

KAJ JE SREČA ZA UČENCE OŠ HUDINJA?

RAZISKOVALNA NALOGA



Avtorice:

Hana Firer, 7. a

Eva Jazbec, 7. a

Iona Zupanc, 7. a



Mentorica:

Maruša Zorko, prof. RP

Lektorica:

Petra Galič, prof. slov.

Osnovna šola Hudinja

Celje, marec 2016

KAJ JE SREČA ZA UČENCE OŠ HUDINJA?

RAZISKOVALNA NALOGA

Avtorice:

Hana Firer, 7. a

Eva Jazbec, 7. a

Iona Zupanc, 7. a

Mentorica:

Maruša Zorko, prof. RP

Lektorica:

Petra Galič, prof. slov.

Osnovna šola Hudinja

Celje, marec 2016

POVZETEK

V raziskovalni nalogi z naslovom Kaj je sreča za učence OŠ Hudinja smo raziskovale, ali so učenci naše šole srečni ter iskale povezavo med srečnimi in učno uspešnimi učenci. Zanimalo nas je, ali učenci hrepenijo po več materialnih ali več nematerialnih stvareh, ciljih ali željah, kaj učence najbolj oziroma najmanj osrečuje oziroma, kaj menijo, da je v življenju pomembno za srečo. Zanimalo nas je še, če učenci menijo, da srečo lahko kupijo z denarjem in kdaj imajo večji občutek sreče – ko sami prejmejo, kar so si želeli, ali ko osrečijo nekoga drugega. Poleg tega smo raziskovale, če se med temi relacijami kažejo tudi kakšne razlike v spolu in starosti učencev. Ugotovile smo, da je večina učencev naše šole zelo srečnih, nismo pa našle povezave, da so to predvsem učno uspešnejši učenci. Večini učencem več pomenijo nematerialne dobrine, čeprav to ne velja za dečke II. triade. Učencem največ pomeni, da so zdravi, in da se razumejo v družini in temu dajejo največji pomen tudi v življenju nasploh. Večina meni, da sreče ne moreš kupiti z denarjem, deklice pa so tiste, ki jih bolj osreči dajanje kot prejemanje, medtem ko je pri dečkih ravno obratno.

KAZALO

POVZETEK.....	3
1.....UVOD.....	6
1.2 OPIS RAZISKOVALNEGA PROBLEMA	6
1.3 HIPOTEZE.....	7
1.4 OPIS RAZISKOVALNIH METOD.....	7
1.4.1 METODA DELA Z VIRI IN LITERATURO.....	7
1.4.2 METODA ANKETIRANJA	7
1.4.3 METODA OBDELAVE PODATKOV IN NJIHOVA INTERPRETACIJA.....	8
2.....TEORETSKE ZASNOVE	9
2.2 KAJ JE SREČA?.....	9
2.3 SREČA SKOZI ZGODOVINO.....	10
2.4 SREČA KAR TAKO	10
2.4.1 LASTNOSTI, ZNAČILNE ZA SREČO KAR TAKO	11
2.5 LESTVICA NAJSREČNEJŠIH DRŽAV	11
2.6 ALI JE SREČA V GENIH?.....	13
2.7 RAZPOLOŽENJE DOLOČAJO ČREVESNE BAKTERIJE.....	13
2.2 KAKO ČUSTVA VPLIVAJO NA ČLOVEŠKO TELO?	14
2.2.1 TELO RAZKRIVA NAŠA ČUSTVA	14
2.3 ALI JE SREČO MOGOČE KUPITI?	15
2.3.1 DENAR SICER POMEMBEN, A SAMO DO NEKE TOČKE.....	15
3.....OSREDNJI DEL NALOGE	17
3.2 REZULTATI IN INTERPRETACIJA	17
3.2.1 ANALIZA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA.....	17
4.....DISKUSIJA	27
5.....ZAKLJUČEK.....	31
6.....LITERATURA IN VIRI.....	32
6.1 PISNI VIRI.....	32
6.2 SPLETNE STRANI.....	32
6.3 SLIKE.....	32
7.....PRILOGA	34

KAZALO TABEL

Tabela 1: Občutek sreče v povezavi z učnim uspehom	19
Tabela 2: Občutek sreče pri deklicah v povezavi z učnim uspehom	20
Tabela 3: Občutek sreče pri dečkih v povezavi z učnim uspehom	20
Tabela 4: Želje oziroma cilji, ki jih učenci v življenju želijo doseči, imeti, narediti	21
Tabela 5: Zbirnik odgovorov dečkov II. triade na vprašanje: »Kaj te najbolj in kaj najmanj osrečuje?«....	23
Tabela 6: Zbirnik odgovorov dečkov III. triade na vprašanje: »Kaj te najbolj in kaj najmanj osrečuje?«... 23	
Tabela 7: Zbirnik odgovorov deklic II. triade na vprašanje: »Kaj te najbolj in kaj najmanj osrečuje?«.....	23
Tabela 8: Zbirnik odgovorov deklic III. triade na vprašanje: »Kaj te najbolj in kaj najmanj osrečuje?«.....	23

KAZALO GRAFOV

Graf 1: Učenci in sreča	18
Graf 2: Učenci II. in III. triade OŠ Hudinja ter sreča v povezavi z učnim uspehom.....	19
Graf 3 in 4: Učenci II. in III. triade OŠ Hudinja ter sreča v povezavi z učnim uspehom glede na spol.....	20
Graf 5: Učenci in njihovi cilji in želje po materialnih oziroma nematerialnih dobrinah.....	21
Graf 6: Vrednote ali dobrine, ki najbolj oziroma najmanj osrečujejo učence II. in III. triade OŠ Hudinja...	22
Graf 7: Vrednote ali dobrine, ki so najbolj pomembne za srečo po mnenju učencev II. in III. triade OŠ Hudinja	24
Graf 8: Mnenje učencev II. in III. triade OŠ Hudinja o kupovanju sreče	25
Graf 9: Občutek sreče pri učencih OŠ Hudinja glede na to, ali prejemamo ali dajemo	26

KAZALO SLIK

Slika 1: 10 najbolj srečnih in 10 najmanj srečnih držav na svetu.....	12
Slika 2: Kako čustva vplivajo na telo - toplotni prikaz	14

1. UVOD

Verjetno je med številnimi stvarmi, ki si jih želimo, na prvem mestu sreča. Nihče si ne želi trpeti, temveč uživati v prijetnem in s srečo napolnjenem življenju. [1]

Sreča je torej nekaj, po čemer hrepenimo vsi ljudje. Iščemo jo v materialnem blagostanju, v izobrazbi in ugledu, v drugih ljudeh ... A zdi se, kot da je izmuzljiva – lahko jo občutimo za nekaj časa, vendar slej ko prej ta občutek mine. Naše iskanje sreče pa se nadaljuje ...

Verjetno je odgovorov na vprašanje, kaj je sreča, toliko, kot je ljudi. Nekomu pomeni sreča imeti poln želodec, drugemu zdravje, tretjemu novo obleko, četrti je srečen, ko je v družbi z ljubljeno osebo. [2]

1.2 OPIS RAZISKOVALNEGA PROBLEMA

Namen naše naloge je bil raziskati, ali so učenci naše šole srečni in če so učno uspešnejši učenci bolj srečni od učno manj uspešnejših učencev. Zanimalo nas je, ali učenci hrepenijo po več materialnih ali več nematerialnih stvareh, ciljih ali željah, kaj učence najbolj oziroma najmanj osrečuje oziroma, kaj menijo, da je v življenju pomembno za srečo. Zanimalo nas je še, če učenci menijo, da srečo lahko kupijo z denarjem in kdaj imajo večji občutek sreče – ko sami prejmejo, kar so si želeli, ali ko osrečijo nekoga drugega. Poleg tega smo raziskovale, če se med temi relacijami kažejo tudi kakšne razlike v spolu in starosti učencev.

V okviru našega raziskovalnega dela smo ves čas raziskovanja zasledovale cilj, ki nam je dal odgovor na naslednja vprašanja:

- *Ali si srečen?*
- *Kakšen je tvoj učni uspeh?*
- *Kakšni so tvoje želje, cilji in stvari, ki bi jih želel/a uresničiti oziroma imeti?*
- *Kaj te najbolj oziroma najmanj osrečuje?*
- *Kaj je po tvojem mnenju v življenju pomembno za srečo?*
- *Ali meniš, da lahko z denarjem kupiš srečo?*
- *Kaj ti daje večji občutek sreče – prejemanje ali dajanje?*

1.3 HIPOTEZE

1. Večina učencev II. triade bo popolnoma srečnih.
2. Večina učencev III. triade ne bo niti srečnih niti nesrečnih.
3. Učno uspešnejši učenci so bolj srečni kot učno manj uspešni učenci.
4. Deklice bolj stremijo k nematerialnim dobrinam, dečki pa bolj k materialnim dobrinam.
5. Večino učencev najbolj osreči, da imajo prijatelje.
6. Večina učencev misli, da je za srečo najpomembnejše zdravje.
7. Večina učencev je mnenja, da sreče ne moreš kupiti.
8. Večina učencev se počuti bolj srečne, ko razveselijo druge kot pa, če sami dobijo, kar si želijo.

1.4 OPIS RAZISKOVALNIH METOD

Pri našem raziskovalnem delu smo uporabile naslednje metode dela:

- *metoda dela z viri in literaturo,*
- *metoda anketiranja in*
- *metoda obdelave podatkov in njihova interpretacija.*

1.4.1 METODA DELA Z VIRI IN LITERATURO

Prvi korak pri našem delu je bil zbiranje primerne literature, ki nam je dala osnovno znanje z našega predmetnega področja raziskave. Po posvetovanju z mentorico smo jo poiskale v Osrednji knjižnici Celje, na Oddelku za študij. Pomoč smo poiskale tudi na medmrežju.

1.4.2 METODA ANKETIRANJA

Z metodo anketiranja smo si pomagale pri empiričnem delu naše raziskave. Anketni vprašalnik smo razdelile med učence II. in III. triade devetletne osnovne šole. Podatke smo pridobile z vprašalnikom z zaprtim tipom anketnih vprašanj, le dve vprašanji sta bili odprtega tipa.

Objektivnost vprašalnika smo zagotovile z natančnimi in nedvoumnimi navodili ter načinom izpolnjevanja. Anketiranje je potekalo anonimno.

V raziskavo smo vključile učence Osnovne šole Hudinja. V raziskavi je sodelovalo 259 učencev.

1.4.3 METODA OBDELAVE PODATKOV IN NJIHOVA INTERPRETACIJA

Zbrane anketne vprašalnike smo pregledale in analizirale. Grupirale smo jih glede na spol in starost oziroma učence II. in III. triade. Podatke smo razvrstile v preglednice, s pomočjo katerih smo oblikovale grafe s pomembnimi podatki za našo raziskavo. Pri tem smo si pomagale z osebnim računalnikom in programoma Microsoft Office Word 2007 in Microsoft Office Excel 2007. Zbrane podatke smo interpretirale in podale splošne ugotovitve, s katerimi smo ovrgle oziroma potrdile postavljene hipoteze.

2. TEORETSKE ZASNOVE

2.2 KAJ JE SREČA?

Sreča pomeni razmeroma trajno stanje velikega duševnega ugodja [3]

V najsplošnejšem bi lahko zapisali, da je sreča pozitivno stanje duha. Nekaj, kar si želi doseči velika večina ljudi. Ko smo srečni, običajno čutimo zadovoljstvo, ljubezen ali veselje, po filozofski definiciji pa je to stanje zadovoljitve in odsotnosti kakršne koli želje.

Pojma sreče ne zasledimo le v filozofiji. S tem konceptom se, sploh v novejšem času v okviru pozitivne psihologije, ukvarjajo tudi psihologi.

Martin Seligman, eden najbolj poznanih avtorjev s tega področja, je navedel **pet elementov sreče**.

1. Poudaril je, da srečni ljudje doživljajo **pozitivna čustva** oziroma stanja, kot so ugodje, zadovoljstvo, upanje, hvaležnost ali zanimanje. Slednja lahko dosežemo na najrazličnejše načine. Nekateri se ugodno počutijo ob poslušanju izbrane glasbe, drugi ob uživanju odlične hrane, spet tretji med romantičnim sprehodom po mestu.
2. Drugi element, ki ga opisuje Seligman, je taka **vpletenost** v situacijo, nalogo ali projekt, da ob izvajanje aktivnosti čutimo zanos. Takrat se nam zazdi, da se je čas ustavil, saj se popolnoma posvetimo dejavnosti in smo nad njo prevzeti. Zanos se lahko načeloma pojavi pri katerikoli aktivnosti, najpogosteje pa med prostočasnimi aktivnostmi, ki so za nas zanimive in jih z veseljem opravljamo.
3. Naslednji element so **dobri medosebni odnosi**. Ljudje smo socialna bitja, ki veliko časa preživimo z drugimi, zato so dobri odnosi zelo pomembni tudi za doživljanje sreče. Povedano drugače, ljudje, ki imajo v večini pozitivne in odkrite odnose s prijatelji, sorodniki in drugimi ljudmi, s katerimi so pogosto v stiku, bodo lažje srečni.
4. Prav tako pa je dobro, da najdemo nek **pomen oziroma smisel v našem življenju**. Nekaterim ljudem pri tem pomaga vera, a ni nujno, da si bivanje osmislimo ravno na ta način.
5. Zadnji element, ki ga v sklopu sreče omenja Seligman, pa so **dosežki**. Da smo srečni, moramo ljudje doseči vsaj nekatere od zastavljenih ciljev. Lahko, da težimo k razvijanju svojih sposobnosti, izpolnjevanju osebno pomembnih nalog ali pa zmagi na športnem tekmovanju. Pomembno je, da imamo v mislih nek za nas pomemben cilj, ki ga bomo dosegli in se tako približali stanju sreče. [4]

2.3 SREČA SKOZI ZGODOVINO

O sreči so razmišljali vse od daljne preteklosti. Prve filozofske in psihološke izsledke najdemo že pri starih indijskih, grških in kitajski kulturah. V antični Grčiji se je s pojmom sreče, pred približno 25.000 leti, podrobneje ukvarjal Sokrat, zanimivo pa je o tem razmišljal tudi njegov učenec Platon. Slednji je trdil, da je človekova duša sestavljena iz hotnega, čustvenega in razumskega dela. Če želimo biti srečni, morajo biti ti trije deli v ustreznem ravnovesju.

Epikur je, na primer, namen filozofije videl prav v doseganju srečnega življenja, ki naj bi ga po njegovem zaznamovali mir, osvoboditev od strahu, odsotnost bolečine in samozadostno bivanje v družbi prijateljev. Za srečo pa naj bi bili potrebni tudi zmernost in pozitivno mišljenje. Le-to naj bi razvijali redno, vsak dan, ko tudi razmišljamo o pomenu življenja in pozitivnih ciljih. Epikur je poudarjal pomen notranje sreče, do katere vodi notranji mir.

Velik pomen sreči sicer pripisuje tudi Aristotel, ki v njej vidi končni cilj posameznikovih misli in dejanj. [4]

V 15. in 16. stoletju so se pojavili prvi zametki ideje, da lahko človek srečo doseže v tem življenju in ne zgolj v onstranstvu. Ideja sreče, kot jo razumemo danes, se v zahodni kulturi tako dokončno vzpostavi v 17. in 18. stoletju s preobrazbo in zmanjševanjem moči cerkve. Vezana je na okrepitev pomena svobodne volje, opustitev izvirnega greha, poudarjanje racionalnosti, pomena zemeljskih užitkov in ideala doseganja sreče v tem življenju. Na tej podlagi se v 18. stoletju pojavi tudi ideja skupne sreče, ki se neposredno povezuje z idejo napredka na različnih področjih življenja (od izobraževanja, znanosti in tehnologije, ekonomije in političnega sistema). [5]

2.4 SREČA KAR TAKO

Ob besedi sreča ljudje največkrat pomislijo na: lepe odnose z družino in prijatelje, poklicni uspeh, finančno varnost, lepo hišo in lep avtomobil ali pa koristno uporabljanje človekovih darov in sposobnosti. Ta užitek črpamo iz spoznanja, da imamo zdrave stvari, ki si jih tudi želimo.

Takšna sreča je le polovica celotne zgodbe.

Kadar imamo za srečo dober razlog, pomeni, da je naša sreča odvisna od zunanjih okoliščin v našem življenju. Če se te okoliščine spremenijo ali izginejo, z njimi izgine tudi naša sreča. Smisel življenja ni preživetje ali pa da nas nič ne boli; smisel življenja tudi ni, da imamo vse »pod nadzorom«. Pristne sreče ne dosežemo tako, da preprosto zberemo lepe izkušnje. Sreča je več kot to.

To je pristna sreča (sreča kar tako) – stanje umirjenosti in dobrega počutja, ki ni odvisno od zunanjih okoliščin in ne pomeni vznesenosti, izbruhov veselja ali drugih skrajnih doživetij, ki pa niso trajna.

Sreča kar tako ni čustvo. Pravzaprav nas lahko preplavlja katero koli čustvo, vključno z žalostjo, strahom, jezo ali prizadetostjo, a se pod vsemi temi čustvi še vedno občuti umirjenost in ugodje. Kadar smo srečni kar tako, je kot da bi imeli srečno vrvico. Ne glede na to, kakšne koralde nanizamo nanjo, dobre, slabe ali povprečne, je naše notranje izkustvo, torej vrvica, ki teče skozi koralde, prežeto s srečo in nam pomaga, da si ustvarimo srečno življenje. Kadar smo srečni kar tako, je to brezpogojna sreča. Ne gre za to, da bi bilo naše življenje vedno videti popolno, temveč da smo srečni vedno, ne glede na to, kakšno se nam zdi naše življenje. [6]

2.4.1 LASTNOSTI, ZNAČILNE ZA SREČO KAR TAKO

Lastnosti, značilne za srečo kar tako:

- *imeti občutek lahkotnosti ali življenjske radosti,*
- *počutiti se živega, vitalnega, polnega energije,*
- *imeti občutek pretoka, odprtosti,*
- *občutiti ljubezen in sočutje do sebe in drugih,*
- *biti navdušen nad svojim življenjem in nad njegovim smislom,*
- *občutek hvaležnosti in odpuščanja,*
- *biti pomirjen z življenjem,*
- *v vsakem trenutku biti polno navzoč. [6]*

2.5 LESTVICA NAJSREČNEJŠIH DRŽAV

Najnovejša svetovna raziskava o tem, koliko so ljudje v posameznih državah sveta zadovoljni oziroma srečni v svojem življenju, uvršča Slovenijo na 55. mesto med 158 državami. Slovenija je bila na lestvici, ki so jo objavili leta 2013 na 43. mestu, tokrat beležimo padec, saj smo na lestvici 55-ti.

Analiza raziskave je narejena na podlagi podatkov od leta 2012 do leta 2014.

Znanstveniki pri ugotavljanju sreče za izdelavo lestvice in ocenjevanje držav upoštevajo različne dejavnike. To so BDP oziroma bogastvo, pričakovana življenjska doba, dožemanje osebnih svoboščin, dobrodelnost in radodarnost ljudi v posamezni državi itd.

V raziskavi je sodelovalo milijon ljudi in vsak od njih je eno uro odgovarjal na vprašanja o sreči. [7]

Raziskava je pokazala, da so pri vrhu države z visokim dohodkom, daljšo življenjsko dobo in kjer ljudje niso sebični ter menijo, da so svobodni, njihovi državni uradniki pa niso skorumpirani.

Od predzadnje preiskave je prišlo do spremembe na vrhu, saj je Švica tokrat s prvega mesta zrinila Dansko, ki se je uvrstila na tretje mesto za Islandijo. Prvo deseterico držav, kjer živijo najbolj srečni ljudje na svetu, zaokrožujejo Norveška, Kanada, Finska, Nizozemska, Švedska, Nova Zelandija in Avstralija.

Na dnu lestvice so Togo, Burundi, Ruanda, Sirija in Benin. Študija je prav tako ugotavljala, kako je zadnja finančna kriza vplivala na srečo po svetu, in akademiki so ugotovili, da globina krize ni nujno povezana z manj sreče.

Grška sreča je sicer najbolj opazno padla, pa tudi Italijani in Španci so manj veseli, vendar pa je kriza hudo prizadela tudi Islandijo, ki je na visokem drugem mestu.

Študija je prav tako ugotovila, da so ženske malce bolj zadovoljne oziroma srečne z življenjem kot pa moški, prav tako to velja za mlade v primerjavi s starejšimi. [7]

Prikaz najbolj in najmanj srečnih držav na svetu ter Slovenija, njene sosednje države in države nekdanje Jugoslavije. V raziskavi je sodelovalo 158 držav.

mesto	10 NAJBOLJ SREČNIH DRŽAV ODNA SVETU	mesto	10 NAJMANJ SREČNIH DRŽAV NA SVETU	mesto	SLOVENIJA, NJENE SOSEDNJE DRŽAVE IN DRŽAVE NEKDANJE JUGOSLAVIJE
1.	Švica	149.	Čad (Afrika)	55.	Slovenija
2.	Islandija	150.	Gvineja (Afrika)		
3.	Danska	151.	Slonokoščena obala (Afrika)	13.	Avstrija
4.	Norveška	152.	Burkina Faso (Afrika)	50.	Italija
5.	Kanada	153.	Afganistan (Srednja Azija)	62.	Hrvaška
6.	Finska	154.	Ruanda (Afrika)	104.	Madžarska
7.	Nizozemska	155.	Benin (Afrika)	83.	Črna Gora
8.	Švedska	156.	Sirija (Bližnji vzhod)	87.	Srbija
9.	Nova Zelandija	157.	Burundi (Afrika)	93.	Makedonija
10.	Avstralija	158.	Togo (Afrika)	96.	Bosna in Hercegovina



Slika 1: 10 najbolj srečnih in 10 najmanj srečnih držav na svetu

2.6 ALI JE SREČA V GENIH?

Znanstveniki s škotske univerze v Edinburgu so ugotovili, da je raven sreče v življenju zelo odvisna od naše dedne zasnove.

To so odkrili s pomočjo 900 parov enojajčnih in dvojajčnih dvojčkov. Ker imajo enojajčni dvojčki enak genetski zapis, so njihovega primerjali z dvojajčnimi. Upoštevali so, koliko so ti ljudje družabni, skrbni ali si ne delajo preveč skrbi. Izsledki so pokazali, da so te lastnosti od genetike odvisne več kot 50-odstotno.

Sreča v življenju je v preostalih 50 % - 10 % lahko pripišemo razlikam v življenjskih razmerah, kar 40 % pa je popolnoma v naših rokah in je odvisna od načina življenja, kariere in medsebojnih odnosov. Raziskovalci pa sicer trdijo, da je lahko srečen vsak, le zavzeti se mora za to. [8]

2.7 RAZPOLOŽENJE DOLOČAJO ČREVESNE BAKTERIJE

V nasprotju z zastarelo teorijo bakterije, ki jih imamo v prebavilih, niso pomembne samo za prebavo. Nove raziskave so namreč pokazale, da so bakterije iz prebavil neposredno povezane z možgani in da zelo vplivajo na naše razpoloženje in vedenje. »Sporazumevanje« delno poteka s pomočjo kemičnih snovi, ki jih izločajo bakterije, do možganov pa pridejo po krvnem obtoku. Ko prispejo na cilj, delujejo kot živčni prenašalci ter uravnavajo živčne signale. Signali pa v možgane pridejo tudi neposredno po vagusnem živcu¹ v hrbtenjači. [9]

¹Vagusni živec (tudi žargonsko vagus; latinsko nervus vagus, klatež) je deseti možganski živec in je glavni živec parasimpatičnega živčevja. Pomemben je pri uravnavanju delovanja skorajda vseh notranjih organov. Ime je dobil zaradi svoje razprostranjenosti po telesu.

https://sl.wikipedia.org/wiki/Vagusni_%C5%BEivec (27. 2. 2016)

2.2 KAKO ČUSTVA VPLIVAJO NA ČLOVEŠKO TELO?

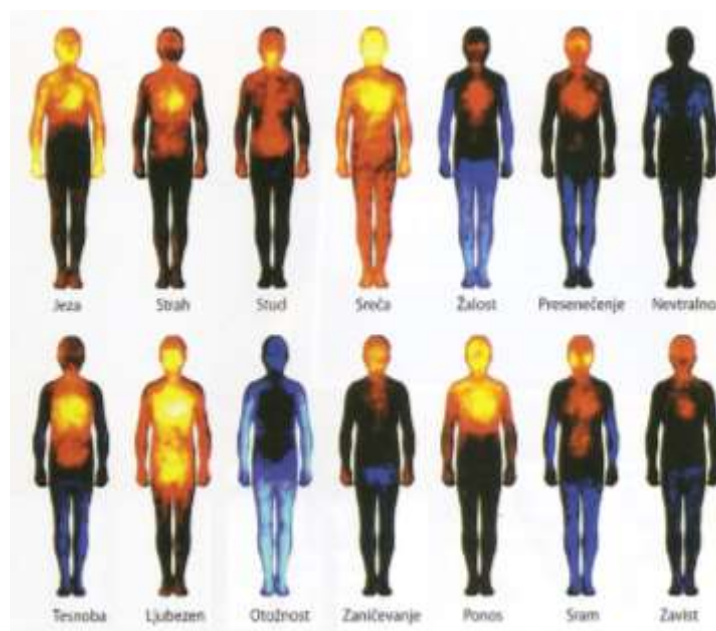
2.2.1 TELO RAZKRIVA NAŠA ČUSTVA

Pri razlaganju svojih občutkov se je bolje zanesti na telo kot na možgane.

Nedavna raziskava, ki so jo opravili na Finskem, je pokazala, da vsa čustva, tudi sram, zavist, stud in presenečenje, na nek način fizično začitimo. Lauri Nummenmaa, doktor biomedicine, je odkril, da so vsi od 701 udeleženca raziskave, ki so prihajali s Finske, Švedske in Tajvana, ob teh čustvih čutili skoraj enake spremembe telesne temperature, drgetanje v mišicah, vznemirjenje v želodcu, utripanje v žilah ali splošno telesno neugodje. Zdaj lahko s posebnim slikanjem, med katerim dobijo podatke o spremembah v metabolizmu, diagnosticirajo depresijo, tesnobo, manijo in druge čustvene motnje. [9]

Srečo in ljubezen so sodelujoči v raziskavi v večini občutili kot toploto po celem telesu, pri depresiji pa so zaznali ravno nasproten učinek. Občutek nevarnosti in strahu so občutili v delu prsnega koša, za jezo pa so znanstveniki potrdili, da je eno redkih čustev, ki ga bomo kot toploto občutili v rokah (najverjetneje, ker podzavestno pomislimo na pretep). Pri žalosti bo večina občutila šibkost v udih, gnus pa bo zastopan predvsem v grlu in prebavilih.

»Čustva v možgane pošiljajo signale zato, da vemo, kako naj se obnašamo v posameznih okoliščinah. Predpostavimo, da vidimo kačo in občutimo strah. Naš živčni sistem po povečal dotok kisika do mišic in pospešil delovanje srca, da bi se lahko soočili z nevarnostjo. To je avtomatizem in o njem načeloma ne razmišljamo,« je povedal **Lauri Nummenmaa**, psiholog z Univerze Aalto, ki je vodil raziskavo. [11]



Slika 2: Kako čustva vplivajo na telo - toplotni prikaz

2.3 ALI JE SREČO MOGOČE KUPITI?

Najnovejše raziskave so postregle z globljim razumevanjem odnosa med zasluženim denarjem in zadovoljstvom posameznikov. Na prvi pogled so rezultati pričakovani in kažejo, da so osebe z višjimi prihodki srečnejše od tistih z nižjimi. A podrobnejši pogled razkrije, da bogastvo še ni zagotovilo za boljše življenje. Bolj kot visoki prihodki je pomembneje, kako in za kaj zapravimo prisluzen denar.

Pozitivne izkušnje, kot so potovanja, počitnice in kulturne prireditve, ljudi bolj in za dalj časa osrečujejo kot pa nakupovanje v trgovskih središčih, pa čeprav si to pogosto nočejo priznati, kažejo izsledki raziskav, objavljenih v *Wall Street Journalu*. Veliko ljudi namreč izkušnje dojema kot minljive, medtem ko materialne dobrine ostanejo.

Ljudje se sicer močno razlikujejo v doživljanju sreče. Nekaj, brez česar si nekdo ne more predstavljati svoje sreče, za drugega sploh ni pomembno. Tako okoli bogastva ni enotnega mnenja. "V isti sapi lahko zatrdimo, da niti bogastvo niti pomanjkanje ne zagotavljata sreče. Drži pa, da je večje zagotovilo sreče odsotnost prevelikih želja kot pa kup denarja," pravi Cvetko Heliodor, psiholog in psihoterapevt. [10]

2.3.1 DENAR SICER POMEMBEN, A SAMO DO NEKE TOČKE

Psiholog **Matej Tušak** pojasnjuje, da v psihologiji motivacije poznamo tako imenovane motivatorje in higienike. Motivatorji so motivi, ki dajejo ljudem poseben zanos in dodatno motivacijo, zaradi katerih lahko svoje delo opravljajo bolje in niso izključno vezani na denar. Ta ima sicer svojo funkcijo, ki pa ni prevladujoča.

Higieniki pa so motivi, ki morajo biti za normalno človekovo delovanje nujno zagotovljeni. Brez denarja namreč izjemno težko skrbimo za osnovne potrebe, kot sta hrana in stanovanje, in brez tega ne moremo biti srečni. Do neke mere je torej denar nujno potreben, da smo v življenju lahko zadovoljni in posledično srečni, od neke točke naprej pa količina denarja ni več pomembna. Bolj je pomembno, kako se soočamo s težavami, še pravi Tušak. [10]

[1] <http://www.akropola.org/clanki/clanek.aspx?lit=402> (22. 2. 2016)

[2] http://cdk.si/soutripanje/st34/razmisljanje_sreca.htm (22. 2. 2016)

[3] http://bos.zrc-sazu.si/cqi/a03.exe?name=sskj_testa&expression=sre%C4%8Da&hs=1 (25. 2. 2016)

[4] <http://svetovalnicakameleon.si/kaj-je-sreca-in-kdaj-smo-srecni/> (22. 2. 2016)

[5] <http://www.rtvsllo.si/zabava/zanimivosti/kaj-je-sreca-in-kaj-pravi-recept-zanjo/338085> (22. 2. 2016)

[6] (povz. po Shimoff, 2009, 32)

[7] – povzeto po: <http://www.zurnal24.si/slovenija-navzdol-glede-srece-clanek-249079> (26 .2. 2016)

[8] <http://www.rtv slo.si/znanost-in-tehnologija/sreca-odvisna-od-genov/84466> (27. 2. 2016)

[9] (Science Illustrated, 2015 (70), 57)

[10] [http://www.siol.net/novice/gospodarstvo/2014/11/ali z denarjem lahko kupimo sreco.aspx](http://www.siol.net/novice/gospodarstvo/2014/11/ali_z_denarjem_lahko_kupimo_sreco.aspx)
(26.2.2016)

[11] <http://www.delo.si/druzba/zdravje/sreca-nas-pogreje-po-vsem-telesu.html> (29 . 2. 2016)

3. OSREDNJI DEL NALOGE

3.2 REZULTATI IN INTERPRETACIJA

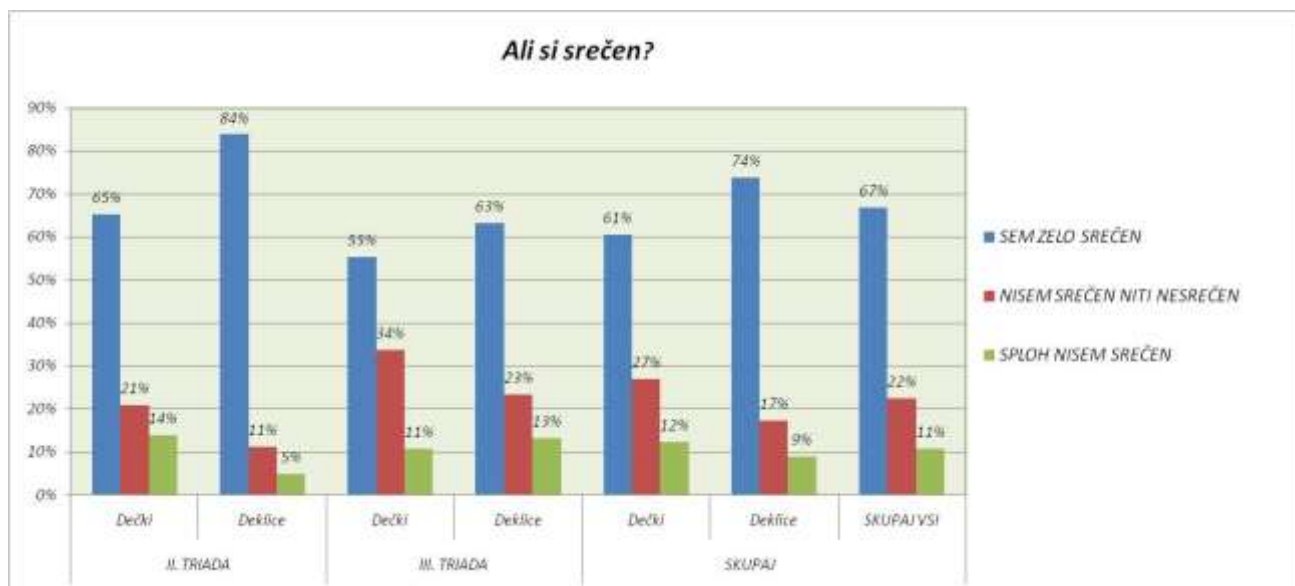
3.2.1 ANALIZA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA

ŠTEVILO ANKETIRANIH UČENCEV					
RAZRED	SPOL				SKUPAJ
	Dečki	v %	Deklice	v %	
4. razred	24	51 %	23	49 %	47
5. razred	27	66 %	14	34 %	41
6. razred	21	46 %	25	54 %	46
SKUPAJ II. TRIADA	72	54 %	62	46 %	134
7. razred	25	54 %	21	46 %	46
8. razred	18	53 %	16	47 %	34
9. razred	22	49 %	23	51 %	45
SKUPAJ III. TRIADA	65	52 %	60	48 %	125
SKUPAJ	137	53 %	122	47 %	259

V raziskavi je sodelovalo 259 učencev OŠ Hudinja, od tega 137 dečkov (53 %) in 122 (47 %) deklic.

V drugi triadi, to je od četrtega do šestega razreda, je sodelovalo 134 učencev, od tega 72 (54 %) dečkov in 62 (46 %) deklic. V tretji triadi, ki je zajemala učence od sedmega do devetega razreda, pa je sodelovalo 125 učencev, od tega je bilo 65 (52 %) dečkov in 60 (48 %) deklic.

1. Ali si srečen?



Graf 1: Učenci in sreča

Z vprašanjem, ali si srečen oziroma srečna, smo želele izvedeti, kakšno je splošno počutje učencev naše šole.

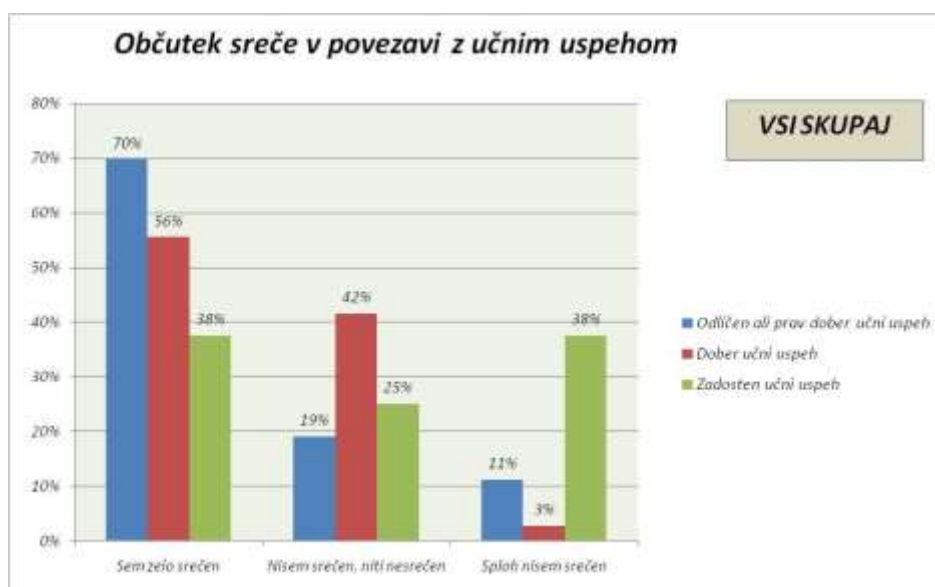
Graf kaže, da se večina učencev naše šole (67 %) počuti zelo srečnih, 22 % učencev je takšnih, ki niso niti srečni niti nesrečni, 11 % učencev pa je nesrečnih.

Če primerjamo občutek sreče glede na spol, pa je raziskava pokazala, da so deklice malo bolj srečne (74 %) kot dečki (61 %).

2. Kakšen je tvoj učni uspeh?

Tabela 1: Občutek sreče v povezavi z učenim uspehom

Učni uspeh / počutje	SKUPAJ VSI ANKETIRANI UČENCI			SKUPAJ
	Sem zelo srečen	Nisem srečen niti nesrečen	Sploh nisem srečen	
Odličen ali prav dober	150	41	24	215
Dober	20	15	1	36
Zadosten	3	2	3	8
SKUPAJ	173	58	28	259



Graf 2: Učenci II. in III. triade OŠ Hudinja ter sreča v povezavi z učenim uspehom

Z vprašanjem, kakšen učni uspeh imajo učenci II. in III. triade naše šole, smo želele izvedeti, ali se učno uspešnejši učenci počutijo bolj srečne kot učno manj uspešni učenci.

Ugotovile smo, da je od 215 učencev z odličnim ali prav dobrim učenim uspehom kar 70 % (150) učencev zelo srečnih, medtem ko je 19 % (41) takšnih, ki niso srečni niti nesrečni in 11 % (24) takšnih, ki sploh niso srečni.

Pri učencih z dobrim učenim uspehom (36 učencev) je sicer raziskava pokazala, da je večina učencev, to je 56 % (20) zelo srečnih, a je tudi veliko (42 % oziroma 15 učencev) takšnih, ki niso niti srečni niti nesrečni. Le 3 % (1) učencev pa sploh ni srečnih.

Pri učno manj uspešnih učencih, ki imajo zadosten učni uspeh, pa je iz grafa razvidno, da je 38 % (3) učencev ali zelo srečnih ali pa sploh niso srečni, 25 % (2) pa je takšnih, ki niso niti srečni, niti nesrečni.

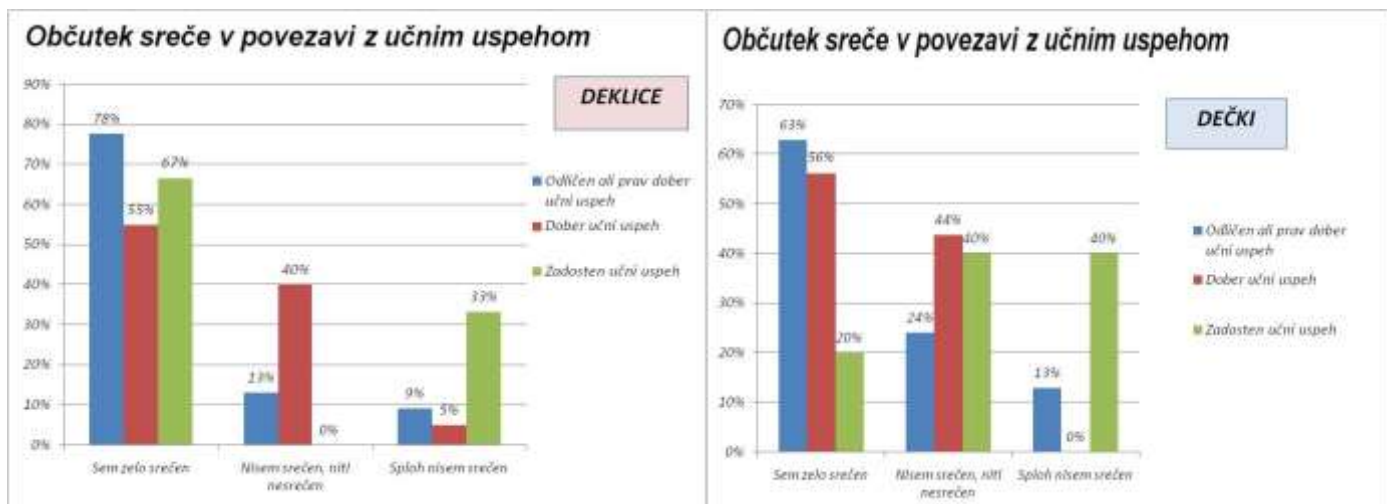
Tukaj bi težko govorili o tem, da so učno uspešnejši učenci tudi srečnejši učenci, čeprav na prvi pogled graf tako kaže, a menimo, da je vzorec učencev, ki so učno manj uspešni premajhen, da bi to tezo lahko potrdile.

Tabela 2: Občutek sreče pri deklicah v povezavi z učenim uspehom

Učni uspeh/počutje	SKUPAJ VSE DEKLICE			SKUPAJ
	Sem zelo srečna	Nisem srečna niti nesrečna	Sploh nisem srečna	
Odličen ali prav dober	77	13	9	99
Dober	11	8	1	20
Zadosten	2	0	1	3
SKUPAJ	90	21	11	122

Tabela 3: Občutek sreče pri dečkih v povezavi z učenim uspehom

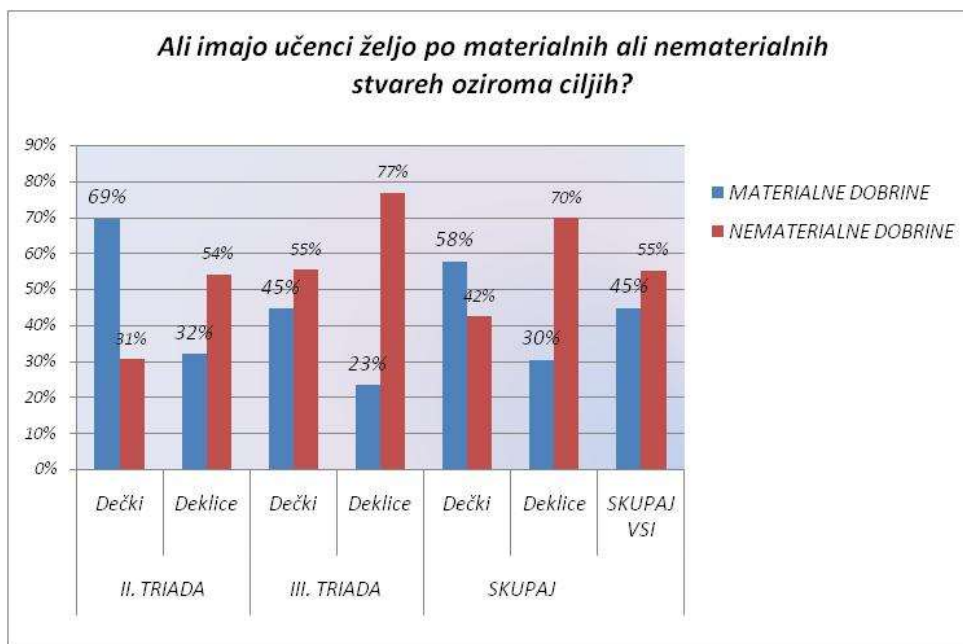
Učni uspeh/počutje	SKUPAJ VSI DEČKI			SKUPAJ
	Sem zelo srečen	Nisem srečen niti nesrečen	Sploh nisem srečen	
Odličen ali prav dober	73	28	15	116
Dober	9	7	0	16
Zadosten	1	2	2	5
SKUPAJ	83	37	17	137



Graf 3 in 4: Učenci II. in III. triade OŠ Hudinja ter sreča v povezavi z učenim uspehom glede na spol

Glede na spol ni večjih odstopanj, lahko bi reklo samo, da so dečki malo manj srečni kot deklice, kar pa ni nujno povezano z učenim uspehom, saj je 24 % (28) dečkov takšnih, ki niso zelo srečni in 13 % (15) takšnih, ki sploh niso srečni, kljub temu da imajo odličen ali prav dober učni uspeh.

3. Ali imajo učenci željo po materialnih ali nematerialnih stvareh oziroma ciljih?



Graf 5: Učenci in njihovi cilji in želje po materialnih oziroma nematerialnih dobrinah

V anketnem vprašalniku smo učence prosile, da zapišejo 9 stvari, ki jih v življenju želijo doseči, imeti, narediti. S tem vprašanjem oziroma nalogo smo želele izvedeti, ali so učenci osredotočeni bolj na materialne ali nematerialne dobrine. Nato smo odgovore delile na materialne in nematerialne želje, pri čemer smo upoštevale večino zapisanih odgovorov pri posamezniku.

Ugotovile smo, da je večina (55 %) učencev v večini omenjalo nematerialne dobrine, medtem ko je bilo 45 % takšnih, ki so večinoma omenjali materialne dobrine.

Prišlo je do odstopanj glede na spol učencev.

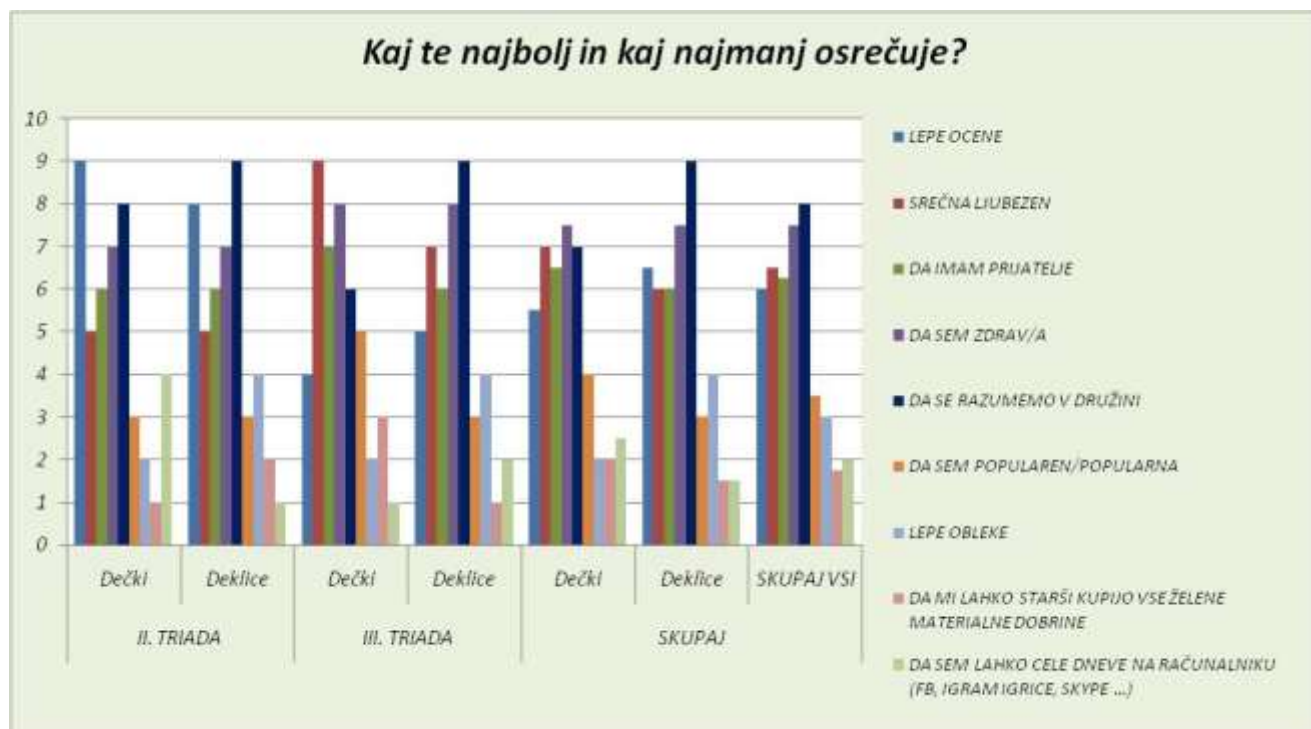
Graf kaže, da so dečki večkrat (58 %) večinoma omenjali materialne dobrine, deklice pa so v veliki meri (70 %) večkrat večinoma omenjale nematerialne dobrine.

Želje oziroma cilji, ki so jih učenci omenjali, so se veliko ponavljali in smo jih navedle v obliki tabele.

Tabela 4: Želje oziroma cilji, ki jih učenci v življenju želijo doseči, imeti, narediti

MATERIALNE DOBRINE	NEMATERIALNE DOBRINE
telefon, računalnik	zdravje
bazen	družina
veliko denarja	ljubezen
hiša	znanje, poklic, izobrazba
avto, motor, jahta	prijatelji
lepe obleke	svoboda
glasbilo	mir na svetu
smučanje, potovanje	pomoč revnim in bolnim

4. Kaj te najbolj oziroma najmanj osrečuje?



Graf 6: Vrednote ali dobrine, ki najbolj oziroma najmanj osrečujejo učence II. in III. triade OŠ Hudinja

V anketnem vprašalniku smo učence prosile, da z oceno od 1 do 10 poskušajo oceniti, kaj jim je od določenih vrednot, ciljev, dobrin ali želja trenutno najbolj pomembno, pri čemer je 1 pomenilo, da jih najbolj osrečuje, 10 pa najmanj.

Nato smo odgovore ovrednotile s točkami od 0 do 9, pri čemer je odgovor, ki je bil največkrat postavljen na prvo mesto, dobil 9 točk, odgovor, ki je bil največkrat postavljen na zadnje mesto, pa 1 točko.

Izkazalo se je, da so učenci največkrat na prvo mesto postavili razumevanje v družini, torej jih le-to najbolj osrečuje oziroma jim največ pomeni, na drugo mesto so postavili zdravje, na tretje mesto srečno ljubezen in na četrto prijatelje. Sledili so odgovori: lepe ocene, popularnost, lepe obleke, svoboda glede časa, ko lahko prosto delajo z računalnikom, na zadnje mesto pa so postavili premožne starše, ki bi jim lahko kupili vse želene materialne dobrine.

Pokazale so se razlike glede na starost in spol.

Dečki v II. triadi so na prvo mesto največkrat postavili lepe ocene.

Dečki v III. triadi pa so na prvo mesto postavili srečno ljubezen, sledila pa sta odgovora zdravje in prijatelji, medtem ko je razumevanje v družini na 4. mestu.

Deklice v II. triadi pa poleg razumevanja v družini visoko postavljajo tudi lepe ocene.

Tabela 5: Zbirnik odgovorov dečkov II. triade na vprašanje: »Kaj te najbolj in kaj najmanj osrečuje?«

Kaj te najbolj in kaj najmanj osrečuje?	DEČKI II. TRIADA																	
	1		2		3		4		5		6		7		8		9	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
LEPE OCENE	18	25%	16	22%	12	17%	8	11%	5	7%	3	4%	9	13%	0	0%	1	1%
SREČNA LJUBEZEN	6	8%	7	10%	8	11%	7	10%	17	24%	6	8%	9	13%	2	3%	10	14%
DA IMAM PRIJATELJE	14	19%	13	18%	11	15%	9	13%	5	7%	7	10%	5	7%	4	6%	4	6%
DA SEM ZDRAVA/A	16	22%	13	18%	10	14%	11	15%	6	8%	5	7%	5	7%	2	3%	4	6%
DA SE RAZUMEMO V DRUŽINI	16	22%	8	11%	11	15%	10	14%	12	17%	7	10%	2	3%	3	4%	3	4%
DA SEM POPULAREN/POPULARNA	1	1%	4	6%	3	4%	8	11%	5	7%	10	14%	13	18%	12	17%	16	22%
LEPE OBLEKE	0	0%	3	4%	4	6%	7	10%	10	14%	18	25%	12	17%	18	25%	0	0%
DA MI LAHKO STARŠI KUPJO VSE ŽELENE MATERIALNE DOBRINE	0	0%	2	3%	6	8%	4	6%	7	10%	10	14%	11	15%	19	26%	13	18%
DA SEM LAHKO CELE DNEVE NA RAČUNALNIKU (FB, IGRAM IGRICE, SKYPE ...)	1	1%	6	8%	7	10%	8	11%	5	7%	6	8%	6	8%	12	17%	21	29%

Tabela 6: Zbirnik odgovorov dečkov III. triade na vprašanje: »Kaj te najbolj in kaj najmanj osrečuje?«

Kaj te najbolj in kaj najmanj osrečuje?	DEČKI III. TRIADA																	
	1		2		3		4		5		6		7		8		9	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
LEPE OCENE	5	8%	6	9%	7	11%	8	12%	8	12%	11	17%	15	23%	5	8%	0	0%
SREČNA LJUBEZEN	15	23%	12	18%	12	18%	7	11%	6	9%	6	9%	5	8%	2	3%	0	0%
DA IMAM PRIJATELJE	13	20%	14	22%	11	17%	9	14%	7	11%	5	8%	3	5%	2	3%	1	2%
DA SEM ZDRAVA/A	12	18%	13	20%	9	14%	11	17%	6	9%	5	8%	5	8%	2	3%	2	3%
DA SE RAZUMEMO V DRUŽINI	11	17%	8	12%	8	12%	10	15%	8	12%	6	9%	2	3%	3	5%	9	14%
DA SEM POPULAREN/POPULARNA	8	12%	4	6%	3	5%	8	12%	8	12%	13	20%	4	6%	4	6%	13	20%
LEPE OBLEKE	0	0%	3	5%	4	6%	4	6%	10	15%	8	12%	12	18%	18	28%	6	9%
DA MI LAHKO STARŠI KUPJO VSE ŽELENE MATERIALNE DOBRINE	0	0%	2	3%	6	9%	2	3%	7	11%	7	11%	11	17%	17	26%	13	20%
DA SEM LAHKO CELE DNEVE NA RAČUNALNIKU (FB, IGRAM IGRICE, SKYPE ...)	1	2%	3	5%	5	8%	6	9%	5	8%	4	6%	8	12%	12	18%	21	32%

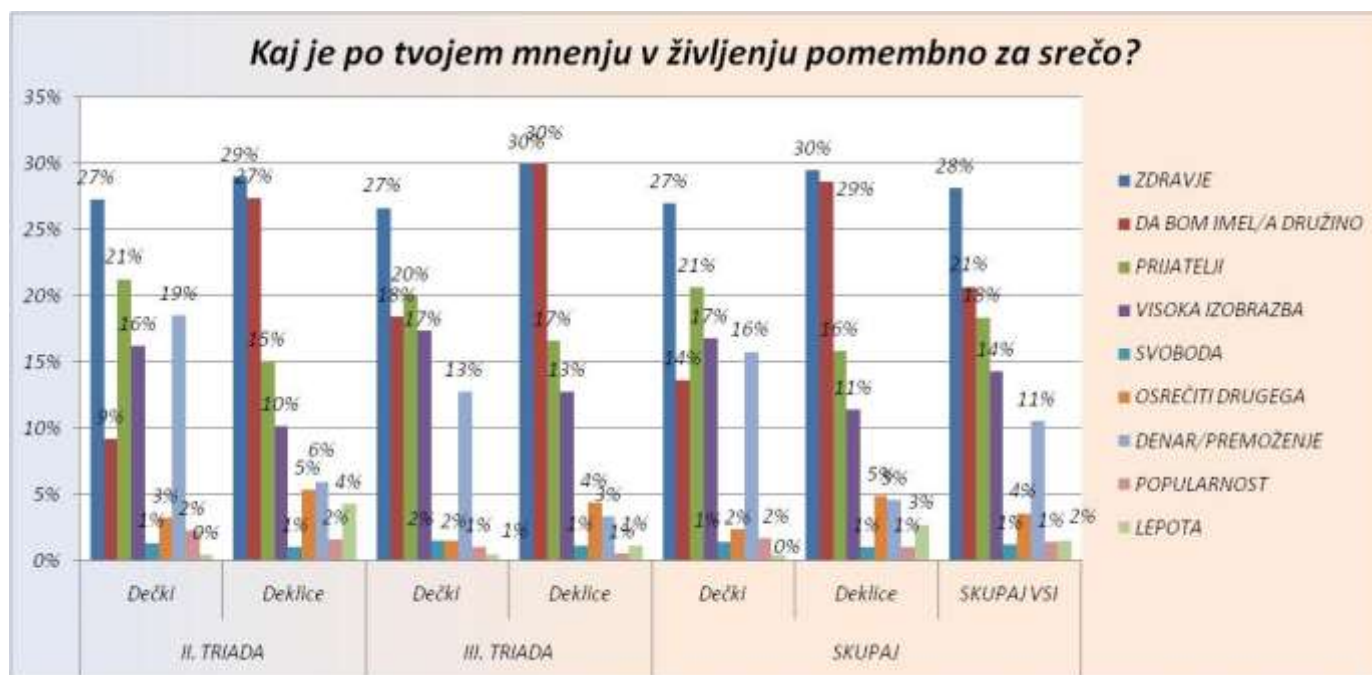
Tabela 7: Zbirnik odgovorov deklic II. triade na vprašanje: »Kaj te najbolj in kaj najmanj osrečuje?«

Kaj te najbolj in kaj najmanj osrečuje?	DEKLICE II. TRIADA																	
	1		2		3		4		5		6		7		8		9	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
LEPE OCENE	17	27%	15	24%	7	11%	8	13%	7	11%	4	6%	4	6%	0	0%	0	0%
SREČNA LJUBEZEN	7	11%	5	8%	5	8%	7	11%	6	10%	11	18%	13	21%	8	13%	0	0%
DA IMAM PRIJATELJE	4	6%	6	10%	11	18%	12	19%	7	11%	5	8%	12	19%	4	6%	1	2%
DA SEM ZDRAVA/A	10	16%	11	18%	9	15%	12	19%	6	10%	5	8%	5	8%	2	3%	2	3%
DA SE RAZUMEMO V DRUŽINI	20	32%	17	27%	11	18%	8	13%	4	6%	1	2%	0	0%	2	3%	0	0%
DA SEM POPULAREN/POPULARNA	2	3%	3	5%	4	6%	6	10%	13	21%	13	21%	4	6%	4	6%	13	21%
LEPE OBLEKE	1	2%	2	3%	6	10%	4	6%	9	15%	12	19%	5	8%	16	26%	7	11%
DA MI LAHKO STARŠI KUPJO VSE ŽELENE MATERIALNE DOBRINE	0	0%	2	3%	4	6%	2	3%	7	11%	7	11%	11	18%	17	27%	12	19%
DA SEM LAHKO CELE DNEVE NA RAČUNALNIKU (FB, IGRAM IGRICE, SKYPE ...)	1	2%	1	2%	5	8%	3	5%	3	5%	4	6%	8	13%	10	16%	27	44%

Tabela 8: Zbirnik odgovorov deklic III. triade na vprašanje: »Kaj te najbolj in kaj najmanj osrečuje?«

Kaj te najbolj in kaj najmanj osrečuje?	DEKLICE III. TRIADA																	
	1		2		3		4		5		6		7		8		9	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
LEPE OCENE	7	12%	7	12%	8	13%	10	17%	9	15%	8	13%	7	12%	2	3%	2	3%
SREČNA LJUBEZEN	9	15%	8	13%	5	8%	5	8%	8	13%	8	13%	10	17%	7	12%	0	0%
DA IMAM PRIJATELJE	8	13%	9	15%	11	18%	9	15%	7	12%	3	5%	8	13%	4	7%	1	2%
DA SEM ZDRAVA/A	14	23%	15	25%	9	15%	10	17%	4	7%	4	7%	3	5%	1	2%	0	0%
DA SE RAZUMEMO V DRUŽINI	18	30%	17	28%	11	18%	9	15%	4	7%	1	2%	0	0%	0	0%	0	0%
DA SEM POPULAREN/POPULARNA	2	3%	1	2%	4	7%	8	13%	9	15%	13	22%	6	10%	4	7%	13	22%
LEPE OBLEKE	1	2%	1	2%	5	8%	4	7%	9	15%	12	20%	7	12%	14	23%	7	12%
DA MI LAHKO STARŠI KUPJO VSE ŽELENE MATERIALNE DOBRINE	0	0%	1	2%	4	7%	2	3%	7	12%	7	12%	11	18%	15	25%	13	22%
DA SEM LAHKO CELE DNEVE NA RAČUNALNIKU (FB, IGRAM IGRICE, SKYPE ...)	1	2%	1	2%	3	5%	3	5%	3	5%	4	7%	8	13%	13	22%	24	40%

5. Kaj je po tvojem mnenju v življenju pomembno za srečo?



Graf 7: Vrednote ali dobrine, ki so najbolj pomembne za srečo po mnenju učencev II. in III. triade OŠ Hudinja

Z vprašanjem, kaj je v njihovem življenju pomembno za srečo, smo želele izvedeti, kako učenci na srečo gledajo dolgoročno oziroma kaj naj bi v življenju imeli ali dosegli, da bi bili srečni.

Učenci menijo, da so za srečo najpomembnejše vrednote: zdravje (28 %), nato družina (21 %) in kot tretje obkroženost s prijatelji (18 %). Sledili so odgovori: visoka izobrazba (14 %), denar oziroma premoženje (11 %), osrečiti drugega (4 %), lepota (2 %) in svoboda ter popularnost (1 %).

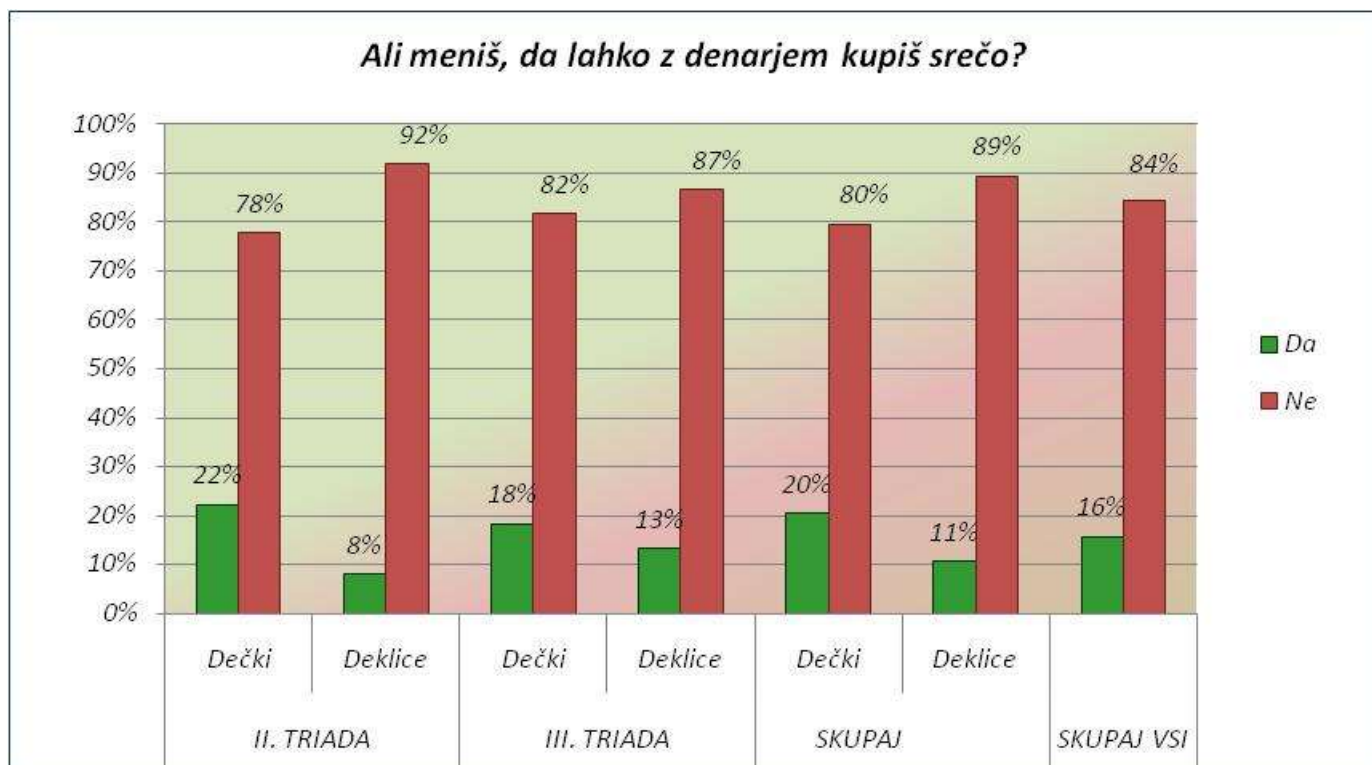
Pokazala se je razlika glede na spol in starost.

Tako pri dečkih kot pri deklicah zdravje ostaja na prvem mestu (27 % in 30 %), vendar dečki na drugo mesto postavljajo prijatelje (21 %), deklice pa družino, ki jim je skoraj enako pomembna kot zdravje (29 %).

Mlajši dečki (II. triada) družino uvrščajo šele na peto mesto (9 %), pomembnejši jim je denar (19 %) in visoka izobrazba (16 %), starejši dečki (III. triada) pa družino postavljajo na tretje mesto (18 %).

Med mlajšimi in starejšimi deklicami skoraj ni odstopanja.

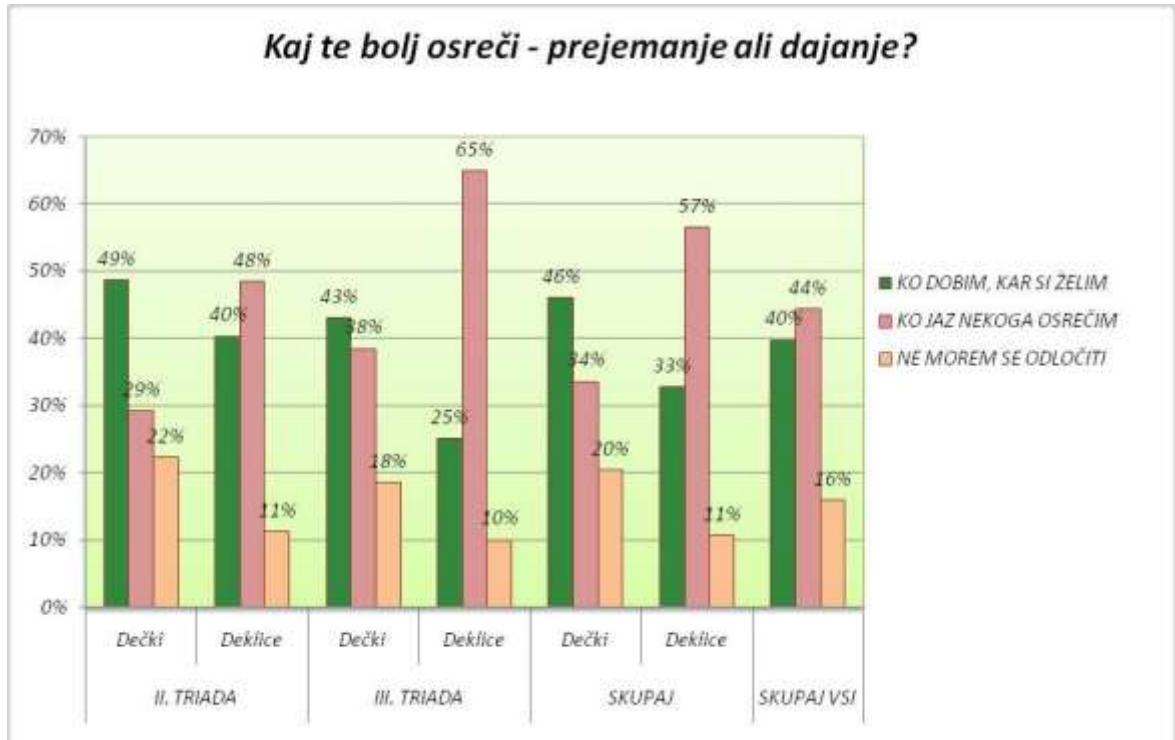
6. Ali meniš, da lahko z denarjem kupiš srečo?



Graf 8: Mnenje učencev II. in III. triade OŠ Hudinja o kupovanju sreče

Raziskava je pokazala, da večina (84 %) učencev meni, da sreče ne moreš kupiti, ostali (16 %) pa so mnenja, da srečo lahko kupiš.

7. Kaj ti daje večji občutek sreče – prejetanje ali dajanje?



Graf 9: Občutek sreče pri učencih OŠ Hudinja glede na to, ali prejemamo ali dajemo

Graf kaže, da učence v skoraj enaki meri osrečuje tako dajanje (44 %) kot prejetanje (40 %), medtem ko se 16 % učencev ni moglo odločiti, kaj jih bolj osrečuje.

Prišlo je do odstopanja glede na spol.

Izkazalo se je, da dečke bolj osrečuje prejetanje (46 %) kot dajanje (34 %), medtem ko je pri deklicah ravno obratno, le-te bolj osreči, ko nekoga razveselijo (57 %) kot pa če same dobijo, kar si želijo (33 %).

4. DISKUSIJA

V naši raziskovalni nalogi smo želele izvedeti, ali so učenci naše šole srečni in če je kakšna povezava med srečnimi in učno uspešnimi učenci. Zanimalo nas je, ali učenci hrepenijo po več materialnih ali več nematerialnih stvareh, ciljih ali željah, kaj učence najbolj oziroma najmanj osrečuje oziroma kaj menijo, da je v življenju pomembno za srečo. Zanimalo nas je še, če učenci menijo, da srečo lahko kupijo z denarjem in kdaj imajo večji občutek sreče – ko sami prejmejo, kar so si želeli, ali ko osrečijo nekoga drugega. Poleg tega smo raziskovale, če se med temi relacijami kažejo tudi kakšne razlike v spolu in starosti učencev.

Postavile smo osem hipotez.

V prvi trdimo, da je večina učencev II. triade popolnoma srečnih. To hipotezo smo potrdile. Rezultat nas ni presenetil, saj smo hipotezo postavile na podlagi tega, da gre tukaj za otroke ali zelo mlade najstnike, ki načeloma živijo iz dneva v dan, iz trenutka v trenutek in se v večini ne ukvarjajo z življenjskimi problemi. Menimo, da je njihova sreča pogojena z osnovnimi potrebami, kot so: ljubezen staršev oziroma bližnjih, da so siti, jih ne zebe, imajo možnost biti fizično in miselno aktivni, imajo čas za igro in niso osamljeni. Če so torej te potrebe zadovoljene, in pri večini menimo, da so, potem imamo srečnega otroka/najstnika.

V drugi hipotezi trdimo, da bo večina učencev III. triade odgovorila, da niso srečni niti nesrečni. To hipotezo smo ovrgle, saj se je izkazalo, da so tudi tukaj v večini zelo srečni učenci. To nas je malo presenetilo, saj smo hipotezo določile na podlagi mišljenja, da gre tukaj za najstnike, ki prihajajo ali so že v puberteti. Ker vemo, da je to eno najtežjih obdobij, kjer se dogaja ogromno tako fizičnih kot tudi psihičnih sprememb, kjer se odraščajoči spoprijemajo s sprejemanjem svojega telesa, ki se naglo spreminja iz dneva v dan, kjer »nagajajo« hormoni, ki spreminjajo razpoloženje, kjer se soočajo z vprašanji o smislu življenja, kjer se dogajajo prve »bolj resne« ljubezni ipd., smo bile prepričane, da bo to negativno vplivalo na njihovo splošno počutje, ko bomo govorili o občutju sreče. V raziskavi smo ugotovile tudi, kaj je za učence v tem obdobju pomembno oziroma čemu pripisujejo največji pomen, ki jim daje občutek sreče. Izkazalo se je, da jim največ pomeni, da so zdravi, imajo lepe odnose v družini, prijatelje in tudi ljubezen. Morda je prišlo do takšnega rezultata zato, ker se večina učencev zaveda, da so določeni problemi, povezani s puberteto, samo prehodnega pomena, medtem ko je ostalo, kar jim veliko pomeni, bolj trajno. Očitno večina ima, kar jim največ pomeni, zaradi česar so posledično zelo srečni.

Tretja hipoteza pravi, da so učno uspešnejši učenci bolj srečni kot učno manj uspešni učenci. Tukaj bi težko govorili o tem, da so učno uspešnejši učenci tudi srečnejši učenci, čeprav je na prvi pogled raziskava pokazala ravno to, a menimo, da je vzorec učencev, ki so učno manj uspešni, premajhen, da bi to hipotezo lahko potrdile. Tukaj se nam porajajo še določena vprašanja, na katere si ne znamo odgovoriti. V hipotezi smo predvidevale, da ima učni uspeh vpliv na počutje učencev. Sedaj pa se sprašujemo, če ni morda ravno obratno. Lahko, že po naravi bolj srečen, vedrejši, pozitivno naravnani človek vpliva na svoje dosežke oziroma uspeh? Lahko ima človek, ob katerem smo vsi radi in ima zaradi tega veliko prijateljev ter posledično tudi boljšo samozavest in samopodobo, lažjo pot? Se zaradi tega, ker se ne ukvarja z negativnimi čustvi, lažje skoncentrira in hitreje uči? To so vprašanja, ki ostajajo odprta, morda pa v naslednjih letih raziščemo tudi to področje in dobimo odgovore.

Četrto hipotezo, da deklice bolj stremijo k nematerialnim dobrinam, dečki pa bolj k materialnim dobrinam, smo potrdile. Hipotezo smo postavile na podlagi mišljenja, da ima naša kultura še vedno velik vpliv iz preteklosti, kjer so ženske skrbele za dom in otroke, moški pa so služili denar. Menimo, da so moški naravnani tako, da njihovo samopodobo določajo njihovi uspehi in dosežki ter več pozornosti namenijo temu, kar imajo kot pa odnosom ali občutkom. Pri ženskah pa je ravno obratno. Ko se v šoli pogovarjamo s sošolkami in o tem, kakšne so njihove želje in cilji, vedno naletimo na teme, ki se nanašajo na neke odnose. Rade bi imele družino in bile srečno zaljubljene. Rade bi rešile cel svet, pomagale bi tistim, ki trpijo, predvsem otrokom, medtem ko moški oziroma fantje o tem niti ne razmišljajo, saj, glede na naše izkušnje, v večini in v tem obdobju ne.

Peta hipoteza pravi, da večino učencev najbolj osreči, da imajo prijatelje. Pri postavljanju te hipoteze smo izhajale iz tega, da bodo nekatere možnosti (zdravje, razumevanje v družini) za učence v tem obdobju samoumevne in jih zato ne bodo izpostavljali kot najpomembnejše. Prijatelji pa so tisti, ki nas po navadi najbolj razumejo in zaradi tega se z njimi najlažje pogovarjamo, delimo izkušnje, skrivnosti ipd. ter so zelo pomembni v našem življenju. Izkazalo se je, da se učenci očitno zavedajo, da je zdravje tisto, ki je najpomembnejše, saj brez zdravja tudi ostalo ni nič vredno, zato so le-to izpostavili kot najpomembnejše in s tem ovrgli našo hipotezo.

Šesto hipotezo, ki pravi, da večina učencev misli, da je za srečo najpomembnejše zdravje, smo potrdile. Ugotovile smo, da se učenci že v tem zgodnjem obdobju življenja zavedajo, kako pomembno je zdravje, zato ni čudno, da tako razmišljajo tudi, ko je govora o prihodnosti. Menimo, da je to zelo dobro, saj se bodo zaradi tega zavedanja morda bolj posvečali temu, da ostanejo zdravi, kar pa seveda pomeni, da bodo pametno ravnali, ko govorimo o za zdravju škodljivih navadah.

V sedmi hipotezi trdimo, da je večina učencev mnenja, da sreče ne moreš kupiti. Hipotezo smo potrdile. Hipotezo smo postavile na podlagi velikokrat slišanih novic, kako nesrečno konča nemalo število slavnih in zelo bogatih ljudi. Glede na to smo sklepale, da z denarjem ne moreš kupiti sreče. Smo pa vseeno mnenja, da lahko denar do neke mere pripomore k sreči, samo če z njim pravilno oziroma pametno ravnamo. Navsezadnje lahko denar porabimo tudi v dobrodne namene in s tem osrečimo marsikoga. Menimo, da je denar sicer nujno potrebna dobrina, ki pa naj bo samo osnova za zadovoljitev osnovnih potreb, vse ostalo (pristne ljubezni, iskrenega prijateljstva ipd.) pa z njim ne moremo kupiti.

Nekaj podobnega govori tudi spodaj zapisano besedilo, ki smo ga našle na spletu.

Svetovna finančna kriza je spremenila navade potrošnikov po vsem svetu. Manj se zapravlja, študije pa kažejo, da so ljudje, konkretno Američani, sedaj srečnejši, strokovnjake pa vse bolj zanima potrošniška psihologija. Cilj je dognati, kako ljudje lahko zapravijo svoj denar tako, da imajo od tega kar največ sreče. Do rezultatov je prišla Elizabeth Dunn, profesorica na univerzi British Columbia, ki jih je objavila v delu z naslovom »Če vas ne osreči denar, potem ga napačno zapravljate«. Raziskave so pokazale, da so ljudje srečnejši zaradi doživetij kot pa materialnega lastništva. Statistike prav tako kažejo, da so v času recesije nehali kupovati dobrine ter da bolj cenijo koncerte, izlete, medsebojno druženje, stvari torej, ki se jih lahko spominjajo in zaradi katerih so srečnejši. Študije so prav tako pokazale, da so kreditne kartice zmanjšale delež sreče, ki jo ljudje občutijo pri nakupovanju, saj je vse bilo dostopno naenkrat. Več sreče boste občutili, ko boste kupili nekaj, za kar ste morali dlje časa varčevati, o čemer ste vnaprej razmišljali. Medtem bo pri stvareh, ki ste jih kupili naenkrat, občutili le kratkotrajno zadovoljstvo. Psihologi navajajo nekaj konkretnih primerov ljudi, ki so se odrekli svojim potrošniškim navadam in so sedaj mnogo bolj zadovoljni s svojim življenjem. Tako poudarjajo, da je napačno pričakovati, da bomo zaradi nakupa različnih proizvodov, mobilnih telefonov, čevljev ali ličil srečnejši. Zato priporočajo obisk gledališča, vlaganje v lastno izobraževanje, učenje tujih jezikov, planinarjenje in podobne aktivnosti. Strokovnjaki menijo, da takšne izkušnje krepijo medosebne odnose, ki so pomemben del sreče. [12]

Zadnja hipoteza pravi, da se večina učencev počuti bolj srečne, ko razveselijo druge kot pa, če sami dobijo, kar si želijo. Pri postavljanju te hipoteze smo se opirale na trditev, ki smo jo že večkrat slišale in pravi, da je najboljši način osrečevanja sebe, osrečiti nekoga drugega. Hipotezo smo ovrgle, saj se je izkazalo, da so dečki v večini izbrali, da jih bolj osrečuje prejemanje. Pri deklicah pa hipoteza drži. Rezultat nas je presenetil, ob tem pa smo se začele spraševati, zakaj je prišlo do takšne razlike pri moških in ženskah. Rezultat pripisujemo temu, da so moški in ženske med seboj zelo različni. Menimo, da ženske bolj rade ugajajo in hitreje ter bolj zaznavajo potrebe drugih, ki jih potem želijo tudi zadovoljiti. Morda lahko razloge za to iščemo v materinskem nagonu, saj matere praviloma svoje potrebe postavljajo na zadnje mesto in je bolj pomembno, da najprej zadovoljijo potrebe otrok in ne svojih. Drugi razlog pa se

morda skriva v tem, da smo, če uresničujemo svoje želje, lahko hitro označeni z oznako, da smo egoistični (sebični), kar pa velja za negativno lastnost. Mogoče ta miselnost na ženske bolj vpliva kot na moške. Me mislimo, da egoizem sicer ni nujno negativen, saj je dobro, če znamo poskrbeti zase, je pa problem, če bi pri uresničevanju naših želja tako ali drugače prizadeli druge.

[12] <http://www.delo.si/druzba/ko-denar-lahko-kupi-sreco.html> (1.3.2016)

5. ZAKLJUČEK

Danes se zelo veliko govori o sreči, na to temo je napisanih veliko knjig in celo priročnikov, kjer lahko najdemo navodila, kako biti srečen ...

Menimo, da je sreča odvisna od posameznika, saj le vsak sam lahko odloča o tem, kakšen bo do polovice napolnjen kozarec – napol poln ali napol prazen. Naše mnenje je, da se moramo včasih ustaviti in premisliti, kaj je zares pomembno in kako minljivo je življenje, ter uživati v vsakem trenutku posebej, predvsem pa ne misliti na to, kaj bo jutri, ampak živeti danes in zdaj – pa naj bo še tako obrabljena misel. Osrečujejo nas lahko tako materialne kot nematerialne dobrine. Menimo pa, da so nematerialne bistvene, saj so le-te trajne, medtem ko so materialne dobrine minljivega značaja, zaradi česar ne moremo govoriti o pravi sreči. Prava sreča je za nas tisti notranji občutek, ko smo zadovoljni sami s seboj, ko imamo ob sebi nekoga, ki ga imamo radi in obratno, ter imamo nasploh radi življenje. Seveda pa se nam zdi, da je v prvi vrsti pogoj za srečo zdravje, saj menimo, da ob fizičnih bolečinah vse ostalo izgubi smisel.

6. LITERATURA IN VIRI

6.1 PISNI VIRI

[9] PALMGREEN, G., *Sreča je v genih*, *Science Illustrated*, 2015 (70), 57.

[6] Shimoff, Marci (v sodelovanju s Caroline Kline). 2009. *Srečni kar tako*. Ljubljana: Založba Vale-Novak d.o.o.

[7] – povzeto po: <http://www.zurnal24.si/slovenija-navzdol-glede-srece-clanek-249079>

6.2 SPLETNE STRANI

[1] <http://www.akropola.org/clanki/clanek.aspx?lit=402> (22.2.2016)

[2] http://cdk.si/soutripanje/st34/razmisljanje_sreca.htm (22.2.2016)

[3] http://bos.zrc-sazu.si/cqi/a03.exe?name=sski_testa&expression=sre%C4%8Da&hs=1 (25.2.2016)

[4] <http://svetovalnicakameleon.si/kaj-je-sreca-in-kdaj-smo-srecni/> (22.2.2016)

[5] <http://www.rtv slo.si/zabava/zanimivosti/kaj-je-sreca-in-kaj-pravi-recept-zanjo/338085> (22.2.2016)

[8] <http://www.rtv slo.si/znanost-in-tehnologija/sreca-odvisna-od-genov/84466> (27.2.2016)

[10] http://www.siol.net/novice/gospodarstvo/2014/11/ali_z_denarjem_lahko_kupimo_sreco.aspx (26.2.2016)

[11] <http://www.delo.si/druzba/zdravje/sreca-nas-pogreje-po-vsem-telesu.html> (29.2.2016)

[12] <http://www.delo.si/druzba/ko-denar-lahko-kupi-sreco.html> (1.3.2016)

6.3 SLIKE

Slika 1:

https://www.google.si/search?q=the+happiest+countries+in+the+world&espv=2&biw=1280&bih=622&source=lnms&tbn=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjAz4rtiJnLAhXEbZoKHcrdDp0Q_AUIBiqB#imqrc=POS7J2Zp14EQiM%3A (26.2.2016)

Slika 2:

Palmgreen, G., *Sreča je v genih*, *Science Illustrated*, 2015 (70), 57.

Slika 3: Naslovnica –žalosten smeško

https://www.google.si/search?q=sad+smiley+with+hand&espv=2&biw=1280&bih=578&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjVzdDPr6TLAhWBnnIKHcJoDaUQ_AUIBiqB#tbm=isch&tbs=rimg%3ACY5O7oGUXK-7ljq7jNyABdt92_1o4jQqm_1k1RdS9lxNbBdOaoiu3pkn46qacwAD81G14CxnvwIMT4UhWr_1lLa3D4XhyoSCTuM3IAF233bEYtWCyF8zcuJKhIJ-jiNCqb-TVERzN4yxisTNd4qEql1L2XE1sF05hG9wKMPDrudEioSCaiK7emSfjqBEZJsUEKPNmNZKhIjzAAPzUbXqIRbmHCq-31rB8qEqnGe_1ClxPhSFRFFUb1Fft12xioSCav8qtrcPheHEZTq-oF1vWPJ&q=SYMBOLS%20EMOTICONS%20SMILEY&imgsrc=h7Y3u9k8mvPywM%3A

Slika 4: Naslovnica –vesel smeško

https://www.google.si/search?q=sad+smiley+with+hand&espv=2&biw=1280&bih=578&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjVzdDPr6TLAhWBnnIKHcJoDaUQ_AUIBiqB#tbm=isch&q=happy+SMILEY&imgsrc=m3EC4f-Rws2lzM%3A

7. PRILOGA

ANKETNI VPRAŠALNIK

Smo učence 7. razreda in delamo raziskovalno nalogo na temo Kaj je sreča za učence na OŠ Hudinja. Prosimo, da odgovorite na nekaj vprašanj. Anketa je anonimna. Že v naprej se vam zahvaljujemo za vaše odgovore.

1. SPOL: Ž M

2. RAZRED: 4. 5. 6. 7. 8. 9.

3. Kakšen je tvoj učni uspeh oziroma je bil v prejšnjem letu? Obkroži.

- a) Odličen
- b) Prav dober
- c) Dober
- d) Zadosten

4. Prosimo, da na lestvici od 1 do 5 (pobarvaj okence) poskušaš oceniti, kako srečen si večinoma, pri čemer 1 pomeni, da sploh nisi srečen, 5 pa, da si popolnoma srečen.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

5. Kaj zate predstavlja pojem sreča? Zapiši s svojimi besedami.

6. V spodnjo tabelo napiši 9 stvari, ki jih v življenju želiš doseči, imeti, narediti.

7. Kaj misliš, da te najmanj oziroma najbolj osrečuje? Prosim, da na lestvici od 1 do 10 poskušaš oceniti, kaj ti je od naštetega najbolj pomembno, pri čemer 1 pomeni, da te najbolj osrečuje, 10 pa najmanj.

a)	Lepe ocene	
b)	Srečna ljubezen	
c)	Da imam prijatelje	
d)	Da sem zdrav/-a	
e)	Da se razumemo v družini	
f)	Da sem popularen/popularna	
g)	Lepe obleke	
h)	Da mi lahko starši kupijo vse želene materialne dobrine	
i)	Da sem lahko cele dneve na računalniku (FB, igram igrice, SKYPE ...)	
j)	Drugo:	

8. Kaj, misliš, je v življenju najbolj pomembno za srečo? Izberi in obkroži tri odgovore.

- a) Zdravje
- b) Da bom imel/-a družino
- c) Prijatelji
- d) Visoka izobrazba
- e) Svoboda
- f) Osrečiti drugega
- g) Denar/premoženje
- h) Popularnost
- i) Lepota
- j) Drugo _____

9. Ali meniš, da z denarjem lahko kupiš srečo?

- a) Da
- b) Ne

Če si odgovoril/-a z DA, napiši, zakaj tako meniš?

10. Kdaj si bolj vesel oziroma srečen? Obkroži.

- a) Ko dobim, kar si želim.
- b) Ko jaz nekoga osrečim oziroma razveselim.
- c) Ne morem se odločiti.

IZJAVA

Mentor(-ica) Maruša Zorko v skladu z 2. in 17. členom Pravilnika raziskovalne dejavnosti »Mladi za Celje« Mestne občine Celje zagotavljam, da je v raziskovalni nalogi z naslovom Kaj je sreča za učence na OŠ Hudinja, katere avtorji(-ice) so Hana Firer, Eva Jazbec, Iona Zupanc:

- besedilo v tiskani in elektronski obliki istovetno,
- pri raziskovanju uporabljeno gradivo, navedeno v seznamu uporabljene literature,
- da je za objavo fotografij v nalogi pridobljeno avtorjevo(-ičino) dovoljenje in je hranjeno v šolskem arhivu;
- da sme Osrednja knjižnica Celje objaviti raziskovalno nalogo v polnem besedilu na spletnih portalih z navedbo, da je nastala v okviru projekta Mladi za Celje,
- da je raziskovalno nalogo dovoljeno uporabiti za izobraževalne in raziskovalne namene s povzemanjem misli, idej, konceptov oziroma besedil iz naloge ob upoštevanju avtorstva in korektnem citiranju,
- da smo seznanjeni z razpisnimi pogoji projekta Mladi za Celje.

Celje, 7.3.2016

žig šole

Šola

Osnovna šola Hudinja

Podpis mentorja(-ice):

Maruša Zorko

Podpis odgovorne osebe:

Jože Berk, ravnatelj