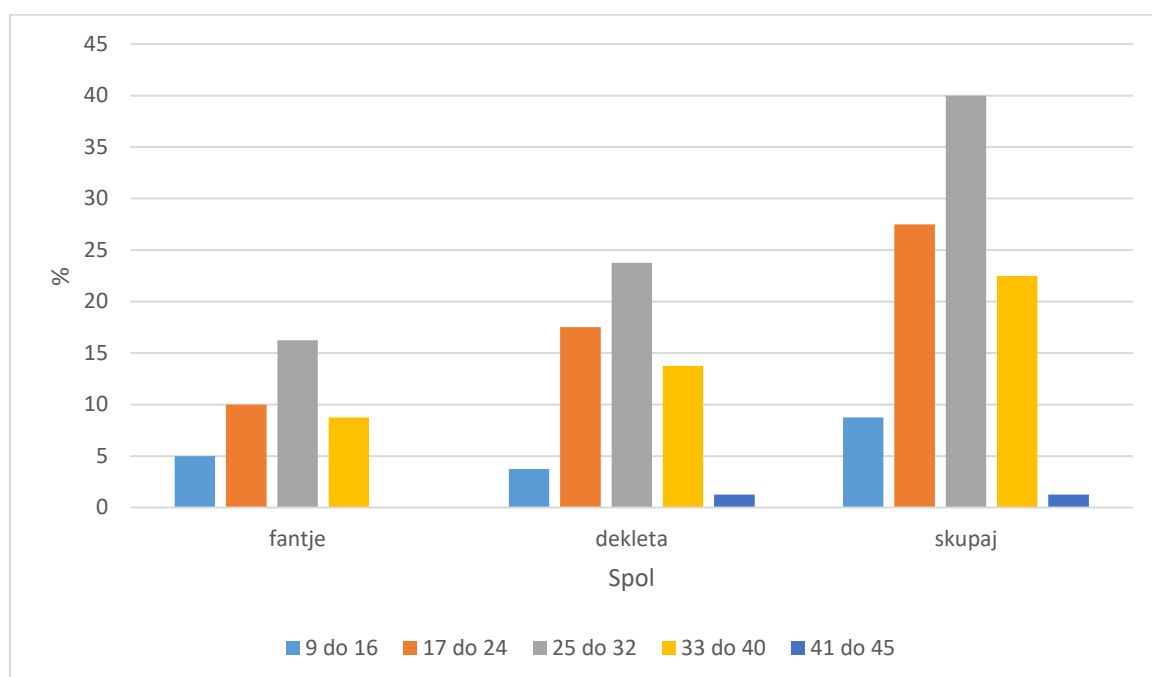
Ugotavljamo, da je pri petošolcih največji delež učencev (38,88 %) v razponu od 25 do 32 točk na vprašalniku o perfekcionizmu. Zelo velik delež (34,72 %) je v razponu od 33 do 40 točk, 11,11 % pa v najvišjem razponu od 41 do 45 točk. Opažamo, da je večji delež deklet v razponih od 25 do 32 točk in od 33 do 40 točk. V najvišjem razponu od 41 do 45 točk pa je večji delež fantov.

Rezultat hi-kvadrat preizkusa razmerij verjetnosti ( $\chi^2 = 9,427$ ;  $g = 4$ ;  $2P = 0,051$ ) pokaže, da med perfekcionizmom fantov in deklet 5. razreda ne obstaja statistično pomembna razlika.



Preglednica 5: Prikaz perfekcionizma pri fantih in dekletih v 9. razredu

Št. točk (perfekcionizem)	9 do 16		17 do 24		25 do 32		33 do 40		41 do 45	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Fantje	4	5,00	8	10,00	13	16,25	7	8,75	0	0,00
Dekleta	3	3,75	14	17,50	19	23,75	11	13,75	1	1,25
Skupaj	7	8,75	22	27,50	32	40,00	18	22,50	1	1,25



Slika 5: Prikaz povezanosti med perfekcionizmom in spolom v 9. razredu

Pri devetošolcih je prav tako največji delež učencev (40,00 %) v razponu od 25 do 32 točk, sledi 27,50 % v razponu od 17 do 24 točk in nato v razponu od 33 do 30 (22,50 %). V najvišjem razponu od 41 do 45 točk pa najdemo le 1,25 % učencev. V višjih razponih točk pa se nahaja večji delež deklet. Največ fantov in deklet je pri ugotavljanju prisotnega perfekcionizma zbralo 25 do 32 točk.

Rezultat hi-kvadrat preizkusa razmerij verjetnosti ( $\chi^2 = 7,777$ ;  $g = 4$ ;  $2P = 0,100$ ) pokaže, da med perfekcionizmom fantov in deklet 9. razreda ne obstaja statistično pomembna razlika.

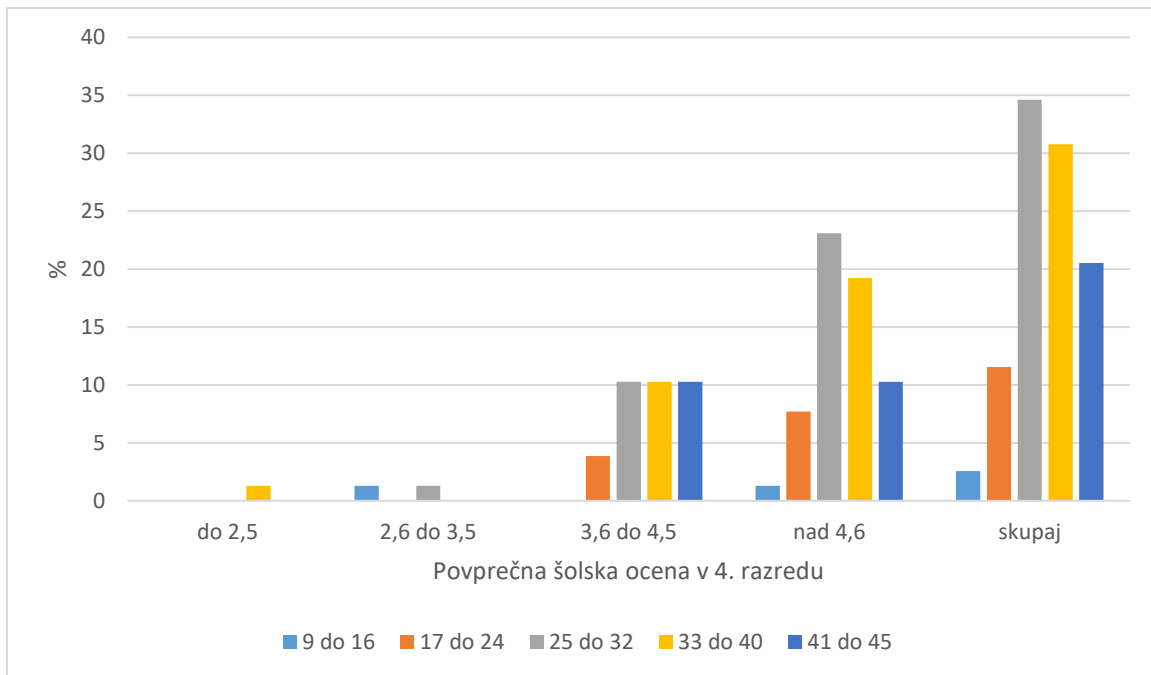
Najmanj fantov in deklet je zbralo mejne vrednosti prisotnega perfekcionizma. Rezultat hi-kvadrat preizkusa ( $\chi^2 = 2,529$ ;  $g = 4$ ;  $2P = 0,639$ ) pokaže, da v perfekcionizmu med fanti in dekleti skupno ni statistično pomembne razlike.

Rezultat hi-kvadrat preizkusa razmerij verjetnosti ( $\chi^2 = 15,754$ ;  $g = 4$ ;  $2P = 0,003$ ) pokaže, da med perfekcionizmom učencev in razredom učencev obstaja statistično pomembna razlika.

Opazamo, da so učenci 5. razreda bolj perfekcionistični, saj jih je v razponu od 33 do 40 točk 34,72 %, v razponu od 41 do 45 točk pa 11,11 %.

Preglednica 6: Prikaz povezanosti med povprečnimi šolskimi ocenami in perfekcionizmom v 5. razredu

Št. točk (perfekcionizem)	9 do 16		17 do 24		25 do 32		33 do 40		41 do 45	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Do 2,5	0	0,00	0	0,00	0	0,00	1	1,28	0	0,00
2,6 do 3,5	1	1,28	0	0,00	1	1,28	0	0,00	0	0,00
3,6 do 4,5	0	0,00	3	3,85	8	10,26	8	10,26	8	10,26
Nad 4,6	1	1,28	6	7,69	18	23,08	15	19,23	8	10,26
Skupaj	2	2,56	9	11,54	27	34,62	24	30,77	16	20,51

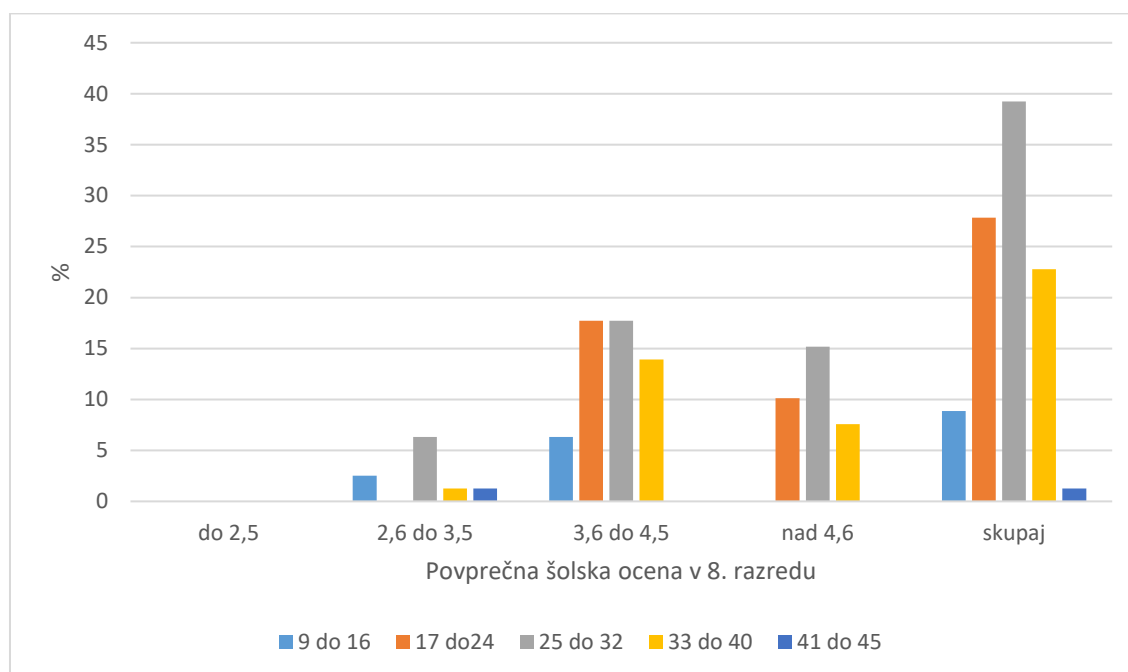


Slika 6: Grafični prikaz povezanosti med povprečnimi šolskimi ocenami in perfekcionizmom v 5. razredu

Ugotavljamo, da je največji delež petošolcev z višjimi točkami na vprašalniku o perfekcionizmu pri učencih s povprečno zaključno oceno nad 4,6 (23,08 % v razponu od 25 do 32 točk, 19,23 % v razponu od 33 do 40 točk in 10,26 % od 41 do 45 točk). S povprečno oceno do 3,5 je delež petošolcev zelo majhen (3,85 %).

Preglednica 7: Prikaz povezanosti med povprečnimi šolskimi ocenami in perfekcionizmom v 9. razredu

Št. točk (perfekcionizem)	9 do 16		17 do 24		25 do 32		33 do 40		41 do 45	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Do 2,5	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00	0	0,00
2,6 do 3,5	2	2,53	0	0,00	5	6,33	1	1,27	1	1,27
3,6 do 4,5	5	6,33	14	17,72	14	17,72	11	13,92	0	0,00
Nad 4,6	0	0,00	8	10,13	12	15,19	6	7,59	0	0,00
Skupaj	7	8,86	22	27,85	31	39,24	18	22,78	1	1,27



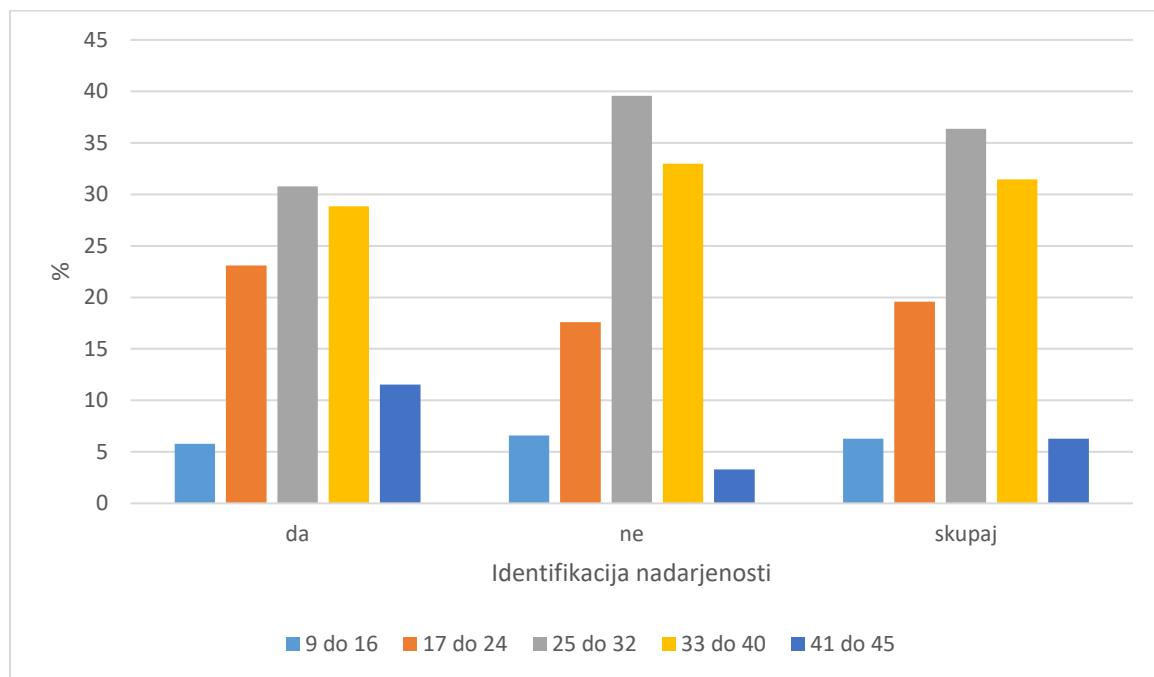
Slika 7: Grafčni prikaz povezanosti med povprečnimi šolskimi ocenami in perfekcionizmom v 9. razredu

Pri devetošolcih je slika malo drugačna. V najvišjem razponu od 41 do 45 točk najdemo le 1,27 % učencev s povprečno oceno od 2,6 do 3,5; v razponih od 25 do 32 in 33 do 40 točk pa je največji delež učencev s povprečno oceno od 3,6 do 4,5. Z najnižjo povprečno oceno do 2,5 ni nobenega devetošolca, s povprečno oceno od 2,6 do 3,5 pa najdemo učence v zelo različnih razponih.

Rezultat hi-kvadrat preizkusa za celotni vzorec ( $\chi^2 = 74,828$ ;  $g = 12$ ;  $2P = 0,000$ ) pokaže, da med povprečnimi šolskimi ocenami in perfekcionizmom obstaja statistično pomembna razlika.

Preglednica 8: Prikaz povezanosti med perfekcionizmom in identifikacijo nadarjenosti

Št. točk (perfekcionizem)	9 do 16		17 do 24		25 do 32		33 do 40		41 do 45	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Da	3	5,77	12	23,08	16	30,77	15	28,85	6	11,54
Ne	6	6,59	16	17,58	36	39,56	30	32,97	3	3,30
Skupaj	9	6,29	28	19,58	52	36,36	45	31,47	9	6,29



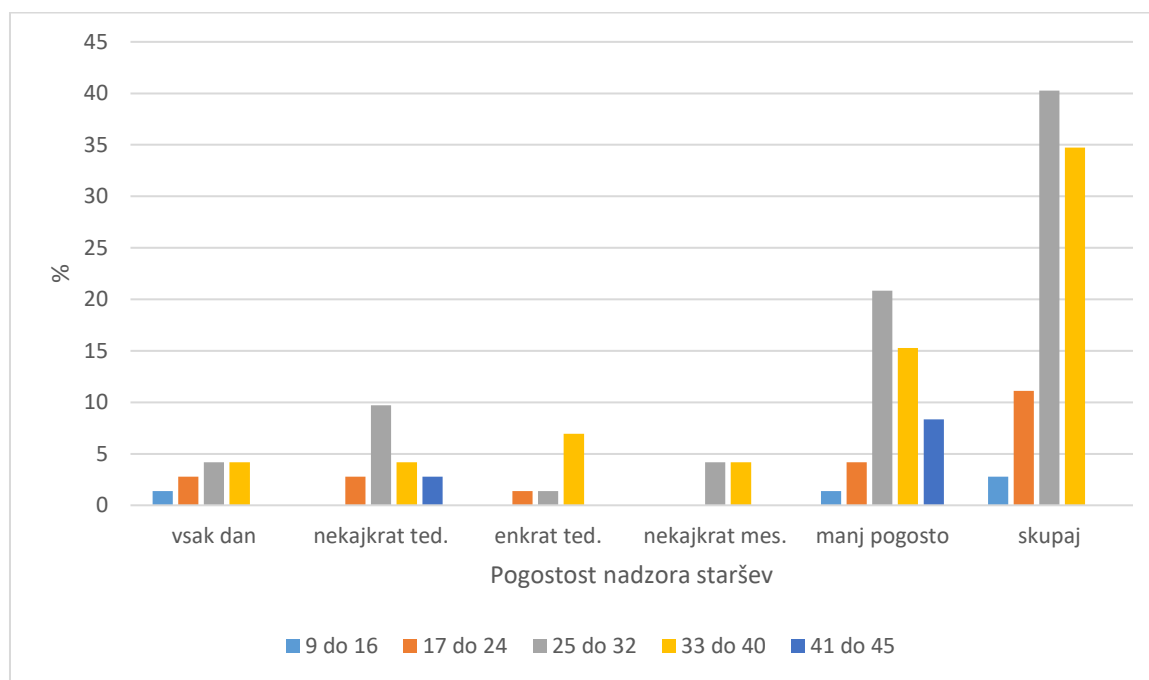
Slika 8: Grafčni prikaz povezanosti med perfekcionizmom in identifikacijo nadarjenosti

Ugotavljamo, da je v najvišjem razponu točk pri vprašalniku o perfekcionizmu največji delež identificiranih nadarjenih učencev, v naslednjih dveh višjih kategorijah pa je večji delež neidentificiranih nadarjenih učencev.

Rezultat hi-kvadrat preizkusa ( $\chi^2 = 4,566$ ;  $g = 4$ ;  $2P = 0,335$ ) pokaže, da med prepoznano nadarjenostjo oz. nenadarjenostjo učencev in perfekcionizmom učencev ne obstajajo statistično pomembne razlike.

Preglednica 9: Prikaz povezanosti med perfekcionizmom otroka in nadzorom staršev nad njegovim šolskim delom v 5. razredu

Št. točk (perfekcionizem)	9 do 16		17 do 24		25 do 32		33 do 40		41 do 45	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Vsak dan	1	1,39	2	2,78	3	4,17	3	4,17	0	0,00
Nekajkrat ted.	0	0,00	2	2,78	7	9,72	3	4,17	2	2,78
Enkrat ted.	0	0,00	1	1,39	1	1,39	5	6,94	0	0,00
Nekajkrat mes.	0	0,00	0	0,00	3	4,17	3	4,17	0	0,00
Manj pogosto	1	1,39	3	4,17	15	20,83	11	15,28	6	8,33
Skupaj	2	2,78	8	11,11	29	40,28	25	34,72	8	11,11

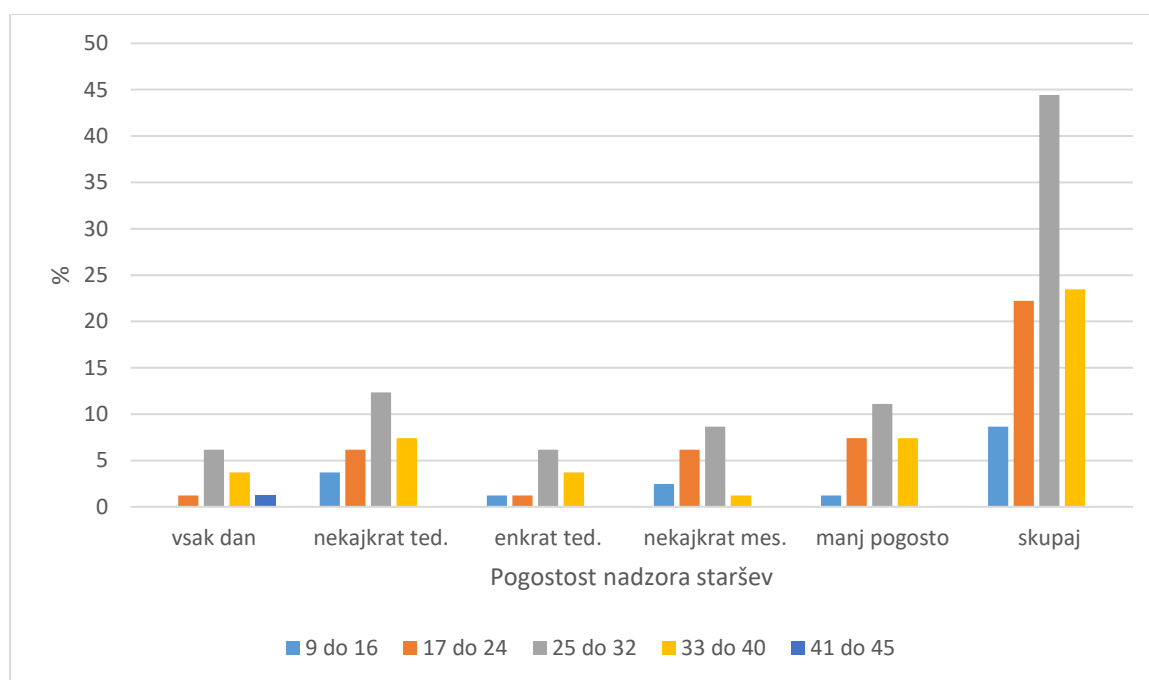


Slika 9: Grafični prikaz povezanosti med perfekcionizmom otroka in nadzorom staršev nad njegovim šolskim delom v 5. razredu

Ugotavljamo, da v najvišjem razponu točk najdemo 2,78 % učencev, ki jih starši nadzorujejo nekajkrat tedensko, in 8,33 % učencev, ki jih starši nadzorujejo manj pogosto. Opažamo tudi, da je velik delež petošolcev, ki jih starši nadzorujejo manj pogosto, vendar so v treh najvišjih kategorijah točk na vprašalniku o perfekcionizmu.

Preglednica 10: Prikaz povezanosti med perfekcionizmom mladostnika in nadzorom staršev pri njegovem šolskem delu v 9. razredu

Št. točk (perfekcionizem)	9 do 16		17 do 24		25 do 32		33 do 40		41 do 45	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Vsak dan	0	0,00	1	1,23	5	6,17	3	3,70	1	1,23
Nekajkrat ted.	3	3,70	5	6,17	10	12,35	6	7,41	0	0,00
Enkrat ted.	1	1,23	1	1,23	5	6,17	3	3,70	0	0,00
Nekajkrat mes.	2	2,47	5	6,17	7	8,64	1	1,23	0	0,00
Manj pogosto	1	1,23	6	7,41	9	11,11	6	7,41	0	0,00
Skupaj	7	8,64	18	22,22	36	44,44	19	23,46	1	1,23



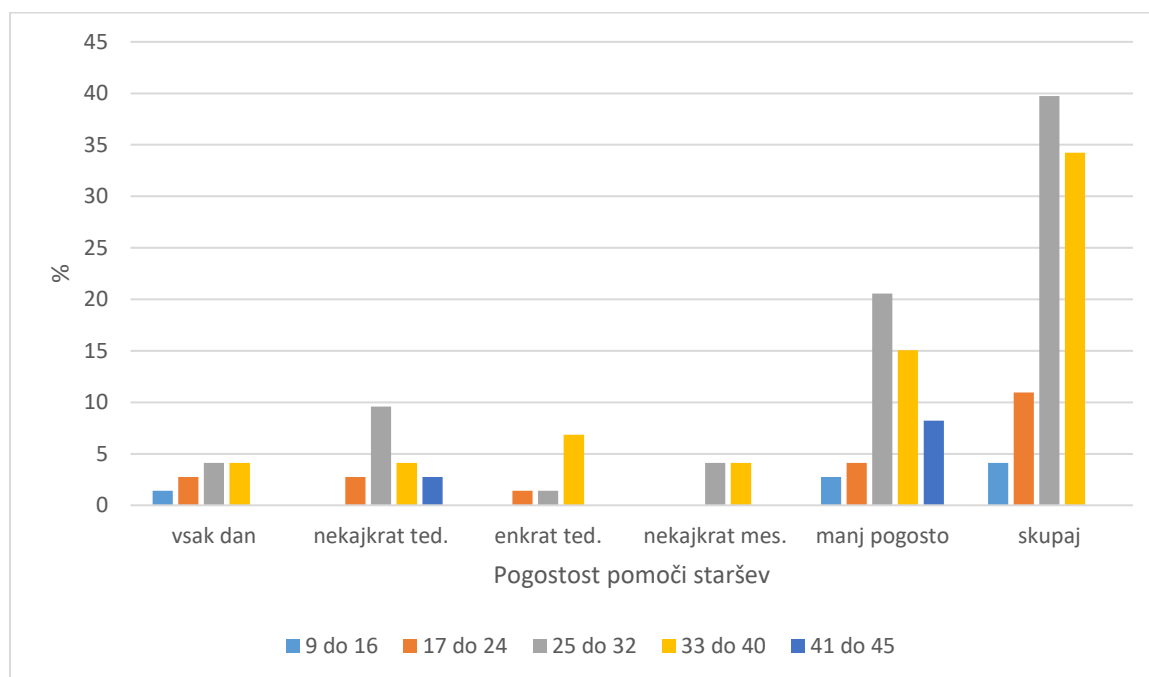
Slika 10: Grafični prikaz povezanosti med perfekcionizmom mladostnika in nadzorom staršev pri njegovem šolskem delu v 9. razredu

Opažamo, da devetošolce starši nadzirajo pogosteje kot petošolce, saj so razporejeni od vsak dan do manj pogosto. Tudi višje točke perfekcionizma dosegajo učenci, ki jih starši zelo različno nadzirajo.

Rezultat hi-kvadrat preizkusa razmerij verjetnosti ( $\chi^2 = 137,654$ ;  $g = 16$ ;  $2P = 0,000$ ) pokaže, da med perfekcionizmom učencev celotnega vzorca in nadzorom staršev nad šolskim delom učencev obstaja statistično pomembna razlika.

Preglednica 11: Prikaz povezanosti med perfekcionizmom otroka in pomočjo staršev pri njegovem šolskem delu v 5. razredu

Št. točk (perfekcionizem)	9 do 16		17 do 24		25 do 32		33 do 40		41 do 45	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Vsak dan	1	1,40	2	2,74	3	4,11	3	4,11	0	0,00
Nekajkrat ted.	0	0,00	2	2,74	7	9,59	3	4,11	2	2,74
Enkrat ted.	0	0,00	1	1,40	1	1,40	5	6,85	0	0,00
Nekajkrat mes.	0	0,00	0	0,00	3	4,11	3	4,11	0	0,00
Manj pogosto	2	2,74	3	4,11	15	20,55	11	15,07	6	8,22
Skupaj	3	4,11	8	10,96	29	39,73	25	34,25	8	10,96



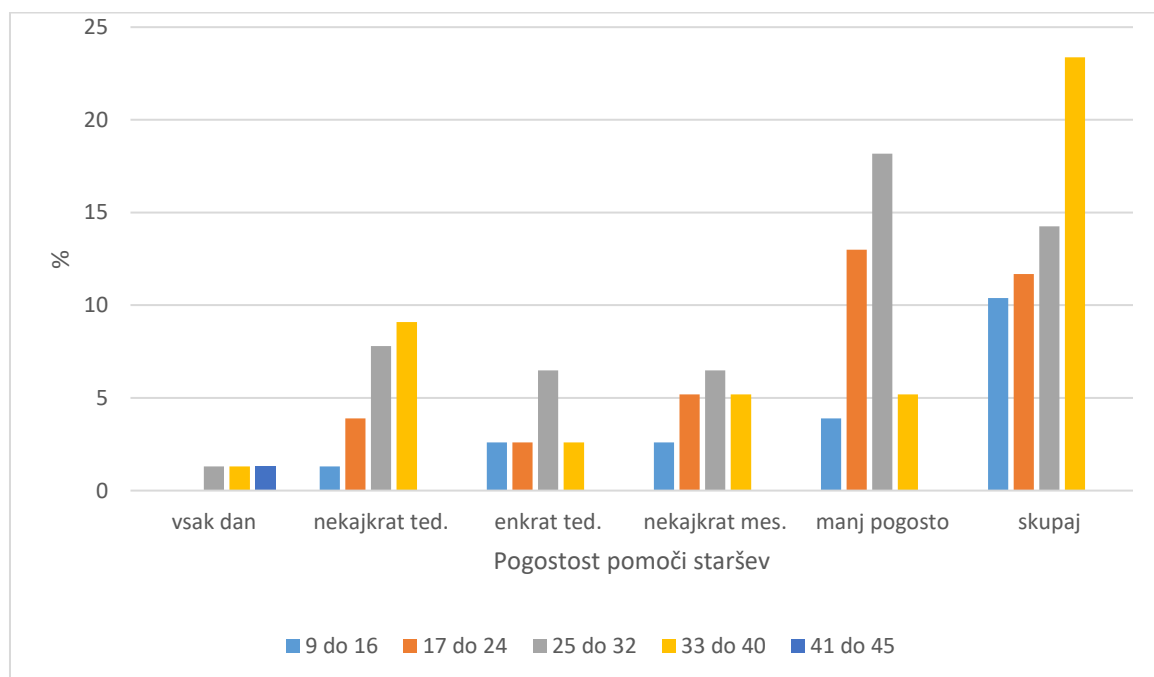
Slika 11: Grafični prikaz povezanosti med perfekcionizmom otroka in pomočjo staršev pri njegovem šolskem delu v 5. razredu

Ugotavljamo, da je med učenci iz 5. razreda z visokim perfekcionizmom delež učencev, ki jim starši različno pogosto pomagajo, od vsak dan do manj pogosto. Vidimo, da učenci pomoč staršev še potrebujejo in da težijo k uspehu in popolnim rezultatom v šoli.



Preglednica 12: Prikaz povezanosti med perfekcionizmom mladostnika in pomočjo staršev pri njegovem šolskem delu v 9. razredu

Št. točk (perfekcionizem)	9 do 16		17 do 24		25 do 32		33 do 40		41 do 45	
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Vsak dan	0	0,00	0	0,00	1	1,30	1	1,30	1	1,30
Nekajkrat ted.	1	1,30	3	3,90	6	7,80	7	9,09	0	0,00
Enkrat ted.	2	2,60	2	2,60	5	6,49	2	2,60	0	0,00
Nekajkrat mes.	2	2,60	4	5,19	5	6,49	4	5,19	0	0,00
Manj pogosto	3	3,90	10	12,99	14	18,18	4	5,19	0	0,00
Skupaj	8	10,39	19	11,69	31	14,26	18	23,38	1	1,30



Slika 12: Grafični prikaz povezanosti med perfekcionizmom mladostnika in pomočjo staršev pri njegovem šolskem delu v 9. razredu

Iz rezultatov je razvidno, da tudi v 9. razredu starši še pomagajo svojim otrokom, od vsakdan do manj pogosto, in da so ti učenci tudi bolj perfekcionistični (če je pomoč staršev nekajkrat tedenska, potem 9,09 % učencev dosega 33 do 44 točk na našem vprašalniku).

Rezultat hi-kvadrat preizkusa razmerij verjetnosti ( $\chi^2 = 114,112$ ;  $g = 16$ ;  $2P = 0,000$ ) pokaže, da med perfekcionizmom učencev in pomočjo staršev pri šolskem delu učencev obstaja statistično pomembna razlika.

## 6 RAZPRAVA

Odločili smo se za raziskavo o perfekcionizmu pri učencih osnovne šole. Zanimale so nas razlike glede na razred, spol, učni uspeh, identifikacijo nadarjenosti in nadzor ter pomoč staršev.

Ugotavljamo, da so učenci 5. in 9. razreda perfekcionistično naravnani, vendar jih je v najvišjem razponu točk na našem vprašalniku 11,11 % v 5. razredu in 1,25 % v 9. razredu. V naslednji višji kategoriji od 33 do 40 točk jih je v 5. razredu 34,72 % in v 9. razredu 22,50 %. Največji delež učencev je v srednji kategoriji, od 25 do 32 točk, in sicer v 5. razredu 38,88 % in 40,00 % v 9. razredu. Perfekcionizem pri osnovnošolcih ni tako visoko izražen, kot smo predvidevali. Višji je v 5. razredu kot v 9. Razumljivo se nam zdi, da je v 9. razredu nižji kot v 5. razredu, saj je količina snovi v 5. razredu manjša in učenci še zmorejo popolno opraviti svoje šolsko delo, v 9. razredu pa se snov nakopiči, pojavi se mladostniška upornost proti zahtevam avtoritet in popolno delo ni več taka vrednota kot v mlajših letih. Menimo, da se pojavlja neka zdrava mera perfekcionizma pri večini učencev, čeprav so bila naša predvidevanja, da bo perfekcionizem višji, saj so pričakovanja in zahteve okolja (starši, učitelji) visoke. Menimo, da je večina naših učencev normalnih perfekcionista. To so tisti, ki si postavljajo visoke cilje, ampak so pri doseganju manj natančni, kot so si zamislili, in jih to ne moti preveč (Hamachek, 1978; po Bobek, 2020). Tudi ostali raziskovalci pri višjih starostih najdejo manj perfekcionizma (manj v mladostništvu kakor v pozni odraslosti po Mlakar, 2018; Hewit in Flett, 1991 pa ugotavljata, da nižja kot je starost, višja je raven perfekcionizma).

Na osnovi napisanega hipotezo 1 zavržemo. Pri petošolcih in devetošolcih je perfekcionizem večinoma izražen v srednji meri.

Rezultati kažejo, da statistično pomembne razlike med spoloma ne obstajajo. V 5. razredu je celo nakazano, da je v najvišji kategoriji večji delež fantov kot deklet. V 9. razredu pa je v najvišjih treh kategorijah večji delež deklet kot fantov. Tudi predhodni raziskovalci niso dobili razlik med spoloma na celotni lestvici, ampak le na posameznih dimenzijah (po Mlakar, 2018). Naša pričakovanja se niso uresničila, čeprav imamo iz šole izkušnje, da so dekleta bolj usmerjena k cilju popolnosti.

Na osnovi napisanega hipotezo 2 zavržemo. V perfekcionizmu ne obstajajo statistično pomembne razlike med spoloma.

Ugotavljamo, da obstajajo statistično pomembne razlike v perfekcionizmu glede na povprečno šolsko oceno preteklega šolskega leta. Učenci z višjo povprečno šolsko oceno so bolj perfekcionistični tako v 5. in 9. razredu. To smo tudi pričakovali, saj če se trudiš biti popoln, se to običajno pozna pri šolskem uspehu. Tisti, ki niso perfekcionistični, delajo več napak, se manj trudijo in se to pozna tudi pri šolskem uspehu.

Na osnovi napisanega hipotezo 3 sprejmemo. Učenci z višjo povprečno šolsko oceno imajo bolj izražen perfekcionizem.

Na osnovi raziskave ugotavljamo, da ne obstajajo statistično pomembne razlike v perfekcionizmu glede na identifikacijo nadarjenosti. V najvišji kategoriji števila točk na vprašalniku najdemo večjega deleža nadarjenih učencev, v naslednjih dveh višjih kategorijah pa najdemo več neidentificiranih učencev. Mogoče se to pojavlja zato, ker niso identificirani vsi nadarjeni učenci, ali pa tudi zato, ker kriteriji za nadarjenost niso dovolj zanesljivi. Verjetno pa obstaja velik delež učencev, ki je zelo nagnjen k popolnosti, pa mogoče tudi niso tako sposobni ali nadarjeni. Možno je tudi, da se nadarjenost kaže na drugačne načine in ne v popolnem šolskem delu. Naši rezultati so v nasprotju s predhodnimi raziskovalci, saj ti večinoma pravijo, da je perfekcionizem pogosta značilnost nadarjenih učencev (Chan, 2010, po Potočnik, 2018; Ferbežar, 2002; po Potočnik, 2018). Kodele (2018) pa je prav tako na slovenskem vzorcu ugotovila, da nadarjeni dijaki v primerjavi s svojimi vrstniki dosegajo višje rezultate pri dimenziji stremljenja k odličnosti in občutljivosti na kritiko. Pri dimenziji redoljubnost pa so dosegali višje rezultate nenadarjeni vrstniki.

Na osnovi napisanega hipotezo 4 zavržemo. Na našem vzorcu ni razlik v perfekcionizmu med identificiranimi nadarjenimi in ostalimi učenci.

Ugotavljamo, da je povezanost med perfekcionizmom učencev 5. in 9. razreda ter nadzorom staršev pri šolskem delu statistično pomembna. Veliko bolj se to odraža v 9. razredu, kjer vidimo, da so perfekcionistični učenci z različno pogostostjo nadzora staršev. V 5. razredu pa so perfekcionistični tisti, ki jih nadzorujejo nekajkrat tedensko ali pa manj pogosto. Predvidevamo, da so tisti, ki jih nadzorujejo manj pogosto, že zgradili svoj način učenja, da dosegajo maksimalne rezultate. Še vedno pa je v 5. in 9. razredu veliko takih učencev, ki izražajo visok perfekcionizem in jih starši nadzorujejo vsakdan ali nekajkrat tedensko. Dober

nadzor staršev pomeni, da lahko njihovi otroci pokažejo maksimum. Družina je torej pomembno podporno okolje za šolsko delo, kar se kaže v visokem deležu nadzora staršev.

Na osnovi napisanega lahko hipotezo 5 sprejmemo. Učenci, ki jih pogosteje nadzirajo starši, izražajo višjo stopnjo perfekcionizma.

Iz rezultatov je razvidno, da je perfekcionizem statistično pomembno povezan s pogostostjo pomoči, ki jo nudijo starši tako v 5. in 9. razredu. To za nas ni bilo presenečenje, saj starševska pomoč pripomore k višjim dosežkom in spodbuja perfekcionizem njihovega otroka. V raziskavi pa nismo ugotavljali, ali gre za zdravi ali nevrotični perfekcionizem, ali so pričakovanja staršev do otrok realna ali so zastavljali nerealne zahteve svojim otrokom (Slaneg in Ashby, 2015; po Krstić in Keverski, 2015).

Na osnovi napisanega hipotezo 6 sprejmemo. Učenci, ki višje izražajo perfekcionizem, so tisti, ki jim starši pogosteje pomagajo.

Na osnovi naše raziskave ugotavljamo, da obstajajo v 5. in 9. razredu učenci z različnimi stopnjami perfekcionizma, med obema spoloma ni razlik v perfekcionizmu, učenci z višjo povprečno šolsko oceno so bolj perfekcionistični, med identificiranimi nadarjenimi učenci in ostalimi učenci ni razlik v perfekcionizmu, učenci, ki jih starši bolj pogosto nadzirajo in pomagajo, imajo višjo stopnjo perfekcionizma.

## 7 PREDLOGI

Naša raziskava ima tudi pomanjkljivosti, ki so vplivale na rezultate. Izboljšati bi bilo potrebno naslednje:

- povečati vzorec učencev,
- izvesti spletno obliko reševanja za hitrejše in zanesljivejše vrednotenje,
- povprečne zaključne ocene in identifikacijo nadarjenosti pridobiti iz uradne evidence (za to pridobiti soglasje staršev).

Naša raziskava lahko vodi še v naslednje prihodnje raziskave:

- vprašati učitelje za mnenju o perfekcionizmu pri posameznih učencih ter tako ugotavljati, ali gre za zdravi ali nevrotični perfekcionizem,
- ugotavljati posledice perfekcionizma: depresivnost, osebnostne težave in nezadovoljstvo z uspehom,
- dolgoročno spremljati perfekcioniste in njihov razvoj,
- ugotavljati povezanost perfekcionizma in izobrazbe staršev.

Nasveti za praktično delovanje:

- izobraževanje staršev o vzgoji za razvoj zdravega in preprečitev nevrotičnega perfekcionizma,
- nasveti šolskih delavcev učencem, ki izražajo nezdrave oblike perfekcionizma.

## 8 VIRI IN LITERATURA

Bobek, V. (2020). *Perfekcionizem, vzgojni stili in samopodoba pri mladih na prehodu v odraslost*. Magistrsko delo. Ljubljana: Teološka fakulteta. Dostopno na: <https://repozitorij.uni-lj.si/Dokument.php?id=131130&lang=slv>, dne 29. 1. 2021.

Kodele, M. (2018). *Perfekcionizem in ciljna usmerjenost srednješolcev: vloga spola, starosti in nadarjenosti*. Magistrsko delo. Maribor: Filozofska fakulteta, oddelek za psihologijo. Dostopno na: <https://dk.um.si/Dokument.php?id=127918>, dne 5. 2. 2021.

Krstić, M. in Kevereski, L. (2015). *Uticaj socioekonomskog statusa na pojavu perfekcionizma, kod darovitih učenika osnovnih škola*. Istraživanja u pedagogiji vol. 5, št. 1, str. 40–49. Dostopno na: <https://scindeks.ceon.rs/Article.aspx?artid=2217-73371501040K>, dne 29. 1. 2021.

Mlakar, T. (2018). *Perfekcionizem, tesnoba in depresija v odraslosti v luči povezanosti s starši v otroštvu*. Magistrsko delo. Ljubljana: Teološka fakulteta. Dostopna na: <https://repozitorij.uni-lj.si/Dokument.php?id=111535&lang=slv>, dne 29. 1. 2021.

Potočnik, A. (2018). *Miselna naravnost in perfekcionizem kot napovednika ciljne usmerjenosti učencev*. Magistrsko delo. Maribor: Filozofska fakulteta, oddelek za psihologijo. Dostopno na: <https://dk.um.si/Dokument.php?id=131056>, dne 5. 2. 2021.

Štrakl, M. (2020). *Povezanost perfekcionizma z akademskim samooviranjem in študijsko uspešnostjo*. Maribor: Filozofska fakulteta, oddelek za psihologijo. Dostopno na: <https://dk.um.si/Dokument.php?id=143930>, dne 5. 2. 2021.

## 9 PRILOGA

Priloga 1: Vprašalnik o perfekcionizmu

### VPRAŠALNIK

**Smo mladi raziskovalci iz 9. razreda. Želimo, da odgovorite na vprašanja v vprašalniku in tako sodelujete v naši raziskavi, ki jo bomo uporabili za raziskovalno nalogo. Pri vsaki trditvi obkrožite samo en odgovor, ki te najbolj označuje.**

Marko Knoll, Jure Judež, Aleksa Pavičević

**SPOL:** M (moški)                      Ž (ženski)

**POVPREČNA OCENA V 4. RAZREDU (če si petošolec/ka) OZIROMA V 8.RAZREDU (če si devetošolec/ka):**

DO 2,5              OD 2,6 DO 3,5              OD 3,6 DO 4,5              NAD 4,6

**IDENTIFIKACIRAN SEM KOT NADARJEN/A:**      DA              NE

**KAKO POGOSTO TVOJI STARŠI NADZORUJEJO TVOJE ŠOLSKO DELO?**

VSAK DAN              NEKAJKRAT TEDENSKO      ENKRAT TEDENSKO

NEKAJKRAT MESEČNO      MANJ POGOSTO

**KAKO POGOSTO TI STARŠI POMAGAJO PRI ŠOLSKEM DELU?**

VSAK DAN              NEKAJKRAT TEDENSKO      ENKRAT TEDENSKO

NEKAJKRAT MESEČNO      MANJ POGOSTO

Naslednja vprašanja se nanašajo na tvoje prepričanje o tvojem šolskem delu in učenju. Nekatera zate držijo bolj, nekatera manj. Tvoja naloga je, da na lestvici obkrožiš, do kakšne mere drži trditev za tebe. Obkroži samo en odgovor.

	SPLOH NE DRŽI	VEČINOMA NE DRŽI	NE VEM, NE MOREM SE ODLOČITI	VEČINOMA DRŽI	VEDNO DRŽI
<b>PRI ŠOLSKEM UČENJU SE MORAM IZKAZATI, DA SEM ZADOVOLJEN/A SAM/A S SEBOJ.</b>	1	2	3	4	5
<b>SVOJE ŠOLSKO DELO MORAM OPRAVITI ODLIČNO ALI BREZHIBNO, DA IMAM DOBRO MNENJE O SEBI IN SEM SREČEN/A.</b>	1	2	3	4	5
<b>V ŠOLI MORAM BITI NAJBOLJŠI/A.</b>	1	2	3	4	5
<b>SLABO SE POČUTIM, ČE ŠOLSKEGA DELA NE OPRAVIM V PREDVIDENEM ČASU.</b>	1	2	3	4	5
<b>SLABO SE POČUTIM, ČE ŠOLSKO DELO NE POTEKA PO MOJIH NAČRTIH.</b>	1	2	3	4	5
<b>SLABO SE POČUTIM, ČE POZABIM DOMAČO NALOGO ALI ŠOLSKE POTREBŠČINE.</b>	1	2	3	4	5
<b>SLABO SE POČUTIM, ČE ME UČITELJ/ICA OPOZORI OZIROMA OPOZARJA.</b>	1	2	3	4	5
<b>SLABO SE POČUTIM, ČE NE ZNAM REŠITI KAKŠNE NALOGE PRI POUKU OZIROMA DOMAČI NALOGI.</b>	1	2	3	4	5
<b>SLABO SE POČUTIM, ČE NISEM NAJBOLJŠI/A TUDI PRI PREDMETIH , KI NISO MOJA MOČNA TOČKA.</b>	1	2	3	4	5