

59. državno srečanje mladih raziskovalcev 2025

BRANJE JE UMIK, DA ZBEREMO MOČ ZA REŠEVANJE

Raziskovalno področje: psihologija in sociologija

Raziskovalna naloga

Avtorica:

Hana Jarh

Mentorica:

Anita Babič

OŠ Ludvika Pliberška Maribor

Lackova cesta 4

2000 Maribor

Maribor, april, 2025

KAZALO

Kazalo	2
Povzetek	3
Zahvala	4
Uvod	5
Teoretični del naloge	6
Branje	6
Duševno zdravje	7
Predstavitev izbranega literarnega dela	8
Nika Matanović: Razred	8
Anoreksija in bulimija.....	8
Izključevanje.....	9
Rasizem	11
Empirični del naloge	13
Metodologija dela	13
Raziskovalna anketa	13
Postopek zbiranja podatkov.....	13
Obdelava podatkov	13
Anketa	13
Interpretacija rezultatov	14
Ugotovitve	18
Zaključek	19
Družbena odgovornost	21
Seznam virov in literature	22
Priloge	23

POVZETEK

V današnjem svetu obstaja malo takšnih najstnikov, ki bi še kdaj prostovoljno vzeli v roke knjigo, takšno, ki ni obvezno domače branje. Branje pomaga pri razumevanju problemov, probleme osvetljuje in daje namige za njihovo reševanje, pri tem pa odpira dovzetnost bralca za problem, lažje ga uvidi in zato začne razreševati težave. Branje smo povezali s temo otroškega parlamenta *Duševno zdravje otrok in mladih* in tako ugotavljali, kakšen odnos imajo naši vrstniki do branja, kakšen je njihov namen, kadar berejo, prav tako pa je bil namen ugotoviti, ali so ozaveščeni, kako se soočiti s slabim duševnim zdravjem. V pomoč nam je bilo literarno delo Nike Matanović, *Razred*, ki obravnava dandanes zelo aktualne, tovrstne teme in težave mladostnikov, ki so del vsakdana povprečnega najstnika v Sloveniji in širše. To je tudi eden poglavitnih vzrokov, zaradi katerega smo se odločili raziskati stanje med učenci naše šole.

Ključne besede: branje, duševno zdravje, *Razred*

ABSTRACT

In today's world, there are few teenagers who would ever voluntarily pick up a book again, and one that is not on school reading list. Reading helps to understand problems, illuminates them and gives clues to their solution, opening the reader's receptivity to the problem, making it easier for him to see it and, therefore, to begin to solve the problem. We linked reading to the Children's Parliament theme *Children and Young People's Mental Health* to find out what our peers' attitudes to reading are, what their purpose is when they read, and whether they are aware of how to cope with poor mental health. We were helped by the book *Class* by Nika Matanović, which deals with very typical issues and problems of adolescents that are part of the everyday life of an average teenager in Slovenia and further afield. This is one of the main reasons why we decided to investigate the situation among the pupils of our school.

Keywords: reading, mental health, *Class*

ZAHVALA

Zahvalili bi se vsem, ki so nam pomagali pri nastanku te naloge, še posebej moji mentorici in moji mami ter očetu. Če nas ne bi vsi priganjali, verjetno iz tega ne bi bilo nič. Hvala.

1. UVOD

Branje pomaga pri razumevanju problemov, probleme osvetljuje in daje namige za njihovo reševanje. Branje odpira dovzetnost bralca za problem, lažje ga uvidi in zato začne razreševati težave. Leti 2023 in 2024 sta bili leti duševnega zdravja. V okviru otroškega parlamenta smo se učenci osnovnih šol dve leti ukvarjali s temo Duševno zdravje otrok in mladih. V nalogi bomo raziskali s pomočjo literarnega besedila povezavo med branjem del, ki obravnavajo probleme mladih in skrbjo za duševno zdravje mladih. Izbrali smo naslednje delo: Nika Matanović: Razred.

S temo smo se srečali v Otroškem parlamentu, hkrati pa smo že v preteklih šolskih letih debatirali o povezavi branja in reševanja težav mladih. V nalogi bo teoretični del temeljil na strokovni literaturi, zaključkih otroškega parlamenta in raziskavah ter analizah organizacije ZPM Slovenije. V empiričnem delu bomo izvedli anketo med učenci tretje triade in pripravili analizo.

V raziskovalni nalogi smo zastavili naslednje hipoteze.

1. Branje pomaga pri razumevanju problemov, saj osvetljuje probleme in daje namige za njihovo reševanje.
2. Branje je lahko umik od težav, dokler ne zberemo moči za njihovo reševanje.
3. Mladi imajo veliko težav z duševnim zdravjem.
4. Mladi vedo, kam se obrniti po pomoč.
5. Mladi želijo brati pri pouku več literarnih del, ki obravnavajo probleme mladih.

S primerjavo in študijo strokovne literature ter analizo literarnega besedila in izvedene ankete bomo hipoteze potrdili ali jih ovrgli.

2. TEORETIČNI DEL NALOGE

2.1 Branje

Branje je pojem, ki opisuje dekodiranje zapisanih črk, ki jih pretvorimo v zvočne jezikovne znake. Branje spodbuja intelektualni, čustveni in jezikovni razvoj, hrani domišljijo, pripomore k razvoju empatije in širi besedni zaklad, vse to ugodno vpliva na celostni razvoj. Brati torej ne pomeni le tega, da si znamo razložiti znake na papirju in da poznamo besede, ki so iz njih sestavljene, temveč tudi sposobnost, da se poučimo o pomenu in smislu tega, kar vidimo.

Kadar dovolj časa vadimo, branje postane avtomatizirani proces. To pomeni, da besedilo vedno preberemo brez dodatnega miselnega napora. Širši pojem je »bralna pismenost«. Na koncu lahko informacije, ki jih pridobimo, tudi uporabimo. Bralna pismenost tako vključuje tri glavne sestavine: tehniko branja, razumevanje prebranega in fleksibilnost branja. Tehnika branja predstavlja način, kako oseba bere, razumevanje prebranega pa pomeni, kako dobro oseba razume prebrano vsebino, medtem ko fleksibilnost branja sporoča, da je oseba zmožna brati različne vrste besedil.

Bolj natančno lahko branje opredelimo kot 7 stopenjski proces: Bralec najprej z očmi zazna vizualne podatke oz. črke. Nadaljuje s prepoznavanjem črk in besed. Te nato razume in poveže posamezne besede z vsebino celotnega besedila. Zatem prebrano poveže z znanjem, ki ga je imel pred branjem. Nato informacije učinkovito shrani v spomin, iz katerega jih lahko po potrebi tudi prikliče. Zadnji korak pri branju je učinkovita uporaba pridobljenih informacij v drugih kontekstih.

Branje lahko razdelimo glede na cilj in vrsto besedila, ki ga beremo. Pragmatično branje poteka, kadar bralec bere z namenom doseganja konkretnih ciljev (npr. pridobivanje novega znanja). V tem primeru je branje orodje za iskanje in zbiranje informacij. Druga vrsta branja je literarno-estetsko branje, pri katerem je v ospredju užitek.

Poznamo torej več vrst branja, ki jih uporabljamo glede na to, s kakšnim namenom beremo. Isto besedilo lahko potemtakem beremo na informacijski način, če hočemo npr. iz telefonskega imenika izvedeti telefonsko številko. Lahko ga beremo na strokovni način, ker beremo z vidika imenoslovja, lahko pa ga beremo na evazorični način, če hočemo iz enakomerne monotonosti črpati čustveno stabilnost in doseči duševni mir.

2.2 Duševno zdravje

Dobro duševno zdravje je stanje dobrega počutja, ki posamezniku omogoča, da uresničuje svoje sposobnosti, se spopada s stresom, dela in prispeva v svojo skupnost.

Duševno zdravje je razumljeno kot kontinuum z dvema dimenzijama – duševna motnja in duševno blagostanje. Kontinuum pomeni, da se lahko duševno zdravje nenehno spreminja od pozitivnega k negativnemu polu ali obratno. Biti duševno zdrav ne pomeni samo ne imeti duševne motnje, ampak gre za širše stanje. Duševno zdravje se izkazuje skozi naše čustveno, psihološko in socialno blagostanje, naš odnos do sebe, do drugih ljudi in sveta. V vseh obdobjih našega življenja vpliva na to, kako razmišljamo, čutimo, doživljamo in delujemo. (zadusevnozdravje.si, 2025)

Duševno ravnovesje nam omogoča splošno dobro počutje, da lahko svoje življenje doživljamo kot smiselno, zadovoljujoče in izpolnjujoče. Da smo ustvarjalni, aktivni, sprejemamo sebe in druge, se zavedamo lastne vrednosti in imamo pozitivno samopodobo, se zmoremo spoprijemati z vsakdanjimi življenjskimi obremenitvami ter uravnati lastna čustva in razpoloženje. Na naše duševno zdravje vpliva kompleksen preplet genetskih, razvojnih, okoljskih, družbenih, ekonomskih in kulturnih dejavnikov ter osebnih življenjskih izkušenj. Dejavniki medsebojno vplivajo drug na drugega in naše duševno zdravje krepijo in varujejo ali pa ogrožajo.

Čeprav na primer vsakodnevni stres lahko negativno vpliva na duševno zdravje, zaradi stresa vsi ne doživimo težav v duševnem zdravju. Pomembno se je zavedati, da na duševno zdravje vplivajo različni dejavniki, nekateri ga krepijo, drugi pa predstavljajo tveganje za slabo duševno zdravje. Pri vsakem izmed nas so ti dejavniki drugačni in odvisni tudi od življenjskega obdobja, v katerem se nahajamo.

Dlje časa trajajoče duševne stiske so lahko pokazatelj določenih globljih težav in so dejavniki tveganja za razvoj duševnih motenj. O duševnih motnjah govorimo, kadar so naše razpoloženje, mišljenje, vedenje in/ali odnosi z drugimi ljudmi spremenjeni do te mere, da pomembno vplivajo na eno ali več življenjskih področij in nas ovirajo pri vsakdanjem življenju.

Nihče med nami ni povsem odporen na težave v duševnem zdravju in pri vsakem se lahko v določenem obdobju v življenju pojavijo težave na enem ali več področjih duševnega delovanja. Po ocenah raziskovalcev več kot tretjina prebivalstva v Evropi v svojem življenju trpi zaradi duševnih motenj. To pomeni, da motnjo v duševnem zdravju v določenem obdobju v življenju izkusi vsaj vsak tretji prebivalec, zato se s tem problemom bolj ali manj srečujemo

vsi. Polovica duševnih motenj se pojavi do 14. leta starosti, do 24. leta pa kar tri četrtine, kar pomeni, da posledice motenj najbolj obremenjujejo delovno aktivno populacijo.

Veliko oviro pri iskanju pomoči predstavljajo predsodki, saj lažje spregovorimo o drugih zdravstvenih težavah kot o duševnih motnjah, ki se jih držijo zmotna prepričanja, stereotipi in stigma. Prepogosto se razmišlja, da morajo ostati težave v duševnem zdravju stvar posameznika in ostajajo skrite. Zato so duševne motnje pogosto nerazumljene, nesprejete in se zanje ne išče pomoči.

3 PREDSTAVITEV IZBRANEGA LITERARNEGA DELA

3.1 Nika Matanović: Razred

Najstniški roman Razred spremlja zgodbe štirih oseb, sošolcev, ki vsak po svoje doživljajo osmi razred osnovne šole. Špela, Grega, Sara in Nonto. Njihov razred se deli na tri skupine; frajerji, barbike in odstopajoči. Vsak izmed omenjenih literarnih likov predstavlja eno izmed teh skupin. Grega spada med frajerje, Sara med barbike, Špela pa med odstopajoče. Potem je tu še Nonto, ki se je iz Afrike preselila v Slovenijo in se poskuša vklopiti v družbo, medtem ko se izogiba rasističnim opazkam.

Iz zgodbe smo izbrali dva družbena problema – prvi je rasizem in izključevanje in drugi psihološka motnja – anoreksija/bulimija, ki zelo nazorno ponazarjata vsakodnevne odnose in doživljanje mladostnikov moderne dobe.

3.1.1 Anoreksija in bulimija

Sara je stara 14 let, ima ločena starša in vse otroštvo je preživela na dieti. Za to je zaslužna njena mama. Z njo ima zelo slab odnos, sploh po tem, ko je umrla njena sestra, Maruša. Njena smrt jo je pokopala; postala je depresivna, Sari se je posvečala še manj kot prej, ji dajala občutek ne pripadnosti, nepomembnosti in nesprejetosti v lastnem domu. Njena mama jo je prav tako poslala v modno agencijo, ki jo je sama ustanovila, in od tam izhajajo tudi razlogi in povod za Sarina dejanja in ravnanja. Čeprav živi v takšnih razmerah, je še vedno malce občutljiva. Izredno se primerja z drugimi dekleti. Včasih vzdihuje ob njihovih postavah ali pa jih nesramno komentira in ocenjuje. Modna agencija vedno bolj pritiska nanjo, zato začne Sara bolj stradati. Svoje strahove pred debelostjo je začela izražati z maltretiranjem drugih sošolk. Kmalu začne tudi halucinirati, ko si predstavlja svojo sestro, ki ji prepoveduje jesti ipd. Duh Maruše jo

spremlja kamorkoli gre. Ko so šli na šolski izlet, je končno pojedla en sendvič, v naslednjem trenutku pa jo je Marušin duh že gnal bruhat. Takrat se je začelo obdobje bulimije. S to rutino nadaljuje še tri mesece. Vmes njen šolski uspeh pade, njeno staro prijateljstvo z ostalimi barbikami začne razpadati, a si hitro najde nove prijateljice. To se izkaže za napako, saj se njene 'nove prijateljice' drogirajo in kaj kmalu drogo ponudijo tudi njej. Sara postane odvisna od njih, še posebej od tistih shujševalnih tablet. Na dan pomembnega kastinga je vzela še eno, vendar drugačno tableto. Nato je omedlela in se zbudila v bolnišnici z infuzijo. Ko so jo odpustili, jo je mama odpeljala k Sarinemu očetu, ki ga ni videla skoraj osem let. Ta si je ustvaril svojo družino, s tremi otroki in ženo, psihologinjo, s katero se Sara tudi pogovori. Tam nekaj časa ostane in med drugim se ne ravno prijazno pogovori s svojo polsestro, ki je skoraj krenila po isti poti kot ona, le da se tega še ne vidi. Zaradi tega pogovora se je Sara odločila, da bo nehala z vsem.

"In trudila se bom. Naj bom še tako šibka, vso moč, ki mi je ostala, bom uporabila, da obnovim, tisto truplo, ki je še ostalo od moje duše, popravila jo bom in očistila vseh tablet, bruhanja in stradanja. Samo tako bom postala jaz, pa naj to pomeni sto in eno napako na mojem obrazu. Proti realnosti je popolnost ničla, kot mi je uspelo spoznati, in upam, da je kljub vsemu Maruša nekje ponosna name." (Matanović, Razred, 2016, str. 268)

3.1.2 Izključevanje

Špela je ena izmed tistih učencev, ki sodi med odstopajoče. Sedi sama, saj zraven "takšnih" ne misli nihče prisesti. Sama se zaveda, da ni ena izmed tistih stereotipnih najstnic, da nima podobnih interesov kot njene sošolke. Najhuje pa je, da to ve tudi njena mama, ki se sama ne more s tem sprijazniti. Njena mama, ki je prebrala ogromno priročnikov o najstnikih, je pričakovala najstnico, ki bo obsedena s fanti, modnimi muhami in podobno. Namesto tega ima doma hčerko, ki ima sobo polepljeno s posterji iz revije National Geographic in namesto telefona v roki, ima skicirko s svinčnikom ali knjigo. Špela ve, da ni nekaj, kar je njena mama pričakovala in včasih jo tudi ne moti, ker je ne sprejme na način, na kakršnega si želi. Uteho si najde pri svojem očetu, ki ni doma veliko zaradi službe, vendar si pišeta pisma. Njenemu prijatelju je ime Grega in skupaj preživita veliko časa, saj sta sosedata in se pogovarjata kar vsak s svoje okenske police.

Kmalu po prvem šolskem dnevu ji mama naznani, da se bodo za konec tedna odpravili k njeni

sestrični na rojstni dan. Tam je deležna mnogih ocenjevalnih pogledov svojih ozkoglednih tetk, ki mislijo, da Špela trati čas s svojimi hobiji in početjem. Po Špelinem mnenju so 'vse njene tete s princeskastimi sestričnami barbik', ki je ne sprejmejo samo zato, ker je drugačna.

Špela je bila aktivna v dramskem krožku, kjer je, seveda, risala sceno. Pridružila se ji je Nonto, s katero se je tudi spoprijateljila. Ker je učiteljica pri njeni igri potrebovala še eno žensko vlogo, pa nobena učenka, ki se je preizkusila ni bila ustrezna, je na oder poklicala Špelo in ona je dobila glavno vlogo.

Dnevi so minevali in že sta se približevala božič in novo leto. Kmalu naj bi prišel Špelin oče in v upanju, da bi čas hitreje minil in da bo uspela zaspati s knjigo v roki, se je odpravila v sobo. Slišala je Grego, ki jo je klical in povabil na novoletno zabavo v baru Greznica. Privolila je in začela se je spraševati, ali ji je Grega všeč. Zmenila sta se, da se dobita ob devetih tam, a kaj ko je Grega po nesreči napisal ob desetih. Grega je prišel ob devetih, neveden, kaj je napisal. Tam jo je čakal, Špele pa seveda ni bilo. Mislil je, da si je premislila in se tako pridružil svojemu prijatelju Luki in njegovi družini, s katero so pili alkohol, da se jim je meja razuma zameglila. Pridružile so se tudi barbik, med drugim tudi Sara, s katero se je pod vplivom alkohola strastno poljubil. Ravno takrat je prišla Špela, ki je videla vse dogajanje.

Špelo je to popolnoma poklapalo in Gregi je zelo zamerila. Najhuje pa je bilo to, da sta skupaj morala odigrati ljubezenski prizor v dramski igri. Od tega prepira dalje je bila neizmerno žalostna in nikakor se ni mogla spraviti v dobro voljo. Grega je večkrat poskušal zadevo razčistiti, a ga Špela ni poslušala. Svojemu očetu je po tem poslala pismo, ki ga je poimenovala najbolj depresivno pismo, kjer je izrazila svojo jezo hkrati pa svojo ljubezen do Grege. Bil je že april, pa vendar je še vedno delovala depresivno, teženje Špeline mame pa tudi ni pomagalo. Ko je že mislila, da stvari ne morejo biti hujše, je bila povabljen na rojstnodnevno zabavo k Emi, Katjini prijateljici, k eni izmed barbik. Na Špelinu presenečenje ni bilo tako slabo. Kar jo je še najbolj presenetilo pa je bilo to, da so te barbik mislile, da sta z Grego skupaj. Ko so zadevo predebatirale malo bolj podrobno, je Špela ugotovila, da Grega ne more nehati govoriti o njej, da je vanjo zaljubljen, hkrati pa se ji je posvetilo, da je tudi ona zaljubljena vanj.

Prišel je čas predstave in Špelo je od nervoze skoraj pobralo. Ko sta Špela in Grega prišla do njunega prizora, sta to opravila, kot da se ni nič zgodilo. Na koncu si izmenjata tudi nekaj pohvalnih besed in takrat se Gregi posveti, kaj bi moral narediti že dolgo časa nazaj. Bila sta vsak na svoji okenski polici, kjer je Grega Špeli povedal to, kar je bilo že dolgo znano vsem. Tako sta se pobotala in na koncu postala par.

"Tista punca, ki barbikam ni podobna, trpi posledice njihovega zaničevanja in vlivanja občutka manjvrednosti." (Matanović, Razred, 2016, str. 66)

3.1.3 Rasizem

Nonto je nova učenka v njihovem razredu in zaradi svojega videza oz. bolje rečeno njene polti, skoraj v trenutku pritegne veliko pozornosti. Takoj, ko je prišla v razred, so jo zasuli z vprašanji in prav tako z nekaj rasističnimi opazkami. Tudi sama se zaveda, da izstopa, vendar je to na začetku še ni tako motilo. Po prvem dnevu se spoprijatelji s fantom po imenu Bor. Kljub temu da skozi šolsko sliši veliko opazk, predvsem rasističnih, se skozenj prebije še kar dobro. Ne zaveda se, da ni edina, ki ima težave. Nekega dne sta se Nonto in Bor družila, le da je ta imel modrico na očesu. Povedal ji je, da je njegov oče spet bil nasilen in da je želel zaščititi svojo družino. Tudi Nonto mu je potožila, kako ravnajo z njo v šoli in Bor je predlagal, da zbežita. Nonto se s tem najprej ni strinjala, vendar ji je en dogodek popolnoma spremenil pogled na celotno situacijo. En dan je prišla v šolo in ena izmed Sarinih prijateljic, Katja, je opazila, da njena nova, draga zapestnica manjka. Nonto, ki je ravno takrat prišla mimo, je bila obtožena kraje, hkrati pa jo je je Katja močno popraskala po licu. To je povedala učiteljici, ki je brez vsakršnih zadržkov verjela Katji in tudi sama Nonto obtožila kraje. Nonto, ki se je želela braniti in razložiti situacijo, sploh ni prišla do besede, ko pa ji je omenila poškodbo, se tudi ni zmenila za to. Po tem dogodku sta se z Borom odločila za pobeg. Prvo noč sta prespala v oddaljeni lovski koči, naslednji dan pa sta se že vkrcala na vlak do Ljubljane. Tam sta se srečala s fantom v rdečem puloverju, ki jima je pri Ljubljanskem gradu uredil prenočišče v razpadajočem, starem bunkerju. Tam sta bila tri dni in spoznala svojo novo družino. To so bili štirje profesionalni mladi kriminalci. Ti so ju naučili krasti in Bor se je kar dobro vklopil v družbo, medtem ko je Nonto vedno bolj dvomila vanje. Kmalu je imela vsega dovolj in razvnel se je prepir. Izrečenega je bilo marsikaj, končalo se je tako, da je Nonto nadaljevala svojo pot na Bled brez Bora. Tam se je za par trenutkov odpočila v hotelu, kjer je skorajda ukradla aktovko, vendar jo je receptorka dobila. Medtem ko je bežala iz hotela, jo je s seboj potegnil Bor, s katerim sta se odpravila do lunaparka, kjer sta mislila prespati. Po veliko debatiranja, kdaj se kam premakniti, da ju varnostniki ne bi dobili, se je njuna akcija začela. Po lunaparku sta bežala kot zmešana in varnostniki so ju opazili in se odpravili v njuno smer. Nonto in Bor varnostnikom nista bila kos in najprej so dobili Bora, zatem pa še Nonto. Pristala sta na policijski postaji, kjer je Nonto ponovno videla svojo družino. Sama je pričakovala ogromno kritike, vendar je namesto tega

videla zaskrbljene starše, ki so bili samo veseli, da je nazaj. Bil je čas, da se je Nonto ponovno vrne v šolo. Mislila je, da jo bo doletela popolna nočna mora, da bo kaznovana za svoja dejanja, ampak je njena razredničarka takoj ugotovila, zakaj gre. Postavila se je za Nonto, pridigala je tako Katji kot tudi učiteljici, ki je Katji slepo verjela. Po koncu ure pa je do nje pristopila še Špela, ki jo je iskreno objela. Za Nonto se je vse končalo lepo in prav.

"Nauk te zgodbe je, da obstajajo ljudje, ki te bodo poniževali zaradi barve kože. Se ti posmehovali, te zaničevali in te celo fizično mučili samo zato, ker je tvoja koža temnejša od njihove. Ampak ne smeš se jim pustiti, ne smeš pobegniti stran, saj bi jim s tem dala vedeti, da so zmagali in da se preveč bojiš ponovnega srečanja z njimi. Čeprav se bodo zdeli močnejši od tebe, se moraš postaviti zase, jim dokazati, da si kljub barvi svoje kože stokrat boljša, kot bodo oni kdaj v življenju, a njihovih obtožb si nikoli ne smeš vzeti k srcu. Ti si boljša od njih že zato, ker si dobra deklica, ki ljudi ne sodi po njihovi rasi, temveč si vzame čas, da jih spozna, preden kogar koli ocenjuje." (Matanović, Razred, 2016, str. 254)

4 EMPIRIČNI DEL NALOGE

4.1 METODOLOGIJA DELA

V raziskovalni nalogi so bile uporabljene metode anketiranja, analize literarnega dela ter delo s knjižnimi in spletnimi viri.

4.1.1 Raziskovalna anketa

Anketni vprašalnik je izpolnilo 177 anketirancev, ki so učenci naše šole. Anketo je uspešno dokončalo 109 učencev, kar predstavlja 61 % vseh anketirancev. Anketiranje je potekalo po spletu s spletno anketo v mesecu januarju 2025. Vprašalnik je vseboval 8 vprašanj s podvprašanji.

4.1.2 Postopek zbiranja podatkov

Podatke smo zbirali po kvalitativni tehniki z anonimnim anketnim vprašalnikom, sestavljenim iz vprašanj zaprtega in odprtega tipa.

4.1.3 Obdelava podatkov

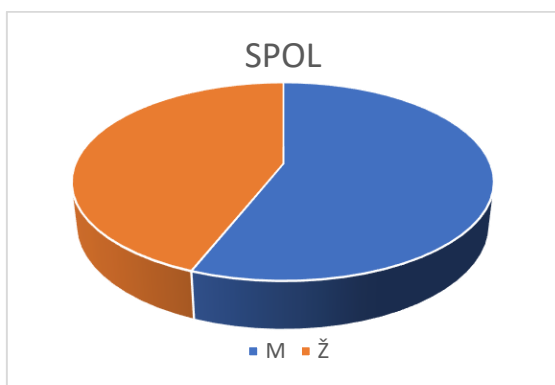
Podatke smo obdelali s pomočjo spletnih aplikacij, programa Microsoft Excel, nekaj tudi ročno. Sledila je kvalitativna analiza.

4.1.4 Anketa

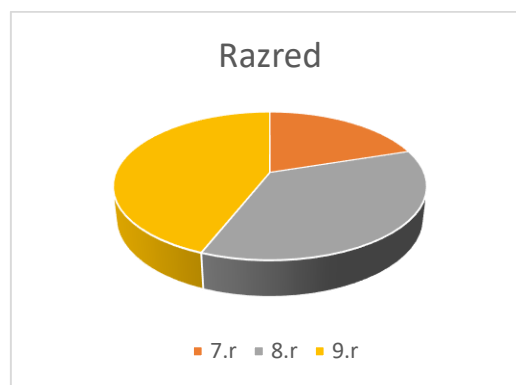
Za potrditev svojih hipotez, domnev in predvidevanj smo izvedli anketo med osnovnošolci. Anketirani so bili učenci od 7. do 9. razreda naše šole. Anketa je sicer potrdila naša predvidevanja, da branje med mladostniki ni priljubljeno, vendar je hkrati presenetil podatek, da se pa ti isti mladostniki zavedajo, da je branje pomembno. Pri vprašanjih o duševnem zdravju pa je bilo zaslediti, da tudi mladostniki čutijo, da imajo vrstniki ali morda celo sami težave z duševnim zdravjem, vendar niso najbolj prepričani, da bi si znali sami poiskati pomoč v stiski. Kar nekaj anketirancev v literarnih zgodbah dejansko vidi pot do načina in rešitve duševnih stisk, ali vsaj namig, kako si pomagati.

5 INTERPRETACIJA REZULTATOV

V anketi je sodelovalo 177 anketirancev, ki so učenci naše šole, od teh je le 61 % uspešno dokončalo anketo. Dejstvo, da je več kot tretjina anketirancev ni dokončala ankete, nakazuje na nezainteresiranost za temo ankete, lahko pa tudi interpretiramo, da je več kot tretjini anketirancev bilo že branje ankete odveč.

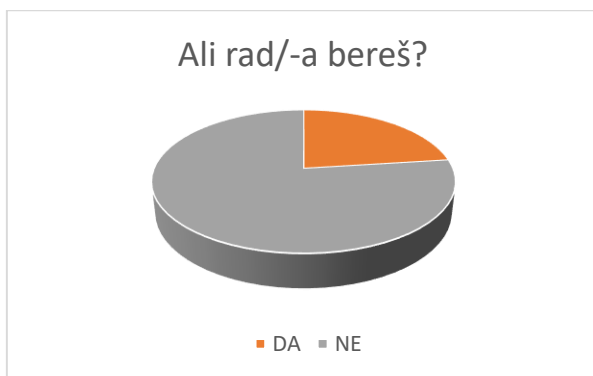


Graf 1: Spol



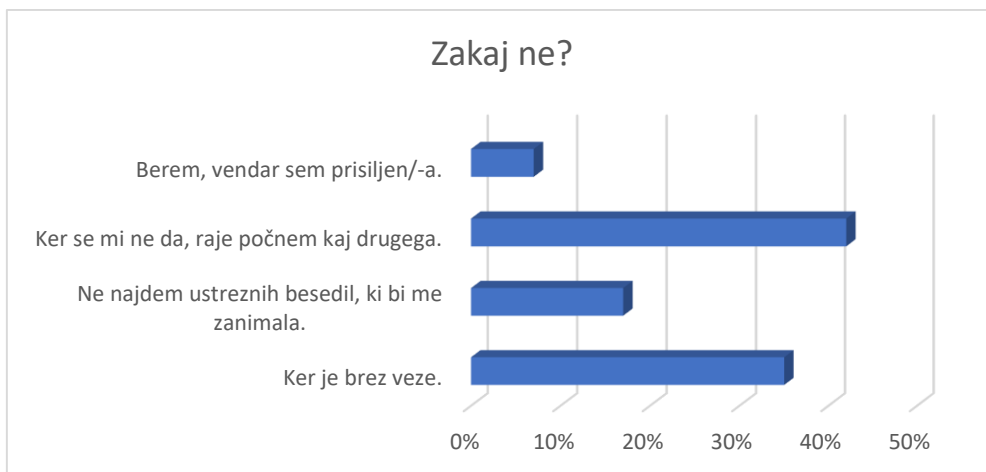
Graf 2: Razred

Anketo je rešilo 44 % deklet in 56 % fantov. Največ anketirancev prihaja iz 9. razreda (44 %), nato sledi 8. razred (36 %) in le 20 % anketirancev je bilo iz 7. razreda.

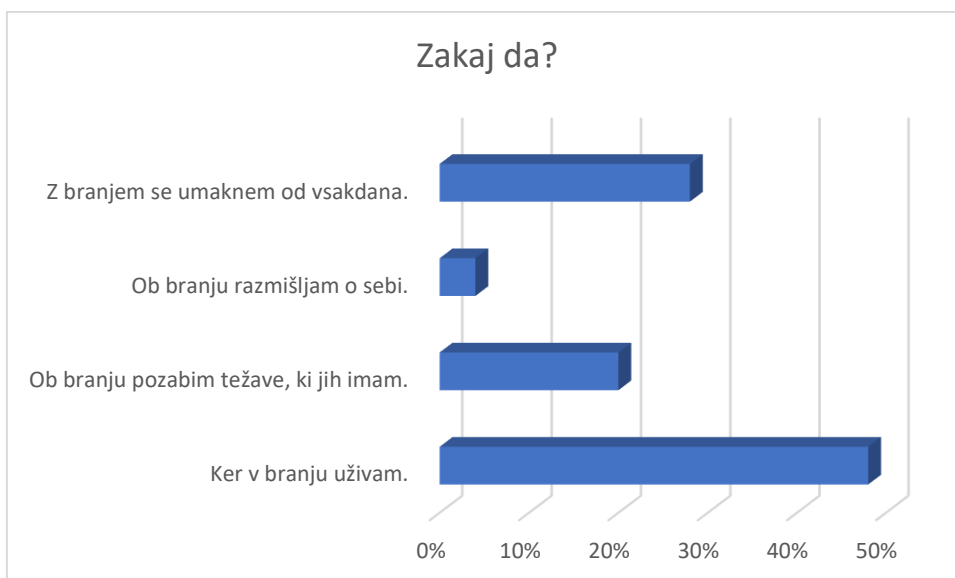


Graf 3: Ali rad/-a bereš?

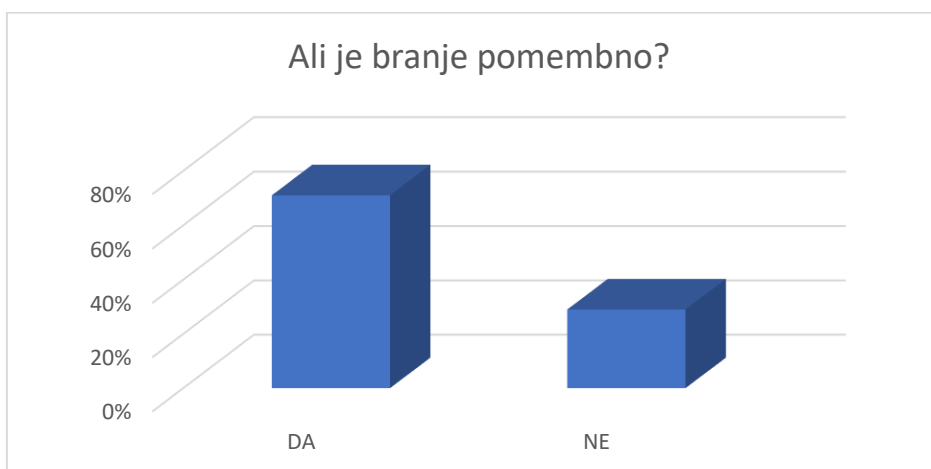
Kar 77 % anketirancev je odgovorilo, da ne bere rado, kar je sicer alarmantno, vendar je to naša kruta realnost. Svoj odgovore pa je utemeljilo, da raje počnejo druge stvari, jih ne zanima, nekaj pa jih je reklo, da ne najde pravih besedil, ki bi jih privabila k branju. Tisti, ki pa radi berejo, samo 23 % anketirancev, pravijo, da v branju preprosto uživajo, da jim branje nudi odmik od vsakdana ter da ob branju pozabijo na vsakodnevne težave in nekateri med branjem celo razmišljajo o sebi. Kljub nemotiviranosti za branje pa se velika večina zaveda, da je branje pomembno, kar 71 % je odgovorilo pritrdilno.



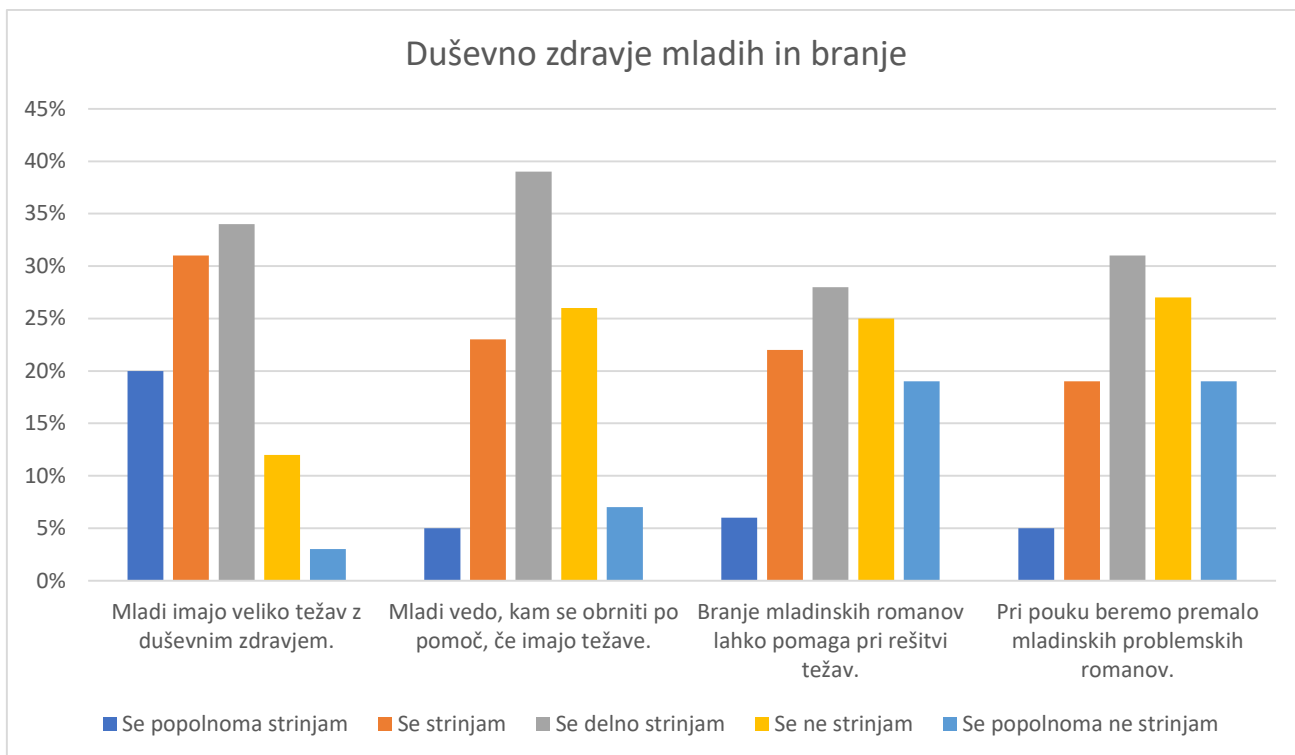
Graf 4: Zakaj ne?



Graf 5: Zakaj da?



Graf 6: Ali je branje pomembno?



Graf 7: Duševno zdravje mladih in branje

Na vprašanje odprtega tipa ***Kako lahko branje problemskih mladinskih romanov pomaga pri reševanju lastnih problemov? Napiši odgovor.*** Smo dobili vsaj štiri kategorije odgovorov. Eni ne vedo, kako bi lahko branje pomagalo pri reševanju problemov, drugi so prepričani, da ne more pomagati, tretji se poistovetijo z likom, četrta skupina se nauči iz zgodbe, doživi uvid in mu nauk zgodbe pomaga do reševanja lastnih težav. Manjši del odgovorov pa je bil nespoštljiv ali nesmiseln. Nekaj odgovorov je bilo dobro utemeljenih, zakaj bi lahko knjige pomagale pri reševanju tovrstnih težav.



Slika 1: Skupina, ki ne ve



Slika 2: Skupina, ki misli, da ne pomaga



Slika 3: Skupina, ki se poistoveti z likom



Slika 4: Skupina, ki misli, da nauk zgodbe pomaga

- zaradi tega, ker so knjige napisane na to temo in ti sporočajo, kako lahko odreagiraš v določenih problemih.
- da si izbereš knjigo, v kateri je prikazan problem, ki ga ima glavna oseba v knjigi s katerim se soočaš tudi sam.
- vsem mladostnikom je lažje, če izvemo, da imajo tudi drugi iste probleme in pa tudi da izvemo kaksne probleme lahko imajo nasi vrstniki
- po mojem mnenju ne saj vsak se človek različno sooča s svojimi težavami in ni vedno pravilno da se primerjamo z drugimi ljudmi še posebej če so ti izmišljeni.
- v zgodbi so lahko najstniki ki se lahko najdejo v istih težavah kot mi in lahko spremljamo kako se oni resijo iz tega in nam lahko to pomaga

Slika 5: Skupina, ki nudi konkretne predloge, kako si lahko pomagaš

6 UGOTOVITVE

Naša raziskava je potrdila nekatera naša pričakovanja, hkrati pa razkrila nekatere neprijetne resnice o odnosu mladih do branja in duševnega zdravja. Rezultati anketiranja jasno kažejo na nizko priljubljenost branja med mladostniki, iz česar lahko sklepamo, da branje ni med najbolj zaželenimi dejavnostmi. Kljub temu pa večina anketiranih prepozna pomen branja, kar pomeni, da se zavedajo njegove vrednosti, a jim zmanjka motivacije ali interesa.

Eden izmed pomembnejših izsledkov raziskave je dejstvo, da se mladostniki velikokrat znajdejo pred izzivom duševnega zdravja. Čeprav so prepoznali, da imajo sami ali njihovi vrstniki težave na tem področju, niso povsem prepričani, kako si lahko pomagajo, ali kam se lahko obrnejo po pomoč. To nakazuje na potrebo po večji ozaveščenosti in dostopnosti virov pomoči.

Branje problemskih mladinskih romanov se je v določeni meri izkazalo kot potencialno orodje za reševanje osebnih stisk. Anketirani so se pri tem razdelili v več skupin: nekateri se v zgodbi prepoznajo in najdejo uteho, drugi v njej poiščejo konkretne načine reševanja težav, medtem ko so nekateri mnenja, da branje ne more neposredno pomagati. To odpira vprašanje, kako lahko izobraževalne ustanove bolje uporabijo literaturo kot sredstvo za spodbujanje osebnega razvoja in reševanja življenjskih izzivov.

Zanimiv je tudi podatek, da kar tretjina anketiranih ni dokončala ankete, kar lahko nakazuje na nezainteresiranost ali celo odpor do teme, ki vključuje branje. To bi lahko bila posledica splošne digitalizacije in poplave drugih oblik zabave, ki mladim omogočajo hitrejša in manj zahtevna načina preživljanja prostega časa.

Pridobljeni rezultati ponujajo pomembno izhodišče za nadaljnje raziskovanje. Potrebno bi bilo preveriti, kako bi lahko izboljšali odnos mladih do branja, morda z uvedbo bolj aktualnih literarnih del v šolski kurikulum, ki bi se bolj neposredno dotikala njihovih življenjskih situacij. Prav tako bi bilo smiselno več pozornosti nameniti povezavi med branjem in duševnim zdravjem, saj se zdi, da nekateri mladostniki prepoznavajo terapevtsko vrednost literature.

Na koncu lahko sklenemo, da branje kljub trenutni nepriljubljenosti ostaja pomembna dejavnost, ki lahko mladostnikom pomaga na več ravneh – od širjenja obzorij do reševanja osebnih stisk. Vprašanje pa ostaja, kako jih spodbuditi, da to vrednost prepoznajo in branje vključijo v svoj vsakdan.

7 ZAKLJUČEK

V raziskovalni nalogi smo si zastavili naslednje hipoteze.

- 1. Branje pomaga pri razumevanju problemov, saj osvetljuje probleme in daje namige za njihovo reševanje.**
2. Branje je lahko umik od težav, dokler ne zberemo moči za njihovo reševanje.
3. Mladi imajo veliko težav z duševnim zdravjem.
4. Mladi vedo, kam se obrniti po pomoč.
5. Mladi želijo brati pri pouku več literarnih del, ki obravnavajo probleme mladih.

S podanimi podatki lahko deloma ovržemo ali deloma potrdimo hipotezo 4, ki pravi, da mladi vedo, kam se obrniti po pomoč, saj se s trditvijo ne strinja 26 % anketirancev, delno se strinja 38 % in strinja se 23% anketirancev. Prav tako lahko ovržemo hipotezo 5, ki pravi, da pri pouku beremo premalo problemskih mladinskih romanov, saj je večina odgovorila se delno strinjam, takoj za tem odgovorom sledi odgovor se ne strinjam.

Prvo in drugo hipotezo lahko potrdimo, vendar je razlika med tistimi, ki se strinjajo (22 %) ali delno strinjajo (27 %) s trditvijo in tistimi, ki se ne strinjajo (25 %) ali popolnoma ne strinjajo (19 %) s trditvijo zelo majhna. Tretjo hipotezo lahko potrdimo, saj se s trditvijo popolnoma strinja 20 % anketirancev, se strinja 31% in deloma se strinja nekaj manj kot 35 % anketirancev.

Na podlagi izvedene raziskave lahko potrdimo, da branje med mladostniki ni priljubljeno, kljub temu pa se večina zaveda njegovega pomena. Rezultati ankete so pokazali, da velika večina učencev raje počne druge stvari, nekateri pa ne najdejo besedil, ki bi jih pritegnila k branju. Kljub temu tisti, ki berejo, v branju vidijo pobeg od vsakodnevnih težav in način za razmislek o sebi.

Raziskava je tudi pokazala, da se mladi soočajo s težavami v duševnem zdravju, vendar niso prepričani, ali bi si znali poiskati pomoč. Literarna dela, ki obravnavajo mladostniške težave, lahko ponujajo določene smernice ali spodbudo za razumevanje in reševanje osebnih stisk. Nekateri anketiranci so se poistovetili z liki iz knjig, drugi so iz njihovih zgodb pridobili pomembne uvide in jih uporabili pri lastnem soočanju s težavami.

Glede na rezultate raziskave bi bilo smiselno pri pouku več pozornosti nameniti literarnim delom, ki naslavlja težave mladih, saj bi to lahko spodbudilo zanimanje za branje in hkrati

pomagalo pri reševanju duševnih stisk. Prav tako bi bilo koristno več osveščanja o tem, kje lahko mladi poiščejo pomoč pri duševnih težavah.

Na koncu lahko sklenemo, da čeprav mladi branja ne dojemajo kot eno izmed svojih glavnih aktivnosti, ima lahko pomembno vlogo pri njihovem osebnostnem razvoju in soočanju z življenjskimi izzivi.

Na koncu bi se radi dotaknili vpliva branja na pismenost. Med opravljanjem analize smo zasledili veliko pravopisnih napak pri vprašanju 8. Zavedamo se, da se večini anketirancev ni ljubilo pisati z vsemi šumniki, ločili in velikimi začetnicami, vendar smo opazili, da se nekatere napačno zapisane besede kar naprej ponavljajo (npr. nevem- ne vem). Glede na to, da velika večina ne bere rado ali pa sploh ne bere, bi lahko sklepali, da zaradi tega upada tudi splošna pismenost, prav tako besedišče. To bi lahko bila tema, ki bi jo raziskovali v prihodnje.

8 DRUŽBENA ODGOVORNOST

Leposlovje je v svoji osnovi socialno, v smislu, da govori o socialnih stikih in odnosih med osebami, kar pomeni, da je za razumevanje zgodb potrebno razumevanje ljudi. Iz tega razloga so mnogi raziskovalci mnenja, da je branje leposlovja hkrati tudi trening empatije. Med branjem zgodbe se bralci namreč pogosto vživijo v zgodbo, kar jim omogoči, da jo izkusijo na čustveni in miselni ravni. Če smo empatični, lahko prepoznamo težave pri drugih in lahko pomagamo. Če pa imamo sami težave, lahko s pomočjo vživljanja v literarne osebe prepoznamo možnosti rešitve lastnih težav. Podatki pravijo, da je več kot 70 % mladih nezadovoljnih s svojim življenjem, ki so zato posledično izpostavljeni višjemu tveganju za poslabšanje njihovega duševnega zdravja. Kako lahko pomagamo mladim ter nenazadnje sami sebi, da smo in ostanemo psihološko odporni v kaosu vsakdanjika? To je vprašanje, ki je v pokovidnem obdobju zelo pogosto. Vedno več se govori o duševnem zdravju, posebej o duševnem zdravju otrok in mladostnikov.

S to nalogo smo želeli združiti pomen branja in skrb za duševno zdravje mladostnikov. Naloga je namenjena tudi temu, da opozori na pomen branja, hkrati pa ponuja eno izmed možnosti za reševanje težav mladih. Velikokrat mladi ne vedo, kam se obrniti po pomoč, v nalogi ponujamo možnost, kako poiskati pomoč ali pa se lotiti reševanja lastnih težav. Čeprav mladi branja ne dojemajo kot eno izmed svojih glavnih aktivnosti, ima lahko pomembno vlogo pri njihovem osebostnem razvoju in soočanju z življenjskimi izzivi.

Potrebno bi bilo preveriti, kako bi lahko izboljšali odnos mladih do branja, morda z uvedbo bolj aktualnih literarnih del v šolski kurikulum, ki bi se bolj neposredno dotikala njihovih življenjskih situacij. Prav tako bi bilo smiselno več pozornosti nameniti povezavi med branjem in duševnim zdravjem, saj se zdi, da nekateri mladostniki prepoznavajo terapevtsko vrednost literature.

9 SEZNAM VIROV IN LITERATURE

Matanović, Nika. (2016). *Razred*. Maribor: Pivec.

Duševno zdravje otrok in mladih. Zbornik za mentorje in koordinatorje programa Otroški parlamenti. (2023). Ljubljana: ZPM Slovenije.

Center Motus. *Branje – kaj sploh je in kako poteka razvoj branja?* Pridobljeno 20. januar, 2025
<https://www.center-motus.si/branje-kaj-je-in-razvoj-branja/>

Nacionalni Inštitut za javno zdravje. *Kaj je duševno zdravje?* Pridobljeno 10. januar, 2025
<https://www.zadusevnozdravje.si/dusevno-zdravje/kaj-je-dusevno-zdravje/>

Svet EU in Evropski svet. *Duševno zdravje*. Pridobljeno 18. januar, 2025
<https://www.consilium.europa.eu/sl/policies/mental-health/>

10 PRILOGE

Priloga 1: Anketa

Branje je umik, da zberemo moč

Sem učenka 9. razreda in pripravljam raziskovalno nalogo z naslovom Branje je umik, da zberemo moč za reševanje. Prosim, če si vzamete malo časa in rešite anketo, s katero mi boste pomagali pri izvedbi naloge. S klikom na Naslednja stran pričnete z izpolnjevanjem ankete.

Ustrezno označi spol.

M Ž

Ustrezno označi razred.

1 (7. razred)
2 (8. razred)
3 (9. razred)

Ali rad/-a bereš?

DA NE

Zakaj ne? Izberi možnost.

1 (Ker je brez veze.)
2 (Ne najdem ustreznih besedil, ki bi me zanimala.)
3 (Ker se mi ne da, raje počnem kaj drugega.)
4 (Berem, vendar sem prisiljen/-a.)

Zakaj da? Izberi možnost

1 (Ker v branju uživam.)
2 (Ob branju pozabim težave, ki jih imam.)
3 (Ob branju razmišljam o sebi.)
4 (Z branjem se umaknem od vsakdana.)

Ali je branje pomembno?

DA NE

Označi strinjanje oz. nestrinjanje s podano trditvijo.

Se popolnoma strinjam	Se strinjam	Se delno strinjam	Se ne strinjam	Se popolnoma ne strinjam
-----------------------	-------------	-------------------	----------------	--------------------------

Mladi imajo veliko težav z duševnim zdravjem.

Mladi vedo, kam se obrniti po pomoč, če imajo težave.

Branje mladinskih romanov lahko pomaga pri rešitvi težav.

Pri pouku beremo premalo mladinskih problemskih romanov.

Kako lahko branje problemskih mladinskih romanov pomaga pri reševanju lastnih problemov?
Napiši odgovor.