

Učenje življenjskih veščin za obvladovanje življenja



Življenjske veščine v izobraževanju niso izrecno obravnavane. Mladi, ki ne znajo dobro ravnati s čustvi, sprejemati odločitev, učinkovito komunicirati in biti empatični do drugih, tvegajo, da ne bodo uspešni pri izobraževanju, delu in odnosih. Cilj projekta Ustvarjalno učenje za življenje je usposobiti učitelje v poklicnem izobraževanju za ustvarjalno poučevanje življenjskih veščin.

Avtorica: Susan de Boer

Trenerji in učitelji sodelujejo pri oblikovanju in izvajanju programa Življenjske veščine v prostorih svetovalne agencije Forbusiness Lifeskills, Maurizia Chiappe. Maurizio Chiappa je moški z brado in modro srajco, Birgit Grimbergen ima zelen šal in sončna očala v laseh, Guus van Beek stoji na sredini in ima modro srajco ter rjave čevlje, Henrie Mastwijk pa stoji zadaj na sredini v modri vetrovki.

»Naši učenci se morajo veliko ukvarjati z veščinami, ki jim bodo pomagale pri obvladovanju življenjskih izzivov«, pravi Birgit Grimbergen, višja strokovna delavka na REA College in vodja projekta Ustvarjalno učenje za življenje (CL4L). REA College se predvsem osredotoča na mlade, ki zaradi različnih motenj, npr. motenj v avtističnem spektru, potrebujejo dodatno podporo pri zaključevanju poklicnega izobraževanja.

»Ne gre samo za znanje, ampak tudi za to, kaj čutiš v svojem telesu in srcu«.

Birgit Grimbergen meni, da šole ne zagotavljajo dovolj orodij za obvladovanje čustev ali sprejemanje odločitev. »Pri usposabljanju jih učimo, kako biti dober uslužbenec ali državljan. Na REA College učimo življenjske veščine, vendar s ciljem, da bi naši učenci dobili službo. Delo vidimo kot vrata do srečnega življenja, vendar bi radi v prihodnosti pogledali širše«.

Osebni razvoj

Guus van Beek, vodja projekta Ustvarjalno učenje za življenje, dodaja:

»Cilj tega projekta je naučiti učitelje, kako učence bolje pripraviti na življenje. To vključuje tudi osebni razvoj. Tako imenovane mehke veščine, kot sta komunikacija in obvladovanje čustev, imajo pomembno vlogo tako v poklicnem kot zasebnem življenju«. Teh življenjskih spretnosti ne moremo poučevati teoretično. Guus van Beek: »Eden od vzrokov za osip v srednjih šolah je, da učitelji na številnih šolah poučujejo tradicionalno. Z ustvarjalnim učenjem za življenje želimo izobraževanje narediti privlačnejše. Koncept ustvarjalnega učenja kaže, da ne gre le za znanje, temveč tudi za to, kar čutiš v svojem telesu in srcu«. To je bistvena sprememba v primerjavi s sedanjo didaktiko. »Na primer reševanje sporov v družini. To je mogoče obravnavati z igro vlog, v kateri udeleženci razjasnijo situacijo ali izrazijo čustva. Učitelji se naučijo, kako delati z udeleženci«. Gre za ravnovesje, pravi Maurizio Chiappa, italijanski partner v projektu Ustvarjalno učenje za življenje. »Učenje življenjskih veščin pomeni učenje prilagoditvenih spretnosti. Življenje se spreminja in pomembno se je naučiti, kako se prilagoditi (nenehno spreminjajočemu se) sodobnemu svetu«.

Ingrado kot podpornik projekta Ustvarjalno učenje za življenje

Ingrado sodeluje pri projektu Ustvarjalno učenje za življenje zato, ker bo usposabljanje na področju življenjskih veščin pomagalo preprečiti osip v šoli, pravi Henrie Mastwijk. V organizaciji Ingrado je vodja projekta za vključujoče izobraževanje, mlade in delo. »Program podpiramo kot center znanja, na primer z zagotavljanjem povratnih informacij o rezultatih projekta. Prav tako želimo našim trenerjem omogočiti usposabljanja o življenjskih veščinah, da bodo lahko na to temo usposabljali mlade. Od programa veliko pričakujemo. Ustvarjalno poučevanje je nov način poučevanja življenjskih veščin«. Henrie Mastwijk pravi, da bo program najverjetneje na voljo šele čez nekaj časa. Z dobro premišljenim programom lahko zagotovimo, da učenci pridobijo ustrezno znanje in spretnosti, ki jim bodo omogočili, da bodo uspešni na različnih področjih svojega življenja. Za skrbno pripravo tega programa je potreben čas.



Vse se spreminja

Raziskava iz marca 2023 kaže, da ima na Nizozemskem veliko mladih težave na področju duševnega zdravja. Skoraj polovica mladih doživlja stres, večinoma zaradi kombinacije delovnega pritiska in mnenj, ki jih imajo drugi o njih. 45 odstotkov se jih počuti osamljenih, 14 odstotkov pa se jih bori z mislimi o samomoru. Skrbijo jih tudi stanovanjska, inflacijska in podnebna kriza. V Italiji je situacija podobna. Maurizio Chiappa: »Podoba prihodnosti se je spremenila. Mnogi mladi ne želijo vlagati v prihodnost, cinični so glede razmer v svetu.« Prav zato so življenjske veščine pomembne. »Treninje življenjskih veščin so bili najprej razviti na klinikah, ki se ukvarjajo z odvisnostmi, kjer je v ospredju ideja: če se lahko bolje spopadate z življenjem, se lahko bolje spopadate s svojo odvisnostjo. To velja širše za vse življenjske izzive.«

»Program bo zagotovo pomagal v boju proti osipništvu v šoli«.

Guus van Beek: »Ta mračni pogled na prihodnost se je začel z gospodarsko krizo. V Italiji, Španiji in Grčiji je bila visoka stopnja brezposelnosti, četrtnina mladih ni imela zaposlitvene perspektive. To ustvarja napetost. Zagotovo to velja za mlade s posebnimi potrebami, fizičnimi ali duševnimi. Primanjkuje socialne vključenosti. Želimo, da tudi ti mladi živijo smiselno življenje.«

V Italiji ni posebnih šol ali zavodov za mlade z oviranostmi. »Posledično se otroci s posebnimi potrebami v razredu pogosto počutijo osamljene«, pravi Chiappa. »Prilagojenega programa ni. Koncept življenjskih veščin želi učitelje naučiti vključujočega pogleda, tako da lahko naredijo svoje ure bolj prilagodljive, čutijo več empatije in se bolj ozirajo na čustva. To presega znanje o življenjskih veščinah, to moraš tudi živeti.«

Prilagojeno učenje

Projekt je sestavljen iz več faz. Na Nizozemskem in v Italiji so bila izvedena srečanja, kjer so se učitelji in trenerji seznanili s projektom, drugo srečanje bo jeseni v Estoniji.

Iz Nizozemske sodelujeta učitelj in trener iz REA College. Iz Italije, Estonije in Slovenije sodelujejo po štirje učitelji iz partnerskih šol. Birgit Grimbergen: »Aprila 2024 se bo začelo usposabljanje za učitelje z igralci, pevci, plesalci, slikarji. Med usposabljanjem se bodo udeleženci učili, kateri pristop ustreza življenjskim veščinam, ki jih želimo učiti, in našim udeležencem. Učitelji bodo pridobili izkušnje in jih uporabili pri poučevanju. Leta 2025 bomo rezultate projekta predstavili tako mednarodno kot na Nizozemskem.« Ob zaključku projekta bo pripravljen nabor modulov, ki jih bodo učitelji lahko uporabljali za poučevanje življenjskih veščin. Guus van Beek: »Poleg tega pripravljamo orodje z vprašanji in odgovori, s katerim lahko ugotovite, kaj potrebujejo vaši učenci. Če učenci na primer navedejo, da zelo trpijo zaradi stresa, lahko izberete vaje, ki se ukvarjajo z obvladovanjem stresa. Tako lahko zagotovite prilagojeno učenje življenjskih veščin.«

Celotna družba

Učenci v REA College v Nijmegenu bodo imeli koristi od rezultatov projekta že naslednje leto, ko bodo sodelujoči učitelji to, kar so se naučili, uporabili v praksi. Druge lokacije REA College bodo sledile leta 2025, nato pa bodo moduli in orodja razširjeni po vsej državi. Birgit Grimbergen pričakuje, da bo program zagotovo pomagal v boju proti osipu. »Če se lahko spoprimeš z življenjem, ni tako verjetno, da boš opustil šolanje. Če tvoj oče ali mati zbolijo ali se zgodi kaj drugega, kar obrne tvoje življenje na glavo, se lahko, zahvaljujoč življenjskim veščinam, s tem lažje spopadeš.« Maurizio Chiappa vidi tudi vlogo družbe: »V italijanskem časopisu je bilo

poročilo o študiji, ki jo je izvedlo Ministrstvo za mladinske zadeve. Jasno je pokazalo, da problem ni v tem, da mladi ne znajo komunicirati, ampak da jih odrasli ne razumejo. 45 odstotkov mladih pravi: »Naši učitelji nas ne razumejo«. Zato se morajo spremeniti ne le učenci, ampak celotna družba.«

Ustvarjalno učenje za življenje

Projekt Ustvarjalno učenje za življenje CL4L je sofinanciran iz evropskega programa Erasmus+.

Namen projekta je poučevanje desetih življenjskih veščin, za katere je Svetovna zdravstvena organizacija WHO ugotovila, da jih vsakdo potrebuje za učinkovito spoprijemanje z življenjskimi izzivi. Učenje veščin poteka na ustvarjalni način. V projektu poleg izobraževalcev in strokovnjakov sodelujejo igralci, slikarji, plesalci, glasbeniki in drugi z ustvarjalnimi poklici. Erasmus+ je namenjen spodbujanju kakovosti in ustreznosti izobraževanja in usposabljanja v Evropi, krepitvi medkulturnega razumevanja, spodbujanju mobilnosti študentov in osebja ter spodbujanju inovacij in dobrih praks v izobraževanju. V projekt Ustvarjalno učenje za življenje so poleg Nizozemske vključene še Italija, Slovenija in Estonija.

Življenjske veščine

Po navedbah Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) so življenjske veščine »veščine za prilagodljivo in pozitivno vedenje, ki posameznikom omogočajo učinkovito spoprijemanje z zahtevami in izzivi vsakdanjega življenja«. Z drugimi besedami, gre za psihosocialne spretnosti za ohranjanje duševnega blagostanja in izkazovanje tega s konstruktivnim vedenjem v interakcijah z drugimi ter znotraj svoje kulture in okolja. WHO opredeljuje 10 veščin, ki so razdeljene na tri področja.

1. Kognitivno: odločanje, reševanje problemov, kritično razmišljanje, ustvarjalno razmišljanje.
2. Čustveno: samozavedanje, obvladovanje čustev, soočanje s stresom.
3. Socialno: učinkovita komunikacija, medosebni odnosi, empatija.