

**ALI PRIČAKOVANJA DRUGIH VSAJ MALO
VPLIVAJO NA VSAKEGA IZMED NAS?**

Moč samouresničujoče se prerokbe in placebo učinka

PSIHOLOGIJA ALI PEDAGOGIKA

Raziskovalna naloga

OŠ borcev za severno mejo Maribor

Avtor: Žak Birsa

Mentorica: Tjaša Lajmsner Paklec

Maribor, 2020

Kazalo vsebine

1. POVZETEK.....	1
2. ZAHVALA	3
3. UVOD	4
4. TEORETIČNI DEL	4
4.1 Samouresničujoča se prerokba	4
4.2 Pygmalionova študija	5
4.3 Placebo.....	5
4.4 Moč misli.....	6
4.5 Teorija pričakovanja	7
4.6 Teorija označevanja.....	7
4.7 Pričakovanja učiteljev.....	7
4.8 Učna motivacija.....	8
5. OPREDELITEV PROBLEMA.....	10
6. HIPOTEZE	10
7. METODOLOGIJA	11
7.1 Udeleženci	11
7.2 Pripomočki.....	11
7.3 Postopek.....	11
7.3.1 Priprava eksperimenta št. 1	11
7.3.2 Potek eksperimenta št. 1	11
7.3.3 Priprava eksperimenta št. 2	12
7.3.4 Potek eksperimenta št. 2	12
8. REZULTATI.....	13
8.1 Rezultati eksperimenta št. 1	13
8.2 Rezultati eksperimenta št. 2.....	17
9. INTERPRETACIJA REZULTATOV IN UGOTOVITVE	18
10. DRUŽBENA ODGOVORNOST.....	21
11. ZAKLJUČEK.....	22
VIRI IN LITERATURA.....	21
PRILOGA.....	22

Kazalo grafikonov

Grafikon 1: Vpliv placebo učinka na doseganje boljšega rezultata.....	14
Grafikon 2: Pozitivna pričakovanja in spodbude učiteljice med preverjanjem znanja kot pomoč za višje doseganje rezultata.....	14
Grafikon 3: Pozitivne spodbude učiteljev v prihodnje.....	15
Grafikon 4: Vpliv dejavnikov na učno uspešnost.....	16
Grafikon 5: Najpomembnejši dejavnik vplivanja na učno uspešnost.....	16

Kazalo tabel

Tabela 1: Prikaz povprečnega dosežka preverjanja znanja v obeh skupinah	13
Tabela 2: Uspešnost poskusov dviga sedeče osebe po razredih.....	17

1. POVZETEK

Pojavu, kjer naša pričakovanja lahko vplivajo na izide v prihodnosti nas ali drugih ljudi, pravimo samouresničujoča se prerokba. Rosenthal in Jacobsonova sta leta 1964 v svoji raziskavi potrdila, da se intelektualne sposobnosti učencev povišajo, če tako pričakuje njihov učitelj. Zelo znan primer samouresničujoče se prerokbe pa je tudi placebo učinek, pri katerem nam zdravilo ali ukrep pomaga zato, ker verjamemo v njegovo moč, četudi v resnici nima zdravilnih učinkovin. Možnosti, ki jih samouresničujoča se prerokba ponuja, nekatere navdušujejo in tudi mene so, zato sem se odločil raziskati pozitivni vidik tega pojava v kombinaciji s placebo učinkom. V svoji raziskovalni nalogi sem želel izvedeti, kako samouresničujoča se prerokba vpliva na učno uspešnost učencev v osnovni šoli. Raziskal sem, kakšen vpliv ima placebo učinek na učence, če pomaga zgolj zato, ker verjamemo v njegovo moč, četudi v resnici nima zdravilnih učinkovin. To sem preveril z eksperimentom, v katerega sem vključil učence 4. in 5. razreda. Razdelil sem jih v eksperimentalno in kontrolno skupino ter ugotavljal, ali jim placebo učinek pomaga pri doseganju višjega rezultata na preverjanju znanja in kako pozitivna pričakovanja in sporočila učiteljice vplivajo na njihov rezultat. Ker sem želel preveriti tudi moč in učinek pozitivnih misli, sem se odločil za dodatni eksperiment, kjer so naključno izbrani učenci iz štirih razredov poskušali z enim prstom dvigniti sedečo osebo.

Ključne besede: placebo, samouresničujoča se prerokba, učna uspešnost, pozitivna pričakovanja, eksperiment.

ABSTRACT

A phenomenon where our expectations can affect our future outcomes or those of other people is called a self-fulfilling prophecy. In the year 1964, Rosenthal and Jacobson confirmed in their study that students' intellectual abilities increase if their teacher expects them to. A well-known example of a self-fulfilling prophecy, however, is also the placebo effect, in which medicine or measure helps us because we believe in its power, even if in reality it has no active ingredients. The possibilities offered by the self-fulfilling prophecy inspired some, and also me, so I decided to explore the positive aspect of this phenomenon combined with the placebo effect. In my research paper, I wanted to find out how a self-fulfilling prophecy affects the learning

performance of elementary school students. I researched what effect a placebo effect has on students, if it helps just because we believe in its power, even if it doesn't have active ingredients. I checked this with an experiment involving 4th and 5th graders. I divided them into an experimental and a control group and wanted to figure out if the placebo effect helps them achieve a higher score on the knowledge test and how the teacher's positive expectations and messages affect their score. I also wanted to test the power and effect of positive thoughts, so I opted for an additional experiment where randomly selected students from four grades tried to lift a seated person with one finger.

Keywords: placebo, self-fulfilling prophecy, learning performance, positive expectations, experiment.

2. ZAHVALA

Zahvaljujem se svoji mentorici, ki mi je svetovala, in moje ideje ter zamisli spreminjala v prvovrstne, me spodbujala in usmerjala skozi izvedbo celotne raziskovalne naloge. Zahvala velja tudi vsem sodelujočim v eksperimentih, ki so mi omogočili, da sem le-te lahko izvedel.

3. UVOD

„good doctors ... (it) is not possible for them to attempt to treat the head by itself, apart from the body ... or the body without the soul ... and the treatment of the soul by means of certain charms, and this charms are words of the right sort ...“ (Sokrates)

»Ljudje postanejo točno to, kar mislijo.« (Earl Nightingale)

Merton je bil prvi, ki je opozoril na moč vpliva interpersonalnih pričakovanj na vedenje ljudi, in spodbudil pomembna vprašanja, ki so postala del socialne psihologije: v kolikšni meri pričakovanja vplivajo na socialno resničnost in kdaj jo pričakovanja tudi ustvarjajo (Madon, Jussim in Eccles, 1997, v Gomboc, 2011). Čeprav je v začetnem obdobju intenzivnega preučevanja samouresničujoče se prerokbe večina raziskav potekala znotraj ozkih laboratorijskih pogojev, je bilo možno v literaturi različnih strokovnih področij najti navedbe, ki so pokazale na široko polje delovanja pojava (Gomboc, 2011).

4. TEORETIČNI DEL

4.1 Samouresničujoča se prerokba

Raziskovalci so ugotovili, da lahko naša pričakovanja vplivajo na izide v prihodnosti posameznika in ostalih ljudi. Pozitivna pričakovanja pa imajo večji samouresničujoči se učinek kot negativna pričakovanja. Prvi je koncept samouresničujoče se prerokbe predstavil sociolog Robert K. Merton leta 1948, da bi opisal situacijo, v kateri pričakovanja ene osebe o drugi osebi vodijo do uresničitve teh pričakovanj (Franzoi, 2006, v Gomboc, 2011). Torej, če v neko pozitivno ali negativno misel verjamemo, je večja verjetnost, da bomo v tej smeri tudi delovali in posledično dosegli predviden rezultat. Primer: t. i. placebo učinek, ko nam nekdo da »zdravilo« brez zdravilnih učinkov, ki nam nato pomaga samo zato, ker verjamemo v njegovo zdravilno moč. Samouresničujoča se prerokba je z vprašanji, v kolikšni meri pričakovanja vplivajo na socialno resničnost in kdaj jo ta pričakovanja tudi ustvarjajo, postala pomemben del socialne psihologije (Gomboc, 2011).

Pozitivna pričakovanja, še posebej staršev, učiteljev, pomagajo doseči velike uspehe. Prav nasprotno pa negativna pričakovanja o osebi lahko povzročijo, da ta ne razvije vseh potencialov, ki jih ima (Harris, 2007, v Gomboc, 2011).

4.2 Pygmalionova študija

Pedagoški psihologi so opozarjali na možnost, da učenčeve sposobnosti narastejo, če tako pričakuje njihov učitelj (Rosenthal, 1995). Da bi to možnost preveril, je Rosenthal skupaj z Jacobsonovo leta 1964 izvedel eksperiment. Potekal je na osnovni šoli Oak v Združenih državah Amerike. Uspel je izločiti tiste, ki bodo v 8 mesecih pokazali napredek na intelektualnem področju, in z rezultati seznanil učitelje. Rezultati eksperimenta so pokazali, da se je povprečen inteligenčni količnik učencev eksperimentalne skupine povečal za 12 IQ točk, medtem ko so učenci kontrolne skupine pridobili le 8 IQ točk. Na podlagi teh rezultatov sta avtorja prišla do zaključka, da so pričakovanja učiteljev delovala po principu samouresničujoče se prerokbe. Te ugotovitve so pokazale na možnost, da so učitelji aktivno vpleteni v ustvarjanje diskriminatornih socialnih razlik, kar je posledično izzvalo velik odmev. Pygmalionova raziskava je spodbudila množico raziskav, ki so želele bodisi potrditi, bodisi ovreči predpostavko o tovrstnem učinku učiteljevih pričakovanj na razvoj inteligentnosti učencev. Kar je skupno obema vrstama odzivov, je njuna ekstremnost: na eni strani je bila Pygmalionova raziskava entuziastično in nekritično sprejeta s strani širše intelektualne in obče javnosti, na drugi strani pa je bila deležna tudi poplave (ne vedno upravičenih) kritik, predvsem s strani pedagoških psihologov in raziskovalcev inteligentnosti (Gomboc, 2011).

4.3 Placebo

Izraz placebo zajema vse tiste mehanizme samoozdravitvene moči narave in uma, ki jih še ne razumemo popolnoma. Je eden od najbolj uporabljenih pojmov v medicini zadnje čase. Placebo je zdravilo brez zdravilne snovi, ki je po videzu in okusu enako kot pravo zdravilo. Zanimanje znanosti za fenomen placeba prihaja prav od dobrodельne laži, ki jo je ameriška medicinska sestra izrekla med invazijo na južno Italijo med drugo svetovno vojno. Sestra je pomagala anesteziologu Henryju Beecherju, ko je zdravil ranjence. Ko je zmanjkalo morfija, je sestra naslednjemu ranjencu rekla, da mu bo dala injekcijo močnega analgetika, čeprav je bila to samo solna raztopina. Lažna injekcija pa je ranjencu čudežno omilila bolečino. Leta 1995 se je Beecher zapisal v zgodovino, ko je objavil klinično analizo 15 raziskav. V možganih ljudi, ki verjamejo, da dobivajo zdravilo, pa naj bo resnično ali ne, prihaja do zdravilnih biokemičnih sprememb. Stanje bolnika se lahko ob uporabi placeba izboljša že zato, ker ta izboljšanje pričakuje. Torej je placebo kakršen koli telesno-duševni učinek. Če učinek placeba razkriva, kako lahko misel spremeni fiziologijo, bi lahko preučili svoje misli in njihov vpliv na možgane in telo (Dispenza, 2014).

4.4 Moč misli

Ljudje se moramo zavedati pomembnosti naše miselne naravnosti. Kadar smo usmerjeni v pozitivno, se podzavestno osredotočamo na to, kar predstavlja pozitivno sliko in oddajamo vibracije pozitivne energije. V nasprotnem primeru pa se z osredotočanjem na pomanjkanje in negativno naš um programira v iskanje in zaznavanje tega, kar je za nas slika pomanjkanja in slabosti (Špeh, 2016).

Ugotovitve so pokazale, da ljudje s posebno živahno predstavo močjo oz. domišljijo uspešno urejajo in oblikujejo svoje življenje. To je posledica posebne sestave misli. Misli ne moremo videti ali prijeti, vendar zagotovo niso iz zraka. Njihov nastanek povezujemo z izmerljivimi presnovnimi procesi. Angleški pisatelj Rudyard Kipling je dejal: »Misli so najmočnejša droga, ki jo uporablja človeštvo.« In eden od najpomembnejših dokazov za to trditev je znani psihološki učinek placeba (Besser-Siegmund, 2002).

Zavestno lahko neposredno vplivamo na svojo podzavest z novimi miselnimi vzorci, ki jih izberemo. Tako izstopimo iz svojih nekdanjih okvirjev in omejitev ter pričnemo graditi na novo tisto, kar bo predstavljalo naš kakovostnejši način življenja (Špeh, 2016).

Kakšen vpliv imajo misli na življenje, kaže preizkus, ki so ga izvedli raziskovalci s Kitajci in belopoltnimi prebivalci Severne Amerike. Raziskave so pokazale, da je inteligenčna raven Kitajcev in belih Američanov v mlajših in srednjih letih podobna, v visoki starosti pa so Kitajci po inteligenci močno premagali Američane. Znanstveniki so razlago za ta pojav našli v različnem pojmovanju obeh kultur o starosti, saj si večina Američanov starega človeka predstavlja kot pomoči potrebnega starca. Pri Kitajcih pa je podoba starega človeka bolj pozitivna, saj ga zaradi življenjskih izkušenj zelo spoštujejo (Besser-Siegmund, 2002).

Najpomembnejši ključ za uresničitev naših ciljev smo mi sami. Drugi nam lahko še in še prigovarjajo, vendar dokler sami nimamo dovolj notranje moči, ki nas bo privedla do velikih uspehov, je vse zaman. Znanstveniki so raziskovali, katere osebe so po uspešni dieti uspele obdržati na novo pridobljeno telesno težo več kot dve leti. Ugotovili so, da so osebe, ki so jih k dieti spodbudili drugi, v kratkem času ponovno nazaj pridobile svojo težo. Trajno vitkost pa so ohranili tisti, ki so si sami od vsega začetka želeli shujšati in jih v to niso spodbujali drugi (Besser-Siegmund, 2002).

Špeh (2016) pravi, da je najzanimivejše spoznanje ravno to, da sami ustvarjamo pogoje, da lahko postopoma odstranimo, kar nam ni všeč, in uvedemo novosti, ki bodo postale del nas z voljo in trudom. Prav tako sami določamo svoj uspeh.

4.5 Teorija pričakovanja

Vroom (1964) je razvil teorijo pričakovanja za neposredno uporabo, kasneje pa sta jo razširila in izpopolnila Porter in Lawer ter drugi avtorji (Kvartuh, 2017).

Teorija pričakovanja se ukvarja z motivacijskimi procesi, ki se odražajo v izbiri vedenja ter v medsebojni povezavi vedenja in motivacije. Osnovna predpostavka je prepričanje ljudi, da obstaja povezava med vloženim delom in trdom ter uspešnostjo, ki jo žanjejo ob prizadevanjih in nagradah. Z drugimi besedami – ljudje so motivirani, če menijo, da napor vodi do dobre učinkovitosti in uspešnosti (Kvartuh, 2017).

Moč pričakovanja je bila prikazana tudi v številnih raziskavah na področju medicine. V eni izmed njih so preiskovancu v vse štiri okončine subkutano (podkožno) injicirali alkaloid kapsaicin, ki povzroča žgoč občutek bolečine. Pričakovanje zmanjšanja bolečine so spodbudili z nanosom placebo kreme na enega od prizadetih delov, ob tem pa je bilo preiskovancem rečeno, da je v kremi močan lokalni anestetik. Preiskovanci so občutili zmanjšanje bolečine le na namazanem delu, drugje pa sprememb v občutju bolečine ni bilo (Gomboc, 2011).

4.6 Teorija označevanja

Teorija označevanja je podlaga za imenovanje družbenih vlog, pogosto pa se odraža v samouresničujočih se prerokbah. Pričakovanja socialnega okolja, ki v veliki meri določajo ukrepe in priložnosti svojih članov, postopoma prihajajo z namenom njihove uresničitve. Rist (2011, v Ryan, 2013) je uporabil primer socialne deviacije, da bi pojasnil teorijo označevanja; če pričakujemo, da bodo učenci z nižjim učnim uspehom povzročali težave v razredu in bomo do njih imeli nižja učna pričakovanja, bodo sčasoma ti otroci začeli kazati vedenje, ki ga od njih pričakujemo, čeprav ga drugače ne bi. S tem otroci dejansko sprejmejo označbo, kar potrjuje prvotno domnevo, da ti učenci povzročajo težave. Izpolnili so svojo prerokbo glede napovedanega vedenja in se poistovetili z označbo. Če so pričakovanja dovolj dolgo trajajoča, jih običajno prevzamejo (Ryan, 2013).

4.7 Pričakovanja učiteljev

Marentič Požarnik (2014) opredeljuje učiteljeva pričakovanja kot pričakovanja, ki jih ima učitelj do posameznega učenca (npr. ali bo učenec dosegal dobre rezultate ali bo sledil pouku ...). Oblikuje jih nezavedno in utemeljeno ter kmalu po prvem stiku z novim razredom. Peterson s sodelavci (2016) pojmuje učiteljeva pričakovanja kot učiteljevo prepričanje o učnih

zmožnostih in nadaljnjih dosežkih o svojih učencih. Različna učiteljeva pričakovanja do učenčevega uspeha imajo lahko pozitivne ali negativne posledice na učenčeve priložnosti za učenje in na njihov nadaljnji razvoj potenciala (Kvartuh, 2017).

Pričakovanja, ki si jih učitelj izoblikuje, niso povsem zavestna. Prav tako so pričakovanja čustveno obarvana in vplivajo na razmišljanje, ravnanje in odločanje. Učiteljevi vzorci pripisovanja vzrokov vplivajo na to, kako pohvali ali graja posameznega učenca, ga ignorira ali mu da podrobno povratno informacijo (Pušnik, Žarkovič Adlešič in Bizjak, 2000).

Prvi vtisi nam že ob prvem stiku z osebo ali celo samo ob prvih informacijah, ki jih dobimo o osebi, ustvarijo kompleksno predstavo o njej. Prav tako se prvi vtis ohrani in vpliva na oceno druge osebe ali oseb v naslednjih stikih in deluje kot pričakovanje, da se bodo naše sodbe o drugi osebi v nadaljnjih srečanjih potrdile in ne spremenile. V začetku odnosa z drugo osebo so prvi vtisi o njej zelo pomembni, kasneje pa težimo k izbiri takšnih informacij, ki prve vtise potrjujejo (Ule, 2004).

Znanje o tem, da imajo pričakovanja lahko samouresničujoče se posledice, je tako opozorilno sporočilo kot sporočilo upanja. Je opozorilno sporočilo, ker lahko negativna pričakovanja o osebi povzročijo, da oseba ne razvije potencialov, ki jih ima. Je pa tudi sporočilo upanja, saj pozitivna pričakovanja pomembnih oseb, staršev, učiteljev, lahko pomagajo doseči uspehe, ki so bili prej le sanjani (Harris, 2007, v Gomboc, 2011).

4.8 Učna motivacija

V psihologiji učno motivacijo razumemo kot posebno vrsto motivacije, ki jo učenec s svojim vedenjem izraža v kontekstu šolskega učenja. Motivacija, ki je sicer psihološki proces v obliki različnih motivacijskih sestavin (to so interesi, samopodoba, cilji, zunanje spodbude, vrednote), energetizira učni proces tako, da ga najprej aktivira, nato pa bolj ali manj zavestno usmerja do zaključka učne naloge oziroma učnega cilja (Juriševič, 2006). Vedenjski izraz motivacije, ki je ob tem razviden iz učenčevega razmišljanja, čustvovanja in ravnanja, imenujemo učna motiviranost. Pri tem je pomembno razumeti, da se motivacija vedno dogaja v učencu, da je učenec osrednji vir lastnega motivacijskega delovanja. Učencu torej nikakor ne moremo »dati« motivacije, saj je ta pravzaprav »že v njem«. Drži pa, da z različnimi motivacijskimi spodbudami, ki jih učencem namenimo med poučevanjem, to »motivacijo« lahko negujemo, ozaveščamo, dodatno krepimo, spodbudimo ali pa, nasprotno, celo pripomoremo k njenemu zniževanju. Pravimo, da učence s poučevanjem bodisi motiviramo (pripomoremo k njihovi

motiviranosti) ali demotiviramo (pripomoremo k njihovi nemotiviranosti) za učenje oziroma delo v šoli (Juriševič, 2012).

Motivacijske spodbude, s katerimi učitelji v šoli motivirajo učence za učenje, razdelimo v dve širši skupini: 1) didaktične motivacijske spodbude, kot so na primer sama organizacija učnega okolja in učenja, učne metode, izbira nalog ter didaktični material, in 2) psihološke motivacijske spodbude, kot so to na primer vodenje učenca med učenjem s povratnimi informacijami o njegovem učenju in dosežkih, omogočanje učne podpore in usmerjanje pri učenju v območju učenčevega bližnjega razvoja (Juriševič, 2012).

5. OPREDELITEV PROBLEMA

Samouresničujoča se prerokba je pojav, kjer naša pričakovanja vplivajo na naše izide ali izide drugih ljudi v prihodnosti in je postala pomemben del socialne psihologije. Tudi placebo učinek ima svojo moč, ker nam neko zdravilo ali ukrep pomaga zato, ker verjamemo v to, da bo deloval, tudi če v resnici nima zdravilnih učinkovin. Možnosti, ki jih samouresničujoča se prerokba ponuja, nekatere navdušujejo in tudi mene so, zato sem se odločil raziskati pozitivni vidik tega pojava v kombinaciji s placebo učinkom. Ker pozitivna pričakovanja, še posebej staršev in učiteljev, pomagajo doseči velike uspehe, želim v svoji raziskovalni nalogi izvedeti, kako samouresničujoča se prerokba vpliva na učno uspešnost učencev v osnovni šoli. Ugotoviti želim, ali se bodo do sedaj izvedene raziskave ujemale z mojo, saj jih je bilo na tem področju narejenih že veliko. Zanima me, kakšen vpliv ima placebo učinek na učence, in če pomaga zgolj zato, ker verjamemo v njegovo moč, četudi v resnici nima zdravilnih učinkovin. Raziskal bom, ali placebo učinek in pozitivna pričakovanja učiteljev zares vplivata na boljši rezultat učencev pri pisnem preverjanju znanja. Zanima me tudi moč pozitivnih misli in kako le-te lahko vplivajo na učence. Prepričan sem, da če začnemo dan optimistično, spodbudno in s samozavestnimi mislimi, se počutimo dobro in smo bolj motivirani za učenje, bolj se potrudimo in posledično je tudi verjetnost, da smo uspešni, veliko večja. Zato bi želel to miselnost razširiti med učence in učitelje naše šole.

6. HIPOTEZE

H1: Učenci v eksperimentalnih skupinah bodo v eksperimentu št. 1 pri pisnem preverjanju znanja zaradi placebo učinka dosegli višji rezultat kot učenci v kontrolnih skupinah.

H2: Učencem bodo med pisnim preverjanjem znanja pri eksperimentu št. 1 za višje doseganje rezultata v pomoč pozitivna pričakovanja in spodbude učiteljice.

H3: Motivacija, pozitivna pričakovanja in pozitivne povratne informacije učiteljev bodo po mnenju učencev najbolj vplivali na njihovo učno uspešnost.

H4: Naključno izbrani učenci bodo v drugem poskusu v eksperimentu št. 2 zaradi učinka pozitivnih misli dvignili sedečo osebo.

7. METODOLOGIJA

Za raziskovanje zastavljenih hipotez sem uporabil dva eksperimenta, ki sem ju predhodno smiselno načrtoval in pripravil. Oblikoval sem tudi vprašalnik, ki so ga sodelujoči učenci po koncu eksperimenta št. 1 rešili.

7.1 Udeleženci

V eksperiment št. 1 je bilo vključenih 48 udeležencev od 4. do 5. razreda. Sodelujoči so bili stari med 9 in 10 let. Spol udeležencev v eksperimentu ni bil pomemben, zato razmerje v številu predstavnikov moškega in ženskega spola ni bilo enako.

V eksperiment št. 2 je bilo vključenih 20 udeležencev od 6. do 9. razreda. Sodelujoči so bili stari med 11 in 15 let. Spol udeležencev v eksperimentu ni bil pomemben, zato razmerje v številu predstavnikov moškega in ženskega spola tudi v tem eksperimentu ni bilo enako.

7.2 Pripomočki

V eksperimentu št. 1 sem za izvedbo uporabil naslednje pripomočke: vrč z navadno vodo, 48 skodelic, vprašalnike, ki sem jih predhodno oblikoval, in pisala.

V eksperimentu št. 2 sem za izvedbo uporabil stol in zapisana navodila za udeležence.

7.3 Postopek

7.3.1 Priprava eksperimenta št. 1

Skupaj z mentorico sem najprej pridobil soglasja staršev za sodelovanje učencev v eksperimentu. Ko sva dobila soglasja, sva iz seznama izbrala naključne učence, ki bodo sodelovali v eksperimentu in predstavljali eksperimentalno skupino. Ostali učenci, ki niso bili izbrani, so predstavljali kontrolno skupino. Pred izvedbo eksperimenta sem pripravil učilnico, tako da je vsak učenec sedel za svojo mizo. Na vsako mizo učenca sem dal prazno skodelico, na učiteljevi mizi pa sem imel pripravljen vrč z navadno vodo in žlico za mešanje. Medtem ko so učenci vstopali v učilnico in se posedali na stole, sem z žlico mešal vodo v vrču.

7.3.2 Potek eksperimenta št. 1

Eksperiment št. 1 sem v 5. razredih izvedel 4. 11. 2019 v času pouka med pisnim preverjanjem znanja matematike. Trajal je eno šolsko uro oziroma 45 min. Eksperiment v 4. razredih pa sem

izvedel 22. 11. 2019. Potekal je v času pouka med pisnim preverjanjem znanja naravoslovja in tehnike in je trajal 45 minut. Pred začetkom eksperimenta sem učencem podal navodila. Povedal sem jim, da imam v vrču posebno tekočino, ki vsebuje prašek za boljšo koncentracijo in hitrejši priklic informacij, in da bodo to tekočino pred preverjanjem znanja popili. Prisotna je bila tudi moja mentorica, ki je medtem učencem razdelila preverjanja znanja. Vsak udeleženec je iz skodelice popil tekočino in pričel z reševanjem. Pred reševanjem preverjanja znanja sem jih tudi opozoril, da naj bodo pozorni na sporočila, ki jih bodo med preverjanjem dobili od učiteljice (mentorice). Učenci so bili med preverjanjem znanja deležni pozitivnih sporočil in spodbud učiteljice. Ko so zaključili s preverjanjem znanja, so dobili vprašalnik in ga rešili. Pred reševanjem vprašalnika so dobili natančna navodila.

7.3.3 Priprava eksperimenta št. 2

Za izvedbo eksperimenta št. 2 sva skupaj z mentorico izbrala naključne učence. Na dan eksperimenta sem na sredino gibalnice, kjer je eksperiment potekal, postavil stol in si pripravil zapisana navodila za udeležence.

7.3.4 Potek eksperimenta št. 2

Eksperiment št. 2 sem med naključno izbranimi učenci 6., 7., 8. in 9. razreda izvedel 20. 12. 2019 v času pouka v gibalnici. Isti eksperiment sem ponovil štiri krat z različnimi učenci iz različnih razredov. V vsakem eksperimentu je sodelovalo po 5 učencev. Najprej so bili na vrsti učenci iz 6. razreda, sledili so jim učenci iz 7. razreda, iz 8. razreda in na koncu iz 9. razreda. Ko so prišli udeleženci eksperimenta v gibalnico, sem jim podal navodilo, da se mora eden izmed njih usesti na stol, ostali štirje pa stojijo ob njem. Sledilo je navodilo, da dvignejo sedečega sošolca/sošolko. Ker tega niso mogli storiti, so pri naslednjem poskusu dviga sedeče osebe prejeli navodilo, da bodo v ponovnem poskusu izmenjaje položili roke nad glavo sedeče osebe, zaprli oči, roke držali v omenjenem položaju 20 sekund in med tem v mislih ponavljali, da so močni in da zmorejo dvigniti sedečo osebo. Sedeča oseba pa si je v mislih predstavljala, da je najlažja na svetu in da jo bodo lahko sošolci in sošolke z lahkoto dvignili. Ko je preteklo 20 sekund, sem jim povedal, da lahko odprejo oči, izmenjaje dajejo roke nazaj k sebi in dvignejo sedečo osebo.

8. REZULTATI

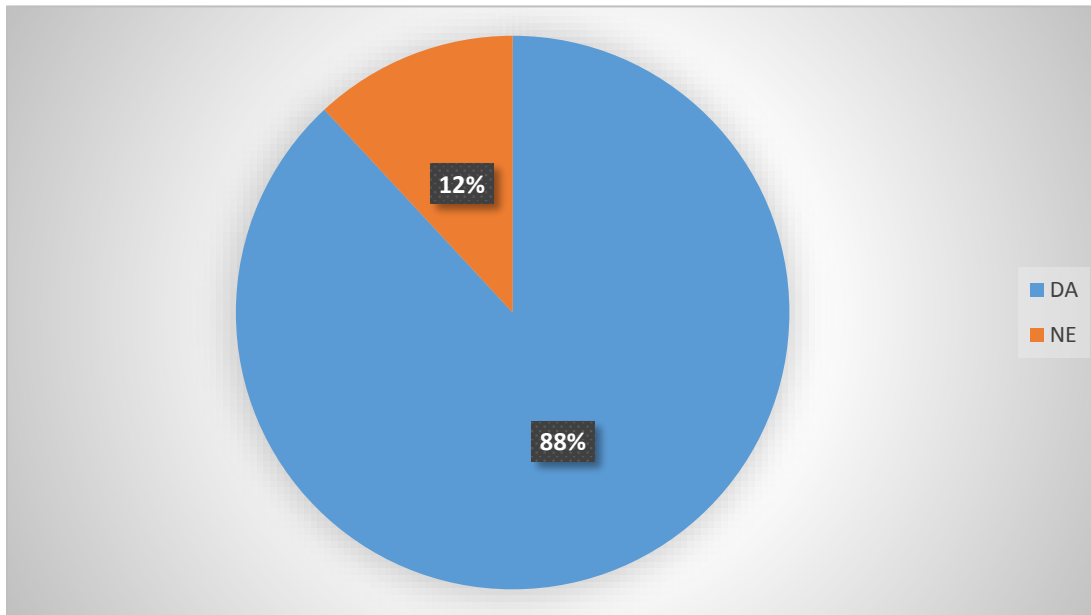
8.1 Rezultati eksperimenta št. 1

Tabela 1: PRIKAZ POVPREČNEGA DOSEŽKA PREVERJANJA ZNANJA V OBEH SKUPINAH

Razred	Eksperimentalna/ kontrolna skupina	Povprečni dosežek (%)
4.a	Eksperimentalna	65%
4.a	Kontrolna	61%
4.b	Eksperimentalna	79%
4.b	Kontrolna	71%
5.a	Eksperimentalna	66%
5.a	Kontrolna	60%
5.b	Eksperimentalna	58%
5.b	Kontrolna	62%

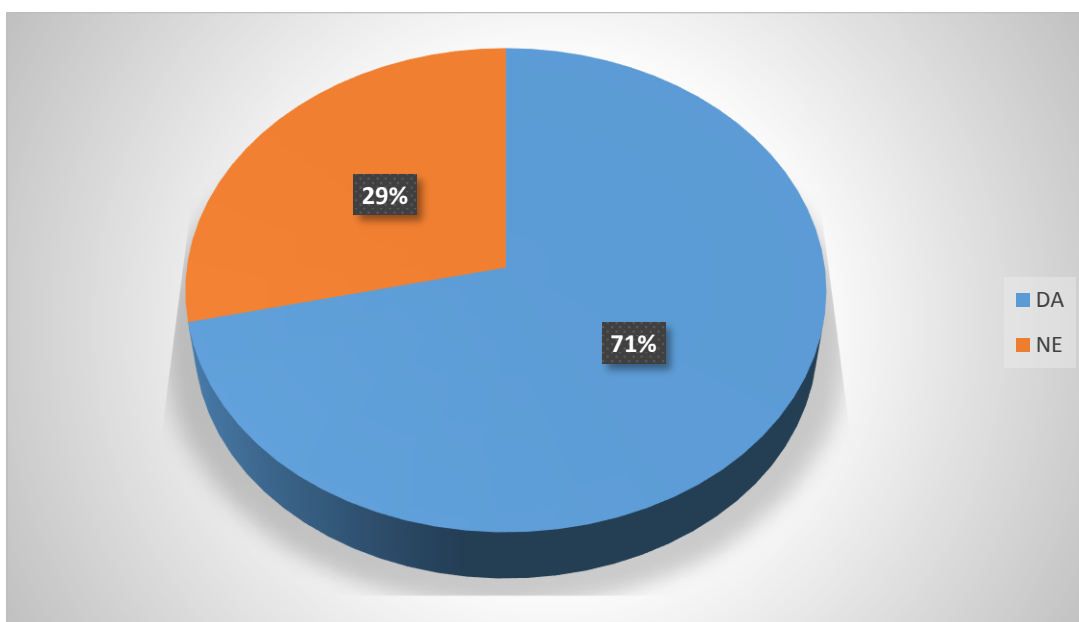
Na podlagi pregleda rezultatov preverjanja znanja s strani učiteljic, ki učijo 4. in 5. razred, sem ugotovil, da je bil v 5. b povprečni rezultat preverjanja znanja v eksperimentalni skupini za 4% nižji kot v kontrolni skupini. Medtem ko je pri obeh 4. razredih povprečni rezultat preverjanja znanja v eksperimentalni skupini višji kot v kontrolni skupini. Iz tega lahko sklepam, da sta placebo učinek in spodbude učiteljice vplivala na boljši rezultat učencev v treh eksperimentalnih skupinah.

Grafikon 1: VPLIV PLACEBO UČINKA NA DOSEGANJE BOLJŠEGA REZULTATA



V grafu je prikazano, ali po mnenju učencev popita tekočina vpliva na doseganje boljšega rezultata na preverjanju znanja. Iz grafa lahko razberemo, da ima placebo učinek vpliv na učence, saj jih je kar 88% odgovorilo z da. Tisti učenci, ki so odgovorili z ne, so pod razloge navedli, da na boljši rezultat vplivata učenje in samozavest in ne popita tekočina. En učenec je pod razlog navedel, da popita tekočina nima vpliva, ker je imela okus po vodi.

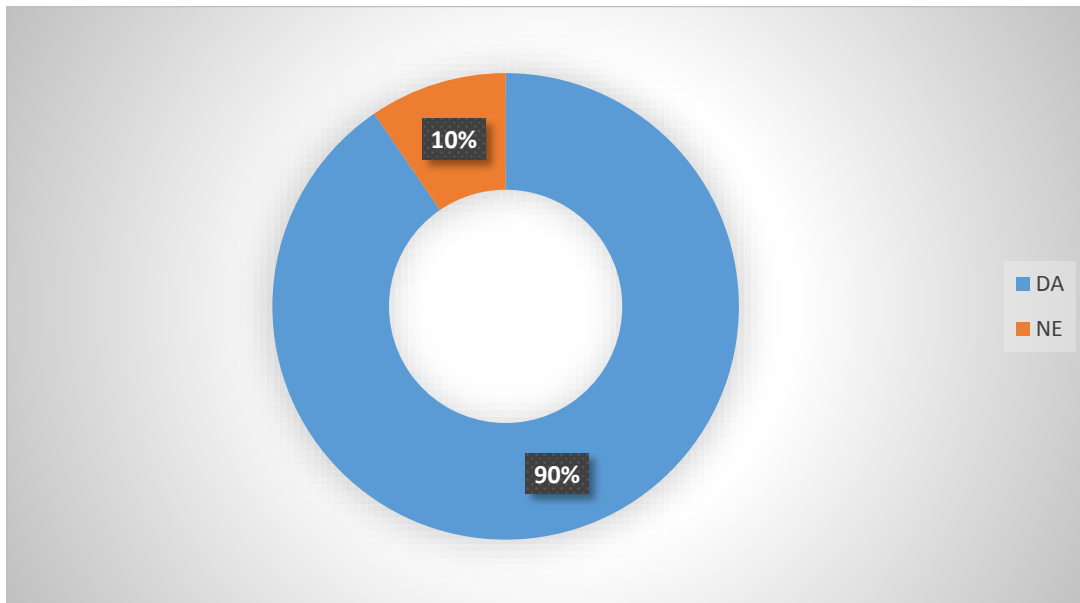
Grafikon 2: POZITIVNA PRIČAKOVANJA IN SPODBUDE UČITELJICE MED PREVERJANJEM ZNANJA KOT POMOČ ZA VIŠJE DOSEGANJE REZULTATA



V grafu je prikazano, ali so pozitivna pričakovanja in spodbude učiteljice med preverjanjem znanja bila učencem v pomoč. Iz grafa je razvidno, da 71% učencev meni, da so jim spodbude

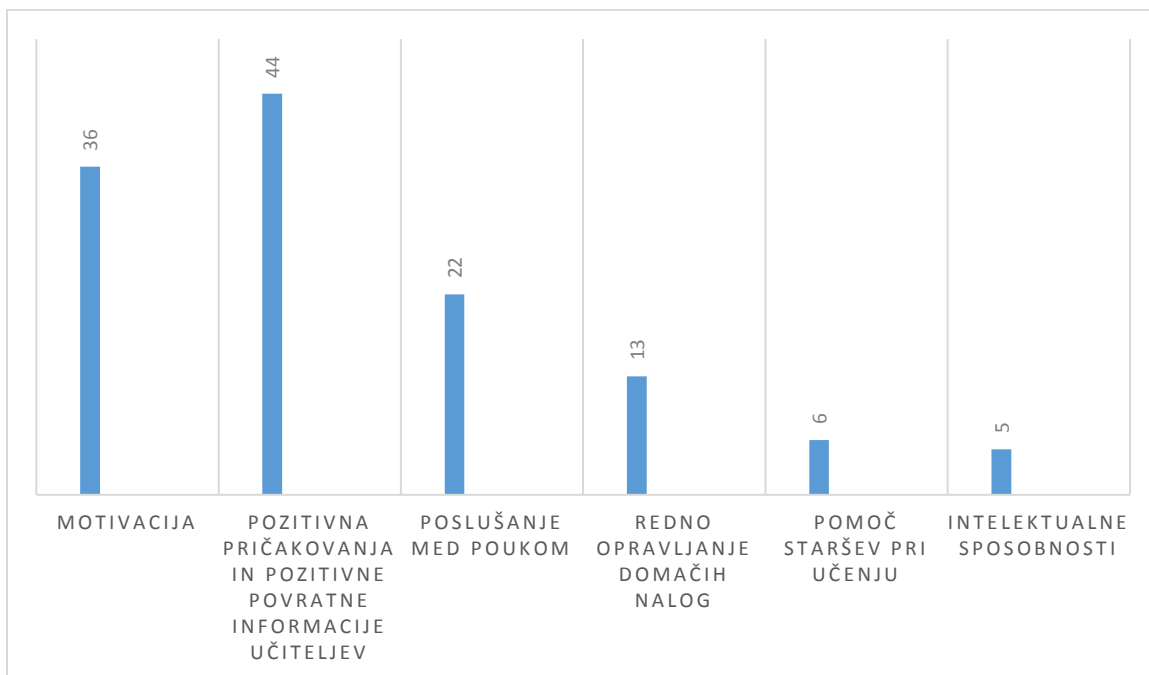
in pozitivna pričakovanja učiteljice bila v pomoč za višje doseganje rezultata. Učenci, ki so odgovorili z da, so pod razloge navedli, da so se zaradi tega bolje počutili, imeli boljšo motivacijo, dobili upanje za dobro oceno, dobili zaupanje vase in odločno reševali. Navajali so tudi, da so s spodbudami dobili večjo samozavest, se bolje skoncentrirali, imeli bolj pozitivno mišljenje in zaradi tega hitreje reševali.

Grafikon 3: **POZITIVNE SPODBUDE UČITELJEV V PRIHODNJE**



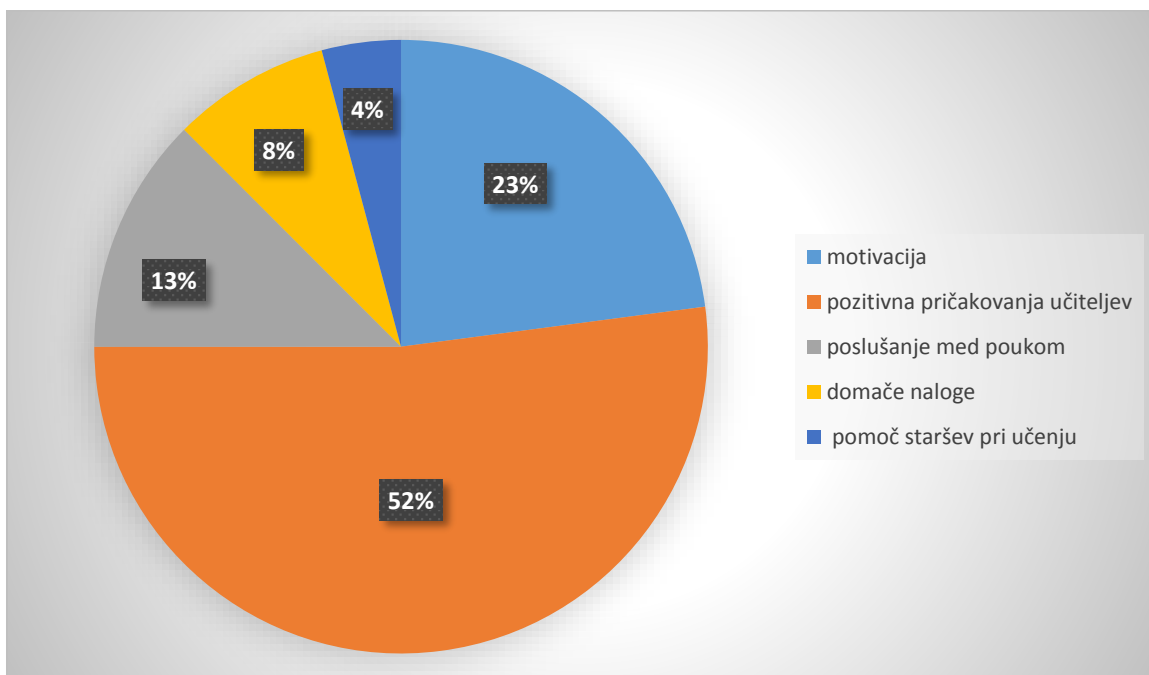
Na podlagi grafa lahko razberemo, da si večina učencev (90%) želi pozitivnih spodbud učiteljev tudi v prihodnje. Le 4 učenci so zapisali, da jim pozitivne spodbude učiteljev v prihodnje pri preverjanju in ocenjevanju znanja ne bi koristile.

Grafikon 4: **VPLIH DEJAVNIKOV NA UČNO USPEŠNOST**



Iz grafa je razvidno, da večina učencev (44) meni, da pozitivna pričakovanja in pozitivne povratne informacije učiteljev vplivajo na učno uspešnost. Poleg tega so tudi kot pomemben dejavnik vplivanja na učno uspešnost navajali motivacijo, ki jo je izbralo 36 učencev. Najmanj izbir so prejeli dejavniki redno opravljanje domačih nalog (13), pomoč staršev pri učenju (6) in intelektualne sposobnosti (5).

Grafikon 5: **NAJPOMEMBNEJŠI DEJAVNIK VPLIVANJA NA UČNO USPEŠNOST**



Grafikon 5 prikazuje, da je največ učencev (52%) kot najpomembnejši dejavnik vplivanja na učno uspešnost navedlo pozitivna pričakovanja učiteljev. 23% učencev je izbralo kot najpomembnejši dejavnik motivacijo. Najmanj izbrani dejavniki so bili: poslušanje med poukom, redno opravljanje domačih nalog in pomoč staršev pri učenju. Možni odgovor intelektualne sposobnosti kot najpomembnejši dejavnik vplivanja na učno uspešnost ni bil izbran.

8.2 Rezultati eksperimenta št. 2

Tabela 2: **USPEŠNOST POSKUSOV DVIGA SEDEČE OSEBE PO RAZREDIH**

Razred	Prvi poskus/ Drugi poskus	Uspešnost poskusa
6. razred	Prvi poskus	X
6. razred	Drugi poskus	X
7. razred	Prvi poskus	X
7. razred	Drugi poskus	✓
8. razred	Prvi poskus	X
8. razred	Drugi poskus	✓
9. razred	Prvi poskus	X
9. razred	Drugi poskus	X

Tabela 2 prikazuje, da v prvem poskusu ni nobenemu razredu uspelo dvigniti sedeče osebe. V drugem poskusu so sedečo osebo dvignili učenci iz 7. in 8. razreda. Učenci iz 6. in 9. razreda tudi pri drugem poskusu dviga sedeče osebe niso bili uspešni.

9. INTERPRETACIJA REZULTATOV IN UGOTOVITVE

V svoji raziskovalni nalogi sem s pomočjo eksperimenta ugotovil, da je imela popita tekočina vpliv na rezultate preverjanja znanja in da se je pri učencih v eksperimentalni skupini pokazal vpliv placebo učinka. Rezultati preverjanja znanja pri učencih 4. in 5. razreda so pokazali, da so v treh od štirih razredov višje rezultate dosegli učenci v eksperimentalni skupini, zato lahko potrdim svojo prvo hipotezo, ki je bila, da bodo učenci v eksperimentalnih skupinah v eksperimentu št. 1 pri pisnem preverjanju znanja zaradi placebo učinka dosegli višji rezultat kot učenci v kontrolnih skupinah. Čeprav so učenci popili le navadno vodo, so verjeli, da vsebuje posebni prašek za boljšo koncentracijo in hitrejši priklic informacij, kar je primer t. i. placebo učinka, ko nam nekdo da »zdravilo« brez zdravilnih učinkov in nam le-to pomaga samo zato, ker verjamemo v njegovo zdravilno moč. Moje ugotovitve se skladajo s klinično analizo Beecherja leta 1995, ki je ugotovil, da v možganih ljudi, ki verjamejo, da dobivajo zdravilo, pa naj bo resnično ali ne, prihaja do zdravilnih biokemičnih sprememb in da se lahko stanje bolnika ob uporabi placeba izboljša že zato, ker ta izboljšanje pričakuje.

Preveriti sem želel tudi učinek samouresničujoče se prerokbe, zato sem v eksperiment vključil svojo mentorico, ki je učencem pred in med pisnim preverjanjem znanja dajala spodbude in pozitivna sporočila o njihovih sposobnostih, znanju in uspehu. Ugotovil sem, da so bila učencem pozitivna pričakovanja in spodbude učiteljice v pomoč za boljše doseganje rezultata, saj so v odgovorih navajali, da so zaradi tega imeli večjo motivacijo, dobili upanje za dobro oceno, bolj zaupali v svoje znanje, pridobili večjo samozavest in odločno ter hitreje reševali. Analiza odgovorov je pokazala, da si učenci želijo pozitivnih pričakovanj in spodbud učiteljev tudi v prihodnje. Na podlagi teh ugotovitev lahko potrdim svojo drugo hipotezo. Do podobnih ugotovitev so prišli z raziskavami že v preteklosti, saj je leta 1948 sociolog Robert K. Merton prvi predstavil koncept samouresničujoče se prerokbe, da bi opisal situacijo, v kateri pričakovanja ene osebe o drugi osebi vodijo do uresničitve teh pričakovanj. Podobno ugotavlja tudi Harris (2007), ki govori, da pozitivna pričakovanja, še posebej staršev, učiteljev, pomagajo doseči velike uspehe. Prav nasprotno pa negativna pričakovanja o osebi lahko povzročijo, da ta ne razvije vseh potencialov, ki jih ima. Moje ugotovitve pa se povezujejo tudi s Pygmalionovo študijo, pri kateri je Rosenthal z Jacobsonovo leta 1964 ugotovil, da se je povprečen inteligenčni količnik učencev eksperimentalne skupine povečal za 12 IQ točk, medtem ko so učenci kontrolne skupine pridobili le 8 IQ točk. Na podlagi teh rezultatov sta avtorja prišla do zaključka, da so pričakovanja učiteljev delovala po principu samouresničujoče se prerokbe.

Svoje ugotovitve pa lahko povežem tudi s teorijo označevanja, v kateri je Rist (2011), da bi jo pojasnil, uporabil primer socialne deviacije in ugotovil, da kadar pričakujemo, da bodo učenci z nižjim učnim uspehom povzročali težave v razredu in bomo do njih imeli nižja učna pričakovanja, ti otroci postopoma tudi začeli kazati vedenje, ki ga od njih pričakujemo, čeprav ga drugače ne bi. S tem otroci dejansko sprejmejo označbo in izpolnijo svojo prerokbo glede napovedanega vedenja.

Raziskoval sem tudi vpliv dejavnikov na učno uspešnost in ugotovil, da večina učencev kot najpomembnejši dejavnik vplivanja na učno uspešnost navaja ravno pozitivna pričakovanja in pozitivne informacije učiteljev ter kot drugo motivacijo, kar potrjuje mojo tretjo hipotezo. Svoje ugotovitve lahko povežem z raziskavami in ugotovitvami iz preteklosti, saj je Peterson s sodelavci (2016) ugotovil, da imajo lahko različna učiteljeva pričakovanja do učenčevega uspeha pozitivne ali negativne posledice na učenčeve priložnosti za učenje in na njihov nadaljnji razvoj potenciala. Spoznal sem, da imajo pričakovanja učiteljev, kot pravi Harris (2007), zares veliko moč in vpliv na učenčev uspeh in da so te ugotovitve tako opozorilno sporočilo kot sporočilo upanja. Je opozorilno sporočilo, ker lahko negativna pričakovanja o osebi povzročijo, da oseba ne razvije potencialov, ki jih ima. Je pa tudi sporočilo upanja, saj lahko pozitivna pričakovanja pomembnih oseb, staršev in učiteljev, pomagajo doseči uspehe, ki so bili prej le sanjani. Kot drugi najpomembnejši dejavnik vplivanja na učno uspešnost se je pri naših učencih izkazala motivacija, pri kateri pa imajo ravno učitelji zelo pomembno vlogo, saj Jurišević (2012) pravi, da z različnimi motivacijskimi spodbudami, ki jih učencem namenimo med poučevanjem, lahko motivacijo negujemo, ozaveščamo, dodatno krepimo, spodbudimo ali pa, nasprotno, celo pripomoremo k njenemu zniževanju. Torej učence s poučevanjem bodisi motiviramo ali demotiviramo za učenje oziroma delo v šoli. Ne smemo pozabiti na to, da so raziskave pokazale, da so za uspešnost učencev zelo pomembne psihološke motivacijske spodbude, kot so na primer vodenje učenca med učenjem s povratnimi informacijami o njegovem učenju in dosežkih, omogočanje učne podpore in usmerjanje pri učenju.

Na podlagi rezultatov eksperimenta št. 2 sem ugotovil, da v prvem poskusu ni uspelo nobeni skupini učencev dvigniti sedeče osebe. V ponovnem poskusu z navodili pa je to uspelo le dvema skupinama, zato svoje četrte hipoteze ne morem potrditi, saj sem predvidel, da bo vsem skupinam v drugem poskusu zaradi učinka pozitivnih misli uspelo dvigniti sedečo osebo. Tudi ugotovitve Besser-Siegmunda (2002) so pokazale, da le ljudje s posebno živahno predstavo močjo lahko uspešno urejajo in oblikujejo svoje življenje. Še dodatna potrditev o moči in učinku

pozitivnih misli je raziskava o uspešnosti diete, ki je pokazala, da so trajno vitkost ohranili le tisti, ki so si sami od vsega začetka želeli shujšati, so verjeli v to in jih v to niso spodbujali drugi. Te ugotovitve lahko povežem z neuspešnostjo eksperimenta št. 2, saj eksperiment ni uspel vsem sodelujočim ravno zaradi učinka pozitivnih misli, ki je pri nekaterih večji kot pri drugih. V omenjenem eksperimentu pa vidim tudi nekaj pomanjkljivosti, saj ga nekateri sodelujoči učenci niso vzeli resno in so se med izvedbo eksperimenta posmehovali ter so že na začetku povedali, da je le-tega nemogoče izvesti. S to miselnostjo so vplivali tudi na ostale sodelujoče. Eksperiment je v drugem poskusu uspel dvema skupinama, ki sta se naloge lotili resno. Te ugotovitve lahko povežem s citatom angleškega pisatelja Rudyard Kipling, ki je dejal: »Misli so najmočnejša droga, ki jo uporablja človeštvo.«

Če bi še enkrat izvajal eksperiment št. 2, bi sodelujoče učence predhodno na to boljše pripravil. Morda bi bilo smiselno, da bi pred izvedbo eksperimenta izvedeli nekaj informacij o moči in učinku pozitivnih misli in bi se na izvedbo eksperimenta bolje pripravili, saj je podajanje navodil morda potekalo prehitro in vsega niso dobro razumeli.

Čeprav so bili v eksperimentu št. 1 naključno izbrani učenci, bi morda v prihodnje za bolj avtentične rezultate pred izbiro kandidatov za eksperimentalno skupino pred tem preveril njihove ocene in učno uspešnost ter učence glede na njihovo učno uspešnost enakomerno razporedil v eksperimentalno in kontrolno skupino, saj je morda bilo v kateri izmed eksperimentalnih skupin več učencev z boljšim učnim uspehom kot v kontrolnih skupinah in so zaradi tega posledično bili rezultati preverjanja znanja v eksperimentalnih skupinah višji kot v kontrolnih.

Možna nadgradnja eksperimenta št. 1 in št. 2 bi lahko bila primerjava s študenti ali odraslimi, saj bi tako lahko raziskovali razlike vpliva placebo učinka, samouresničujoče se prerokbe in učinka pozitivnih misli med različno staro populacijo. Podobno bi lahko raziskovali v t. i. medkulturni raziskavi, kjer bi bila v raziskavo vključena ena skupina Slovencev ter ena skupina tujcev. S primerjavo rezultatov bi lahko prišli do novih spoznanj o možnih razlikah, ki bi se zaradi različnega kulturnega okolja lahko pojavljale v obliki drugačnih zaznavanj in miselnosti. Ob koncu raziskovalne naloge so se mi porodila tudi nova vprašanja. Sprašujem se, ali bi lahko več popite tekočine vplivalo na še boljši rezultat učencev v eksperimentalni skupini pri eksperimentu št. 1? Ali bi samo napis na tabli, »Znam in zmorem«, vplival na boljši rezultat kontrolne skupine pri eksperimentu št. 1? Ali bi lahko prostor, v katerem se je izvajal eksperiment št. 2, vplival na uspešnost dviga sedeče osebe?

10. DRUŽBENA ODGOVORNOST

V svoji raziskavi sem ugotovil, da se učenci še vedno premalo zavedamo pomembnosti naše miselne naravnosti. Kadar smo usmerjeni v pozitivno, se podzavestno osredotočamo na to, kar predstavlja pozitivno sliko. V nasprotnem primeru pa z osredotočanjem na negativno naš um zaznava slabosti. Če bi se tega bolj zavedali, bi zagotovo imeli boljše odnose med seboj. Zato menim, da je potrebno učence o pomembnosti te tematike bolj ozaveščati. Na podlagi tega sem naredil tudi plakat, ki sem ga skupaj z mentorico izobesil v vseh učilnicah naše šole, da bo učence in učitelje ozaveščal o vplivu pozitivnih misli in pričakovanj. Menim, da bo to učence spodbudilo, da bo njihova samozavest in učna uspešnost višja kot je bila prej. Učitelje pa bo opomnilo na pomembnost njihove vloge, ki jo imajo s pozitivnimi pričakovanji in spodbudami pri doseganju rezultatov učencev, saj so tudi raziskave v preteklosti opozorile na pomembnost učiteljeve vloge pri motivaciji za učenje in doseganju visokega učnega uspeha. Želel bi si, da bi se učitelji bolj zavedali pomena samouresničujoče se prerokbe pri odnosu in delu, ki ga imajo z učenci, ker ravno negativna pričakovanja lahko vodijo do tega, da učenec ne razvije vseh svojih potencialov, pri čemer učitelji v devetih letih osnovnošolskega šolanja odigrajo zelo pomembno vlogo. Prav tako pa se o samouresničujoči se prerokbi in placebo učinku v osnovnih šolah premalo govori, zato sem želel s to tematiko informirati učence naše šole. Premalo se zavedamo, kako zelo nas drugi okoli nas oblikujejo in vplivajo na naše misli in vedenje. Ker gre za pomembno tematiko, ki ima velik vpliv na učence in na razvoj naših potencialov, bi rad te ugotovitve in spoznanja prenesel tudi na druge šole. Zato bom v prihodnje naredil tudi zloženko z bistvenimi ugotovitvami, ki jo bomo skupaj s plakatom poslali na sosednje šole. Menim, da bomo veliko naredili že s tem, če se bodo informacije in moja spoznanja razširila med ljudi.

11. ZAKLJUČEK

V raziskovalni nalogi sem ugotovil, da pričakovanja drugih vplivajo na vsakega izmed nas. Še posebej pričakovanja učiteljev imajo velik vpliv na nas učence, saj je zaradi tega naš uspeh vidno boljši. Na podlagi teh ugotovitev menim, da bi morali učitelji še toliko bolj spodbujati učence, da bi izboljšali svoj učni uspeh. Ugotovil sem tudi, da samouresničujoča se prerokba deluje na učencih, poleg tega pa imata ključen pomen motivacija in placebo učinek. Prav tako pa placebo učinek deluje s tolikšno močjo kot samouresničujoča se prerokba. Poleg vsega naštetega pa ne smemo zanemariti vpliva pozitivnih misli. S tem sem potrdil tri od štirih hipotez. Rezultati raziskovalne naloge se ujemajo z rezultati raziskav drugih avtorjev, na primer Pygmalionova študija, klinična analiza Beecherja in še mnoge druge. Z raziskovalno nalogo sem dosegel njen namen, saj sem dobil odgovore na vprašanja, ki sem si jih zastavljal že dlje časa. S plakati na šoli pa učence in učitelje dodatno ozaveščam o pomembnosti moje raziskave.

VIRI IN LITERATURA

- Besser-Siegmund, C. (2002). *Moč pozitivnih misli*. Ljubljana: Založba Mladinska knjiga.
- Dispensa, J. (2014). *Placabo ste vi: vaš um je pomemben*. Ljubljana: Založba Primus.
- Gomboc, S. (2011). Samouresničujoča se prerokba: pojav in implikacije. *Psihološka obzorja*, 20, 83-105.
- Juriševič, M. (2006). *Učna motivacija in razlike med učenci*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Juriševič, M. (2012). *Motiviranje učencev v šoli*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta Univerze v Ljubljani.
- Kvartuh, B. (2017). *Pričakovanja učiteljev in učiteljic do identificiranih nadarjenih učencev in učenk v osnovni šoli - magistrsko delo*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Marentič-Požarnik, B. (2014). *Psihologija učenja in pouka: temeljna spoznanja in primeri iz prakse*. Ljubljana: DZS.
- Pušnik, M., Žarkovič Adlešič, B. in Bizjak, C. (2000). *Razrednik v osnovni in srednji šoli*. Ljubljana: Zavod Republike Slovenije za šolstvo.
- Ryan, M. (2013). *The gift of giftedness? A closer look at how labeling influences social and academic self-concept in highly capable learners*. Seattle: University of Washington.
Dostopno na spletu (23. 9. 2019):
https://digital.lib.washington.edu/researchworks/bitstream/handle/1773/23616/Ryan_washington_02500_11876.pdf?sequence=1
- Špeh, J. (2016). *Moč misli*. Ljubljana: Narodna in univerzitetna knjižnica.
- Ule, M. (2004). *Socialna psihologija*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

PRILOGA

VPRAŠALNIK

Sem učenec 8. razreda in delam raziskovalno nalogo na področju psihologije, kjer ugotavljam, kakšno moč ima samouresničujoča se prerokba na učence. Pri tem mi boš zelo pomagal/-a z iskrenimi odgovori na spodnja vprašanja. Vprašalnik je anonimen, zato ni treba zapisati svojega imena. Za sodelovanje se ti zahvaljujem.

1. Ali meniš, da boš na preverjanju znanja zaradi popite tekočine, ki vsebuje prašek za večjo zbranost in hitrejši priklic informacij, dosegel boljši rezultat kot ostali sošolci?

DA

NE

Če si odgovoril z NE, zakaj meniš, da ne boš dosegel/-a boljšega rezultata?

2. Ali so ti med pisnim preverjanjem znanja bila v pomoč pozitivna pričakovanja in spodbude učiteljice?

DA

NE

Če si odgovoril z DA, kako so ti pozitivna pričakovanja in spodbude med pisnim preverjanjem znanja pomagale?

3. Bi si pri naslednjih preverjanjih in ocenjevanjih znanja želel/-a pozitivnih spodbud učitelja/-ice?

DA

NE

4. Obkroži tiste dejavnike, za katere meniš, da **najbolj** vplivajo na tvojo učno uspešnost? Obkrožiš lahko največ 3 odgovore.

- a. motivacija
- b. pozitivna pričakovanja in pozitivne povratne informacije učiteljev
- c. poslušanje med poukom
- č. redno opravljanje domačih nalog
- d. pomoč staršev pri učenju
- e. intelektualne sposobnosti

Obkrožene dejavnike razporedi po pomembnosti, kjer 1 predstavlja zate najbolj pomemben dejavnik vplivanja na tvojo učno uspešnost.

- 1. _____
- 2. _____
- 3. _____



**ZMAGOVALEC JE TISTI,
KI NIKOLI NE ODNEHA!**



**ZMAGOVALEC JE TISTI,
KI NIKOLI NE ODNEHA!**