

Mestna občina Celje
Komisija Mladi za Celje

**PREVLADUJOČA RAZPOLOŽENJSKA STANJA DIJAKOV GCC IN VZROKI
ZANJE**

RAZISKOVALNA NALOGA

AVTORJI:

Tina Sinkovič
Anamarija Zore
Patricija Knez

MENTOR:

prof. Nives Laul, uni, dipl. psi.

Celje, marec, 2018

Gimnazija Celje - Center
program: splošna gimnazija

**PREVLADUJOČA RAZPOLOŽENJSKA STANJA DIJAKOV GCC IN VZROKI
ZANJE**

RAZISKOVALNA NALOGA

AVTORJI:

Tina Sinkovič, 3.c

Anamarija Zore, 3.c

Patricija Knez, 3.c

MENTOR:

prof. Nives Laul, uni. dipl. psi

Mestna občina Celje, Mladi za Celje
Celje, 2018

ZAHVALA

Najprej se želimo zahvaliti mentorici, profesorici in šolski psihologinji Nives Laul, ki nam je ves čas stala ob strani in nas usmerjala s koristnimi napotki. Zahvaljujemo se tudi vsem, ki so pomagali pri nastajanju naše raziskovalne naloge. Hvala dijakom in dijakinjam, ki so nam z rešenim anketnim vprašalnikom posredovali veliko uporabnih podatkov in hvala lektorici za jezikovni pregled naloge.

Vsebina

POVZETEK.....	1
KLJUČNE BESEDE	1
1. RAZISKOVALNI PROBLEM	2
2. TEORETIČNI UVOD	2
2.1 Opredelitev pojma čustva	2
2.2 Delitev čustev glede na sestavljenost	3
2.3 Delitev čustev glede na komponente.....	3
2.4 Trajnost čustev	4
2.5 Razpoloženja.....	4
2.6 Struktura šolskega leta	4
3. CILJI IN HIPOTEZE	5
3.1 Cilji	5
3.2 Hipoteze	5
4. RAZISKOVALNE METODE	7
4.1 Vzorec udeležencev	7
4.2 Merski instrument	7
4.3 Postopek zbiranja podatkov	8
4.4 Postopek statistične obdelave	8
5. REZULTATI	8
6. INTERPRETACIJA	14
7. SKLEPI	20
7.1 Kritika naloge.....	20
7.2 Uporabna vrednost naloge.....	20
7.3 Nova vprašanja	21
8. VIRI IN PRILOGE.....	21
8.1 Viri	21
8.2 Priloge	22

POVZETEK

Kot je vsakodnevni obiskovalcem Gimnazije Celje - Center, pa tudi širši okolici že znano, se na naši šoli vedno nekaj dogaja, saj vsakdanjik popestrijo prireditve, izbirne vsebine, odpadle ure, pa tudi kakšno neljubo nadomeščanje. Malokdo pa ve, kako dijaki in dijakinje dejansko doživljajo svet znotraj in zunaj šolskih zidov. Zanimalo nas je prevladujoče razpoloženjsko stanje dijakov Gimnazije Celje - Center in vzroki zanj, zato smo se ga odločile raziskati. Proti našim pričakovanjem se je izkazalo, da so dijaki med šolskim letom neprijetno razpoloženi, še posebej pred koncem prvega ocenjevalnega obdobja, ko je največ testov in občutijo pritisk staršev ter profesorjev. Po mnenju dijakov bi k boljšemu razpoloženju pripomoglo manj domačega šolskega dela in napovedano spraševanje za vse dijake. Smiselno bi bilo uresničiti kakšen njihov predlog in jim tako vsaj malo olajšati naporne srednješolske dni. Dijaki se pod prevelikim pritiskom počutijo neprijetno zaradi vseh šolskih obveznosti, poleg tega pa imajo sami še druge obšolske dejavnosti, zaradi katerih jim včasih zmanjka časa in so zato še slabše razpoloženi.

KLJUČNE BESEDE

Prevladujoče razpoloženjsko stanje

Razpoloženjski dejavniki

Dijaki GCC

1. RAZISKOVALNI PROBLEM

Gimnazija Celje - Center je šola z veliko obšolskimi dejavnostmi. Dijaki in dijakinje poleg resnega pouka in marljivega dela v prostem času radi skrbimo za telo, se učimo kaj zanimivega ali pa raziskujemo neznano. Zaradi teh, pa tudi mnogo drugih dejavnikov, ki vplivajo na nas, smo se odločile pripraviti raziskovalno nalogo o prevladujočih razpoloženjskih stanjih dijakov naše šole. Zelo nas zanima, kako in kateri dejavniki vplivajo na počutje dijakov in dijakinj, zato smo se dela rade lotile, saj nas je ob podatkih, pridobljenih s pomočjo anketnega vprašalnika, zanimala tudi teorija z razlago osnovnih pojmov. Poleg tega, da se je vsem tema zdela zanimiva, odprta in razgibana, se nam zdi, da bo novo znanje tudi zelo koristno in nam bo pomagalo pri razumevanju situacij, v katerih se tu in tam znajdemo tudi same. Zavedamo se, da je vsak posameznik enkraten in smo si med sabo zelo različni, zato nam je bilo zanimivo raziskati, kakšna so počutja dijakov na GCC glede na leta in spol, pa tudi glede na težavnost izobraževalnega programa.

2. TEORETIČNI UVOD

2.1 Opredelitev pojma čustva

Čustva so procesi, ki izražajo človekov vrednostni odnos do zunanjega sveta ali do samega sebe (Kompore, Stražišar, Dogša, Vec, Curk, 2009). Povezana so z zunanjim svetom, z njimi doživljamo in vzpostavljamo odnos do ljudi, situacij in dogodkov. Načeloma ima vsako čustvo objekt, ki vpliva na doživetje čustva, in/ali objekt, h kateremu je čustvo usmerjeno. Ljudje vselej ljubimo neko osebo, nečesa nas je strah, jezni smo na nekoga. S čustvi lahko doživljamo in izražamo tudi odnos do sebe, npr. sram nas je določenega dejanja, ponosni smo na svoje dosežke. Opisani odnos, ki ga izražajo čustva, je vrednostni. Ljudi, situacije in dogodke s čustvi vrednotimo – presojamo njihov pomen, vrednost za nas. Doživljanje jeze tako

nujno vključuje vrednostno oceno, da nas nekdo npr. omejuje pri doseganju cilja. Ponosni ne moremo biti, če ne presodimo, da smo z lastnim trdom dosegli nekaj pomembnega. Čustva torej doživljamo v okoliščinah, ki jih ocenimo kot (subjektivno) pomembne. V okoliščinah, ki za nas niso pomembne, ker niso povezane z našimi cilji, željami ali vrednotami, pa ostanemo ravnodušni ali se ne odzovemo čustveno.

2.2 Delitev čustev glede na sestavljenost

Številni psihologi razlikujejo temeljna čustva (osnovna) in kompleksna (Gašperlin, 2018). Veselje, jeza, strah, žalost, sram in gnus so naši temeljni elementi čustvovanja. Za vsakega imamo različice poimenovanj, ki kažejo na njihovo moč in intenzivnost. Teh šest osnovnih čustev se naprej povezuje v sestavljena čustva, ki se pojavijo kasneje z vzgojo. Jeza in žalost se zlijeta v bolečino. Jezo, pomešano s sramom in z gnusom, bomo prepoznali kot prezir.

2.3 Delitev čustev glede na komponente

Psihologi so ugotovili, da ljudje doživeta čustva najpogosteje opredeljujemo z vrednostnega, aktivnostnega in jakostnega vidika (Lamovec, 1991). Glede na vrednostni vidik razlikujemo pozitivna ali prijetna čustva (npr. veselje, ponos) in negativna ali neprijetna (npr. žalost, strah, gnus). Glede na njihovo intenzivnost (jakost) jih lahko ocenimo kot močna ali šibka. Strah, ki ga doživljamo, je lahko šibek (smo zgolj nekoliko zaskrbljeni) ali precej močen (doživljamo intenziven strah). Pomemben pri doživljanju čustev je tudi njihov aktivnostni vidik; to pomeni ali nas čustva, ki jih doživljamo, pasivizirajo ali aktivirajo. Vzburjajoča čustva so povezana z močnim fiziološkim vzburjenjem, npr. strah, jeza, zaljubljenost, pomirjujoča čustva pa s šibkim fiziološkim vzburjenjem, npr. zadovoljstvo, potrnost, vedrina.

2.4 Trajnost čustev

Čustva so lahko različno intenzivna, razlikujejo pa se tudi glede na trajnost (Lamovec, 1991). Kadar gre za kratkotrajno, vendar zelo močno čustvo, pri katerem je zmanjšan nadzor nad vedenjem, govorimo o afektih. To so bes, panika, evforija (nebrzdano veselje). Dolgotrajna, šibka čustva pa imenujemo razpoloženja.

2.5 Razpoloženja

Razpoloženja delimo na nezadovoljstvo, potrto, tesnoba, dobro voljo (Lamovec, 1991). Trajajo od nekaj ur do več dni. Razvijajo se postopno, kot sled določenega čustva ali situacije, zato se pogosto ne zavedamo, kaj je vplivalo na njihov nastanek, npr. zakaj smo potrti.

Razpoloženja tvorijo čustveno podlago našega doživljanja in vedenja. Hitreje in lažje se pojavijo čustva, ki so po kakovosti podobna trenutnemu razpoloženju, npr. potrt človek se pogosteje odzove na dogodke z žalostjo ali s strahom kakor tisti, ki je pozitivno razpoložen. Trenutno razpoloženje pomeni tudi naravnost, zaradi katere iz spomina lažje prikličemo dogodke, ki ustrezajo temu razpoloženju.

2.6 Struktura šolskega leta

Zaključek ocenjevalnega obdobja v izobraževalnih ustanovah, kot so osnovne in srednje šole, imenujemo konferenca. Prva konferenca je zaključek prvega ocenjevalnega obdobja, nekje na polovici šolskega leta. Proti koncu ocenjevalnega obdobja je več testov, potrebno je pridobiti vse zahtevane ocene ter popraviti slabše. Pogosto se dijakom zgodi, da se jim v tem času nabere veliko dela, ki so ga prej odlagali in ga morajo opraviti zdaj; ta obremenitev jim povzroča dodaten stres, kar lahko vodi v slabše splošno razpoloženje. V šolskem letu 2017/2018 je bil zaključek prvega ocenjevalnega obdobja 15. 1. 2018.

3. CILJI IN HIPOTEZE

3.1 Cilji

Cilje smo si zastavile z naslednjimi vprašanji:

1. Kakšna so prevladujoča razpoloženska stanja dijakov vseh treh programov GCC med šolskim letom?
2. Kakšna so prevladujoča razpoloženska stanja dijakov vseh treh programov GCC med poletnimi počitnicami?
3. Kateri so najpogostejši vzroki za razpoloženska stanja dijakov GCC?
4. Ali se razpoloženska stanja dijakov različnih letnikov GCC razlikujejo?
5. Ali se dijaki in dijakinje GCC razlikujejo glede na prevladujoča razpoloženska stanja med šolskim letom?
6. Ali se prevladujoča razpoloženska stanja dijakov GCC med šolskim letom razlikujejo glede na program, v katerega so vpisani?
7. Kdaj so dijaki GCC med šolskim letom slabše razpoloženi?
8. Kaj bi po mnenju dijakov lahko spremenili na GCC, da bi se prevladujoče razpoložensko stanje dijakov izboljšalo?
9. Kako večina dijakov GCC izboljša svoje razpoloženje, kadar je slabo?

3.2 Hipoteze

Hipoteza 1: Prevladujoča razpoloženska stanja večine dijakov vseh treh programov GCC med šolskim letom so prijetna.

Hipoteza 2: Prevladujoča razpoloženska stanja večine dijakov vseh treh programov GCC med poletnimi počitnicami so prijetna.

Hipoteza 3: Najpogostejši dejavnik, ki vpliva na razpoloženje dijakov GCC, je šolski uspeh.

Hipoteza 4: Dijaki 4. letnika vseh treh programov GCC so med šolskim letom slabše razpoloženi kot dijaki nižjih letnikov.

Hipoteza 5: Razpoloženjsko stanje dijakov 2. letnika vseh treh programov GCC je med šolskim letom v povprečju boljše kot razpoloženjsko stanje dijakov ostalih letnikov.

Hipoteza 6: Prevladujoča razpoloženjska stanja dijakov vseh treh programov GCC so med šolskim letom boljša kot prevladujoča razpoloženjska stanja dijakinj vseh treh programov.

Hipoteza 7: Dijaki GCC, ki obiskujejo program predšolska vzgoja, so med šolskim letom bolje razpoloženi kot dijaki, ki obiskujejo programa splošna gimnazija in umetniška gimnazija.

Hipoteza 8: Večina dijakov vseh treh programov GCC je najslabše razpoložena pred koncem prvega ocenjevalnega obdobja.

Hipoteza 9: Po mnenju dijakov GCC bi se njihovo razpoloženjsko stanje izboljšalo, če bi imeli manj domačega šolskega dela.

Hipoteza 10: Večina dijakov GCC si svoje razpoloženje izboljša s poslušanjem glasbe.

4. RAZISKOVALNE METODE

4.1 Vzorec udeležencev

Naš vzorec, na katerem smo uporabile anketni vprašalnik, so bili dijaki in dijakinje GCC programov splošne gimnazije, umetniške gimnazije in predšolske vzgoje vseh letnikov. Vzorec obsega 238 udeležencev, od tega 40 dijakov in 198 dijakinj.

Tabela 1. Analiza vzorca glede na spol, letnik in program

Letnik	Spol				Program						N	%
	M	%	Ž	%	PV	%	GIM	%	UG	%		
1. letnik	15	20,3	59	79,7	24	32,4	23	31,1	27	36,5	74	31,1
2. letnik	8	11,9	59	88,1	25	37,3	18	26,9	24	35,8	67	28,2
3. letnik	10	22,2	35	77,8	0	0	21	46,7	24	53,3	45	18,9
4. letnik	8	15,4	44	84,6	21	40,4	13	25	18	34,6	52	21,8
Skupaj	41		197		70		75		93		238	100

LEGENDA:

PV – program predšolska vzgoja

GIM – program splošna gimnazija

UG – program umetniška gimnazija

4.2 Merski instrument

Za pridobivanje podatkov smo uporabile anketni vprašalnik, ki smo ga same izdelale. Obsegal je devet vprašanj odprtega, zaprtega in kombiniranega tipa ter dve ocenjevalni lestvici.

Za ta merski instrument smo se odločile, ker se nam zdi najprimernejši za hitro, učinkovito pridobivanje podatkov in njihovo obdelavo. Anketne

vprašalnike smo natisnile in jih razdelile dijakom. Anketirale smo dijake iz treh razredov različnih programov vseh štirih letnikov.

4.3 Postopek zbiranja podatkov

Anketiranje je bilo izvedeno februarja 2018 na Gimnaziji Celje - Center. Anketirale smo dijake 1., 2., 3. in 4. letnika programov splošna gimnazija, umetniška gimnazija in predšolska vzgoja. Navodila v anketnem vprašalniku so dijake nagovarjala, naj ga rešijo zavzeto in iskreno. Čas reševanja ni bil omejen, zato so si anketiranci lahko vzeli dovolj časa, da so anketni vprašalnik rešili v celoti. Dijaki so v povprečju za reševanje potrebovali 10 minut.

4.4 Postopek statistične obdelave

Podatke smo obdelale v računalniškem programu Word.

5. REZULTATI

Tabela 2. *Analiza odgovorov na vprašanje 'Kakšno je vaše prevladujoče razpoloženjsko stanje med šolskim letom?' obravnavano glede na programe, spol, letnik.*

Možnost odgovora	Spol				Program						Letnik							
	M	%	Ž	%	PV	%	GIM	%	UG	%	1.	%	2.	%	3.	%	4.	%
Dobra volja	21	52,5	78	39,5	33	47,8	22	40	28	40,6	31	41,9	30	44,8	17	37,8	22	42,3
Nejevolja	6	15	51	25,8	22	31,9	14	25,5	12	17,4	20	27	17	25,4	8	17,8	11	21,2
Potrtost	2	5	9	4,5	1	1,5	2	3,6	3	4,3	1	1,3	4	6	6	13,3	1	1,9
Tesnobnost	4	10	34	17,2	6	8,7	10	18	15	21,7	15	20,3	7	10,5	7	15,6	9	17,3
Drugo	7	17,5	26	13,1	7	10,1	7	12,7	12	17,4	8	10,8	9	13,4	7	15,6	9	17,3
Skupaj	40	100	198	100	69	100	55	100	69	100	74	100	67	100	45	100	52	100

LEGENDA:

PV – program predšolska vzgoja

GIM – program splošna gimnazija

UG – program umetniška gimnazija

Tabela 2 se nanaša na 5. vprašanje iz anketnega vprašalnika. Analizirale smo ga glede na spol, letnik in program, ki ga obiskujejo dijaki Gimnazije Celje - Center. Prvi možni odgovor pri petem vprašanju je izbralo največ anketirancev, in sicer 99 dijakov GCC iz vseh treh programov, od tega 21 dijakov in 78 dijakinj. Drugi odgovor je izbralo 6 dijakov in 51 dijakinj, tretji pa 2 dijaka in 9 dijakinj. Četrty odgovor je izbralo 38 anketirancev, od tega 4 dijaki in 34 dijakinj. Za odgovor drugo pa se je odločilo 7 dijakov in 26 dijakinj. V povprečju so dijaki GCC med šolskim letom bolje razpoloženi kot dijakinje GCC.

V anketi je sodelovalo 74 dijakov prvega letnika: 31 jih je izbralo prvi odgovor, 20 drugi, 1 tretji, 15 četrty in 8 se jih je odločilo za odgovor drugo. 67 anketirancev je bilo iz drugega letnika: 30 se jih je odločilo za prvi možni odgovor, 17 za drugi, 4 za tretji, 7 za četrty in 9 za odgovor drugo. Anketni vprašalnik je rešilo 45 dijakov tretjega letnika, od tega je 17 dijakov izbralo prvi odgovor, 8 drugi, 6 tretji, četrty in peti odgovor je izbralo 7 dijakov. Večina sodelujočih dijakov 4. letnika je izbrala prvi možni odgovor (22 od 52), ostali pa so izbrali ali drugi (17) ali četrty in peti možni odgovor (9), le en dijak je izbral tretji možni odgovor. Iz programa predšolska vzgoja je 33 dijakov izbralo prvi možen odgovor in 22 drugi, ostalih 14 pa je izbralo tretji (1), četrty (6) in peti odgovor (7). 28 dijakov GCC programa umetniška gimnazija je izbralo prvi odgovor, 12 jih je izbralo drugi in peti odgovor, 3 tretjega in 15 četrtega. Večina dijakov GCC programa splošna gimnazija se je opredelila za prvi odgovor, in sicer 22 dijakov. Drugi odgovor je izbralo 14 dijakov, tretji 2 dijaka, četrty 10 in peti odgovor 7 dijakov tega programa. Pod odgovorom drugo so navajali večinoma druga čustva, ki jih ne štejemo pod razpoloženja, navajali so tudi stres in depresijo.

Tabela 3. *Analiza odgovorov na vprašanje 'Kakšno je vaše prevladujoče razpoloženjsko stanje med šolskim letom?'*

Možni odgovori	Vsi dijaki	
	N	%
Dobra volja	100	42
Nejevolja	55	23,1
Potrtoš	12	5
Tesnobnost	38	16
drugo	33	13,9
Skupaj	238	100

Kot prevladujoče razpoloženjsko stanje je dobro voljo izbralo 100 dijakov. Nejevoljo je izbralo 55 dijakov, potrtoš 12 dijakov, tesnobnost 38 dijakov in drugo 33 dijakov. Pod drugo so navajali večinoma druga čustva, ki jih ne štejemo med razpoloženja, navajali so tudi stres in depresijo.

Tabela 4. *Analiza odgovorov na vprašanje 'Kakšno je vaše prevladujoče razpoloženjsko stanje med počitnicami?' obravnavano glede na vse dijake skupaj.*

Možni odgovori	Vsi dijaki	
	N	%
Dobra volja	224	94,1
Nejevolja	4	1,7
Potrtoš	1	0,4
Tesnobnost	3	1,3
drugo	6	2,5
Skupaj	238	100

Dobro voljo je za prevladujoče razpoloženjsko stanje med počitnicami izbralo 224 dijakov. 4 dijaki so izbrali nejevoljo, 1 dijak je izbral potrtoš, 3 dijaki so izbrali tesnobnost in 6 jih je izbralo drugo. Pod drugo so večinoma napisali, da izberejo vse možne odgovore.

Tabela 5. Analiza odgovorov na vprašanje 'Ali si med poletnimi počitnicami bolje razpoložen/-a kot v času pouka?'

Možni odgovori	Vsi dijaki	
	N	%
Da	218	91,6
Ne	5	2,1
Ni razlike	15	6,3
Skupaj	238	100

15 dijakov je odgovorilo, da se njihovo prevladujoče razpoloženjsko stanje med šolskim letom ne razlikuje od prevladujočega razpoloženjskega stanja med počitnicami, 5 dijakov je odgovorilo, da so med počitnicami slabše razpoloženi, in 218 dijakov je odgovorilo, da so med počitnicami bolje razpoloženi kot v času pouka.

Tabela 6. Analiza odgovorov na vprašanje 'Kateri od naštetih dejavnikov najbolj vplivajo na vaše razpoloženje?'

Možni odgovori	N	% glede na št. dijakov	% glede na št. vseh odgovorov
Odnosi v družini	164	68,9	24,7
Šolski uspeh	129	54,2	19,5
Šolski urnik	75	31,5	11,3
Odnosi v razredu	103	43,3	15,5
Obšolske dejavnosti	47	19,7	7,1
Profesorji	61	25,6	9,2
Pričakanja staršev	53	22,3	8
drugo	31	13	4,7
Skupaj	663		100

Možnih je bilo več odgovorov, zato se število vseh anketiranih dijakov ne ujema s številom vseh pridobljenih glasov. Tako smo ločile odstotke glede na število vseh dijakov, ki so odgovorili, in odstotke glede na število vseh pridobljenih glasov. Odnose v družini je kot dejavnik, ki najbolj vpliva na njihovo razpoloženje, izbralo največ dijakov, to je 164, šolski uspeh je izbralo 129 dijakov, šolski urnik 75 dijakov,

odnose v razredu so izbrali 103 dijaki. 61 dijakov je izbralo za glavni dejavnik profesorje, 53 dijakov je izbralo pričakovanja staršev in 31 dijakov je izbralo drugo.

Pod drugo so dijaki pogosto navedli odnose z dekletom ali fantom in posebej odnose s prijatelji.

Tabela 7. *Analiza odgovorov na vprašanje 'Na kakšen način si izboljšate razpoloženje, ko je le to slabo?'*

Možnost odgovora	Število dijakov	%
Poslušanje glasbe	180	75,6
Spanje	144	60,5
Šport	75	31,5
Kopel	51	21,4
Joga, meditacija	25	10,3
Kuhanje	30	12,6
Branje literature	33	13,7
Umetniško ustvarjanje	73	30,7
Gledanje filmov, serij	177	74,4
Drugo: pogovor s prijatelji	45	19,3

Pri devetem vprašanju so dijaki in dijakinje imeli možnost izbrati več odgovorov. Največ dijakov se je odločilo za prvi možni odgovor, saj jih kar 75,6 %, to je 180 dijakov od 238 anketiranih, za izboljšanje svojega razpoloženja izbralo poslušanje glasbe. Za nekaj več kot odstotek manj je na drugem mestu dejavnost gledanja filmov in serij. Za ta odgovor se je odločilo 177 dijakov. Joga in meditacija je odgovor, ki je bil najredkeje izbran, saj se je zanj odločilo le 25 dijakov in dijakinj, kar je 10% od vseh udeležencev ankete.

Tabela 8. Analiza odgovorov na vprašanje 'Ocenite svoje razpoloženje od 1 do 5 (1 – najslabše, 5 – najboljše, obkrožite številko).

Ocena razpoloženja	1	2	3	4	5	Skupaj
	Št. %	Št. %	Št. %	Št. %	Št. %	Št. %
A	22 9,6	70 29	98 41,4	35 14,7	13 5,3	238 100
B	6 2,5	19 8	55 23,1	99 41,5	59 24,9	238 100

LEGENDA:

A - pred koncem prvega ocenjevalnega obdobja

B - po koncu prvega ocenjevalnega obdobja

Pri osmem vprašanju je največ dijakov, kar 41,4% svoje razpoloženje pred koncem prvega ocenjevalnega obdobja ocenilo z oceno 3, najmanj dijakov pa z oceno 5 (le 5,3 %). Lestvica je obsegala ocene od 1 – najslabše do 5 – najboljše. Dijaki in dijakinje so svoje razpoloženje po koncu prvega ocenjevalnega obdobja največkrat ocenili z oceno 4, kar znaša 41,5 % dijakov. Najmanj dijakov je svoje razpoloženje po koncu prvega ocenjevalnega obdobja ocenilo z oceno 1 (le 2,5 %).

Tabela 9. Analiza odgovorov na vprašanje 'Kaj bi po vašem mnenju lahko spremenili/izboljšali na GCC, da bi se izboljšalo prevladujoče razpoložensko stanje dijakov?'

Mnenja	N	%
Manj domačih nalog in dela za šolo.	50	21
Napovedano spraševanje za vse.	43	18
Manj testov.	29	12
Več časa za malico.	19	8
Bolj razgiban, sproščen urnik.	14	6
Glasba med odmori.	12	5
Več športa.	20	8
Večkrat obisk gledališča ali kina.	21	9
Zamenjava profesorjev pri določenih predmetih.	8	4
Nič.	12	5
drugo	10	4
Skupaj	238	100

Pri desetem – zadnjem vprašanju smo dijake spraševale, kaj bi po njihovem mnenju lahko spremenili ali izboljšali na GCC, da bi se njihovo prevladujoče razpoložensko stanje izboljšalo. Za to vprašanje smo uporabile odprti tip vprašanja in so tako dijaki svoje mnenje lahko zapisali. Nekaj jih je tudi zapisalo, da ne bi spremenili ničesar oziroma da ne vedo, kaj bi lahko spremenili, kar predstavlja 5% vseh dijakov. Odgovori, ki so se največkrat pojavljali, so navedeni v razpredelnici. Največ jih meni, da bi se prevladujoče razpoložensko stanje dijakov izboljšalo s tem, da bi imeli manj domačega šolskega dela, in sicer 21%, drug najpogostejši odgovor pa je bila ideja o napovedanem ustnem ocenjevanju za vse dijake. Takšno mnenje ima 18% anketiranih. V rubriko »drugo« smo združile preostala mnenja, ki niso bila sorodna nobenemu od že zgoraj navedenih.

6. INTERPRETACIJA

Prvo hipotezo, ki pravi, da so prevladujoča razpoloženska stanja večine dijakov vseh treh programov GCC med šolskim letom prijetna, lahko ovržemo. Navezujemo se na 5. vprašanje, katerega rezultati so v tretji tabeli. Največ dijakov je izbralo za prevladujoče razpoložensko stanje med šolskim letom dobro voljo, to je 42 % vseh anketiranih dijakov, za druge možnosti odgovora so se manj odločali. Glede na to bi lahko rekli, da je največ takšnih dijakov, ki so dobre volje. Če pa govorimo o prijetnem ali neprijetnem razpoloženju, pa je vseeno več takšnih dijakov, ki so izbrali neprijetna razpoloženja, to so nejevolja, potrnost in tesnoba, in sicer 44,1 %. To je na koncu več kot odstotek dijakov, ki so izbrali dobro voljo. Pri tem nismo niti upoštevale možnosti `drugo`, kjer so največ navajali neprijetna čustva; skupaj s temi je večina dijakov neprijetno razpoložena. Torej med dijaki vseeno bolj prevladuje neprijetno razpoloženje med šolskim letom. Menile smo, da je tako v glavnem zaradi šolskega uspeha, poleg tega pa je še več drugih dejavnikov, kot so odnosi v družini, odnosi s prijatelji, v razredu, ... Vsi ti dejavniki povzročajo veliko stresa in skrbi, ki negativno vplivajo na dijake.

Drugo hipotezo, ki pravi, da so prevladujoča razpoloženska stanja večine dijakov vseh treh programov GCC med poletnimi počitnicami prijetna, lahko potrdimo. Navezujemo se na 6. anketno vprašanje, katerega rezultati so v četrti tabeli. Velika večina vseh anketiranih dijakov se je odločila za prvi možen odgovor, to je dobra

volja, ki velja za prijetno razpoloženje. Negativno razpoloženje je za odgovor izbralo le 3,4 % dijakov: nejevolja 1,7 %, potrtnost 0,4 % in tesnoba 1,3 %. Za odgovor drugo so večinoma navajali, da se jim razpoloženje spreminja, torej so izbrali vse možne odgovore. Kar 94,6 % vseh anketiranih dijakov je tako navedlo, da je njihovo razpoloženje med poletnimi počitnicami prijetno, kar smo pričakovale, glede na to, da takrat ni pouka. To je čas, ki ga imajo samo zase in ni natrpan s šolskimi obveznostmi, zato se lahko sprostijo in večinoma pozabijo na skrbi, ki jih prinaša šola. Ni pritiskov staršev in profesorjev, torej lahko uživajo in se prepuščajo zabavi. Glede na rezultate 7. anketnega vprašanja, katerega rezultati so prikazani v peti tabeli, vidimo, da je kar 91,6 % dijakov izbralo odgovor da. Le 2,1 % dijakov je odgovorilo z ne in 6,3 % dijakov je odgovorilo, da ni razlike, torej je njihovo prevladujoče razpoloženjsko stanje enako med šolskim letom in med poletnimi počitnicami. Sklepamo lahko, da so rezultati takšni, ker med poletnimi počitnicami seveda ni pouka in je zato tudi manj stresa, ki bi jih lahko obremenjeval. Stres je bil tudi pogosto naveden odgovor pod možnost `drugo` pri 5. anketnem vprašanju, ki je spraševalo po prevladujočem razpoloženjskem stanju med šolskim letom. Ugotovile smo, da so dijaki GCC bolje razpoloženi v času poletnih počitnic kot med šolskim letom zaradi vseh prej naštetih dejavnikov.

Tretjo hipotezo, ki pravi, da je najpogostejši dejavnik, ki vpliva na razpoloženje dijakov GCC, šolski uspeh, lahko ovržemo. Rezultate smo pridobile z analizo 4. anketnega vprašanja, katerega rezultati so v 5. tabeli. Tu je bilo možnih več odgovorov. Z zadano hipotezo se nismo dosti zmotile, saj je bil šolski uspeh drugi najbolj pogosto izbran dejavnik, ki vpliva na razpoloženje dijakov. Zanj se je odločilo kar 54,2 % anketiranih dijakov. Glede na število vseh odgovorov je to 19,5 % vseh možnih odgovorov. Največ dijakov je odgovorilo, da na njihovo razpoloženje najbolj vplivajo odnosi v družini, to je 68,9 % vseh dijakov ali 24,7 % vseh odgovorov. Kot tretji najpogostejši dejavnik so izbrali odnose v razredu. Za tem so od danih odgovorov sledili po vrsti še šolski urnik, profesorji, pričakovanja staršev, najmanj dijakov pa je izbralo obšolske dejavnosti kot dejavnik, ki najbolj vpliva na njihovo razpoloženje. Pod `drugo` je veliko dijakov navedlo odnose s fantom ali z dekletom ter odnose s prijatelji. Sklepamo lahko torej, da odnosi na splošno najbolj vplivajo na razpoloženje dijakov, med odnosi pa še posebej izstopajo odnosi v družini. Torej so dijaki, ki imajo urejene odnose v družini, povprečno bolje razpoloženi kot dijaki, ki teh

odnosov nimajo urejenih. V veliki meri pa vseeno na njihovo razpoloženje vpliva šolski uspeh. Podobno kot odnosi v družini tudi boljši šolski uspeh pozitivno vpliva na razpoloženje, slabši šolski uspeh pa negativno. Če bi se uredili odnosi v družinah dijakov, bi bilo njihovo razpoloženje boljše.

Četrto hipotezo, ki pravi, da so dijaki 4. letnika vseh treh programov GCC med šolskim letom slabše razpoloženi kot dijaki nižjih letnikov, smo na podlagi rezultatov, pridobljenih iz petega vprašanja anketnega vprašalnika ovrgle. Največ dijakov in dijakinj 4. letnika GCC je za odgovor na 5. vprašanje iz anketnega vprašalnika za prevladujoče razpoloženjsko stanje med šolskim letom izbralo dobro voljo, to je 42,3 % vseh anketirancev, ki obiskujejo 4. letnik GCC. 21,2 % dijakov je izbralo nejevoljo, potrtoost le 1,9 %, tesnoba in odgovor drugo pa 17,3 %. Glede na to, da 4. letnik velja za napornejšega, saj se morajo dijaki poleg rednega pouka pripravljati na maturitetni izpit, smo pričakovale, da bo več dijakov 4. letnika slabše razpoloženih. Izkazalo se je, da to ne drži, saj je neprijetna razpoloženja, to so nejevolja, tesnoba in potrtoost, izbralo skupaj 40,4 % dijakov 4. letnika, kar pa je skoraj odstotek manj od dijakov, ki so za svoje prevladujoče razpoloženjsko stanje med letom izbrali dobro voljo. V primerjavi z dijaki nižjih letnikov so dijaki 4. letnika bolje razpoloženi kot dijaki tretjega in prvega letnika, najslabše so razpoloženi dijaki 3. letnika, najboljše pa dijaki 2. letnika. Vzrok za to bi bil, da so dijaki 4. letnika že bolje prilagojeni na gimnazijsko življenje in so se že bolje spoznali s potekom mature, zato so se nekaj tega stresa znebili, medtem ko dijaki 3. letnika še ne vedo toliko o tem in so pod večjim pritiskom, dijaki 1. letnika pa so šele prišli na srednjo šolo, so še neprilagojeni in jih je strah, kako se bodo vključili v okolico.

Peto hipotezo, ki pravi, da je razpoloženjsko stanje dijakov 2. letnika vseh treh programov GCC med šolskim letom v povprečju boljše kot razpoloženjsko stanje dijakov ostalih letnikov, smo glede na rezultate iz petega vprašanja anketnega vprašalnika potrdile. Že v interpretaciji pete hipoteze smo ugotovile, da so med letniki vseh treh programov GCC najboljše razpoloženi prav drugi letniki. Prvi možen odgovor pri petem vprašanju anketnega vprašalnika je za svoje prevladujoče razpoloženjsko stanje med šolskim letom izbralo kar 44,8 % dijakov drugega letnika. Takšen rezultat smo pričakovale, saj ti dijaki že bistveno navajeni tempa in truda, ki ga je potrebno vložiti, da dosežeš določen uspeh, ki si si ga zadal kot posameznik. Kljub temu da 2. letnik velja za najtežjega med vsemi, je večina dijakov sproščena,

saj se ocene 2. letnika še ne upoštevajo pri vpisu v študijske programe, poleg tega pa so že navajeni na gimnazijsko življenje ter hkrati še daleč od mature.

Šesto hipotezo, ki pravi, da so prevladujoča razpoloženska stanja dijakov vseh treh programov GCC med šolskim letom boljša kot prevladujoča razpoloženska stanja dijakinj vseh treh programov, smo na podlagi rezultatov petega vprašanja anketnega vprašalnika potrdile. Pri anketiranju je sodelovalo 40 dijakov in 198 dijakinj. Največ dijakov je za svoje prevladujoče razpoložensko stanje izbralo dobro voljo, to je 52,5 % dijakov vseh treh letnikov in programov GCC. Med dijakinjami je 39,5 % izbralo prvi možni odgovor, to je dobra volja; kar 47,5 % dijakinj skupaj pa je izbralo neprijetna razpoloženja (nejevolja, tesnoba in potrta). Nekaj izmed dijakinj in dijakov je izbralo tudi možnost drugo, kjer so navajali večinoma čustva, ki jih praviloma ne uvrščamo med razpoloženja. Predvidevale smo, da so dijaki GCC med šolskim letom bolje razpoloženi zaradi tega, ker se večina bolje spopada s stresom in morebitnimi padci v ocenah kot dijakinje. Dijaki so že med poukom nekoliko bolje razpoloženi in sproščeni, ker ne pustijo, da bi jim naporno gimnazijsko življenje prišlo do živega, poleg tega pa se večina ne ukvarja toliko z odličnim uspehom ampak se raje med poukom in v šoli zabavajo in se bolj množično priključujejo šolskim in obšolskim dejavnostim. Diakinje se velikokrat preveč vznemirjajo zaradi slabih ocen, testov in so posledično tudi slabše razpoložene kot dijaki.

Sedmo hipotezo, ki pravi, da so dijaki GCC, ki obiskujejo program predšolska vzgoja med šolskim letom bolje razpoloženi kot dijaki, ki obiskujejo programa splošna gimnazija in umetniška gimnazija, smo na podlagi rezultatov, pridobljenih iz petega vprašanja anketnega vprašalnika potrdile. Večina dijakov, ki obiskuje program predšolske vzgoje, je za svoj odgovor izbrala prvo možnost oziroma dobro voljo, to je 47,8 %. V primerjavi s programoma umetniška gimnazija in splošna gimnazija so dijaki, ki obiskujejo program predšolske vzgoje, bistveno bolje razpoloženi med šolskim letom. Ta rezultat smo predvidele, saj mislimo, da so dijaki, ki obiskujejo program predšolska vzgoja manj pod stresom v primerjavi z dijaki drugih programov, saj imajo več sproščenih in zabavnih ur, kar se tiče glasbe in plesa, poleg tega pa nimajo predmetov kot so fizika, biologija in kemija, ki marsikateremu dijaku splošne gimnazije in umetniške gimnazije povzročajo preglavice. Dijaki programa splošna gimnazija so po rezultatih iz tabele najslabše razpoloženi predvsem zaradi šolskega uspeha, poleg tega pa so pod velikim pritiskom profesorjev, staršev in tudi njih

samih, ker si nekateri zadajo previsoke cilje in imajo veliko težav pri doseganju le teh. Posledično so pod velikim stresom, depresivni in slabo razpoloženi. Razpoloženska stanja dijakov umetniške gimnazije nihajo med prijetnimi in neprijetnimi razpoloženji, odvisno od okoliščin. Dijaki, ki obiskujejo program umetniška gimnazija imajo zelo natrpane urnike, zaradi obsežnega števila strokovnih predmetov, zato morajo dolgo ostajati v šoli. Ure njihovega pouka so vseeno bolj zanimive kot pouk gimnazijcev, saj imajo več praktičnega dela in lahko tisto kar jih veseli delajo tudi v šoli.

Osmo hipotezo, ki pravi, da je večina dijakov vseh treh programov GCC najslabše razpoložena pred koncem prvega ocenjevalnega obdobja, smo na podlagi rezultatov, pridobljenih iz osmega vprašanja anketnega vprašalnika, lahko potrdile. Rezultate smo predstavile v tabeli 8. Največ dijakov in dijakinj je svoje razpoloženje pred koncem prvega ocenjevalnega obdobja ocenilo z oceno 3, torej je njihovo razpoloženje nekaj srednjega med najslabšim in najboljšim. Za oceno 1 – najslabše in 5 – najboljše se je odločilo manj dijakov. Večina dijakov in dijakinj pa je svoje razpoloženje po prvem ocenjevalnem obdobju ocenila z oceno 4, zato lahko torej hipotezo potrdimo, saj se večina dijakov po tem obdobju bolje počuti. Razlog za to je verjetno obdobje, ko se preneha pisati teste in prihajajoče počitnice, ki v vsakemu od nas vzbujajo prijetna čustva in občutke, ki vodijo do prijetnejšega razpoloženja, ker se razbremenijo šolskega dela in stresa. Še vedno pa je nekaj dijakov, čeprav zelo majhen delež, svoje razpoloženje po koncu prve konference ocenilo celo z nižjo oceno kot pred koncem. Razlogi za to so morda neuspešno opravljeni testi, dodatne obveznosti, veliko učenja in drugi.

Deveto hipotezo, ki pravi, da si večina dijakov GCC svoje razpoloženje izboljša s poslušanjem glasbe, smo glede na rezultate iz devetega vprašanja anketnega vprašalnika lahko potrdile. Rezultate smo predstavile v tabeli 7. Poslušanje glasbe je bil največkrat izbran odgovor, zelo blizu po rezultatih pa je tudi gledanje filmov in serij. Na vprašanje so lahko izbirali več odgovorov in pod možnost odgovora »drugo« so večinoma napisali, da si razpoloženje izboljšajo s pogovorom s prijateljem. Ugotovile smo, da glasba sprošča, ker pa poznamo toliko različnih zvrsti glasbe, gotovo vsak posameznik najde sebi ljubo, zato smo tudi predvidevale, da bo ta odgovor najpogostejši. Podoben učinek ima tudi gledanje filmov in serij, kjer vsak

najde nekaj zase. Kar nekaj dijakov in dijakinj pa je izbralo tudi spanje, po čemer sklepamo, da dijaki svoj prosti čas namenijo tudi počitku, za katerega včasih zaradi večje količine šolskega ali obšolskega dela zmanjka časa, oziroma je noč enostavno prekratka za kakovostno regeneracijo in delovanje vsakega posameznika. Glede na rezultate smo ugotovile, da si najmanj dijakov razpoloženje izboljša z jogo in meditacijo ter s kuhanjem. Morda zato, ker te dejavnosti tudi same po sebi zahtevajo nekaj znanja, ki omogoča pravilno izvajanje vadbe oziroma kuhanja.

Deseta hipoteza pravi, da bi se po mnenju dijakov GCC njihovo prevladujoče razpoloženjsko stanje izboljšalo, če bi imeli manj domačega šolskega dela. Za to hipotezo smo v anketnem vprašalniku zastavile deseto vprašanje odprtega tipa, pri katerem so dijaki in dijakinje napisali svoje mnenje. Dobile smo raznolike odgovore, nekaj odgovorov pa je bilo podobnih oziroma enakih. 10 % je bilo odgovorov, ki so si bili med seboj raznoliki oziroma različni od tistih, ki so se največkrat ponovili. Najpogostejše smo seštele in prikazale v tabeli 9. Mnenje, ki se je največkrat pojavljalo, tudi potrdi našo hipotezo, saj največ dijakov in dijakinj meni, da bi se prevladujoče razpoloženjsko stanje na GCC izboljšalo, če bi profesorji dijakom zmanjšali količino domačega šolskega dela. Za dijaka, ki se ukvarja še s kakšnim športom, verjetno pogosto zmanjka časa ali pa je v stiski s časom, ki ga lahko nameni opravljanju domačih nalog in ostalemu domačemu šolskemu delu. Mnenje oziroma odgovor, ki se je tudi pogostokrat pojavljal, je ta, da bi k boljšemu prevladujočemu razpoloženju pripomoglo tudi napovedano ustno ocenjevanje znanja za vse dijake, ne le za dijake s statusom. Ker ima večina dijakov najmanj pet različnih predmetov dnevno, se je res težko pripraviti in se sproti učiti za vsakega od njih. Med drugim so se pojavljala tudi mnenja dijakov, ki ne bi želeli spremeniti ničesar oziroma ne vedo, kaj bi spremenili. Nekaj jih je zapisalo, da bi imeli glasbo med odmori, daljšo malico, čim manj predur, manj testov, bolj razgiban oziroma sproščen urnik, kar bi najverjetneje pozitivno vplivalo nanje, saj bi tako svoje misli preusmerili od pozornega sledenja pri pouku in se tako sprostili.

7. SKLEPI

7.1 Kritika naloge

Pri raziskovalnem delu smo naleteli na nekaj težav. Prevladujoča razpoloženska stanja posameznikov so res odvisna od mnogo dejavnikov, zato smo se pri anketnem vprašalniku trudile, da bi naštele čim več možnih odgovorov. Na koncu smo zadevo olajšale z možnostjo izbire »drugo« med možnimi odgovori, kjer so dijaki in dijakinje lahko zapisali svoj odgovor, če ga niso našli med naštetimi.

Deseto vprašanje pri anketnem vprašalniku je bilo odprtega tipa, zato smo te podatke težje obdelale in sprva nismo vedele, kako bi jih upodobile v tabeli. Nato smo se odločile, da bomo vse rešene ankete pregledale in preštele odgovore, ki so se največkrat ponovili. Na koncu smo izbrale deset odgovorov, ki so se ponovili največkrat, ostale, ki so se pojavili skoraj samo enkrat, pa smo združile pod »drugo«. Sprva smo imele težave z organizacijo in razdelitvijo dela, saj smo se raziskovalne naloge lotile tri dijakinje. To, da smo sošolke ter da živimo razmeroma blizu, nam je zadevo nekoliko olajšalo; lahko smo se srečale in skupaj naredile večino dela.

7.2 Uporabna vrednost naloge

Podatke iz raziskovalne naloge bi lahko uporabili šolski psihologi, saj navajamo, kaj najbolj vpliva na prevladujoča razpoloženska stanja dijakov in dijakinj, pa tudi vseh ostalih šolarjev. Ugotovili bi, da njihove obšolske dejavnosti, odnosi v družini, odnosi s prijatelji, pa tudi s profesorji, šolski urnik in še mnogi drugi dejavniki, izrazito vplivajo na njihovo razpoloženje in razpoložensko stanje med šolskim letom, saj se večina med poletnimi počitnicami, ko so prosti vseh šolskih obveznosti, počuti bolje. Pomagali bi jim lahko tako, da bi podatke s svojim strokovnim znanjem ustrezno predstavili profesorjem in vsem, ki bi utegnili kakšno stvar spremeniti na bolje ter s tem izboljšati razpoloženja dijakov. Morda bi nekateri profesorji res kaj spremenili,

na primer zmanjšali količino domačega šolskega dela, uvedli napovedano spraševanje za vse dijake, predvsem pa razumeli, da je dijakovo razpoloženje odvisno tudi od odnosov s starši ter njihovih pričakovanj, odnosov s prijatelji in z drugimi, zaradi česar so lahko včasih slabše razpoloženi.

7.3 Nova vprašanja

Po končani raziskovalni nalogi so se nam porajala vprašanja, za katera smo kasneje ugotovile, da bi jih lahko vključile v anketni vprašalnik, a se jih ob njegovem nastajanju nismo domislile. Zdaj se sprašujemo, ali se dijaki in dijakinje zavedajo, kako so razpoloženi njihovi sovrstniki in kakšno je dejansko stanje. Pojavilo se nam je tudi novo vprašanje, kaj si o vsem tem mislijo profesorji; njih nismo anketirale, saj je bila raziskava osredotočena izključno na dijake. Koristno se nam zdi, da bi spoznale pogled profesorjev na prevladujoča razpoloženjska stanja ter kaj bi bili pripravljeni spremeniti, da bi se izboljšala. Želele bi še ugotoviti, če dijake zelo moti slabše razpoloženje med šolskim letom in če jim predstavlja kakšne večje težave, npr. če zaradi tega zapadejo v depresijo.

8. VIRI IN PRILOGE

8.1 Viri

Gašperlin, I. (2018). Čutim, torej sem. Kranj: GI svetovanje.

Kompare, A., idr. (2009). Uvod v psihologijo: Učbenik za psihologijo v 2. letniku gimnazijskega in srednje tehniškega oz. strokovnega izobraževanja. Ljubljana: DZS. ISBN 978-961-02-0108-3.

Lamovec, T. (1991). Emocije. Ljubljana: Univerza v Ljubljani - Filozofska fakulteta oddelek za psihologijo.

8. 2 Priloge

ANKETA

Smo Tina Sinkovič, Anamarija Zore in Patricija Knez, dijakinje 3. c - razreda in v raziskovalni nalogi s področja psihologije raziskujemo prevladujoča razpoloženska stanja dijakov GCC ter vzroke zanje. Prosimo vas, da anketni vprašalnik izpolnite pravilno, resno in odgovorno, saj nam bo le tako uspelo pridobiti prave rezultate.

Razpoloženja so šibka in dolgotrajna čustva, ki trajajo od nekaj ur do več dni. Razvijejo se postopno kot sled določenega čustva ali situacije, zato se pogosto ne zavedamo, kaj je vplivalo na njihov nastanek.

1. Spol: moški ženski

2. Letnik: 1. 2. 3. 4.

3. Izobraževalni program:

- a) splošna gimnazija
- b) umetniška gimnazija – likovna smer
- c) predšolska vzgoja

4. Kateri od naštetih dejavnikov najbolj vplivajo na vaše razpoloženje? (Izberite največ tri.)

- a) odnosi v družini
- b) šolski uspeh
- c) šolski urnik
- č) odnosi v razredu
- d) obšolske dejavnosti

- e) profesorji
- f) pričakovanja staršev
- g) drugo: _____

5. Kakšno je vaše prevladujoče razpoloženjsko stanje med šolskim letom?

- a) dobra volja
- b) nejevolja
- c) potrto
- č) tesnoba
- d) drugo: _____

6. Kakšno je vaše prevladujoče razpoloženjsko stanje med poletnimi počitnicami?

- a) dobra volja
- b) nejevolja
- c) potrto
- č) tesnoba
- d) drugo: _____

7. Ste med poletnimi počitnicami bolj razpoloženi kot v času pouka?

- a) da
- b) ne
- c) ni razlike

8. Ocenite svoje razpoloženje od 1 do 5 (1 – najslabše, 5 – najboljše, obkrožite številko):

a) pred koncem prvega ocenjevalnega obdobja: 1 2 3 4 5

b) po koncu prvega ocenjevalnega obdobja: 1 2 3 4 5

9. Na kakšen način izboljšate svoje razpoloženje, kadar je slabo? (Možnih je več odgovorov.)

a) poslušanje glasbe

b) spanje

c) šport

č) kopel

d) joga, meditiranje

e) kuhanje

f) branje literature

g) umetniško ustvarjanje (pisanje pesmi, risanje, ...)

h) gledanje filmov, serij

i) drugo: _____

10. Kaj bi po vašem mnenju lahko spremenili/izboljšali na GCC, da bi se izboljšalo prevladujoče razpoloženjsko stanje dijakov?

Zahvaljujemo se vam za sodelovanje.

IZJAVA

Mentorica prof. Nives Laul, uni. dipl. psi, v skladu z 2. in 17. členom Pravilnika raziskovalne dejavnosti »Mladi za Celje« Mestne občine Celje, zagotavljam/mo, da je v raziskovalni nalogi z naslovom PREVLADUJOČA RAZPOLOŽENJSKA STANJA DIJAKOV GCC IN VZROKI ZANJE, katere avtorice so Tina Sinkovič, Anamarija Zore, Patricija Knez:

- 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 knjižničnih portalih z navedbo, da je raziskovalna naloga 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 razpisni pogoji projekta Mladi za Celje

Celje, 5. 3. 2018

Žig šole

Podpis mentorja/ice/jev:

Nives Laul, uni. dipl. psi

Podpis odgovorne osebe:

Gregor Deleja, prof.