



INTERDISCIPLINARNA STROKOVNA REVIVA
SOCIOLOŠKA SPOZNANJA

ZALOŽNIK

Bojan Macuh
Žolgarjeva 19
SI-2000 Maribor
Mail: bojan.macuh@guest.arnes.si
GSM: +386 41 526 206

GLAVNI UREDNIK

doc. dr. Bojan Macuh

ODGOVORNI UREDNIK

zasl. prof. ddr. Matjaž Mulej

UREDNIŠKI ODBOR

zasl. prof. ddr. Matjaž Mulej, Slovenija
prof. dr. Marjana Merkač, Slovenija
prof. dr. Andrej Raspor, Slovenija
prof. dr. Duško Vejnović, Bosna in Hercegovina
dr. Leonida Zalokar, Slovenija
prof. dr. Darko Lacmanović, Črna Gora
doc. dr. Bojan Macuh, Slovenija
dr. Darija Cvikel, Slovenija

JEZIKOVNI PREGLED

Avtorji prispevkov so osebno poskrbeli za
lektorski pregled. Za ustreznost le-tega
odgovarjajao sami.
Enako velja za ustreznost navajanja virov.

LETO

2026

LETNIK 3, ŠT. 9

FOTOGRAFIJA

www.canva.com

ARHIV IZDANIH REVIJ

Letnik 3, št. 8., 2026 Letnik 3, št. 7., 2026
Letnik 3, št. 6., 2026 Letnik 2, št. 5., 2025
Letnik 2, št. 4., 2025 Letnik 2, št. 3., 2025
Letnik 1, št. 2., 2024 Letnik 1, št. 1., 2024

Mednarodna standardna serijska številka:
ISSN 3023-9958

PODROČJE IN OPIS REVIVJE

Revija Sociološka spoznanja je strokovna
interdisciplinarna revija, ki objavlja
prispevke s področja sociologije,
ekonomije, socialnega dela, socialne
gerontologije in vzgoje in izobraževanja.

Revija je namenjena sociologom,
socialnim gerontologom, socialnim
delavcem, učiteljem in vzgojiteljem, kakor
tudi ekonomistom, ki želijo svoje
strokovne rešitve, izkušnje in dobre
prakse predstaviti v Socioloških
spoznanjih.

Cilj strokovne interdisciplinarne revije je,
da zadosti čim večjemu številu
zainteresiranih bralcev, ki se bodo morda
odločili za objavo v njej.

POGOSTOST IZHAJANJA

Revija izhaja enkrat do dvakrat letno.

POLITIKA PROSTEGA DOSTOPA

Interdisciplinarna revija omogoča odprt
dostop do strokovnih vsebin, ki temeljijo
na načelu strokovnih in tudi znanstvenih
spoznanj.

VABILO K OBJAVI PRISPEVKOV

Vabimo vas, da svoje prispevke objavite v
strokovni reviji Sociološka spoznanja.
Vsebina ni omejena zgolj na navedene
tematske sklope, ampak bomo z veseljem
prisluhnili vašim predlogom.

Naša želja je objavljanje prispevkov, ki
obravnavajo nove in aktualne teme ter
predstavljajo dosežke v stroki ter njihovo
uporabno vrednost v praksi.

Prispevek oblikujte skladno z navodili za
avtorje na za to pripravljeni predlogi.

- **INFORMACIJE AVTORJEM ČLANKA**
- **PREDLOGA ZA PISANJE ČLANKA**

Končni prispevek pošljite na naslov
bojan.macuh@guest.arnes.si

Nagovor glavnega urednika

doc. dr. mag. Bojan Macuh



Spoštovane bralke, spoštovani bralci,

pred vami je nova številka revije *Sociološka spoznanja*, ki tudi tokrat odpira vprašanja, s katerimi se sodobna družba ne more več izogniti soočenju. Tokrat prinaša vsebinsko raznolike prispevke, ki jih povezuje skupna značilnost – človeka obravnavajo v njegovem širšem družbenem, ekonomskem, izobraževalnem in življenjskem okolju. Takšna interdisciplinarnost je danes pomembnejša kot kdaj prej. Družbenih pojavov namreč ni mogoče več razumeti znotraj meja posamezne znanstvene ali strokovne discipline.

Posebej pomembno je vprašanje duševnega zdravja in človekove ranljivosti. Prispevek o globalnih trendih samomorilnosti opozarja, da gre za kompleksen javnozdravstveni in družbeni pojav, pri katerem se prepletajo osebni, socialni, ekonomski in okoljski dejavniki. Ugotovitve hkrati potrjujejo, da učinkovita preventiva zahteva povezovanje zdravstvenega, socialnega, izobraževalnega in skupnostnega okolja. S tem vprašanjem je na svoj način povezana tudi obravnava duhovnosti in kakovosti staranja. Staranje prebivalstva postaja ena ključnih značilnosti sodobnih družb, zato celostna obravnava starejšega človeka ne more ostati omejena zgolj na zdravstvene in materialne potrebe. Dostojanstvo, odnosi, pripadnost, smisel in možnost izražanja osebnih vrednot so pomembni sestavni deli kakovostnega življenja tudi v poznejših življenjskih obdobjih.

Poseben izziv našega časa predstavlja umetna inteligenca. Njena vse hitrejša vključitev v izobraževanje, delo in vsakdanje življenje odpira številne možnosti, hkrati pa zahteva odgovoren odnos do kritičnega mišljenja, ustvarjalnosti in človekove avtonomije. Vprašanje zato ni več, ali bomo umetno inteligenco uporabljali, temveč kako jo bomo uporabljali tako, da bo podpirala človeka in ne nadomeščala njegovih temeljnih kognitivnih in ustvarjalnih zmožnosti.

Tudi ekonomska vprašanja imajo izrazito socialno razsežnost. Analiza gibanja cen naftnih derivatov v Sloveniji tako ne obravnava zgolj energetskega trga, temveč odpira vprašanje kupne moči prebivalstva, vpliva globalnih gospodarskih gibanj ter vloge države in tržnih mehanizmov. Prav povezovanje ekonomskih kazalnikov z vsakdanjim življenjem ljudi daje takšnim raziskavam širši družbeni pomen.

V številki pomembno mesto zavzemajo tudi vprašanja, da šola danes ni več samo prostor pridobivanja znanja. Je prostor oblikovanja odnosov, vrednot, odgovornosti in socialnih kompetenc. Zato moramo tudi pojave nasilja, motivacije, ustvarjalnosti in poučevanja obravnavati širše – kot vprašanja družbe, v kateri bodo današnji otroci in mladi živeli jutri.

Prav v tem vidim tudi temeljno poslanstvo *Socioloških spoznanj*: povezovati raziskovalno in strokovno delo ter ga približati tistim, ki ga lahko uporabijo v praksi.

Revija je interdisciplinarno zasnovana in namenjena sociologom, socialnim delavcem, gerontologom, učiteljem, vzgojiteljem, ekonomistom in drugim strokovnjakom, ki želijo svoja spoznanja in dobre prakse deliti s širšo strokovno javnostjo. Tokrat je pritegnila kar nekaj novih avtrojev, kar spodbudno nakazuje, da smo na pravi poti ter da kakovostna strokovna razprava ni sama sebi namen. Njena prava vrednost se pokaže takrat, ko spodbuja vprašanja, odpira nove poglede in prispeva k boljšemu razumevanju človeka in družbe. V času hitrih tehnoloških, demografskih, ekonomskih in vrednotnih sprememb potrebujemo več strokovnega dialoga, več kritičnega mišljenja in predvsem več pripravljenosti poslušati različne poglede.

Naj bo zato tudi ta številka *Socioloških spoznanj* spodbuda k razmišljanju, strokovni razpravi in nadaljnjemu raziskovanju.

Želim vam prijetno in vsebinsko bogato branje.

KAZALO VSEBINE

Andrej Raspor, Bojan Macuh
SAMOMORILNOST PO SVETU: GLOBALNI TRENDI, DEJAVNIKI TVEGANJA
IN STRATEGIJE PREPREČEVANJA
■ stran 6

Bojan Macuh
DUHOVNA OSKRBA STAROSTNIKOV V DOMAČEM IN
INSTITUCIONALNEM OKOLJU: POMEN DUHOVNOSTI ZA KAKOVOSTNO
STARANJE IN CELOSTNO OBRAVNAVO STAREJŠIH OSEB
■ stran 15

Liza Kogovšek
STRES JE STALNICA SODOBNEGA ŽIVLJENJA
■ stran 23

Mirjana Ivanuša-Bezjak
KAKO UMETNA INTELIGENCA VPLIVA NA KRITIČNO RAZMIŠLJANJE,
KREATIVNOST IN USTVARJALNOST SLOVENSКИH ŠTUDENTOV
■ stran 29

Andrej Raspor, Drago Papler
GIBANJE CEN NAFTNIH DERIVATOV V SLOVENIJI IN NJIHOV VPLIV NA
KUPNO MOČ PREBIVALSTVA
■ stran 36

Bojan Macuh
MEDVRSTNIŠKO NASILJE V VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNIH ZAVODIH:
PRIMERJALNA ANALIZA SODOBNIH SLOVENSКИH IN MEDNARODNIH
RAZISKOVALNIH UGOTOVITEV
■ stran 44

Ajša Katančič, Špela Pučko
ODNOS MED MOTIVACIJO IN UČNO USPEŠNOSTJO ŠTUDENTOV
AKADEMIJE ZA GLASBO PRI PREDMETU SOLFEGGIO
■ stran 54

Ana Rotovnik Omerzu
POUČEVANJE PROTISLOVNIH VSEBIN PRI POUKU SOCIOLOGIJE
■ stran 62

prof. dr. Andrej Raspor

FKPV Celje, Slovenija
andrej.raspor@t-2.si

doc. dr. Bojan Macuh

FKPV, Celje, Slovenija
bojan.macuh@guest.arnes.si

SAMOMORILNOST PO SVETU: GLOBALNI TRENDI, DEJAVNIKI TVEGANJA IN STRATEGIJE PREPREČEVANJA

Povzetek: Samomor ostaja pomemben javnozdravstveni problem in eden vodilnih vzrokov prezgodnje umrljivosti po svetu. Namen prispevka je predstaviti globalne vzorce samomorilnosti, najpomembnejše dejavnike tveganja ter učinkovite strategije preprečevanja. Pregled raziskav kaže, da se je globalna stopnja samomorilnosti v zadnjih desetletjih zmanjšala, vendar absolutno število smrti ostaja visoko. Med regijami, spoloma in starostnimi skupinami obstajajo pomembne razlike, pri čemer so posebej ranljivi moški, mladostniki, starejši odrasli ter osebe z duševnimi motnjami. Med najpomembnejšimi dejavniki tveganja izstopajo pretekli poskusi samomora, duševne motnje, socialna izolacija in ekonomske stiske. Raziskave potrjujejo, da lahko omejevanje dostopa do smrtonosnih sredstev, krepitev storitev duševnega zdravja, preventivni programi v skupnosti ter odgovorno medijsko poročanje pomembno prispevajo k zmanjševanju samomorilnosti. Prispevek poudarja potrebo po nadaljnjem razvoju preventivnih ukrepov in izboljšanju kakovosti globalnih podatkov o samomorilnosti.

Ključne besede: samomorilnost, samomor, duševno zdravje, dejavniki tveganja, preprečevanje samomora, javno zdravje, globalni trendi.

UVOD

Samomor predstavlja enega najresnejših javnozdravstvenih in družbenih problemov sodobnega sveta. Kljub pomembnemu napredku na področju duševnega zdravja in razvoju preventivnih programov vsako leto zaradi samomora umre več sto tisoč ljudi, posledice pa segajo daleč preko posameznika ter vplivajo na družine, lokalne skupnosti in zdravstvene sisteme. Svetovna zdravstvena organizacija ocenjuje, da je leta 2021 zaradi samomora umrlo približno 727.000 ljudi, zaradi česar samomor ostaja eden vodilnih vzrokov prezgodnje umrljivosti po svetu (World Health Organization [WHO], 2025).

Samomorilnost je kompleksen pojav, ki ga ni mogoče pojasniti z enim samim dejavnikom. Na njen nastanek vplivajo biološki, psihološki, socialni, ekonomski, kulturni in okoljski dejavniki, katerih medsebojno prepletanje se razlikuje med posamezniki, starostnimi skupinami in državami. Čeprav globalni podatki kažejo dolgoročno zmanjševanje starostno standardiziranih stopenj samomorilnosti, ostajajo razlike med regijami sveta velike, nekatere ranljive skupine pa še vedno beležijo zaskrbljujoče visoke stopnje tveganja (Weaver et al., 2025; Yip et al., 2021).

Posebno pozornost vzbujajo razlike med spoloma, starostnimi skupinami in družbenimi okolji. V številnih državah je samomorilnost bistveno višja med moškimi kot ženskami, medtem ko je samomor med mladimi eden vodilnih vzrokov smrti. Hkrati raziskave opozarjajo na povečano ranljivost oseb z duševnimi motnjami, posameznikov v socialno-ekonomskih stiskah ter prebivalcev okolij z omejenim dostopom do storitev duševnega zdravja (Favril et al., 2023; Turecki et al., 2019; Lovero et al., 2023).

Namen prispevka je predstaviti aktualno stanje samomorilnosti v svetu, pregledati geografske in demografske razlike, osvetliti najpomembnejše dejavnike tveganja ter prikazati znanstveno podprte pristope k preprečevanju samomora. Prispevek temelji na najnovejših mednarodnih epidemioloških raziskavah, podatkih Svetovne zdravstvene organizacije ter sistematičnih pregledih znanstvene literature.

RAZISKOVALNO VPRAŠANJE

Za bolj strokovno predstavitev sva si zastavila naslednje glavno raziskovalno vprašanje:

Kakšni so sodobni globalni vzorci samomorilnosti, kateri dejavniki tveganja najpomembneje vplivajo na pojav samomora ter katere preventivne strategije imajo največ dokazov o učinkovitosti pri zmanjševanju samomorilnosti?

in tri raziskovalna podvprašanja:

- 1 Kako se samomorilnost razlikuje med svetovnimi regijami, spoloma in starostnimi skupinami?
- 2 Kateri individualni, socialni in okoljski dejavniki so najtesneje povezani s povečanim tveganjem za samomor?
- 3 Katere preventivne intervencije so se v dosedanjih raziskavah izkazale za najbolj učinkovite pri zmanjševanju samomorilnosti?

OBSEG IN TRENDI SAMOMORILNOSTI NA SVETOVNI RAVNI

Samomor ostaja pomemben globalni javnozdravstveni problem. Po najnovejših ocenah Svetovne zdravstvene organizacije (WHO) je leta 2021 zaradi samomora umrlo približno 727.000 ljudi, kar pomeni skoraj 2.000 smrti dnevno oziroma eno smrt vsakih 43 sekund (World Health Organization [WHO], 2025).

Čeprav samomorilnost ostaja velik zdravstveni in družbeni izziv, dolgoročni podatki kažejo spodbuden trend. Globalna starostno standardizirana stopnja samomorilnosti se je od začetka devetdesetih let prejšnjega stoletja pomembno znižala. Po ocenah raziskave Global Burden of Disease se je med letoma 1990 in 2021 zmanjšala za približno 40 %, kar kaže na napredek na področju preventive, zgodnjega prepoznavanja duševnih stisk ter razvoja zdravstvenih sistemov (Naghavi, 2019; Weaver et al., 2025).

Pri interpretaciji trendov je pomembno razlikovati med stopnjo samomorilnosti in absolutnim številom smrti. Čeprav se tveganje za samomor na ravni populacije zmanjšuje, absolutno število smrti ostaja visoko zaradi rasti in staranja svetovnega prebivalstva. Analize kažejo, da se je med letoma 1990 in 2019 skupno število smrti zaradi samomora le rahlo spremenilo, medtem ko so se stopnje samomorilnosti opazno znižale. Ta navidezni paradoks odraža pomemben vpliv demografskih sprememb na globalno breme samomorilnosti (Yip et al., 2021).

Napredek pri zmanjševanju samomorilnosti ni enakomeren po vseh regijah sveta. Nekatere države in regije so v zadnjih desetletjih dosegle izrazito zmanjšanje stopenj samomora, medtem ko so drugod opazni počasnejši premiki ali celo začasna povečanja v posameznih starostnih skupinah. Raziskovalci zato opozarjajo, da globalni povprečni trendi pogosto prikrivajo pomembne regionalne, socialne in demografske razlike, ki zahtevajo prilagojene preventivne pristope (Ilic & Ilic, 2022; Weaver et al., 2025).

AKTUALNO STANJE SAMOMORILNOSTI V SVETU

Po najnovejših ocenah Svetovne zdravstvene organizacije je leta 2021 zaradi samomora umrlo približno 727.000 ljudi, kar pomeni skoraj 2.000 smrti dnevno oziroma eno smrt približno vsakih 43 sekund (World Health Organization [WHO], 2025). Kljub dolgoročnemu upadanju stopenj samomorilnosti samomor ostaja eden najpomembnejših vzrokov prezgodnje smrti po svetu in predstavlja pomemben javnozdravstveni izziv.

Globalni vzorci samomorilnosti kažejo izrazite razlike glede na geografsko območje, spol, starost in socialno-ekonomski položaj prebivalstva. Po podatkih WHO se približno 73 % vseh samomorov zgodi v državah z nizkimi in srednjimi dohodki, kjer so programi duševnega zdravja pogosto slabše razviti, dostop do strokovne pomoči pa omejen (WHO, 2025; Lovero et al., 2023).

Pomembna značilnost samomorilnosti je tudi izrazita razlika med spoloma. Globalna starostno standardizirana stopnja samomora pri moških znaša približno 12,3 na 100.000 prebivalcev, pri ženskah pa 5,6 na 100.000 prebivalcev. V številnih državah z visokimi dohodki je smrtnost zaradi samomora pri moških več kot trikrat višja kot pri ženskah (WHO, 2025; Weaver et al., 2025). Raziskovalci te razlike povezujejo z uporabo bolj smrtonosnih metod, družbenimi normami glede izražanja čustvene stiske ter manjšo verjetnostjo iskanja strokovne pomoči med moškimi (Turecki et al., 2019; Bachmann, 2018).

Samomor pomembno prizadene tudi mlajše starostne skupine. Po podatkih WHO predstavlja tretji najpogostejši vzrok smrti med mladimi, starimi od 15 do 29 let (WHO, 2025). Hkrati več kot polovica vseh samomorov po svetu nastopi pred 50. letom starosti. Kljub temu najvišje stopnje samomorilnosti še naprej beležijo starejše starostne skupine, predvsem moški nad 65 let, pri katerih pomembno vlogo igrajo osamljenost, kronične bolezni, izguba socialnih vlog in slabša socialna podpora (Weaver et al., 2025; Yip et al., 2021).

Trendi in zaskrbljujoče spremembe

Kljub pomembnemu znižanju globalne stopnje samomorilnosti v zadnjih dveh desetletjih raziskovalci opozarjajo, da se je napredek v številnih regijah sveta v zadnjih letih upočasnil. Analize kažejo, da ob trenutnem tempu zmanjševanja samomorilnosti več držav verjetno ne bo doseglo cilja trajnostnega razvoja Združenih narodov, ki predvideva zmanjšanje stopnje samomorov za tretjino do leta 2030 (World Health Organization [WHO], 2025; Arensman et al., 2020).

Posebno pozornost vzbuja samomorilnost med moškimi srednjih let. V številnih državah Evrope in Severne Amerike ostajajo moški med 45. in 64. letom starosti med najbolj ogroženimi skupinami. Raziskovalci to povezujejo z gospodarsko negotovostjo, socialno izolacijo, zlorabo alkohola in drugih psihoaktivnih snovi ter manjšo pripravljenostjo za iskanje strokovne pomoči ob duševnih stiskah (Bachmann, 2018; Turecki et al., 2019).

Dodaten razlog za zaskrbljenost predstavljajo trendi med mladimi. Čeprav se je skupna stopnja samomorilnosti v večini držav dolgoročno zmanjšala, novejša raziskave opozarjajo na porast samomorilnosti in samomorilnega vedenja pri nekaterih skupinah mladostnikov in mladih odraslih. Evropske analize kažejo, da je v posameznih državah opazen porast samomorilnosti med mladimi ženskami, medtem ko podatki iz ZDA kažejo povečanje duševnih stisk in samomorilnega vedenja pri mladostnikih ter pripadnikih nekaterih ranljivih družbenih skupin (Bertuccio et al., 2024; Centers for Disease Control and Prevention [CDC], 2025).

Pomemben izziv predstavlja tudi staranje prebivalstva. Med starejšimi odraslimi, predvsem moškimi nad 65 let, ostajajo stopnje samomorilnosti povišane. K temu prispevajo kronične bolezni, funkcionalna oviranost, osamljenost, socialna izključenost in izguba življenjskih vlog. Zaradi staranja prebivalstva v številnih državah strokovnjaki opozarjajo, da bo preprečevanje samomorov med starejšimi v prihodnjih desetletjih eden pomembnejših javnozdravstvenih izzivov (Weaver et al., 2025; Yip et al., 2021).

Samomor je v veliki meri preprečljiv pojav. Svetovna zdravstvena organizacija in drugi mednarodni strokovni organi poudarjajo pomen celovitih nacionalnih strategij preprečevanja samomora, ki združujejo zdravstvene, socialne, izobraževalne in skupnostne pristope (WHO, 2025; Arensman et al., 2020).

Med najučinkovitejšimi dokazi podprtimi ukrepi so omejevanje dostopa do smrtonosnih sredstev, zgodnje prepoznavanje duševnih stisk, izboljšanje dostopnosti psihološke in psihiatrične pomoči, odgovorno medijsko poročanje ter izvajanje preventivnih programov v šolah in lokalnih skupnostih. Raziskave dosledno kažejo, da kombinacija teh ukrepov pomembno prispeva k zmanjševanju samomorilnosti na populacijski ravni (Turecki et al., 2019; Wasserman et al., 2021; Sinyor et al., 2016).

GEOGRAFSKE RAZLIKE

Samomorilnost je po svetu izrazito neenakomerno porazdeljena in kaže velike razlike med regijami, državami ter družbeno-ekonomskimi okolji. Čeprav je globalna povprečna stopnja samomorilnosti v zadnjih desetletjih upadla, nekatere regije še vedno beležijo bistveno višje stopnje od svetovnega povprečja (Ilic & Ilic, 2022; Weaver et al., 2025).

Med območji z najvišjo samomorilnostjo ostaja vzhodna Evropa, kjer starostno standardizirane stopnje v številnih državah presegajo svetovno povprečje in dosegajo približno 19 do 20 samomorov na 100.000 prebivalcev. Visoka bremena samomorilnosti so v zadnjih letih zabeležili tudi v južni in osrednji podсахarski Afriki, kjer stopnje pogosto presegajo 15 samomorov na 100.000 prebivalcev (Weaver et al., 2025; Ilic & Ilic, 2022).

Povišane stopnje samomorilnosti so značilne tudi za nekatere azijske države, zlasti Južno Korejo in Japonsko, kjer na samomorilno vedenje vpliva preplet družbenih pritiskov, ekonomskih dejavnikov, staranja prebivalstva in kulturnih značilnosti. Podobno visoke stopnje beležijo tudi posamezne države v razvoju, kjer je dostop do storitev duševnega zdravja omejen, sistemi zgodnjega prepoznavanja stisk pa pogosto premalo razviti (Rotejanaprasert et al., 2025; Bachmann, 2018).

Na drugi strani so nižje stopnje samomorilnosti značilne za številne države južne Evrope, Latinske Amerike ter območja Bližnjega vzhoda in severne Afrike. Razloge za te razlike raziskovalci povezujejo s kulturnimi in verskimi dejavniki, močjo družinskih in socialnih mrež ter razlikami v načinu evidentiranja smrti zaradi samomora (Naghavi, 2019; Bachmann, 2018; Ilic & Ilic, 2022).

Poseben paradoks predstavljajo razlike med državami glede na raven gospodarskega razvoja. Čeprav so povprečne stopnje samomorilnosti pogosto nekoliko višje v državah z visokimi dohodki, se približno tri četrtine vseh smrti zaradi samomora zgodijo v državah z nizkimi in srednjimi dohodki. To je predvsem posledica večjega deleža svetovnega prebivalstva v teh državah, omejene dostopnosti storitev duševnega zdravja ter pomanjkljivih sistemov beleženja in spremljanja samomorov (Bachmann, 2018; Lovero et al., 2023; Arensman et al., 2020).

SPOL, STAROST IN POSEBEJ RANLJIVE SKUPINE

Samomorilnost je izrazito povezana s spolom. V večini držav sveta je smrtnost zaradi samomora pri moških dva- do štirikrat višja kot pri ženskah, čeprav se razmerja med posameznimi regijami razlikujejo (Naghavi, 2019; Ilic & Ilic, 2022; Weaver et al., 2025). Raziskovalci te razlike pojasnjujejo z več dejavniki, med drugim z izbiro bolj smrtonosnih metod, večjo izpostavljenostjo nekaterim dejavnikom tveganja ter družbenimi normami, ki moškim pogosto otežujejo izražanje psihične stiske in iskanje strokovne pomoči (Bachmann, 2018; Turecki et al., 2019).

Po drugi strani ženske pogosteje poročajo o samomorilnih mislih in izvedejo več poskusov samomora, vendar ti pogosteje ostanejo nedokončani. Ocenjuje se, da je število poskusov samomora večkrat večje od števila dokončanih samomorov, kar kaže na pomembno razliko med samomorilnim vedenjem in smrtnostjo zaradi samomora (Bachmann, 2018; Turecki et al., 2019; Favril et al., 2023).

Pomembno vlogo ima tudi starost. Med mladostniki in mladimi odraslimi je samomor eden vodilnih vzrokov smrti na svetovni ravni. Globalne analize ga uvrščajo med najpogostejše vzroke smrti v starostnem obdobju od 10 do 24 let, pri čemer so v nekaterih državah zaznali zaskrbljujoče naraščanje samomorilnosti med mladimi, zlasti med dekleti in mladimi ženskami (Arensman et al., 2020; Bertuccio et al., 2024; Kim et al., 2024). K povečani ranljivosti prispevajo duševne motnje, medvrstniško nasilje, socialna izolacija, spletno nadlegovanje ter različne oblike družbenih in razvojnih pritiskov (Kim et al., 2024).

Na drugi strani življenjskega obdobja so visoke stopnje samomorilnosti značilne tudi za starejše odrasle, predvsem moške nad 70 let. V številnih državah Evrope in Azije najvišje stopnje samomorilnosti beležijo prav v najstarejših starostnih skupinah. Med dejavniki, ki prispevajo k povečanemu tveganju, so kronične bolezni, funkcionalna omejenost, osamljenost, izguba partnerja ter zmanjšanje socialne vključenosti (Naghavi, 2019; Yip et al., 2021; Weaver et al., 2025).

Posebej ranljive skupine predstavljajo tudi osebe z duševnimi motnjami, posamezniki z nižjim socialno-ekonomskim položajem, pripadniki LGBT+ skupnosti, osebe, ki živijo s HIV, ter prebivalci okolij z omejenim dostopom do storitev duševnega zdravja. Pri teh skupinah se pogosto prepletajo socialni, zdravstveni in psihološki dejavniki tveganja, zaradi česar je verjetnost samomorilnega vedenja pomembno povečana (Lovero et al., 2023; Favril et al., 2023; Kim et al., 2024; Mudiyansele et al., 2024).

Poseben poudarek: mladostniki in mladi

Samomor predstavlja enega vodilnih vzrokov smrti med mladostniki in mladimi odraslimi po svetu. Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije je med osebami, starimi od 15 do 29 let, samomor med najpogostejšimi vzroki smrti, zaradi česar predstavlja pomemben javnozdravstveni problem v obdobju odraščanja in prehoda v odraslost (World Health Organization [WHO], 2025; Wasserman et al., 2021).

Čeprav so se stopnje samomorilnosti med mladimi v številnih državah v zadnjih desetletjih znižale, novejše raziskave opozarjajo na precejšnje regionalne razlike. Medtem ko nekatere države beležijo nadaljnje upadanje samomorilnosti med mladimi, so v drugih delih sveta, zlasti v Severni Ameriki, Južni Koreji ter nekaterih državah Evrope, zaznali stagnacijo ali ponovno naraščanje stopenj v določenih starostnih skupinah, predvsem med dekleti in mladimi ženskami (Bertuccio et al., 2024; Glenn et al., 2019; Kim et al., 2024).

Raziskave, ki so zajele mladostnike iz več kot 90 držav, kažejo, da so s samomorilnimi mislimi in poskusi samomora pomembno povezani medvrstniško nasilje (bullying), telesno nasilje, resne poškodbe, socialna izključenost ter pomanjkanje tesnih prijateljskih odnosov. Ti dejavniki lahko pomembno vplivajo na duševno zdravje mladostnikov, zlasti kadar se pojavljajo hkrati in trajajo daljše obdobje (Campisi et al., 2020).

Posebne izzive predstavljajo države z nizkimi in srednjimi dohodki, kjer imajo mladi pogosto več omejitev pri dostopu do strokovne pomoči, psihološkega svetovanja in storitev duševnega zdravja. Raziskave kažejo, da so samomorilne misli in samomorilno vedenje v teh okoljih pogosto podcenjeni in slabše prepoznani, kar dodatno otežuje učinkovito preventivno delovanje (Lovero et al., 2023; Renaud et al., 2022; Mudiyansele et al., 2024).

Pandemija COVID-19 je dodatno opozorila na pomen socialne povezanosti in duševnega zdravja mladih. Sistematični pregledi raziskav kažejo, da so bili med pandemijo s povečanim tveganjem za samomorilne misli in vedenje povezani predvsem socialna izolacija, depresivnost, anksioznost, družinski konflikti, finančna negotovost ter pomanjkanje socialne podpore. Čeprav dolgoročne posledice pandemije še vedno proučujejo, številni strokovnjaki opozarjajo, da bodo duševne stiske mladih predstavljale enega pomembnejših javnozdravstvenih izzivov tudi v prihodnjih letih (Mudiyansele et al., 2024; Kim et al., 2024).

Biološki, psihološki, socialni in okoljski dejavniki tveganja

Samomor je kompleksen pojav, pri katerem praviloma ne gre za en sam vzrok, temveč za preplet bioloških, psiholoških, socialnih in okoljskih dejavnikov. Raziskave kažejo, da je med najmočnejšimi napovedniki samomora pretekli poskus samomora, saj imajo osebe s takšno izkušnjo bistveno večje tveganje za kasnejši samomor. Pomembno povečano tveganje predstavljajo tudi samomorilne misli, samopoškodbeno vedenje ter predhodne psihiatrične obravnave (Favril et al., 2023).

Med najpomembnejšimi kliničnimi dejavniki tveganja so duševne motnje, zlasti depresija, bipolarna motnja, psihoze in motnje zaradi uporabe psihoaktivnih snovi. Prisotnost teh motenj pomembno povečuje verjetnost samomorilnega vedenja, še posebej kadar se pojavlja skupaj s socialnimi in ekonomskimi stiskami (Favril et al., 2023; Turecki et al., 2019).

Povečano tveganje za samomor je povezano tudi z nekaterimi telesnimi boleznimi, predvsem kroničnimi in napredujočimi obolenji, kot so rakava obolenja, epilepsija, kronične bolečine in nevrološke bolezni. Pri teh posameznikih pomembno vlogo pogosto igrajo zmanjšana kakovost življenja, funkcionalne omejitve ter občutki brezizhodnosti in socialne izolacije (Favril et al., 2023; Turecki et al., 2019).

Pomembni so tudi socialni dejavniki. Brezposelnost, nižja stopnja izobrazbe, finančna negotovost, socialna izključenost, stik s kazenskopравnim sistemom ter neugodna življenjska izkustva v otroštvu so povezani z višjim tveganjem za samomor. Med posebej izpostavljenimi dejavniki je tudi dostop do strelnega orožja oziroma drugih visoko smrtonosnih sredstev, saj razpoložljivost metode pomembno vpliva na verjetnost dokončanega samomora (Favril et al., 2023; Bachmann, 2018).

Kljub jasnim povezavam med dejavniki tveganja in samomorilnostjo raziskovalci opozarjajo, da posameznega samomora ni mogoče zanesljivo napovedati. Večina dejavnikov tveganja je namreč razmeroma pogosta v populaciji, medtem ko je samomor statistično redkok dogodek. Zato sodobni pristopi poudarjajo celostno oceno tveganja in zgodnje prepoznavanje kombinacij dejavnikov, ki lahko posameznika pripeljejo v krizno stanje (Favril et al., 2023).

Poleg individualnih dejavnikov imajo pomembno vlogo tudi širši družbeni in okoljski vplivi. Raziskave povezujejo povečano tveganje za samomor z gospodarskimi krizami, dolgotrajno brezposelnostjo, naravnimi nesrečami, socialnimi pretresi ter nekaterimi okoljskimi dejavniki. Pomemben vpliv ima tudi način medijskega poročanja o samomoru. Senzacionalistično poročanje in podrobni opisi metod lahko povečajo tveganje posnemovalnega vedenja, medtem ko odgovorno poročanje deluje zaščitno. Med najbolj učinkovitimi preventivnimi ukrepi ostaja omejevanje dostopa do smrtonosnih sredstev, kot so pesticidi, strelno orožje, nevarne lokacije in druge pogosto uporabljene metode samomora (Bachmann, 2018; Sinyor et al., 2016; Turecki et al., 2019).

STRATEGIJE PREPREČEVANJA SAMOMORILNOST

Kljub kompleksnosti samomorilnega vedenja raziskave kažejo, da je mogoče velik delež samomorov preprečiti z usklajenim delovanjem zdravstvenega sistema, skupnosti, izobraževalnih ustanov in oblikovalcev politik. Med najbolj učinkovitimi pristopi se dosledno pojavljajo omejevanje dostopa do smrtonosnih sredstev, krepitev storitev duševnega zdravja, preventivni programi v skupnosti ter odgovorno medijsko poročanje (Bachmann, 2018; Turecki et al., 2019; Wasserman et al., 2021).

Eden najboljše podprtih ukrepov je omejevanje dostopa do smrtonosnih metod samomora. Raziskave kažejo, da lahko prepoved najbolj toksičnih pesticidov, postavitve zaščitnih ograj na mostovih in drugih visokorizičnih lokacijah, strožji nadzor nad strelnim orožjem ter omejevanje dostopa do drugih pogosto uporabljenih metod pomembno zmanjšajo število dokončanih samomorov. Takšni ukrepi so še posebej učinkoviti zato, ker številna samomorilna dejanja nastanejo v obdobjih akutne krize, ko lahko omejena dostopnost sredstva prepreči usodni izid (Bachmann, 2018; Sinyor et al., 2016; Turecki et al., 2019).

Pomembno vlogo ima tudi dostopen in kakovosten sistem duševnega zdravja. Usposabljanje zdravstvenih delavcev za prepoznavanje samomorilnega tveganja, hitra dostopnost psihološke in psihiatrične pomoči ter izvajanje dokazano učinkovitih intervencij pomembno prispevajo k zmanjševanju tveganja. Med učinkovite pristope sodijo kognitivno-vedenjska terapija, varnostno načrtovanje, redni podporni stiki po kriznih dogodkih (angl. *caring contacts*) ter ustrezno zdravljenje hudih duševnih motenj, vključno z uporabo zdravil pri jasno opredeljenih kliničnih indikacijah (Favril et al., 2023; Turecki et al., 2019; Wasserman et al., 2021).

Poseben pomen imajo tudi preventivni programi v šolah in lokalnih skupnostih. Učinkoviti ukrepi vključujejo krepitev socialnih in čustvenih veščin mladih, prepoznavanje duševnih stisk, preprečevanje medvrstniškega nasilja ter usposabljanje tako imenovanih »vratarjev« (*gatekeepers*), kot so učitelji, mladinski delavci, zdravstveno osebje in policisti, ki lahko prepoznajo znake stiske ter posameznika usmerijo k pomoči. Številne raziskave kažejo, da so takšni programi posebej pomembni pri mladostnikih in drugih ranljivih skupinah (Campisi et al., 2020; Kim et al., 2024; Renaud et al., 2022; Wasserman et al., 2021).

Pomemben del preprečevanja samomorov predstavlja tudi odgovorno medijsko poročanje. Svetovna zdravstvena organizacija odsvetuje senzacionalistično poročanje, podrobno opisovanje metod samomora in romantiziranje tovrstnih dogodkov, saj lahko takšno poročanje poveča tveganje posnemovalnega vedenja. Nasprotno pa poročanje, ki poudarja možnosti pomoči, okrevanja in uspešnega soočanja s stiskami, prispeva k zmanjševanju stigme ter spodbuja iskanje strokovne podpore (Sinyor et al., 2016; Turecki et al., 2019).

Na mednarodni ravni pomemben okvir predstavljata program WHO LIVE LIFE in Agenda Združenih narodov za trajnostni razvoj do leta 2030, ki med kazalnike napredka vključuje tudi zmanjševanje samomorilnosti. Številne države so sprejele nacionalne strategije preprečevanja samomora, vendar se njihova učinkovitost in stopnja izvajanja med državami še vedno močno razlikujeta (Arensman et al., 2020; World Health Organization, 2025).

INTERPRETACIJA RAZISKOVALNEGA VPRAŠANJA IN PODVPRAŠANJ

V nadaljevanju predstavlja odgovore na zastavljena raziskovalna vprašanja.

Kakšni so sodobni globalni vzorci samomorilnosti, kateri dejavniki tveganja najpomembneje vplivajo na pojav samomora ter katere preventivne strategije imajo največ dokazov o učinkovitosti pri zmanjševanju samomorilnosti?

Analiza kaže, da je samomorilnost globalno neenakomeren in večdimenzionalen pojav. Čeprav se je globalna starostno standardizirana stopnja samomorilnosti med letoma 1990 in 2021 pomembno zmanjšala, absolutno število smrti ostaja visoko. Pri tem izstopajo velike razlike med regijami, spoloma in starostnimi skupinami. Posebej visoko tveganje je značilno za moške, nekatere skupine mladostnikov ter starejše moške, pri čemer se značilnosti ogroženosti med posameznimi skupinami razlikujejo (Weaver et al., 2025; Yip et al., 2021). Samomorilnosti ni mogoče razumeti samo kot posledico individualnih duševnih težav. Ugotovitve kažejo na preplet individualnih, zdravstvenih, socialnih, ekonomskih in okoljskih dejavnikov. Posebej pomembni so predhodni poskusi samomora, duševne motnje, socialna izolacija, ekonomska negotovost, brezposelnost, nasilje, kronične bolezni in omejen dostop do ustrezne pomoči (Favril et al., 2023; Turecki et al., 2019). To pomeni, da mora biti tudi preprečevanje samomorilnosti večnivojsko. Največjo težo imajo ukrepi, ki hkrati zmanjšujejo dostop do smrtonosnih sredstev, izboljšujejo dostop do služb duševnega zdravja, omogočajo zgodnje prepoznavanje stisk ter vključujejo šole, družine in lokalne skupnosti. Pomembno je tudi odgovorno medijsko poročanje in dolgoročno izvajanje nacionalnih strategij (Arensman et al., 2020; Turecki et al., 2019; WHO, 2025).

Ključna ugotovitev je torej, da zmanjševanje globalne stopnje samomorilnosti še ne pomeni enakega napredka pri vseh skupinah prebivalstva. Globalni trendi lahko prikrijejo neugodne spremembe pri

posameznih populacijah, zato mora biti prihodnja preventiva bolj ciljno usmerjena v skupine z največjim tveganjem. Takšno razumevanje je skladno z ugotovitvami novejših raziskav o globalnih trendih samomorilnosti, ki opozarjajo na pomembne regionalne in demografske razlike kljub splošnemu dolgoročnemu upadanju stopenj (Bertuccio et al., 2024; Weaver et al., 2025).

V nadaljevanju predstavlja še ugotovitve raziskovalnih podvprašanj:

1 Kako se samomorilnost razlikuje med svetovnimi regijami, spoloma in starostnimi skupinami?

Samomorilnost se med regijami, spoloma in starostnimi skupinami pomembno razlikuje. Višje stopnje so značilne predvsem za dele vzhodne Evrope, nekatere azijske države in območja podsaharske Afrike. Moški umirajo zaradi samomora bistveno pogostejše kot ženske, posebej ranljivi pa so mladostniki ter starejši moški. Samomorilnost je treba obravnavati kontekstualno. Učinkoviti preventivni ukrepi se morajo prilagajati značilnostim posamezne regije, spola in življenjskega obdobja.

2 Kateri individualni, socialni in okoljski dejavniki so najtesneje povezani s povečanim tveganjem za samomor?

Najpomembnejši so predhodni poskus samomora, samomorilne misli, duševne motnje, zloraba psihoaktivnih snovi, kronične bolezni, socialna izolacija, brezposelnost, ekonomska negotovost, nasilje in omejen dostop do pomoči (Favril et al., 2023; Turecki et al., 2019). Samomor je praviloma posledica prepletanja več dejavnikov, zato posameznega dejavnika tveganja ni mogoče razumeti kot neposrednega vzroka ali zanesljivega napovednika samomora.

3 Katere preventivne intervencije so se v dosedanjih raziskavah izkazale za najbolj učinkovite pri zmanjševanju samomorilnosti?

Največ dokazov podpirajo omejevanje dostopa do smrtonosnih sredstev, izboljšanje dostopnosti služb duševnega zdravja, zgodnje prepoznavanje stisk, preventivni programi v šolah in skupnostih ter odgovorno medijsko poročanje (Turecki et al., 2019; Wasserman et al., 2021). Najprimernejši je celovit, dolgoročen in večsektorski pristop, saj posamezen preventivni ukrep ne more zajeti vseh dejavnikov, ki vplivajo na samomorilno vedenje.

Rezultati raziskave tako potrjujejo, da je samomorilnost globalni javnozdravstveni in družbeni problem, pri katerem splošno izboljšanje statističnih kazalnikov ne pomeni zmanjšanja tveganja za vse prebivalstvo. Razlike med regijami, spoloma in starostnimi skupinami zahtevajo ciljno usmerjeno preventivo, medtem ko kompleksnost dejavnikov tveganja zahteva povezovanje zdravstvenih, socialnih, izobraževalnih in drugih sistemov. Ugotovitve so skladne z raziskavami Favril et al. (2023), Bertuccia et al. (2024) in Weaver et al. (2025), ki prav tako poudarjajo večdimenzionalnost samomorilnosti ter potrebo po populacijsko in skupinsko prilagojenih preventivnih ukrepih.

ZAKLJUČEK

Samomorilnost kljub dolgoročnemu zmanjševanju stopenj ostaja eden najpomembnejših javnozdravstvenih izzivov sodobnega sveta. Globalne analize kažejo, da se je tveganje za samomor v zadnjih desetletjih sicer zmanjšalo, vendar absolutno število smrti zaradi rasti in staranja prebivalstva ostaja visoko (World Health Organization [WHO], 2025; Weaver et al., 2025; Yip et al., 2021).

Na prvo raziskovalno vprašanje lahko odgovorimo, da so sodobni vzorci samomorilnosti izrazito neenakomerni. Med regijami z najvišjo samomorilnostjo še vedno izstopajo deli vzhodne Evrope, nekatere azijske države in posamezne regije podsaharske Afrike, medtem ko so stopnje običajno nižje v južni Evropi, Latinski Ameriki ter delu Bližnjega vzhoda in severne Afrike. Samomor je bistveno pogostejši pri moških kot pri ženskah, visoko tveganje pa je značilno tako za mladostnike in mlade odrasle kot tudi za starejše moške (WHO, 2025; Weaver et al., 2025).

Na drugo raziskovalno vprašanje ugotavljamo, da so najpomembnejši dejavniki tveganja pretekli poskusi samomora, samomorilne misli, duševne motnje, zlasti depresija in motnje zaradi uporabe psihoaktivnih snovi, ter številni socialni dejavniki, kot so brezposelnost, socialna izolacija, ekonomska negotovost in omejen dostop do ustrezne pomoči. Samomor je praviloma posledica prepletanja več dejavnikov tveganja in ne posameznega vzroka (Favril et al., 2023; Turecki et al., 2019; Bachmann, 2018).

Na tretje raziskovalno vprašanje lahko odgovorimo, da največ dokazov o učinkovitosti podpirajo večplastne preventivne strategije. Med najuspešnejše ukrepe sodijo omejevanje dostopa do smrtonosnih sredstev,

krepitev storitev duševnega zdravja, zgodnje prepoznavanje stisk, izvajanje preventivnih programov v šolah in skupnostih ter odgovorno medijsko poročanje. Največje učinke dosegajo države, ki te ukrepe izvajajo dolgoročno in sistematično v okviru nacionalnih strategij preprečevanja samomora (Arensman et al., 2020; Turecki et al., 2019; WHO, 2025).

Pomembna omejitev pri razumevanju globalne samomorilnosti ostaja kakovost podatkov. V številnih državah so sistemi beleženja smrti nepopolni, dodatno podcenjevanje pa povzročajo stigma, kulturni dejavniki ter razlike v evidentiranju vzrokov smrti. Zaradi tega so dejanske stopnje samomorilnosti v nekaterih okoljih verjetno višje od uradno prikazanih (Bachmann, 2018; Lovero et al., 2023).

Ugotovitve kažejo, da je samomorilnost globalno neenakomeren in izrazito multifaktorski pojav. Kljub dolgoročnemu zmanjševanju globalnih starostno standardiziranih stopenj samomorilnosti ostajajo pomembne regionalne, spolne in starostne razlike. Posebej izstopajo moški, mladostniki in starejši odrasli, pri katerih se dejavniki tveganja razlikujejo glede na življenjsko obdobje in socialno okolje. Rezultati potrjujejo, da samomorilnosti ni mogoče pojasniti z enim samim dejavnikom, temveč je treba upoštevati preplet duševnega zdravja, predhodnega samomorilnega vedenja, socialne izolacije, ekonomskih razmer, nasilja, telesnega zdravja in dostopnosti pomoči. Učinkovita preventiva zato zahteva večnivojski pristop, ki združuje zdravstvene, socialne, izobraževalne in okoljske ukrepe. Posebej pomembno je, da se preventivni programi prilagodijo specifičnim ranljivim skupinam, saj globalni trendi lahko prikrijejo neugodne spremembe v posameznih populacijah. Takšen pristop je skladen z novjšimi mednarodnimi raziskavami, ki samomorilnost obravnavajo kot kompleksen javnozdravstveni pojav in poudarjajo potrebo po kombinaciji populacijskih in individualnih preventivnih ukrepov (Bertuccio et al., 2024; Favril et al., 2023; Weaver et al., 2025).

Ugotovitve prispevka potrjujejo, da je samomor v veliki meri preprečljiv pojav. Prihodnji napredek bo odvisen predvsem od izboljšanja dostopa do storitev duševnega zdravja, zmanjševanja stigme, zaščite ranljivih skupin ter izboljšanja kakovosti epidemioloških podatkov. Le z usklajenim delovanjem zdravstvenega, socialnega, izobraževalnega in političnega sektorja bo mogoče nadaljevati trend zmanjševanja samomorilnosti in zmanjšati breme tega pomembnega javnozdravstvenega problema.

Literatura in viri

- Arensman, E., Scott, V., De Leo, D., & Pirkis, J. (2020). *Suicide and suicide prevention from a global perspective*. *Crisis*, 41(Suppl. 1), S3–S7.
- Bachmann, S. (2018). *Epidemiology of suicide and the psychiatric perspective*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(7), 1425. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.3390/ijerph15071425>
- Bertuccio, P., Amerio, A., Grande, E., La Vecchia, C., Costanza, A., Aguglia, A., Serafini, G., Amore, M., Pompili, M., & Odone, A. (2024). *Global trends in youth suicide from 1990 to 2020: An analysis of data from the WHO mortality database*. *eClinicalMedicine*, 70, 102506. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2024.102506>
- Campisi, S. C., Carducci, B., Akseer, N., Zasowski, C., Szatmari, P., & Bhutta, Z. A. (2020). *Suicidal behaviours among adolescents from 90 countries: A pooled analysis of the Global School-Based Student Health Survey*. *BMC Public Health*, 20, 1102. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09209-z>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2025). *Suicide data and statistics*. Pridobljeno s spletne strani <https://www.cdc.gov/suicide/facts/data.html>
- Favril, L., Yu, R., Geddes, J. R., & Fazel, S. (2023). *Individual-level risk factors for suicide mortality in the general population: An umbrella review*. *The Lancet Public Health*, 8(11), e868–e877. Pridobljeno s spletne strani [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(23\)00207-4](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(23)00207-4)
- Glenn, C. R., Kleiman, E. M., Kellerman, J., Pollak, O., Cha, C. B., Esposito, E. C., Porter, A. C., Wyman, P. A., & Boatman, A. E. (2019). *Annual research review: A meta-analytic review of worldwide suicide rates in adolescents*. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(3), 294–308. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.1111/jcpp.13106>
- Ilic, M., & Ilic, I. (2022). *Worldwide suicide mortality trends (2000–2019): A joinpoint regression analysis*. *World Journal of Psychiatry*, 12(8), 1044–1060. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.5498/wjp.v12.i8.1044>
- Kim, S., Park, J., Lee, H., Lee, H., Woo, S., Kwon, R., Kim, S., Koyanagi, A., Smith, L., Rahmati, M., Fond, G., Boyer, L., Kang, J., Lee, J., Oh, J., & Yon

Turecki, G., Brent, D. A., Gunnell, D., O'Connor, R. C., Oquendo, M. A., Pirkis, J., & Stanley, B. H. (2019). *Suicide and suicide risk*. *Nature Reviews Disease Primers*, 5(1), 74. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.1038/s41572-019-0121-0>

Walsh, E. H., & McMahon, J. (2022). Research review: The effect of school-based suicide prevention on suicidal ideation and suicide attempts and the role of intervention and contextual factors among adolescents: A meta-analysis and meta-regression. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 63(8), 836–845. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.1111/jcpp.13598>

Wasserman, D., Carli, V., Iosue, M., Javed, A., & Herrman, H. (2021). *Suicide prevention in childhood and adolescence: A narrative review of current knowledge on risk and protective factors and effectiveness of interventions*. *Asia-Pacific Psychiatry*, 13(3), e12452. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.1111/appy.12452>

Weaver, E. R. N., et al. (2025). *Global burden and trends of suicide mortality from 1990 to 2021*. *The Lancet Public Health*, 10(3), e189–e202. Pridobljeno s spletne strani [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(25\)00006-4](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(25)00006-4)

World Health Organization. (2025). *Suicide worldwide in 2021: Global health estimates*. World Health Organization. Pridobljeno s spletne strani <https://www.who.int/publications/i/item/9789240110069>

Yip, P. S. F., Zheng, Y., & Wong, C. M. (2021). *Demographic and epidemiological decomposition analysis of global changes in suicide rates and numbers over the period 1990-2019*. *Injury Prevention*, 28(2), 117–124. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.1136/injuryprev-2021-044263>

doc. dr. Bojan Macuh
Fakulteta za poslovne in komercialne vede Celje, Slovenija
bojan.macuh@guest.arnes.si

DUHOVNA OSKRBA STAROSTNIKOV V DOMAČEM IN INSTITUCIONALNEM OKOLJU: POMEN DUHOVNOSTI ZA KAKOVOSTNO STARANJE IN CELOSTNO OBRAVNAVO STAREJŠIH OSEB

Povzetek: Demografsko staranje prebivalstva predstavlja enega najpomembnejših družbenih in zdravstvenih izzivov sodobnega časa. Zaradi podaljševanja življenjske dobe in naraščajočega deleža starejših oseb postaja vse pomembnejše zagotavljanje celostne obravnave starostnikov, ki poleg telesnih, psiholoških in socialnih potreb vključuje tudi duhovno dimenzijo človeka. Namen prispevka je predstaviti pomen duhovne oskrbe starostnikov v domačem in institucionalnem okolju ter analizirati sodobne znanstvene ugotovitve o vplivu duhovnosti na kakovost staranja. Pregled domače in tuje literature kaže, da duhovnost pomembno prispeva k psihološkemu blagostanju, zmanjševanju osamljenosti in depresivnosti, večji življenjski zadovoljnosti ter učinkovitejšemu soočanju z boleznijo, izgubo in bližino smrti. Novejše raziskave potrjujejo, da imajo starostniki z višjo stopnjo duhovnega blagostanja boljše duševno zdravje, večji občutek dostojanstva in višjo kakovost življenja. Poseben pomen ima duhovna oskrba v domovih za starejše, bolnišnicah in drugih oblikah dolgotrajne oskrbe, kjer se starostniki pogosto srečujejo z izgubo samostojnosti, socialnih vlog in socialnih stikov. Slovenske raziskave potrjujejo, da potrebe po duhovni podpori v starosti naraščajo, vendar področje še vedno ostaja relativno slabo raziskano in sistemsko urejeno. Ugotovitve kažejo, da bi bilo potrebno v prihodnje razvijati strokovne smernice za izvajanje duhovne oskrbe, dodatno usposabljanje zaposlene ter spodbujati interdisciplinarno sodelovanje med zdravstvenimi, socialnimi in verskimi institucijami. Le celostna obravnava človeka lahko prispeva k dostojanstvenemu, kakovostnemu in človeku prijaznemu staranju.

Ključne besede: duhovnost, duhovna oskrba, starostniki, kakovost življenja, kakovostno staranje, domovi za starejše, religioznost, gerontologija, dolgotrajna oskrba, zdravstvena nega.

SPIRITUAL CARE FOR OLDER ADULTS IN HOME AND INSTITUTIONAL ENVIRONMENTS: THE ROLE OF SPIRITUALITY IN QUALITY AGEING AND HOLISTIC CARE FOR OLDER PEOPLE

Abstract: Population ageing is one of the most significant social and healthcare challenges of the modern era. As life expectancy increases and the proportion of older adults continues to grow, comprehensive care addressing not only physical, psychological and social needs but also the spiritual dimension of human life becomes increasingly important. The purpose of this paper is to examine the role of spiritual care in home and institutional settings and to analyse contemporary scientific findings regarding the influence of spirituality on successful ageing. A review of Slovenian and international literature demonstrates that spirituality contributes significantly to psychological well-being, reduced loneliness and depression, greater life satisfaction, and more effective coping with illness, loss and end-of-life issues. Recent studies indicate that older adults with higher levels of spiritual well-being experience better mental health, greater dignity and improved quality of life. Spiritual care is particularly important in nursing homes, hospitals and long-term care facilities, where older adults frequently face loss of independence, social roles and social connections. Slovenian studies confirm that the need for spiritual support increases with age; however, this field remains relatively under-researched and insufficiently systematised. Future developments should focus on establishing professional guidelines for spiritual care, improving staff education and strengthening

interdisciplinary cooperation between healthcare, social care and religious institutions. A holistic approach to human care is essential for promoting dignified, high-quality and person-centred ageing.

Keywords: spirituality, spiritual care, older adults, quality of life, successful ageing, nursing homes, religiosity, gerontology, long-term care, nursing

UVOD

Staranje prebivalstva predstavlja eno najpomembnejših demografskih značilnosti sodobne družbe. Napredek medicine, izboljšani življenjski pogoji in višji življenjski standard so pomembno prispevali k podaljševanju življenjske dobe, posledično pa se povečuje tudi delež prebivalcev v tretjem in četrtem življenjskem obdobju. Vzporedno s temi spremembami se povečujejo potrebe po zagotavljanju kakovostnega staranja, ki ne vključuje zgolj zadovoljevanja telesnih in materialnih potreb, temveč tudi psihološke, socialne in duhovne razsežnosti človekovega življenja.

Duhovnost je sestavni del človekove identitete in pomembno vpliva na njegovo doživljanje sveta, medosebnih odnosov ter življenjskega smisla. Čeprav se sodobne evropske družbe vse bolj soočajo s procesi sekularizacije, številne raziskave ugotavljajo, da pomen duhovnosti v starosti ne upada, temveč se pogosto povečuje. Starostniki se namreč v poznejših življenjskih obdobjih pogosteje srečujejo z vprašanji smisla življenja, minljivosti, bolezni, izgube bližnjih oseb in lastne smrtnosti. Prav zato postajajo duhovne potrebe pomemben del njihovega vsakdanjega življenja in vplivajo na kakovost staranja ter splošno življenjsko zadovoljstvo.

Posebej pomembno področje predstavlja duhovna oskrba starostnikov v institucionalnem okolju. Prehod v dom za starejše pogosto pomeni pomembno življenjsko spremembo, povezano z izgubo domačega okolja, zmanjšano samostojnostjo in spremembo socialnih vlog. V takšnih okoliščinah postajajo verske dejavnosti, duhovna podpora ter možnost izražanja osebnih verskih in duhovnih prepričanj pomembni dejavniki psihološkega blagostanja in občutka varnosti. Macuh in Raspor (2018) ugotavljata, da se velik delež stanovalcev slovenskih domov za starejše udeležuje verskih dejavnosti in da se potrebe po njih z višjo starostjo povečujejo. Podobno tudi Gedrih in Pahor (2009) opozarjata na pomen prepoznavanja in zadovoljevanja duhovnih potreb starostnikov kot sestavnega dela kakovostne oskrbe.

V zadnjih desetletjih se je na področju gerontologije, zdravstvene nege in socialnega varstva uveljavil biopsihosocialno-duhovni model obravnave človeka, ki poudarja, da zdravja in kakovosti življenja ni mogoče razumeti zgolj skozi telesno in psihološko dimenzijo. Duhovna dimenzija pomembno vpliva na posameznikovo sposobnost soočanja z življenjskimi preizkušnjami, ohranjanje upanja, oblikovanje pozitivnega odnosa do staranja ter sprejemanje življenjskih sprememb. Številne domače in tuje raziskave potrjujejo povezavo med duhovnostjo, boljšim duševnim zdravjem, nižjo stopnjo depresivnosti, večjim občutkom smisla ter višjo kakovostjo življenja starostnikov.

Namen prispevka je predstaviti pomen duhovnosti in duhovne oskrbe starostnikov v domačem in institucionalnem okolju ter na podlagi domačih in mednarodnih raziskav osvetliti vpliv duhovnosti na kakovostno staranje. Posebna pozornost je namenjena vlogi verskih dejavnosti v domovih za starejše, pomenu duhovne podpore pri ohranjanju dostojanstva in življenjskega smisla ter izzivom, s katerimi se srečujejo izvajalci duhovne oskrbe v sodobni družbi.

STARANJE IN DUHOVNOST

Kot posledica sodobne, pretežno sekularne družbe, ki je individualistična in pluralistična, vse pogosteje prihaja do krize smisla in vrednot, ki se kaže tako na ravni posameznika kot na ravni celotne družbe. Družbeni pluralizem sicer sprejema in omogoča sobivanje raznolikih kultur in družbenih skupin ter posamezniku omogoča svobodnejšo izbiro načinov življenja in obnašanja, vendar pa je njegov učinek tudi v relativizaciji sistemov vrednot in tolmačenj ter posledična izguba samoumevnosti in možna dezorientacija posameznikov ali celih družbenih skupin. Resno ukvarjanje s problematiko smisla je pomembno, saj jasna duhovna orientacija nosi v sebi 'protistrup zoper eksistenčno ogroženost lastnega samorazumevanja' in zagotavlja moralna merila, na podlagi katerih posameznik presoja svojo umeščenost v družbo (Berger in Luckmann, 1999, povz. po Gedrih in Pahor, 2009, 192–93).

Če smo prej omenjali tabuizacijo starosti in staranja v zahodnih pluraliziranih in sekularnih družbah, pa to morda še bolj velja za duhovnost: »*Najpogosteje v celoti ignoriramo ali podcenjujemo duhovno dobro počutje, morda zaradi eterične in intuitivne narave duhovnosti, oziroma zato, ker duhovnosti drugače kot v odnosu z*

vernostjo sploh ne pripoznavamo in jo tabuiramo.» (Skoberne, 2002, str. 23) Duhovnosti ni mogoče natančno definirati, večina avtorjev pa govori o dveh dimenzijah (Gedrih in Pahor, 2009, str. 192; Skoberne, 2002, str. 23; Šolar in Mihelič Zajec, 2007, str. 139). Horizontalna dimenzija je vezana na odnos s samim seboj, z drugimi ljudmi, okoljem in naravo ter predstavlja nereligiozno občutenje smisla življenja. Vertikalna dimenzija je vezana na odnos do Boga oziroma drugega božanstva ali višje sile. M. Burkhardt (1993) navaja štiri značilnosti duhovnosti, in sicer odnos posameznika do samega sebe, do okolja oziroma narave, do drugih ljudi in do boga. Potrebe, ki izhajajo iz naše duhovnosti, naj bi bile univerzalne in značilne za vsa verstva. Potreba po pomenu in smislu, potreba po ljubezni in vezeh z drugimi ter potreba po odpuščanju. Duhovnost lahko razdelimo tudi na dve kategoriji, ki sovpadata z ali sta vsaj sorodni prej omenjeni horizontalni in vertikalni dimenziji duhovnosti. Vera je tako univerzalna, je način življenja, delovanja in razumevanja samega sebe in poskus posameznika, da spozna in osmisli svoje mesto v okolju in družbi. Religija pa je organiziran sistem čaščenja s temeljnimi načeli, vedenjskimi pravili obredi in običaji, ki so vezani na ključne življenjske dogodke v življenju posameznika in družbe.

Vpliv duhovnosti na kakovostno staranje

Duhovna in religiozna stališča so pomembna v človekovem življenju. Vplivajo na življenjski slog, vedenja in čustva glede bolezni in smrti ... Izrazit je pomen duhovnih stališč v času bolezni, ko pomagajo bolniku in svojcem sprejeti bolezen in jim olajšati njeno breme, je zapisal Skoberne (2002, str. 25). Duhovnost pa ima pozitiven vpliv ne le pri soočanju pacientov in oskrbovancev z boleznijo in smrtjo, temveč tudi sicer pri osmišljanju življenja v starosti in sprejemanju staranja. Iz tujine izhajajo številna poročila o pozitivnem vplivu duhovnosti, posebej pa tudi religioznosti na duševno, psihično in posledično tudi fizično zdravje oskrbovancev v domovih za starejše (Če omenimo le nekatere bolj odmevne ali novejše: Bernard idr., 2017; Braam idr., 2001; Ballew idr., 2012; Manning in Miles, 2018). Pojavljajo se sicer tudi poročila o določenih negativnih vplivih religioznosti (e. g. Pargament idr., 2004), vendar pa le-ta moramo razumeti skozi vidik različnih vrst religiozne motivacije, ki jih navajata O'Connor in Vallerand (1989). Avtorja namreč, tako kot večina drugih študij, ugotavljata pozitivno korelacijo med vernostjo in soočanjem s staranjem, kadar je religiozna motivacija samoiniciativna, rahlo negativno korelacijo pa opažata v primerih prisile, torej kadar se od starostnikov pričakuje, da so verni, ali da se udeležujejo verskih obredov.

Kljub dolgi zgodovini gerontologije, pa tudi pastorage v slovenskih domovih za ostarele ter ob vse večji aktualnosti tematike duhovnosti in staranja ter njunega medsebojnega vpliva na zdravje in počutje starostnikov, je bilo v Sloveniji izvedeno le manjše število študij, ki bi neposredno raziskovale odnos med duhovnostjo ali vernostjo in staranjem. Prvo večjo raziskavo o potrebah po duhovni oskrbi stanovalcev in oskrbovalcev sta objavili M. Gedrih in M. Pahor (2009) na primeru domov za starejše v Ljubljani. Rezultati te raziskave so zanimivi, saj dajejo vpogled v dejanske duhovne (tako horizontalne kot vertikalne dimenzije) potrebe starostnikov, vendar pa je bila raziskava izvedena le na vzorcu populacije starostnikov iz urbanega ljubljanskega okolja, zato menimo, da rezultatov ni mogoče povsem posplošiti na območje celotne Slovenije in zato ni primerljiva z našo raziskavo.

V zaključku svoje raziskave Macuh in Raspor (2018) navajata, da ima država Slovenija s Svetim sedežem pravno formalno urejene odnose. Na osnovi tega menimo, da bi v tistih domovih za starejše po Sloveniji (zasebnih in na osnovi dobrega sodelovanja tudi javnih), kjer starostniki še nimajo zagotovljenih pogojev za izvajanje verskih dejavnosti, to zagotovo morali urediti. Po zadnjem popisu prebivalstva (Popis 2002) se je 57,8 % vseh Slovencev izreklo za kristjane. Pretežno krščanskemu prebivalstvu Slovenije je zato potrebno omogočiti, da imajo v obdobju, ko preidejo v domove za starejše, na voljo tudi tovrstne storitve. Te nikakor niso obvezujoče za vse oskrbovance, vsekakor pa dobrodošla dopolnitev kakovostnega življenja starostnikov v tretjem in četrtem življenjskem obdobju, saj se z višjo starostjo, kot je pokazala raziskava, te potrebe povečujejo. V 90 % vključenih domov za starejše iz naše raziskave ima zgledno urejeno izvajanje verskih dejavnosti in s tem posledično možnost, da se starostniki udeležujejo le-teh (vedno, občasno ali vsaj ob večjih praznikih se udeležuje 61,4 % v raziskavo vključenih starostnikov).

Skrbi pa dejstvo, da se svojci in starostniki skupaj zelo redko udeležujejo verskih obredov (68,7 % se svojci s starostniki ne udeležujejo). Kaj je temu razlog, lahko samo ugibamo, a iz individualnih razgovorov je mogoče sklepati, da svojci bodisi nimajo časa bodisi ne želijo skupaj s starostniki, ki bivajo v domovih preživljati časa, ki jim ga namenijo za obiske, ob verskih obredih. Glede na to, da smo bili pri vzorcu starostnikov za našo raziskavo omejeni, lahko pričujoči izsledki služijo le kot izhodišče

Slovenska družba se stara. Država in Cerkev bi morali skupaj dopolniti in oblikovati celoviti program verske oskrbe v državnih institucijah (domovih za starejše, bolnicah ipd.). Kakšno versko oskrbo bomo imeli v bodoče v slovenskih domovih za starejše je najprej potrebno vprašati starostnike, ki v teh domovih bivajo. Ne smemo pa pozabiti na starejše, ki so pred tem, da se jim v domovih za starejše pridružijo. S tem bi starostnikom omogočili še bolj kakovostno staranje, kar mora biti cilj vsake sodobne socialne družbe (prav tam).

V sklepu ugotavljam, da starostniki v tretjem in četrtem življenjskem obdobju glede na možnosti in vse ovire, s katerimi se soočajo v tem obdobju, veliko pozornosti posvečajo izpolnjevanju svojih potreb. To je prisotno tako v okviru bivanja doma, kakor tudi v institucionalni obliki bivanja in tudi ostalih oblikah izven institucionalne oskrbe. Nikakor ne smemo pozabiti na velik pomen medgeneracijskega sodelovanja, kakor tudi področje prostovoljstva.

DUHOVNA OSKRBA STAROSTNIKOV V DOMAČEM OKOLJU

Sodobne gerontološke raziskave poudarjajo, da si velika večina starejših želi čim dlje ostati v domačem okolju, kjer ohranja svojo identiteto, socialne vezi in občutek avtonomije. Dom ne predstavlja zgolj fizičnega prostora bivanja, temveč prostor življenjskih spominov, osebne zgodovine in občutka varnosti. Prav zaradi tega ima duhovna oskrba v domačem okolju poseben pomen.

Duhovna oskrba starostnikov v domačem okolju se najpogosteje izvaja preko družinskih članov, verskih skupnosti, prostovoljcev, patronažnih medicinskih sester in drugih strokovnih delavcev. Pri tem ne gre zgolj za izvajanje verskih obredov, temveč za celostno podporo pri iskanju življenjskega smisla, ohranjanju upanja, medosebnih odnosov in občutka pripadnosti skupnosti. Puchalski idr. (2014) poudarjajo, da duhovna oskrba vključuje spoštovanje posameznikovih vrednot, prepričanj in življenjskih ciljev ter predstavlja pomemben element človekovega dostojanstva.

Duhovna oskrba starejših doma temelji predvsem na ohranjanju verskih in družinskih tradicij, prenos letih s starejših na mlajše in iskanje smisla življenja v okviru duhovnosti v obdobju po upokojitvi in kasneje. Novejše raziskave ugotavljajo, da starostniki, ki imajo možnost rednega vključevanja v duhovne ali religiozne dejavnosti, pogosteje poročajo o višji stopnji zadovoljstva z življenjem, nižji stopnji osamljenosti ter boljšem duševnem zdravju (Ilmi idr., 2024). Posebno pomembna je vloga lokalnih verskih skupnosti, ki omogočajo ohranjanje socialnih stikov in občutka pripadnosti tudi pri posameznikih z zmanjšano mobilnostjo.

Pomembno vlogo imajo tudi svojci. Raziskave kažejo, da kakovostni medgeneracijski odnosi pomembno prispevajo k duhovnemu blagostanju starejših oseb. Redni obiski, skupni pogovori o življenjskih izkušnjah, družinskih vrednotah in življenjskem smislu predstavljajo pomemben vir psihološke in duhovne podpore. Nasprotno pa socialna izolacija in osamljenost povečujeta tveganje za depresijo, tesnobo in zmanjšano kakovost življenja (Hodge idr., 2024).

Posebno pozornost je treba nameniti starostnikom s kroničnimi boleznimi. Cheng idr. (2025) ugotavljajo, da neizpolnjene duhovne potrebe pomembno vplivajo na slabšo kakovost življenja, povečano psihološko stisko in zmanjšano sposobnost prilagajanja na bolezen. Sodobni modeli skupnostne oskrbe zato vse pogosteje vključujejo tudi duhovno dimenzijo obravnave, ne zgolj skozi občasno obiskovanje verskih obredov, temveč tudi skrb za razne druge oblike duhovnih vaj in druženj.

DUHOVNA OSKRBA V INSTITUCIONALNI OSKRBI

Institucionalna oskrba predstavlja pomemben del sistema dolgotrajne oskrbe v sodobnih družbah. V domovih za starejše, bolnišnicah in drugih ustanovah se starostniki pogosto srečujejo z izgubo samostojnosti, spremembo življenjskega okolja, zmanjšano socialno mrežo ter večjim številom zdravstvenih težav. Takšne okoliščine povečujejo potrebo po celostni obravnavi, ki vključuje tudi duhovno dimenzijo. Svetovna zdravstvena organizacija in številne strokovne organizacije poudarjajo, da je duhovna oskrba sestavni del kakovostne zdravstvene in socialne oskrbe. Duhovne potrebe se pogosto okrepijo ob soočanju z boleznijo, invalidnostjo, izgubo partnerja ali bližino smrti. V teh obdobjih starejši pogosteje razmišljajo o življenjskem smislu, vrednotah, odpuščanju in medosebnih odnosih, četudi v predhodnem življenjskem obdobju temu niso posvečali posebne pozornosti.

Raziskava Cameron idr. (2024) je pokazala, da ustrezna kulturna in duhovna oskrba pomembno prispeva k višji kakovosti življenja stanovalcev domov za starejše. Avtorji ugotavljajo, da starostniki visoko vrednotijo možnost izvajanja verskih praks, pogovora o eksistencialnih vprašanjih ter ohranjanja kulturne in verske identitete.

Pomembno vlogo pri izvajanju duhovne oskrbe imajo zdravstveni delavci. Dos Santos idr. (2024) ugotavljajo, da medicinske sestre pogosto prepoznajo duhovne potrebe starostnikov že med vsakodnevno zdravstveno nego. Njihova sposobnost empatičnega poslušanja, spoštljive komunikacije in prepoznavanja eksistencialnih stisk lahko pomembno prispeva k boljšemu počutju oskrbovancev.

Kljub temu številne raziskave opozarjajo na pomanjkljivo usposobljenost zaposlenih za izvajanje duhovne oskrbe. Morland, Rykkje in McSherry (2024) ugotavljajo, da zdravstveni delavci pogosto izražajo negotovost glede prepoznavanja in obravnave duhovnih potreb. Zato avtorji priporočajo sistematično vključevanje vsebin s področja duhovne oskrbe v izobraževalne programe zdravstvenih in socialnih strok. V nadaljevanju predstavljam nekaj le-teh.

NOVEJŠE RAZISKAVE O DUHOVNI OSKRBI STAROSTNIKOV (2022–2025)

V zadnjih letih je bilo objavljenih več pomembnih raziskav, ki potrjujejo pozitiven vpliv duhovnosti na zdravje in kakovost življenja starostnikov. V nadaljevanju si pogledjmo najprej primere tujih raziskav.

Coelho-Júnior idr. (2022) so v obsežnem pregledu raziskav ugotovili, da religioznost in duhovnost pomembno prispevata k zmanjševanju depresivnih simptomov ter izboljšanju duševnega zdravja starejših oseb. Avtorji poudarjajo, da duhovnost deluje kot pomemben zaščitni dejavnik pred osamljenostjo in psihološko stisko. Buja idr. (2024) so v sistematičnem pregledu raziskovali povezavo med religioznostjo, duhovnostjo in preživetjem starostnikov. Ugotovili so statistično pomembno povezavo med višjo stopnjo religioznosti in daljšo življenjsko dobo. Avtorji menijo, da so razlogi povezani z bolj zdravim življenjskim slogom, večjo socialno podporo in učinkovitejšim soočanjem s stresom.

Ilmi idr. (2024) so analizirali različne oblike duhovne oskrbe starejših oseb v skupnosti. Rezultati kažejo, da duhovne intervencije izboljšujejo psihološko blagostanje, zmanjšujejo občutke osamljenosti ter povečujejo občutek življenjskega smisla. Hodge idr. (2024) ugotavljajo, da starostniki med najpomembnejše duhovne potrebe uvrščajo občutek pripadnosti, kakovostne medosebne odnose, stik z družino ter možnost izražanja verskih prepričanj. Avtorji opozarjajo, da institucionalna oskrba pogosto ne prepozna vseh teh potreb v zadostni meri. Cheng (2025) meni, da kompetence zdravstvenih delavcev za izvajanje duhovne oskrbe pomembno vplivajo na kakovost oskrbe. Strokovnjaki, ki so deležni dodatnega izobraževanja s področja duhovnosti, lažje prepoznavajo potrebe starostnikov in učinkoviteje vzpostavljajo terapevtski odnos. Xue idr. (2025) pa so raziskovali povezanost med dostojanstvom starostnikov in kakovostjo oskrbe v ustanovah dolgotrajne oskrbe. Rezultati kažejo, da spoštovanje posameznikovih duhovnih potreb pomembno prispeva k občutku dostojanstva, samospoštovanja in zadovoljstva z življenjem.

Kang et al. (2026) so izvedli raziskavo o vplivu duhovne oskrbe na izide pri napredovalih kroničnih boleznih. Preučevan je bil vpliv duhovne oskrbe na čustvene in eksistencialne izide pri starejših bolnikih. Avtorji ugotavljajo, da je visoka stopnja duhovnega blagostanja konsistentno povezana z večjo odpornostjo (*resilience*) in boljšim sprejemanjem smrti. Raziskava hkrati opozarja na t. i. "vrzel v izvajanju", saj pacienti še vedno poročajo o neizpolnjenih duhovnih potrebah kljub obstoječim kliničnim smernicam. Raziskava, ki so jo objavili Li et al. (2026), je z regresijsko analizo določila prednostne duhovne potrebe starejših v različnih kulturnih okoljih. Ugotovljeno je bilo, da sta najpomembnejši potrebi po iskanju smisla in namena, sledijo pa potrebe po ljubezni, povezanosti in soočanju z umiranjem. Rezultati kažejo, da osamljenost v domači oskrbi močno poveča duhovno stisko, medtem ko ustrezna podpora izboljša prilagajanje na starostne izgube. Študija, ki sta jo izvedla Avci in Çavuşoğlu (2024), poudarja, da staranje prinaša specifične potrebe, kot so urejanje odnosov (odpuščanje) in ohranjanje upanja ob fizičnem propadanju. Avtorja dokazujeta, da v domovih za starejše duhovna oskrba ne sme biti omejena le na verske obrede, temveč mora kot del celostne oskrbe vključevati spremstvo pri iskanju identitete po upokojitvi in izgubi socialnih vlog. Skupna ugotovitev navedenih raziskav je, da duhovna oskrba ni zgolj dodatek zdravstveni in socialni oskrbi, temveč njen pomemben sestavni del, ki pomembno vpliva na celostno blagostanje starejšega človeka.

SLOVENSKE RAZISKAVE IN STANJE NA PODROČJU DUHOVNE OSKRBE

V Sloveniji področje duhovne oskrbe starostnikov še ni sistematično raziskano v enaki meri kot v nekaterih državah sveta. Kljub temu pa so posamezne raziskave pomembno prispevale k razumevanju duhovnih potreb starejših oseb predvsem v Sloveniji.

Gedrih in Pahor (2009) ugotavljata, da imajo stanovalci domov za starejše izražene potrebe po pogovoru o življenjskem smislu, medosebnih odnosih, smrti in religioznih vprašanjih. Njuna raziskava je pokazala, da številni starostniki duhovne potrebe razumejo širše od same religioznosti. Macuh in Raspor (2018) menita, da se verskih dejavnosti v domovih za starejše udeležuje pomemben delež stanovalcev ter da se potrebe po duhovni oskrbi z naraščanjem starosti povečujejo. Avtorja poudarjata pomen zagotavljanja verske svobode in dostopnosti verskih dejavnosti v institucionalnem okolju. Skoberne (2002) opozarja, da je duhovna dimenzija človeka pogosto zapostavljena kljub njenemu pomembnemu vplivu na kakovost življenja in soočanje z boleznijo. Podobno ugotavljata tudi Šolar in Mihelič Zajec (2007), ki poudarjata potrebo po večji vključitvi duhovnosti v zdravstveno nego starostnikov.

Najnovejša slovenska kvantitativna raziskava (Rihar, 2025) analizira vzorce duhovnih potreb pri starostnikih v paliativni oskrbi. Ugotovitve kažejo, da so pri slovenskih starostnikih najbolj izražene potrebe po dajanju in prejemu odpuščanja ter ohranjanju ljubečega odnosa do sebe. Raziskava izpostavlja nujnost vključevanja duhovne komponente v standardne protokole zdravstvene nege v Sloveniji. Kvalitativna sinteza, ki jo je opravil Deučman (2025) sicer obravnava širši spekter oskrbe, a v ospredje postavlja duhovno dimenzijo skozi teme avtonomije in občutka doma. Raziskava ugotavlja, da prehod v dom pogosto povzroči občutek izolacije, ki ga lahko učinkovito ublaži le individualiziran pristop s poudarkom na čustveni in duhovni podpori, kar je ključno za ohranjanje dostojanstva stanovalcev.

Slovenska zakonodaja zagotavlja svobodo veroizpovedi in možnost izvajanja verskih dejavnosti v institucijah socialnega varstva. Kljub temu med posameznimi ustanovami še vedno obstajajo razlike glede organiziranosti in dostopnosti duhovne oskrbe. Prihodnji razvoj dolgotrajne oskrbe bo zato zahteval oblikovanje enotnih strokovnih smernic in standardov na tem področju.

RAZPRAVA

Pregled slovenskih in mednarodnih raziskav potrjuje, da duhovnost predstavlja pomembno razsežnost kakovostnega staranja. Čeprav se sodobne družbe vse bolj sekularizirajo, potrebe po smislu, pripadnosti, upanju, odpuščanju in preseganju življenjskih stisk ostajajo univerzalne človekove potrebe. Starost predstavlja življenjsko obdobje, v katerem posameznik pogosteje razmišlja o svojem življenju, preteklih izkušnjah, izgubah, medosebnih odnosih in lastni smrtnosti. Prav zato duhovna dimenzija v tem obdobju pridobiva poseben pomen.

Raziskave dosledno ugotavljajo, da imajo starostniki z višjo stopnjo duhovnega blagostanja boljše duševno zdravje, manj depresivnih simptomov, večjo življenjsko zadovoljstvo in višjo kakovost življenja (Coelho-Júnior idr., 2022; Buja idr., 2024). Duhovnost deluje kot pomemben varovalni dejavnik pred občutki osamljenosti, socialne izolacije in eksistencialne stiske, ki so med najpogostejšimi izzivi staranja.

Pri analizi raziskav je mogoče ugotoviti, da sodobna strokovna literatura vse bolj razlikuje med religioznostjo in duhovnostjo. Religioznost se nanaša predvsem na pripadnost določeni verski skupnosti, izvajanje verskih obredov in sprejemanje verskih nauk, medtem ko duhovnost zajema širše področje iskanja smisla, osebnih vrednot, medosebnih odnosov in povezanosti s transcendo. Posameznik je lahko globoko duhoven tudi brez formalne pripadnosti določeni religiji. Zaradi tega sodobni modeli duhovne oskrbe poudarjajo individualiziran pristop, ki spoštuje osebne vrednote, prepričanja in življenjske izkušnje posameznika.

Poseben pomen ima duhovna oskrba v institucionalnem okolju. Preselitev v dom za starejše pogosto pomeni pomembno življenjsko prelomnico, povezano z izgubo samostojnosti, spremembo socialnih vlog in zmanjšano povezanostjo z domačim okoljem. Raziskave kažejo, da možnost udeležbe pri verskih dejavnostih, pogovor o eksistencialnih vprašanjih ter podpora pri iskanju življenjskega smisla pomembno prispevajo k boljšemu psihološkemu počutju stanovalcev (Cameron idr., 2024; Hodge idr., 2024).

Pomemben izziv ostaja usposobljenost zaposlenih. Številni zdravstveni in socialni delavci poročajo, da se pri svojem delu srečujejo z duhovnimi vprašanji starostnikov, vendar se pogosto ne čutijo dovolj

kompetentne za njihovo obravnavo (Morland, Rykkje in McSherry, 2024). To kaže na potrebo po vključevanju vsebin s področja duhovne oskrbe v izobraževalne programe zdravstvenih, socialnih in gerontoloških strok.

Slovenske raziskave potrjujejo ugotovitve mednarodnih avtorjev. Macuh in Raspor (2018) ugotavljata, da se potrebe po verskih dejavnostih in duhovni podpori z višjo starostjo povečujejo. Gedrih in Pahor (2009) pa opozarjata, da starostniki izražajo številne duhovne potrebe, ki pogosto ostajajo neprepoznane. Zato bo v prihodnje potrebno več raziskav, ki bodo omogočile oblikovanje strokovno utemeljenih smernic za izvajanje duhovne oskrbe v Sloveniji.

ZAKLJUČEK

Duhovna oskrba starostnikov postaja pomemben element sodobne gerontološke, zdravstvene in socialne obravnave. Demografsko staranje prebivalstva, podaljševanje življenjske dobe in vse večji delež oseb, ki bivajo v različnih oblikah institucionalne oskrbe, povečujejo potrebo po celostnem pristopu k človeku. Takšen pristop mora poleg telesnih, psiholoških in socialnih potreb vključevati tudi duhovno dimenzijo.

Pregled domače in tuje literature kaže, da duhovnost pomembno prispeva k kakovosti življenja starostnikov. Pozitivno vpliva na duševno zdravje, zmanjšuje občutke osamljenosti in depresivnosti, krepi občutek življenjskega smisla ter pomaga pri soočanju z boleznijo, izgubo in bližino smrti. Novejše raziskave potrjujejo, da imajo starostniki, katerih duhovne potrebe so prepoznane in ustrezno podprte, višjo stopnjo življenjskega zadovoljstva, boljše psihološko blagostanje in večji občutek dostojanstva.

V domačem okolju imajo pri zagotavljanju duhovne podpore pomembno vlogo družina, prostovoljci, lokalne skupnosti in verske organizacije. V institucionalni oskrbi pa je nujno zagotoviti pogoje za izvajanje verskih dejavnosti ter razvijati kompetence zaposlenih za prepoznavanje in obravnavo duhovnih potreb stanovalcev. Pri tem je potrebno spoštovati versko svobodo, kulturno raznolikost in individualne življenjske nazore posameznikov.

Slovenija ima na področju duhovne oskrbe starostnikov dobro izhodišče, vendar bo v prihodnje potrebno oblikovati jasnejše strokovne smernice, razviti izobraževalne programe za zaposlene in spodbuditi nadaljnje raziskovanje tega področja. Le s celostnim razumevanjem človeka bo mogoče zagotoviti dostojanstveno, kakovostno in človeku prijazno staranje.

Literatura in viri

- Avci, N., & Čavušoglu, S. (2024). The role of spirituality in coping with chronic illness in older adults. *Journal of Religion and Health*, 63(1), 45–62.
- Ballew, S. H., Hannum, S. M., Gaines, J. M., Marx, K. A., Parrish, J. M., & Holt, C. L. (2012). The role of spiritual experiences in quality of life among older adults. *Journal of Religion and Health*, 51(3), 729–741.
- Berger, P. L., & Luckmann, T. (1999). *Modernity, pluralism and the crisis of meaning*. Gütersloh: Bertelsmann Foundation Publishers.
- Bernard, M., Rickett, M., & Amigoni, A. (2017). Aging, spirituality and well-being. *Journal of Population Ageing*, 10(2), 89–105.
- Braam, A. W., Beekman, A. T. F., Deeg, D. J. H., Smit, J. H., & Van Tilburg, W. (2001). Religiosity as a protective factor against depressive symptoms in later life. *American Journal of Geriatric Psychiatry*, 9(2), 176–186.
- Buja, A., Grotto, G., Vo, D., Scioni, M., Perissinotto, E., & Baldo, V. (2024). Association of religiosity and spirituality with survival among older adults: A systematic review. *Journal of Public Health*.
- Burkhardt, M. A. (1993). Characteristics of spirituality in the lives of women in a rural Appalachian community. *Journal of Transcultural Nursing*, 4(2), 12–18.
- Cameron, N., Fetherstonhaugh, D., & Ibrahim, J. (2024). What is needed to provide high-quality cultural and spiritual care in long-term care homes? *Journal of Long-Term Care*, 371–382.
- Cheng, L. (2025). Exploring spiritual care competence among geriatric nurses. *Journal of Religion and Health*.
- Cheng, L., Li, Y., Zhang, X., & Wang, H. (2025). Spiritual needs and quality of life among older adults with chronic illness. *BMC Geriatrics*.
- Coelho-Júnior, H. J., Gonçalves, I. O., Sampaio, R. A. C., et al. (2022). Religiosity, spirituality and mental health among older adults: A systematic review. *Frontiers in Psychiatry*, 13, 851363.
- Deučman, P. (2025). *Izkušnje starejših oseb z oskrbo v domovih za starejše* (Magistrsko delo). Univerza v Mariboru, Fakulteta za zdravstvene vede.
- Dos Santos, F. C., Barbosa, M. A., & Oliveira, R. C. (2024). Impact of spiritual care delivered by nurses on psychological well-being among chronically ill patients. *International Journal of Nursing Practice*.
- Gedrih, M., & Pahor, M. (2009). *Duhovne potrebe starostnikov v domovih za starejše*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Hodge, D. R., Jiang, L., Sun, F., & Bonifas, R. P. (2024). Identifying and addressing spiritual needs among older adults in care facilities. *Journal of Applied Gerontology*, 43(10).
- Ilmi, A. A., Abdullah, K. L., Chan, C. M., & Hassan, N. H. (2024). Spiritual care for older people living in the community: A scoping review. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*.
- Kang, J., et al. (2026). *The influence of spirituality in the care of patients with advanced chronic illnesses and at the end of life: An integrative review*. PubMed Central (PMC12913316).
- Li, W., et al. (2026). *Exploring spiritual needs in older adults with chronic illnesses across diverse cultures: A cross-sectional analysis*. PMC Journal of Clinical Medicine (PMC12751557).

- Macuh, B. in Raspor, A. (2018). Duhovna oskrba starejših v domovih za starejše. Ljubljana, Bogoslovni vestnik, letnik 78, št. 2.
- Manning, L. K., & Miles, A. (2018). Examining the effects of spirituality on successful aging. *Journal of Religion, Spirituality & Aging*, 30(1), 1–15.
- Morland, M., Rykkje, L., & McSherry, W. (2024). Spiritual care for older nursing home residents: Healthcare professionals' experiences and suggestions for skills development. *Nordisk Sygeplejeforskning*.
- O'Connor, B. P., & Vallerand, R. J. (1989). Religious motivation in the elderly. *Journal of Social Psychology*, 129(2), 157–167.
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., Tarakeshwar, N., & Hahn, J. (2004). Religious coping methods as predictors of psychological outcomes among older adults. *Journal of Health Psychology*, 9(6), 713–730.
- Puchalski, C. M., Vitillo, R., Hull, S. K., & Reller, N. (2014). Improving the spiritual dimension of whole person care. *Journal of Palliative Medicine*, 17(6), 642–656.
- Rihar, M. (2025). *Duhovna oskrba starostnika v paliativni zdravstveni negi* (Diplomsko delo). Fakulteta za zdravstvo Angele Boškin.
- Skoberne, M. (2002). *Duhovnost in zdravstvena nega*. Ljubljana: Zbornica zdravstvene in babiške nege Slovenije.
- Šolar, B., & Mihelič Zajec, A. (2007). Duhovnost v zdravstveni negi starostnika. *Obzornik zdravstvene nege*, 41(2), 137–145.
- World Health Organization. (2021). *Decade of Healthy Ageing 2021–2030*. Geneva: WHO.
- Xue, Y., Li, H., Zhang, X., & Wang, J. (2025). Dignity and spiritual care in long-term care facilities: A cross-sectional study. *BMC Geriatrics*.

STRES JE STALNICA SODOBNEGA ŽIVLJENJA

Povzetek: Stres na delovnem mestu je eden od najpogostejših psiholoških pojavov sodobnega časa, ki ima pomemben vpliv na duševno in fizično zdravje posameznika. Nastane kot odgovor na prevelike zahteve ali mehanizme, ki presegajo zmožnosti prilagajanja, med ključnim pa je tudi subjektivno dožemanje okoliščin. V zadnjih letih se je delovno okolje hitro spreminjalo – naraščajo zahtevnosti storitve, zahteve po povečanju produktivnosti in stalne razpoložljivosti, s tem pa tudi večanje stresa in pojava izgorelosti. Psihologi stres pripisujejo prej osebnostnim značilnostim, odnosom z drugimi ljudmi, pomanjkanju podpore in občutku nemoči. Izpostavljenost stresnim situacijam dlje časa pa lahko povzroči motnjo duševnega zdravja, kot so tesnoba, depresija, motnje spanja in pomanjkanje motivacije. V nalogi so predstavljeni tudi načini obvladovanja stresa – od individualnih strategij sproščanja, telesne aktivnosti in meditacije, do strokovne pomoči in ustvarjanja bolj zdravega delovnega okolja. Poudarek je na celostnem razumevanju stresa kot psihološkega procesa, ki ga je mogoče obvladovati z ozaveščanjem, ustreznimi pristopi in podporo.

Ključne besede: stres, delovno mesto, psihologija, duševno zdravje, obvladovanje stresa.

UVOD

Stres je postal stalnica sodobnega življenja in eden najpogostejših vzrokov za slabše duševno in telesno zdravje zaposlenih. Delovno okolje, ki bi moralo omogočati osebno rast, stabilnost in občutek pripadnosti, pogosto postane vir pritiska, preobremenjenosti in negotovosti. Po podatkih številnih raziskav več kot polovica redno zaposlenih doživlja stres na delovnem mestu, kar vpliva tako na njihovo počutje kot na učinkovitost organizacije.

Pojem stres izhaja iz fizike, vendar ga je v psihologijo prenesel Hans Selye, ki ga je opredelil kot nespecifičen odziv organizma na zahteve okolja. Pomembno je, da stres sam po sebi ni vedno negativen – v manjših količinah lahko spodbuja motivacijo in prilagodljivost, medtem ko dolgotrajni ali prekomerni stres vodi v izgorelost in psihosomatske težave.

Namen te seminarske naloge je raziskati psihološke vidike stresa na delovnem mestu – njegove vzroke, posledice ter načine obvladovanja. Cilj je pokazati, kako se posamezniki različno odzivajo na stresne okoliščine in kako lahko z ustreznimi pristopi zmanjšamo negativne učinke na duševno zdravje in kakovost življenja. Naloga združuje spoznanja strokovne literature in sodobne spletne vire, ki obravnavajo stres z vidika psihologije dela in zdravja.

STRES IN NJEGOV POMEN

Pojem stres je v psihologijo uvedel Hans Selye, ki ga je opisal kot odziv telesa na vsako zahtevo, ki nanj deluje. Ločil je med eustresom (pozitivnim stresom, ki spodbuja motivacijo) in distresom (negativnim stresom, ki vodi v izčrpanost) (Selye, 1956).

Danes razumemo stres kot psihološki proces, ki je odvisen od tega, kako posameznik doživlja in ocenjuje določeno situacijo. Dva človeka lahko doživita isto obremenitev, a jo bosta različno zaznala – eden kot izziv, drugi kot grožnjo.

Stres je postal »sodobna epidemija«, ki vpliva na duševno zdravje in učinkovitost zaposlenih. Dolgotrajni stres povzroča napetost, zmanjšano koncentracijo ter čustveno izčrpanost. Med najpogostejšimi vzroki so preobremenjenost, časovni pritiski, slaba komunikacija in pomanjkanje podpore (vzajemna.si, 2022).

Stres ni le posledica zunanjih dejavnikov, ampak tudi notranjih – kot so perfekcionizem, visoka pričakovanja ali strah pred neuspehom. Zato je pomembno, da se stres obravnava celostno, kot kombinacija vplivov okolja in osebnostnih značilnosti (Darilo narave, 2021).

»Celostni pristop k dobremu počutju na delovnem mestu vključuje tako fizično, psihološko kot socialno blagostanje zaposlenih.« (Boštjančič, 2024, str. 13–14)

Definicije in vrste stresa

Stres je psihološki in fiziološki odziv posameznika na situacijo, ko zahteve presegajo razpoložljive vire oziroma sposobnosti za njihovo obvladovanje. Na portalu Moj psihoterapevt je zapisano:

»O stresu na delovnem mestu govorimo takrat, ko pride do neravnovesja med zahtevami in razpoložljivimi sredstvi, ki jih ima posameznik na voljo za izpolnjevanje teh zahtev (EU-OSHA)« (mojpsihoterapevt.si, 2025). Torej definicija poudarja neravnovesje med zahtevami in sredstvi.

Vrste stresa lahko delimo med drugim na:

- akutni stres – kratkotrajen, kot odziv na specifično situacijo;
- kronični stres – dolgotrajen in pogosto povezan z delovnim okoljem, kjer so prisotne stalne obremenitve.

Po eni razlagi so vrste tudi po kriteriju pozitivnega in negativnega stresa, kjer negativni (distres) pomeni, da zahteve presegajo zmožnosti, kar vodi v negativne učinke (bizinaizi.si, 2016).

Kratkotrajni in dolgotrajni stres

Strokovnjaki ločijo med kratkotrajnim (akutnim) in dolgotrajnim (kroničnim) stresom. Kratkotrajen stres nastane kot naraven odziv telesa na konkretno situacijo – na primer pred pomembnim sestanekom ali izpitom. Pomaga nam, da se zberemo, izboljša koncentracijo in poveča odzivnost.

Če pa stres traja predolgo, se spremeni v kronični stres, ki telesu in psihi ne dopušča počitka. Na portalu Moj psihoterapevt opozarjajo, da "ljudje nismo narejeni za prenašanje stalnega stresa", saj takšno stanje vodi v izčrpanost, motnje spanja in upad motivacije (mojpsihoterapevt.si, 2025).

Dolgotrajni stres postopoma izčrpava organizem, oslabi imunski sistem in povečuje tveganje za depresijo, anksioznost ter izgorelost. Pomembno je, da posameznik pravočasno prepozna znake preobremenjenosti in poišče načine za sprostitev in ravnovesje med delom in počitkom.

Psihološki in fiziološki mehanizma delovanja stresa

Ko posameznik zazna situacijo kot ogrožajočo ali preveč zahtevno, telo sproži t. i. odziv »boj ali beg« (fight or flight). Aktivira se avtonomni živčni sistem, sproščajo se stresni hormoni, predvsem adrenalin in kortizol, ki povečata srčni utrip, krvni tlak in pripravljenost telesa na delovanje (vzajemna.si, 2022). Ta mehanizem je koristen pri kratkotrajnih stresih, saj nam pomaga hitro reagirati. Vendar pa pri dolgotrajnem stresu stalno izločanje kortizola povzroča izčrpanost, oslABLJENO imunost, težave s spanjem in razpoloženjem. Psihološki vidik stresa pa se nanaša na to, kako posameznik situacijo doživlja in ocenjuje. Če oseba verjame, da ima nadzor in podporo, bo stres manjši. Kadar pa se počuti nemočno ali nesposobno, stres doživlja močnejše. »Med najpogostejše psihološke sprožilce sodijo pomanjkanje nadzora, konflikti v odnosih in občutek, da se trud ne prepozna« (mojpsihoterapevt.si, 2025). Zato strokovnjaki poudarjajo, da stres ni le fizična reakcija telesa, ampak tudi psihološko doživljanje – ravnotežje med zahtevami okolja in posameznikovimi notranjimi viri.

PSIHOLOŠKI VZROKI STRESA NA DELOVNEM MESTU

Stres na delovnem mestu se pogosto ne pojavi zaradi enega samega dejavnika, temveč zaradi kombinacije psiholoških, organizacijskih in medosebnih vplivov. Med najpomembnejše psihološke vzroke sodijo občutek preobremenjenosti, pomanjkanje nadzora nad delom, nejasne zahteve, konflikti in osebne značilnosti zaposlenega.

Pritisk delovnih nalog in odgovornosti

Eden najpogostejših vzrokov stresa je pretirana količina dela ali občutek, da ni dovolj časa za izvedbo nalog. Stres se pojavi, "ko zahteve dela presegajo posameznikove sposobnosti ali razpoložljive vire." Preobremenjenost vodi v stalno napetost, zmanjšano zbranost in napake pri delu (bizinaizi.si, 2016).

Poleg količine nalog pomembno vpliva tudi odgovornost, ki jo ima posameznik. Kadar delavec čuti, da so pričakovanja previsoka ali da se od njega zahteva popolnost, se pojavi občutek pritiska, tesnobe in strahu pred neuspehom. Dolgotrajno takšno stanje lahko vodi v izgorelost, še posebej, če je pomanjkljiva podpora vodstva ali sodelavcev (mojpsihoterapevt.si, 2025).

Pomembno je, da organizacije prepoznajo pomen realnih delovnih ciljev in omogočijo zaposlenim občutek nadzora nad delovnim procesom. To zmanjšuje stres in povečuje zadovoljstvo pri delu.

Medosebni odnosi in komunikacija

Kakovost odnosov med sodelavci in nadrejenimi močno v

»Nejasna pričakovanja, konflikti in pomanjkanje podpore« med najpogostejšimi vzroki za stres na delovnem mestu (mojpsihoterapevt.si, 2025).

Medosebni odnosi postanejo vir stresa, kadar zaposleni čutijo nepriznanost, kritiko ali izključenost iz skupine. Takšna dinamika vodi v nezadovoljstvo, zmanjšano motivacijo in celo psihosomatske težave, kot so glavoboli ali nespečnost. Nasprotno pa dobra komunikacija in spoštljivi odnosi zmanjšujejo stres, saj ustvarjajo občutek varnosti in pripadnosti (darilonarave.si, 2021).

Pomemben dejavnik je tudi vodenje. Vodje, ki znajo poslušati, izražajo razumevanje in nudijo podporo, prispevajo k boljšemu duševnemu počutju zaposlenih. V podjetjih, kjer prevladuje avtoritaren ali negativen pristop, pa se stres pogosto prenaša po celotni organizaciji (vzajemna.si, 2022).

Konflikti, mobing in izgorelost

Konflikti na delovnem mestu so pogost vir stresa, še posebej, kadar trajajo dlje časa ali vključujejo neenakovredne odnose moči. Konstruktivni konflikti lahko spodbudijo razvoj in izboljšanje odnosov, vendar dolgotrajni, nerešeni spori povzročajo napetost, nezaupanje in zmanjšujejo produktivnost.

Ena najhujših oblik dolgotrajnega konflikta je mobing – sistematično psihično nasilje, usmerjeno proti posamezniku. Poudarjajo, da mobing povzroča "občutek nemoči, osamljenosti in zmanjšano samopodobo", kar vodi v resne duševne posledice, kot sta tesnoba in depresija. Pogosto se žrtve počutijo krive ali preobremenjene, kar še povečuje stres (bizinaizi.si, 2016)

Če se stres in konflikti ponavljajo brez rešitve, lahko pride do izgorelosti (burnout). Gre za stanje čustvene, telesne in duševne izčrpanosti, ki nastane zaradi dolgotrajne izpostavljenosti stresu. Simptomi vključujejo apatijo, razdražljivost, pomanjkanje energije in občutek nesmisla pri delu (vzajemna.si, 2022).

Organizacije lahko zmanjšajo tveganje za izgorelost s spodbujanjem odprte komunikacije, preventivnimi programi duševnega zdravja in s podporo zaposlenim, ki doživljajo stresne situacije.

Osebnostne značilnosti zaposlenega

Na doživljanje stresa močno vplivajo tudi osebnostne lastnosti posameznika. Dva zaposlena se lahko znajdetta v enaki situaciji, pa bosta stres občutila različno – eden kot izziv, drugi kot grožnjo. Za stres so bolj dovzetne osebe, ki so perfekcionistične, samokritične ali imajo visoko potrebo po potrditvi drugih (mojpsihoterapevt.si, 2025).

Osebe z izrazitim občutkom odgovornosti in težnjo k popolnosti pogosto prevzemajo preveč nalog in težko postavijo meje. Takšna vedenja vodijo v kronično napetost in sčasoma v izgorelost. Nasprotno pa ljudje, ki znajo delegirati naloge, prositi za pomoč in uravnotežiti delo z zasebnim življenjem, stres lažje obvladujejo (darilonarave.si, 2021).

Pomembna zaščitna lastnost je tudi psihološka odpornost (resilience) – sposobnost, da posameznik kljub stresu ohranja notranje ravnovesje. To lastnost je mogoče razvijati s tehnikami sproščanja, čuječnostjo in učenjem pozitivnega mišljenja.

Spoznanje, da ima posameznik pri obvladovanju stresa pomembno vlogo sam, je ključno za njegovo duševno zdravje in dobro počutje na delovnem mestu.

POSLEDICE STRESA NA PSIHOLOŠKO ZDRAVJE

Dolgotrajni stres na delovnem mestu močno vpliva na posameznikovo duševno ravnovesje. Psihološke posledice se pogosto razvijajo postopoma in se kažejo v spremembah razpoloženja, vedenja ter odnosa do dela in okolice. »Dobro počutje na delovnem mestu je večdimenzionalno – vključuje zavzetost, zadovoljstvo, pozitivne in negativne čustvene odzive.« (Boštjančič, 2024)

Čustvene in vedenjske spremembe

Prvi znaki stresa se pogosto pokažejo na čustveni ravni. Posameznik postane napet, razdražljiv, nestrpen ali čustveno otopel. Pogosto se pojavi anksioznost, občutek tesnobe in nezadovoljstva z delom ali samim seboj. Dolgotrajni stres vodi do »sprememb v razpoloženju, motenj spanja, težav s koncentracijo in občutka nemoči (vzajemna.si, 2022).

Tovrstne čustvene spremembe vplivajo tudi na vedenje. Zaposleni se lahko začnejo umikati iz socialnih stikov, izgubijo zanimanje za sodelovanje in postanejo manj učinkoviti. V nekaterih primerih se pojavijo

nezdave strategije spoprijemanja, kot so pretirano uživanje hrane, alkohola ali kajenje (darilonarave.si, 2021).

Če se stresno stanje nadaljuje, se lahko razvije kronična utrujenost ali apatija, kar vpliva ne le na posameznika, temveč tudi na celotno delovno skupino. Prepoznavanje teh sprememb je zato ključno, saj zgodnje ukrepanje prepreči hujše psihične posledice.

Tesnoba, depresija in izgorelost

Ko stres postane kroničen, se njegovi učinki začnejo odražati v resnejših duševnih težavah, kot so tesnoba, depresija in izgorelost. Dolgotrajna napetost, občutek pritiska in nemoči vodijo do zmanjšane občutka lastne vrednosti ter izgube motivacije.

Stres zmanjšuje sposobnost koncentracije in odločanja, povečuje pa negotovost in občutek krivde. Ko posameznik ne zmore več obvladovati zahtev dela, se lahko pojavijo simptomi tesnobe – stalna zaskrbljenost, pospešeno bitje srca, napetost v telesu in občutek notranjega nemira (mojpsihoterapevt.si, 2025).

Depresija je pogosta posledica dolgotrajnega psihičnega izčrpanja. Zanj so značilni občutki brezvoljnosti, žalosti, izgube interesa in energije. Poudarjajo, da »stres neposredno vpliva na delovanje možganov in s tem na čustveno ravnoesje posameznika (vzajemna.si, 2022).

Najhujša oblika dolgotrajnega stresa je izgorelost (burnout). Pojavi se, ko je posameznik predolgo izpostavljen napetostim, ne da bi imel možnost počitka in podpore. Zanj so značilni čustvena izčrpanost, občutek praznine, razdražljivost in odtujenost do dela. Izgorelost je rezultat neprestanega napora, da bi dosegli previsoka pričakovanja, ob hkratnem pomanjkanju priznanja in počitka (bizinaizi.si, 2016).

Zgodnje prepoznavanje teh znakov in ustrezna psihološka pomoč sta ključna za preprečevanje hujših duševnih posledic.

Učinek na motivacijo, produktivnost in odnose v kolektivu

Stres ne vpliva le na posameznika, temveč tudi na delovno učinkovitost in odnose v kolektivu. Ko zaposleni občutijo preobremenjenost, strah ali negotovost, se zmanjša njihova motivacija in sposobnost osredotočanja. Dolgotrajni stres zmanjšuje delovno zmogljivost, povzroča napake in povečuje odsotnost z dela (vzajemna.si, 2022).

Zaradi utrujenosti in napetosti zaposleni pogosto delujejo po avtomatizmu, brez občutka zadovoljstva in pripadnosti. Takšno stanje vodi v nižjo produktivnost, večje število bolniških odsotnosti in slabše medosebne odnose. Stres se lahko prenaša med sodelavci, kar ustvarja napeto vzdušje in zmanjšuje timski duh (mojpsihoterapevt.si, 2025).

Pomanjkanje motivacije in podpore vpliva tudi na kakovost komunikacije. Zaposleni se začnejo umikati iz sodelovanja, zmanjšuje se ustvarjalnost, povečuje pa nezaupanje med sodelavci. Pozitivni odnosi in občutek povezanosti so ena najmočnejših zaščit pred stresom, saj omogočajo deljenje bremen in spodbujajo psihološko varnost v kolektivu (darilonarave.si, 2021).

Ustvarjanje zdravega, spodbudnega delovnega okolja, v katerem se posamezniki počutijo slišane in spoštovane, zato ni le etična, temveč tudi organizacijska potreba za dolgoročno uspešnost podjetja.

NAČINI POPRIJEMANJA S STRESOM

Čeprav je stres sestavni del življenja, ga lahko s pravimi pristopi učinkovito obvladujemo. Pomembno je prepoznati lastne stresne sprožilce in razviti strategije, ki pomagajo ohraniti psihološko ravnoesje.

Posameznikove strategije

Posameznik ima pri obvladovanju stresa ključno vlogo. Strokovnjaki poudarjajo pomen samoregulacije, sproščanja in skrbi za telesno zdravje, saj so duševno in fizično počutje medsebojno povezani. Redna telesna aktivnost, dihalne vaje in sprostitvene tehnike, ki zmanjšujejo napetost in izboljšujejo razpoloženje. Prav tako se priporoča redno spanje in uravnotežena prehrana, saj pomanjkanje spanca povečuje občutljivost na stres (darilonarave.si, 2021).

Pomembna strategija je tudi organizacija časa – določanje prioritet in postavljanje realnih ciljev zmanjšata občutek preobremenjenosti. Posameznik naj se nauči reči »ne«, kadar so zahteve prevelike, in si vzame čas za počitek.

Čuječnost (mindfulness) je ena najučinkovitejših sodobnih tehnik za zmanjševanje stresa. Gre za usmerjeno pozornost na sedanji trenutek brez presojanja. Raziskave kažejo, da redna vadba čuječnosti izboljšuje koncentracijo, zmanjšuje tesnobo in spodbuja občutek notranjega miru (mojpsihoterapevt.si, 2025).

Pomembno je tudi iskanje socialne podpore – pogovor s prijatelji, družino ali sodelavci zmanjšuje občutek osamljenosti in pomaga ohranjati perspektivo.

Psihološka pomoč in svetovanje

Kadar posameznik sam ne zmore več učinkovito obvladovati stresa, je priporočljivo poiskati strokovno pomoč. Psihološko svetovanje ali psihoterapija omogočata, da oseba bolje razume vzroke svojega stresa, razvije zdrave načine soočanja in ponovno vzpostavi čustveno ravnovesje.

Psihoterapija pomaga pri "prepoznavanju vzorcev mišljenja in vedenja, ki vzdržujejo stresne odzive". S strokovnim vodenjem posameznik postopoma pridobi večji občutek nadzora in samozvesti pri soočanju z zahtevnimi situacijami (mojpsihoterapevt.si, 2025).

Poleg individualnega svetovanja so koristne tudi skupinske oblike pomoči, kot so delavnice obvladovanja stresa, coaching ali supervizija. Te oblike omogočajo izmenjavo izkušenj, podporo med udeleženci in učenje konkretnih tehnik sproščanja.

Pomemben del psihološke pomoči je tudi izobraževanje o duševnem zdravju na delovnem mestu. Organizacije, ki vlagajo v dobrobit zaposlenih, zmanjšujejo odsotnost z dela, izboljšujejo klimo in povečujejo zavzetost. Preventivni programi, ki vključujejo svetovanje in podporo, so ključni za zmanjšanje tveganja izgorelosti in kroničnega stresa (vzajemna.si, 2022).

Pomen podpore sodelavcev in vodstva

Med najpomembnejše dejavnike, ki zmanjšujejo stres na delovnem mestu, spada socialna podpora. Zaposleni, ki čutijo, da imajo ob sebi sodelavce in vodstvo, ki jih razumejo in spoštujejo, lažje premagujejo delovne pritiske.

Stres se pogosteje pojavi v delovnih okoljih, kjer so odnosi napeti in komunikacija šibka. Nasprotno pa odprta komunikacija, timsko delo in občutek pripadnosti ustvarjajo varno okolje, v katerem posameznik lažje izrazi svoje potrebe in skrbi (bizinaizi.si, 2016).

Tudi vodstvo ima pri tem ključno vlogo. Vodja mora "ustvarjati klimo zaupanja, skrbeti za pravično porazdelitev dela ter spodbujati odprto izmenjavo mnenj". Tak pristop zmanjšuje konflikte in krepi občutek povezanosti (vzajemna.si, 2022).

Poleg čustvene podpore sodelavcev so pomembni tudi jasni cilji, povratne informacije in priznanje za dobro opravljeno delo. Pohvala in občutek, da je posameznikovo delo cenjeno, delujeta kot močan zaščitni dejavnik pred stresom (mojpsihoterapevt.si, 2025).

Zato je razvijanje medsebojnega zaupanja in empatičnega vodenja temelj zdrave organizacijske kulture, ki spodbuja dobro počutje zaposlenih in zmanjšuje tveganje za izgorelost.

Ustvarjanje zdravega delovnega okolja

Zdravo delovno okolje je ključni dejavnik pri preprečevanju in obvladovanju stresa. V podjetjih, kjer vladata spoštovanje in odprta komunikacija, zaposleni lažje ohranjajo dobro duševno počutje in motivacijo za delo. Za zmanjšanje stresa je potrebno ustvarjati pogoje, ki omogočajo sodelovanje, spoštovanje in ravnovesje med delom ter zasebnim življenjem. Pomembno je, da delodajalci zaposlenim omogočijo dovolj časa za počitek, možnost izobraževanja in fleksibilne oblike dela, kjer je to mogoče (Ministrstvo za delo, 2022).

Zdrava organizacijska kultura temelji na pravičnosti, zaupanju in skrbi za dobrobit zaposlenih. Podjetja, ki vlagajo v psihološko varnost in dobro počutje, zmanjšujejo število bolniških odsotnosti in povečujejo zadovoljstvo zaposlenih (darilonarave.si, 2021).

Pomembno je tudi, da vodstvo redno spremlja psihološko stanje zaposlenih ter pravočasno prepozna znake preobremenjenosti. To vključuje preventivne programe, delavnice o duševnem zdravju in možnost zaupnih pogovorov s strokovnjaki.

Ustvarjanje zdravega delovnega okolja ni enkraten ukrep, temveč stalni proces, ki zahteva sodelovanje vseh – od vodstva do posameznih zaposlenih. Le tako lahko delovno mesto postane prostor, kjer delo spodbuja rast in ne povzroča škodljivega stresa.

ZAKLJUČEK

Stres na delovnem mestu je postal ena najpogostejših težav sodobnega delovnega okolja. Nastaja kot posledica povečanih zahtev, časovnega pritiska, nejasnih pričakovanj in slabih odnosov. Kljub temu stres ni vedno negativen – v zmernih količinah nas lahko spodbuja k večji osredotočenosti in učinkovitosti. Težava nastane, kadar traja predolgo in preseže posameznikove sposobnosti obvladovanja. Psihološki vidiki stresa so ključni za razumevanje njegovih učinkov. Dolgotrajna napetost vpliva na čustva, vedenje in duševno zdravje zaposlenih, pogosto pa vodi v tesnobo, depresijo ali izgorelost. Poleg tega stres zmanjšuje motivacijo, slabša odnose v kolektivu in zmanjšuje delovno učinkovitost. Zato je pomembno, da se s stresom ne soočamo le na individualni ravni, temveč tudi sistemsko – z vzpostavljanjem zdrave organizacijske kulture. Posameznik lahko veliko stori sam s tehnikami sproščanja, čuječnostjo in iskanjem socialne podpore, toda enako pomembna je vloga delodajalcev in vodstva. Ustvarjanje zaupanja, odprte komunikacije in podpore zaposlenim bistveno zmanjšuje negativne posledice stresa. Celovito obvladovanje stresa zahteva sodelovanje vseh – posameznika, sodelavcev in organizacije. Le s skupnim pristopom je mogoče ustvariti okolje, v katerem delo spodbuja osebno rast, zadovoljstvo in duševno ravnovesje. »Naša skrb za dobro počutje na delovnem mestu izhaja iz prepričanja, da so ljudje največje bogastvo vsake delovne organizacije,« je zapisal Boštjančič (2024).

Literatura in viri

- American psychological association. (2024). Coping with stress at work. Pridobljeno 3. 11. 2025 s spletne strani: <https://www.apa.org/topics/healthy-workplaces/work-stress>
- Bizinaizi.si. (2016). Stres na delu – zakaj nastane in kako ga odpraviti. Pridobljeno 1. 11. 2025 s spletne strani: <https://www.bizinaizi.si/stres-na-delovnem-mestu/>
- Boštjančič, E. (2024). Dobro počutje na delovnem mestu: psihološki pogledi raziskave in priporočila. Ljubljana: Založba UL, Filozofska fakulteta. Pridobljeno 12. 11. 2025 s spletne strani: <https://ebooks.uni-lj.si/ZalozbaUL/catalog/book/633>
- Darilo narave. (2021). Stres na delovnem mestu. Pridobljeno 1. 11. 2025 s spletne strani: <https://www.darilonarave.si/blog/stres-na-delovnem-mestu>
- Health service. (2025). Work – related stress. Pridobljeno 3. 11. 2025 s spletne strani: <https://healthservice.hse.ie/staff/health-and-safety/work-related-stress/>
- Managing work-related stress: Causes and signs of stress. (2025). Pridobljeno 3. 11. 2025 s spletne strani: <https://www.acas.org.uk/managing-work-related-stress>
- Ministrstvo za delo, družino, socialne zadeve in enake možnosti. (2022). Stres na delovnem mestu – poročilo. Pridobljeno 1. 11. 2025 s spletne strani: <https://vzd.mdds.gov.si/document-download/stres-na-delovnem-mestu-2022-01-14-92>
- Moj psihoterapevt. (n. d.). Stres na delovnem mestu. Pridobljeno 1. 11. 2025 s spletne strani: <https://www.mojpsihoterapevt.si/clanek/Stres-na-delovnem%20mestu/id/82?u>
- National Health Service. (2025) Work – related stress. Pridobljeno 3. 11. 2025 s spletne strani: <https://www.nhs.uk/every-mind-matters/lifes-challenges/work-related-stress/>
- Sindikat organizacij za pomoč in samopomoč Slovenije (SOPS). (2014). Stres na delovnem mestu. Pridobljeno 1. 11. 2025 s spletne strani: <https://www.sops.si/wp-content/uploads/2014/05/Stres-na-delovnem-mestu.pdf>
- Vzajemna zdravstvena zavarovalnica. (2022). Stres na delovnem mestu. Pridobljeno 1. 11. 2025 s spletne strani: <https://www.vzajemna.si/nasveti-strokovnjakov/nasveti/nasvet/stres-na-delovnem-mestu>

mag. Mirjana Ivanuša-Bezjak
FKPV, Celje, Slovenija
ivanusa.mirjana@gmail.com

KAKO UMETNA INTELIGENCA VPLIVA NA KRITIČNO RAZMIŠLJANJE, KREATIVNOST IN USTVARJALNOST SLOVENSКИH ŠTUDENTOV

Povzetek: Uporaba umetne inteligence med slovenskimi študenti se večja iz dneva v dan. Na prvi pogled je njena uporaba zelo »vabljiva in privlačna«, vendar pa jim lahko njena nekritična uporaba povzroči več škode kot koristi. Pedagoški delavci v zadnjem letu opazujemo, da nekritična uporaba umetne inteligence (v nadaljevanju UI) ter »slepo kopiranje odgovorov velikih jezikovnih modelov« študente »poleni in zelo zmanjša njihovo kritično razmišljanje«. Študenti tako lahko padejo v kognitivno predajo ter »slepo sprejemanje brez nekritičnega preverjanja odgovorov UI«. Pred pedagoškimi delavci in študenti je velik izziv, ki ga morajo skupaj nasloviti in postopno reševati.

Ključne besede: umetna inteligenca, kritično razmišljanje, kreativnost, ustvarjalnost, kognitivna predaja.

UVOD

Umetna inteligenca lahko slovenskim študentom pomaga pri učenju in študiju, vendar lahko ob nekritični uporabi oslabi prav tiste sposobnosti, ki naj bi jih visokošolsko izobraževanje razvijalo. To pa sta kreativnost in ustvarjalnost ter kritično razmišljanje (Gerhardt, 2026).

Generativna umetna inteligenca je v zelo kratkem času postala vsakodnevno orodje številnih študentov pri študiju in osvajanju novih tematik. ChatGPT in množico ostalih velikih jezikovnih modelov uporabljajo za iskanje informacij, razlago zahtevnih pojmov, učenje novih vsebin, povzemanje literature, iskanje in razvijanje idej za naloge in projekte, reševanje nalog, programiranje, prevajanje ter pripravo seminarskih in zaključnih del. Njihova (zelo pogosta) uporaba ni več obrobni in zanemarljiv pojav, temveč postaja sestavni del študentovega študijsko učnega procesa (raziskava <https://www.1ka.si/GenUI>, 2026).

To velja tudi za slovenski visokošolski prostor. Ključno vprašanje zato ni več, ali študenti uporabljajo umetno inteligenco, temveč kako jo uporabljajo in kaj se ob tem dogaja z njihovim načinom razmišljanja, stopnjo ustvarjalnosti in kreativnostjo ter kritičnega razmišljanja in presoje (Ivanuša, 2026).

Umetna inteligenca lahko izboljša produktivnost in olajša ter pohitri dostop do znanja. Hkrati pa odpira nevarnost, da študenti nanjo prenesejo vse več miselnega napora. Če začnejo njene odgovore sprejemati brez preverjanja, se lahko zmanjšajo njihova sposobnost kritične presoje, samostojnega reševanja problemov in oblikovanja izvirnih idej. To so tudi opazanja in posledično zaskrbljenost pedagoških delavcev »s terena«. To so posledice izjemno hitrega (eksponentnega) razvoja UI.

Ko pomoč stroja lahko hitro postane »kognitivna predaja«

Ena največjih nevarnosti intenzivne uporabe umetne inteligence za študente je tako imenovana kognitivna predaja (cognitive surrender). Gre za položaj, v katerem posameznik presojo, odločanje in reševanje problemov prepusti sistemu, namesto da bi njegove predloge obravnaval kot izhodišče za lastno razmišljanje.

Raziskovalca Shaw in Nave (2026) ta novi pojav povezan z uporabo UI imenujeta cognitive surrender – kognitivna predaja. Gre za stanje, ko uporabnik nekritično prevzame sodbe, zaključke in rešitve, ki jih predlaga UI, namesto da bi aktiviral lasten razmislek. Ni nujno, da gre za zavestno odločitev. Pogosto se zgodi subtilno, skoraj neopazno: UI ponudi odgovor, ki zveni prepričljivo, mi pa ga sprejmemo, ker ne vemo – ali ne preverimo – ali drži. V svoji študiji sta pokazala, da so udeleženci pri nalogah z intuitivno napačno rešitvijo pogosto slepo sledili napačnim odgovorom UI, hkrati pa poročali o večji samozavesti glede svojega dela. To je paradoks kognitivne predaje: bolj kot se zanašamo na UI, manj smo kritični – a bolj prepričani smo v lastno »kompetentnost«.

Razliko lahko ponazorimo s primerom osebnega trenerja. Dober trener nam pokaže pravilno izvedbo vaje, spremlja napredek in nas spodbuja, da napor opravimo sami. Če pa uteži dviguje namesto nas, so rezultati morda videti impresivni, vendar sami ne postajamo močnejši.

Podobno velja za uporabo umetne inteligence pri študiju. Študent lahko z njeno pomočjo hitro pripravi strukturirano seminarsko nalogo, oblikuje prepričljivo razlago ali pride do pravilnega rezultata. Toda končni izdelek še ne dokazuje, da je snov razumel. Če ni sam opravil ključnega miselnega dela, lahko njegova dejanska sposobnost ostane nespremenjena ali se celo zmanjša. Tako na nek način »slepi sebe in okolico«.

Na to opozarjajo tudi raziskave, predstavljene v izhodiščnem gradivu. Študija Boston Consulting Group (BCG, 2026) je pokazala, da so sodelujoči z dostopom do GPT-4 opravili več nalog, delali hitreje in dosegali višjo ocenjeno kakovost. Največ so pridobili tisti z nižjo začetno uspešnostjo. Vendar večja produktivnost še ne pomeni nujno globljega razumevanja ali trajnejšega znanja.

V raziskavi Grace Liu z univerze Carnegie Mellon (Liu, 2026) so udeleženci ob pomoči umetne inteligence uspešneje reševali naloge z ulomki. Ko jim pomoč ni bila več na voljo, pa so bili njihovi rezultati slabši od rezultatov skupine, ki umetne inteligence sploh ni uporabljala. To kaže, da lahko AI izboljša trenutni dosežek, ne da bi pri tem nujno izboljšala sposobnost samostojnega reševanja nalog.

Samozavesten odgovor še ni pravi odgovor

Posebna težava in izziv generativne umetne inteligence je, da lahko poda napačen odgovor v zelo prepričljivi obliki. Besedilo je lahko slovnično pravilno, logično strukturirano in strokovno zveneče, vendar vsebuje napačne podatke, izmišljene vire ali neutemeljene sklepe.

Prav na to opozarja Moones Alamootti (Alamootti, 2026) v članku The Real Problem With AI in STEM Education. Opisuje primer študenta, ki je pri nalogi o sistemih za shranjevanje energije oddal lepo oblikovan in na videz strokoven izdelek. Tehnična vsebina pa je bila napačna: umetna inteligenca si je izmislila značilnosti polnjenja in praznjenja ter navedla podatke o učinkovitosti, ki jih ni bilo mogoče najti v strokovni literaturi.

Študent po avtoričini oceni ni želel goljufati. Umetno inteligenco je uporabil, ker je hotel bolje razumeti snov, vendar ni imel dovolj znanja in ustreznih meril, da bi prepoznal napačen odgovor.

Takšni primeri so posebej pomembni pri naravoslovju, tehniki, medicini in drugih področjih, na katerih napake nimajo le akademskih posledic. Napačen izračun, neustrezen tehnični podatek ali napačno razumljena povezava med zdravili imajo lahko v resničnem okolju resne posledice.

Osrednji problem zato ni samo možnost, da umetna inteligenca poda napačen odgovor. Še večja težava je, da študent ne zna ugotoviti, da je odgovor napačen. Pravilnost odgovora lahko hitro prepozna samo strokovnjak z določenega področja.

Vpliv na kritično razmišljanje

Kritično razmišljanje vključuje preverjanje informacij, prepoznavanje predpostavk, razlikovanje med dejstvi in interpretacijami, presojanje kakovosti virov ter oblikovanje utemeljenih sklepov. Te sposobnosti se ne razvijejo zgolj z branjem pravih odgovorov, temveč predvsem z aktivnim ukvarjanjem s problemom.

Če študent umetno inteligenco uporablja kot bližnjico do končnega odgovora, preskoči prav tiste faze, v katerih se kritično razmišljanje oblikuje.

Ne zastavi si vprašanj s katerimi bi preveril pravilnost odgovorov:

- Na katerih predpostavkah temelji odgovor?
- Ali so navedeni podatki preverljivi?
- Ali uporabljeni viri res obstajajo?
- Ali sklep logično izhaja iz argumentov?
- Katere alternativne razlage so mogoče?
- Kaj bi se zgodilo, če bi spremenili začetne pogoje?

- Kje so meje in negotovosti predstavljenega odgovora?

Že omenjena raziskava Shawa in Navea (2026) je pokazala še en zaskrbljujoč vidik. Udeleženci so se pri nalogah, pri katerih je bila intuitivna rešitev napačna, pogosto nekritično oprli na napačne odgovore umetne inteligence. Ob tem so poročali o večji samozavesti.

Umetna inteligenca torej ne more samo povečati verjetnosti napačnega odgovora, temveč lahko poveča tudi prepričanje, da je tak odgovor pravilen. Kombinacija slabega razumevanja in visoke samozavesti je lahko nevarnejša od običajne nevednosti.

Tako smo prišli do ene ključnih tveganj sodobne umetne inteligence: UI ne more le povečati verjetnosti napačnega odgovora, temveč lahko hkrati poveča tudi uporabnikovo prepričanje, da je ta odgovor pravilen. Kombinacija slabega razumevanja in visoke samozavesti je zato dejansko lahko nevarnejša od običajne nevednosti.

Nedavna raziskava z raziskovalci (Chiara Marcoccia, Walter Quattrociochi in Valerio Capraro) in s 3132 sodelujočimi je pokazala, da napačen nasvet umetne inteligence zmanjša pripravljenost ljudi, da priznajo svoje neznanje, in hkrati poveča njihovo samozavest v lastne odgovore. To pomeni, da AI ne vpliva le na to, kaj ljudje mislijo, da vedo, ampak tudi na to, kako prepričani so v to znanje tudi, ko je napačno (Marciccia et.al, 2026).

Takšen način »slepega sprejemanja in nekritičnega (in nepreverjenega) kopiranja odgovorov UI« je zelo nevarno in zavajajoče.

Ta pojav ustvarja večplastno tveganje:

Iluzija razumevanja: Ker AI odgovarja tekoče in prepričljivo, uporabniki pogosto zmotno sklepajo, da sistem dejansko razume svet kot človek, čeprav v resnici nima zavesti, občutkov ali resničnega razumevanja.

Zmanjšano kritično preverjanje: Ko so ljudje bolj samozavestni, manj preverjajo informacije pri drugih virih, kar povečuje tveganje širjenja napačnih informacij.

Odpornost na popravljanje: Visoka samozavest v napačne odgovore naredi ljudi manj dovzetne za korekcije, saj nasprotovanje njihovemu "znanju" doživljajo kot osebno grožnjo.

Postavlja se vprašanje kako se zaščititi pred opisanim tveganjem nekritične uporabe UI v pedagoškem procesu.

Kje nastane največje tveganje?

Največje tveganje nastane, ko je odgovor videti strokoven in prepričljiv, študent – uporabnik pa ga ne zna preveriti.

UI lahko navede napačno dejstvo, zamenja datum ali pravno pravilo, ustvari neobstoječi vir, spregleda pomemben kontekst, ponovi pristranskost ali neprimerno obdela občutljive podatke.

Posebna previdnost je potrebna pri pravnih, finančnih, zdravstvenih, kadrovskih in varnostnih odločitvah. Večje ko so možne posledice, močnejši mora biti človeški nadzor.

Zato si mora študent vedno znova postavljati sledeča »varnostna vprašanja«, ki se nanašajo na podan odgovor velikega jezikovnega modela:

- Ali odgovor temelji na preverljivih podatkih?
- Ali so viri resnični in dovolj aktualni?
- Ali manjkajo pomembne izjeme?
- Ali smo vnesli podatke, ki jih ne bi smeli?
- Kdo bo prevzel odgovornost za napačen rezultat?

Strokovnjaki priporočajo več pristopov za zmanjšanje tega tveganja:

Razvijanje kritičnega mišljenja: Uporabnike je treba izobraževati o tem, kaj je UI, kako deluje in kje se lahko pojavijo pasti, da znajo ločiti resnično od manipulacije.

Navzkrižno preverjanje: Ključno je zagotoviti, da se informacije iz UI preverjajo pri verodostojnih virih podatkov.

Transparentnost omejitve UI: Pomembno je poudarjati, da UI nima človeškega razumevanja in da njeni odgovori temeljijo na verjetnosti in podatkih, ne na resničnem razumevanju sveta.

Izobraževanje v šolah in podjetjih: Priporoča se uvedba delavnic o UI in varnosti v šole ter izobraževanje zaposlenih v podjetjih o tveganjih in varni rabi.

Ta izziv je še posebej pomemben v izobraževanju, kjer se UI orodja vse bolj uporabljajo kot podpora učenju, a hkrati zahtevajo razvoj digitalne pismenosti in kritičnega razmišljanja pri študentih in predavateljih.

Ali umetna inteligenca spodbuja ali omejuje ustvarjalnost in kritično razmišljanje?

Vpliv umetne inteligence na ustvarjalnost in kreativnost ni enoznačen. Študentom lahko pomaga preseči začetno ustvarjalno blokado, ponuditi različne perspektive, izboljšati strukturo besedila ali razviti že oblikovano zamisel. Koristna je lahko tudi pri primerjanju rešitev, simuliranju ugovorov in raziskovanju možnosti, ki jih študent sam sprva ni opazil.

Toda če umetna inteligenca prevzame ustvarjanje začetnih idej, oblikovanje koncepta in pripravo prvega osnutka, se lahko študentov osebni ustvarjalni prostor zelo zoži (ali v celoti izgubi). Namesto da bi izhajal iz lastnih izkušenj, znanja in vprašanj, začne izbirati med že ponujenimi možnostmi.

Rezultat je lahko tehnično korektno in slogovno gladko besedilo, ki pa je predvidljivo, splošno in brez prepoznavnega avtorskega glasu. Generativna umetna inteligenca namreč ustvarja odgovore na podlagi vzorcev v obstoječih podatkih. Zelo dobro lahko posnema pričakovane oblike, vendar statistično verjeten odgovor ni nujno tudi izviren.

Za ohranjanje ustvarjalne avtonomije in kritičnega razmišljanja je zato pomembno, da študent najprej sam oblikuje raziskovalno vprašanje, začetne ideje, osrednjo tezo, strukturo argumenta, lastne primere in prvi osnutek besedila.

Umetno inteligenco lahko nato uporabi za kritični pregled, iskanje pomanjkljivosti, izboljšanje jasnosti in preverjanje alternativnih pogledov. Tako ostaja avtor vsebine, UI pa postane orodje za njeno izboljšanje. Najpomembneje pa je, da študent razume kaj je napisal in na kak način pride do rešitve.

Govorimo tako o sodobni didaktični paradigmi uporabe umetne inteligence (UI) v izobraževanju, kjer se poudarek preusmerja s samega generiranja vsebine na proces kritičnega razmišljanja in metakognicije. Ta pristop, pogosto imenovan »človek v zanki« (human-in-the-loop), zagotavlja, da študent ostane aktivni kreator znanja, medtem ko UI deluje kot intelektualni ojačevalnik ali mentor, ki pomaga pri definiranju idej.

Za študenta je zelo pomemben prehod iz pasivnega konzumiranja (ali slepega prevzemanja) generiranih rezultatov v aktiven, usmerjan dialog. Umetna inteligenca v tej vlogi ne ponuja več le »končnih odgovorov«, temveč deluje kot sokreator, predpogoj za uspeh pa ostaja študentova sposobnost usmerjanja, preverjanja in vrednotenja (Ivanuš, 2025)

Prepoved uporabe ni dolgoročna rešitev

Odziv izobraževalnih ustanov na generativno umetno inteligenco pogosto temelji na omejevanju ali prepovedovanju. Takšna odločitev je razumljiva, saj želijo fakultete zaščititi akademsko integriteto in zagotoviti, da oddana dela res predstavljajo znanje študentov.

Vendar imajo splošne prepovedi več pomanjkljivosti kot prednosti. V praksi se prepovedi nikoli niso dobro obnesle. Uporabo umetne inteligence je težko zanesljivo odkrivati, orodja za prepoznavanje z UI ustvarjenih besedil pa lahko dajejo napačne rezultate. Obenem prepovedi ne odražajo razmer v poklicnem okolju, v katero bodo vstopili diplomanti. Umetna inteligenca se že vključuje v inženirsko načrtovanje, programiranje, analizo podatkov, energetiko, biotehnologijo, trženje, pravo in številne druge dejavnosti.

Univerze študentov zato ne bi smele pripravljati na svet brez umetne inteligence, saj tak svet ne obstaja več. Pripraviti jih morajo na okolje, v katerem jo bodo morali uporabljati kompetentno, pregledno, etično in kritično. Če smo odkriti – moramo opremiti študente z digitalno (in UI) pismenostjo in kritičnim razmišljanjem (Ivanuša, 2025).

Prepoved brez izobraževanja lahko problem le prestavi v prihodnost. Študent se z omejitvami morda izogne uporabi UI pri predmetu, vendar jo bo pozneje uporabil na delovnem mestu, kjer bodo posledice nepreverjenega odgovora bistveno večje.

Od umetne inteligence kot avtorja do miselnega partnerja

Smiselna uporaba umetne inteligence ne pomeni, da ji študent naroči, naj nalogo opravi namesto njega. Bolj koristno je, da jo uporabi kot sogovornika, mentorja ali kritičnega miselnega partnerja.

Namesto ukaza, naj napiše seminarsko nalogo, ji lahko zastavi vprašanja:

- Katere so šibke točke mojega argumenta?
- Katere predpostavke sem spregledal?
- Predstavi tri mogoče ugovore moji tezi.
- Ne povej mi rešitve, ampak me do nje vodi z vprašanji.
- Preveri moje korake in opozori, kje sem naredil napako.
- Katere podatke ali trditve moram dodatno preveriti?
- Kako bi problem obravnaval nekdo z nasprotnim stališčem?

Takšna uporaba ne zmanjšuje nujno miselnega napora. Nasprotno, lahko ga poveča, saj študenta spodbuja, da svoje ideje pojasni, zagovarja in po potrebi spremeni.

Kaj lahko storijo slovenske fakultete?

Slovenske visokošolske ustanove potrebujejo jasna pravila, predvsem pa sistematično razvijanje UI-pismenosti. Študenti bi morali razumeti, kako generativna umetna inteligenca deluje, kakšne so njene omejitve in kako je treba preverjati njene odgovore (Ivanuša, 2025).

Visokošolski učitelji lahko začnejo z razmeroma preprostimi ukrepi:

1 Skupna analiza odgovora umetne inteligence

Pri predavanju lahko predstavijo odgovor, ki je deloma pravilen, deloma pa zavajajoč, ter s študenti analizirajo njegove napake.

2 Obvezna preglednost uporaba

Študenti naj ob nalogi priložijo uporabljene pozive in odgovore umetne inteligence ter pojasnijo, kako so jih preverili in spremenili.

3 Naloge tipa »poišči napako«

Študenti naj v navidezno prepričljivem odgovoru prepoznajo napačne podatke, skrite predpostavke in nelogične sklepe.

4 Ocenjevanje procesa, ne le izdelka

Poleg končnega besedila naj se ocenjujejo razvoj ideje, uporabljeni viri, različice osnutkov in utemeljitev sprejetih odločitev.

5 Umetna inteligenca kot predmet presoje

Študenti lahko oblikujejo poziv, analizirajo dobljeni odgovor in pojasnijo, česa UI ni upoštevala.

6 Ustno preverjanje razumevanja

Kratek zagovor seminarskega ali projektnega dela hitro pokaže, ali študent obvlada uporabljene pojme in argumente.

Temeljna naloga slovenske univerze oz. fakultet ostaja enaka

Umetna inteligenca sama po sebi ne bo uničila kritičnega razmišljanja in ustvarjalnosti slovenskih študentov. Prav tako ju ne bo samodejno izboljšala. Njeno delovanje je odvisno predvsem od načina uporabe, oblikovanja študijskih nalog in kakovosti pedagoškega vodenja.

Če študent UI uporablja za izogibanje naporu, bo verjetno manj razmišljal. Če jo uporablja za preverjanje lastnih idej, raziskovanje nasprotnih argumentov in odkrivanje napak, lahko razmišlja bolj poglobljeno.

Pravi izziv zato ni preprečiti uporabo umetne inteligence. Izziv je študente naučiti, da njen tekoč in samozavesten odgovor ni nujno resničen, kakovosten ali izviren.

Univerza prihodnosti ne bo uspešna zato, ker bo imela najstrožja pravila ali največ tehnoloških orodij. Uspešna bo, če bo izobrazila posameznike, ki znajo umetno inteligenco uporabljati, ne da bi ji predali svojo presojo. Cilj ni študent, ki zna od UI najhitreje dobiti odgovor, temveč študent, ki zna presoditi, ali je ta odgovor pravilen, kaj mu manjka in zakaj je pomembno razmišljati tudi sam.

ZAKLJUČEK

Članek ponuja razmislek pedagoškim delavcem, da razmislimo in začnemo uporabljati drugačne didaktične aktivnosti in učne metode ter ozaveščati študente v smeri kritične in preudarne ter etične uporabe UI.

Ključna ugotovitev je, da študenti UI ne uporabljajo le za prihranek časa, temveč ji poleg preprostejših nalog prepuščajo tudi miselne procese, ki so bistveni za učenje. Pri tem pogosto ne zaznajo in ozavešajo, da to predstavlja problem (Stanojev, 2026). Zaznan izziv je zelo jasen in pošilja pomembno sporočilo pedagoškim delavcem. Ne zadošča, da uporabo UI zgolj dovolimo ali prepovemo. Ključno je oblikovati pedagoško didaktični pristop in načine ter metode poučevanja tako, da študent ohrani lastno razmišljanje ter kreativnost tam, kjer je to bistveno za njegovo učenje ter razumevanje in uporabo snovi v vsakodnevnih poslovnih okoljih (prav tam).

Na dolgi rok je pomembno, da uporaba UI v izobraževanju sledi načelom premišljenega oblikovanja učnega procesa. Tak pristop lahko podpira kognitivni razvoj in tudi spodbuja odgovorno in etično rabo tehnologije. Premišljena integracija UI omogoča ohranjanje samostojnosti pri učenju ter razvoj kognitivnih sposobnosti, ki so ključne za učinkovito in trajno usvajanje znanj (Mesarec, 2026).

UI predstavlja pomembno priložnost za izboljšanje učnih procesov, vendar le, če je njena uporaba pedagoško premišljena, ciljno usmerjena in aktivno vodena s strani pedagoških delavcev. Takšen pristop pa omogoča, da tehnologija postane podporno orodje, ki dopolnjuje človeško mišljenje in prispeva k razvoju kognitivnih sposobnosti študentov.

Naj UI ne postane nadomestek mišljenja in kritičnega razmišljanja študentov, temveč njegova izzivalka in spodbujevalka. Naj ne pogloblja nastale praznine, temveč spodbuja globino. Naj ne nadomešča pedagoškega delavca, temveč ga izziva k še globlji refleksiji (Flogie, 2026).

Pedagoški delavci, naj bo ta članek poziv k akciji. Ne dovolite si, da vas tehnologija najde nepripravljene in vas prehiti! UI je orodje ki nam pohitri produktivnost, ne sme pa nikakor postati nadomestek za našo ustvarjalnost, kreativnost in kritično razmišljanje. Pospeši lahko učenje študenta – človeka, ki nalogo razume. Enako hitro lahko poveča napako študenta, ki rezultata ne zna preveriti.

Naj vaši študentje kritično in ustvarjalno razmišljajo in ne kopirajo odgovore iz velikih jezikovnih modelov.

Literatura in viri

- Alamooti, M. (2026). »The Real Problem With AI in STEM Education«. Inside Higher Ed. Pridobljeno s spletne strani <https://www.insidehighered.com/opinion/career-advice/teaching/2026/05/14/real-problem-ai-stem-education-opinion>
- Benkovič, L. (2026). Kritična raba generativne umetne inteligence pri učenju v pripravi na maturo iz fizike, *Revija Inovativna pedagogika*, Letnik 2, št. 2. Revija Inovativna pedagogika: Poučevanje z Gen-UI
- BCG 2026- Your AI Change Is Actually a People Change. Pridobljeno na strani <https://www.bcg.com/publications/2026/why-ai-change-is-actually-a-people-change>
- Flogie, A. (2026). Generativna umetna inteligenca med pedagoško transformacijo in bivanjsko praznino: Iluzija, revolucija ali odgovorna evolucija izobraževanja? Letnik 2, št. *Revija Inovativna pedagogika*: Učenje z Gen-UI
- Freeland F. J. (2024). *AI Can Make Schools More Human, But Only If Schools Prioritize Relationship Metrics*. Pridobljeno s spletne strani <https://www.sir.advancedleadership.harvard.edu/articles/ai-can-make-schools-more-human-if-schools-prioritize-relationship-metrics>
- Gerhardt, M. W. (2026). *Higher Ed Is Sending Mixed Signals on AI*. Pridobljeno na strani <https://hbsp.harvard.edu/inspiring-minds/higher-ed-is-sending-mixed-signals-on-ai>
- IVANUŠA-BEZJAK, M. Sociološki vidik uporabe umetne inteligence v pedagoškem delu. *Sociološka spoznanja*. 2026, Letnik3, št. 8, str. 36-40. ISSN 3023-9958. Pridobljeno s spletne strani <https://socioloskaspoznanja-bm.si/wp-content/uploads/2026/06/Socioloska-spoznanja-8.pdf>

IVANUŠA-BEZJAK, M. Uporaba velikih jezikovnih modelov v pripravi didaktičnih materialov (skozi didaktične taksonomije) v pedagoškem procesu. *Poslovna spoznanja*. 2025, Letnik 3, št. 2, str. 6–10. ISSN 2820-5898. Pridobljeno s spletne strani <https://www.fkpv.si/wp-content/uploads/2025/10/poslovna-spoznanja-st-2-2025.pdf>

Liu, G. (2026). AI Assistance Reduces Persistence and Hurts Independent Performance. Pridobljeno na strani <https://arxiv.org/html/2604.04721v1>

Mesarec, M. (2026). Možgani v dobi umetne inteligence: vpliv generativnih modelov na kognitivne procese, *Revija Inovativna pedagogika*: Letnik 2, št. 2. *Revija Inovativna pedagogika*: Poučevanje z Gen-UI,

Marcoccia, C in Quattrocioni, W. in Capraro, V. (2026). *AI advice suppresses people's willingness to say "I don't know", even when the advice is wrong and accuracy is incentivized*. Pridobljeno na strani <https://arxiv.org/abs/2607.13562>

Shaw, S. D. in Gideon, N. (2026) Thinking—Fast, Slow, and Artificial: How AI is Reshaping Human Reasoning and the Rise of Cognitive Surrender. *The Wharton School Research Paper*, Philadelphia, ZDA.

Stanojev, S. (2026) Kognitivni dolg v izobraževanju: učenci umetni inteligenci prepuščajo tudi razmišljanje – *Revija Inovativna pedagogika*, Letnik 2, št. 2.

Umetna inteligenca v Sloveniji-raziskava. Pridobljeno s spletne strani <https://www.1ka.si/GenUI>

Pridobljeno s spletne strani www.poe.com

Pridobljeno s spletne strani www.perplexity.ai

Pridobljeno s spletne strani www.gemini.google.com

prof. dr. Andrej Raspor
andrej.raspor@t-2.si

doc. dr. Drago Papler
drago.papler@gmail.com

GIBANJE CEN NAFTNIH DERIVATOV V SLOVENIJI IN NJIHOV VPLIV NA KUPNO MOČ PREBIVALSTVA

Povzetek: Članek analizira gibanje cen naftnih derivatov v Sloveniji ter dejavnike, ki vplivajo na njihovo oblikovanje. Poseben poudarek je namenjen vplivu mednarodnih cen surove nafte, davkov, marž trgovcev in kupne moči prebivalstva. Analiza temelji na podatkih za obdobje 1991–2025, ki vključujejo cene motornega bencina in dizelskega goriva, povprečne neto plače ter mednarodne cene surove nafte Brent. Podatki so analizirani v nominalnih in realnih vrednostih, pri čemer so uporabljeni kazalniki kupne moči, kot sta število litrov goriva na povprečno plačo in delovni čas, potreben za nakup enega litra goriva. Rezultati kažejo, da slovenske maloprodajne cene goriv v veliki meri sledijo globalnim trendom cen nafte, vendar na končno ceno pomembno vplivajo tudi davki in regulacija trga. Kljub večjim nihanjem cen goriv se je dolgoročno dostopnost goriva izboljšala, saj je rast plač presegla rast cen energentov. Analiza tako kaže, da globalni energetski trgi predstavljajo ključni dejavnik cen goriv v Sloveniji, medtem ko domača davčna politika in struktura trga določata končno raven cen za potrošnike.

Ključne besede: naftni derivati, cena nafte Brent, cene goriv, kupna moč, slovenski trg goriv.

UVOD

Slovenija kot majhna uvoznica surove nafte nima lastne proizvodnje goriv, zato se njene maloprodajne cene goriv močno nanašajo na mednarodne borzne cene nafte. Pomembno je razumeti, kako spremembe globalne cene nafte (npr. Brent) vplivajo na domače cene bencina in dizla, ter kako so v tem procesu vpeti davki in dajatve, marže trgovcev ter konkurenca trga (Ferreira et al., 2017).

Članek analizira cenotvorbo naftnih derivatov v Sloveniji – predvsem vpliv mednarodnih cen surove nafte, davkov, marž in tečaja EUR/USD na domače maloprodajne cene bencina in dizla. Podatki kažejo, da slovenske maloprodajne cene goriv sledijo globalnim trendom cen nafte, pri čemer pa je končni cenik močno povezan z državnimi davki (trošarinami in DDV), ki pogosto predstavljajo večji delež cene kot sama nabavna cena goriva (Ferreira et al., 2017). Ugotovitve kažejo tudi, da liberalni trg (brez cenovnih regulacij) v obdobju 2016–2022 potrošnikom ni škodoval, temveč je ohranil konkurenčne cene pod evropskim povprečjem (Dolšak et al., 2024). Ključne ugotovitve so, da dajatve v Sloveniji bistveno oblikujejo končne cene (zaradi visokih trošarin je razlika med bencinom in dizlom le majhna, z blagim primanjkljajem za dizel) (Ferreira et al., 2017), ter da konkurenčnost na trgu goriv preprečuje zlorabe v ceni kljub velikim tržnim deležem (Dolšak et al., 2024). Regulatorni posegi (omejevanje marž, znižanje trošarin) so na kratki rok znižali cene, dolgoročno pa niso naslavljali vzrokov za nihanja cen in so bili v času dvigov globalnih cen pogosto neučinkoviti (Ferreira et al., 2017; Dolšak et al., 2024).

Glavna raziskovalna vprašanja so:

- (a) V kolikšni meri spremembe cene surove nafte vplivajo na cene goriv pri nas?
- (b) Kolikšen delež povprečne neto plače (kako dolgo potrošnik dela) predstavljata liter bencina oziroma dizla (stanje kupne moči)?
- (c) Ali so se cene goriv dolgoročno povečevale hitreje ali počasneje od rasti plač?

TEORETIČNI OKVIR

Naftni derivati (motorna goriva) so tekoči proizvodi, pridobljeni s predelavo surove nafte – med glavne spadajo neosvinčen bencin (NMB-95), dizelsko gorivo (ULSD), ter kurilna olja in plini za vozila. Maloprodajna cenotvorba goriv sledi osnovnemu modelu: nabavna cena goriva (surovina + rafinerija) plus stroški distribucije (transport, trgovske marže) plus davki (trošarine, DDV). Borzne cene surove nafte (Brent, WTI) nastajajo na svetovnih trgih in so izhodišče. Ker se nafta trguje v USD, so pomembni tudi valutni tečaji (EUR/USD), ki vplivajo na evrsko ceno surovine.

Zaradi evropske regulative je za motorna goriva določena minimalna stopnja trošarin (za bencin višja kot za dizel, ker države pogosto subvencionirajo prevoz hrane z nižjimi trošarinami na dizel). Ta ureditev povzroča negativni cenovni diferencial med bencinom in dizlom: bencin zaradi višje trošarine stane več na enoto volumna (Ferreira et al., 2017). V Sloveniji so potem dodane še okoljske in energetske dajatve ter DDV (22 %), tako da davčno breme bistveno prispeva k končni ceni (Ferreira et al., 2017).

Marže trgovcev so razlika med nabavno in maloprodajno ceno goriva. Trg goriv v Sloveniji je oligopolne narave – največji delež imajo Petrol, OMV, MOL in neodvisni trgovci. Kljub temu pa raziskave kažejo, da večja gostota konkurentov znižuje cene, medtem ko visoka tržna moč oligarhov ne privede do bistvenih dvigov cen zaradi konkurence prek meja (npr. cene neodvisnih črpalk so običajno nižje) (Dolšak, 2024). Regulatorne intervencije, kot so omejevanje marž ali začasno zniževanje trošarin, so načeloma uvajane pri ekstremnih tržnih motnjah. Študije pa opozarjajo, da cenovna regulacija sama ne odpravi vzrokov inflacije – če država le zamrzne cene, to onemogoči odzive trga in lahko proizvodnjo dodatno omeji (Ferreira et al., 2017). Zaradi majhnega, odprtega trga ima Slovenija specifično situacijo – gorivo se uvaža iz Sredozemlja ali preko tranzita, zato tuji pritiski in korektivne ureditve na sosednjih trgih pomembno vplivajo na lokalne cene. Literatura tako poudarja, da je predvsem državno obdavčenje in stroški dostave glavni dejavnik cenovnih razlik po EU (Ferreira et al., 2017; Dolšak et al., 2024).

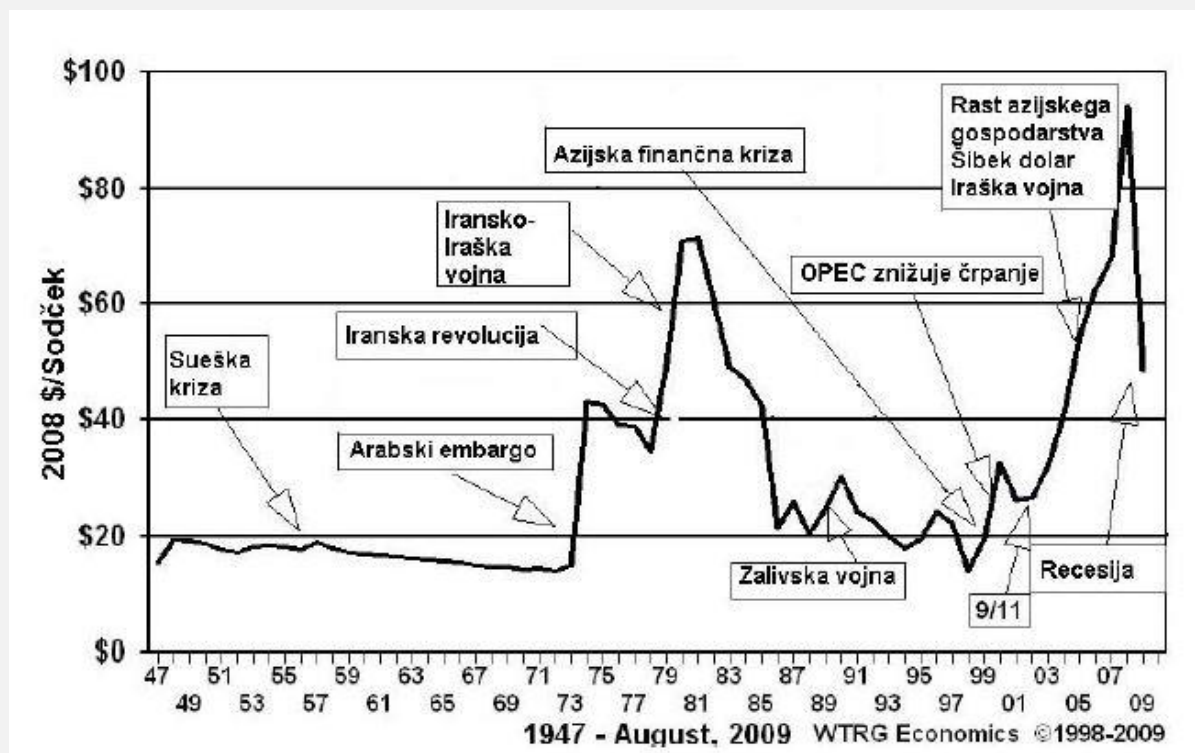
RAZISKAVA

Pri analizi smo združili več virov podatkov. Analiza temelji na kombinaciji deskriptivne statistične metode in primerjalne analize časovnih vrst. Uporabljeni so letni podatki za obdobje 1991–2025, ki vključujejo cene naftnih derivatov, povprečne neto plače in mednarodne cene surove nafte Brent. Podatki so bili pretvorjeni v realne vrednosti z upoštevanjem inflacije, nato pa so bili izračunani kazalniki kupne moči (litri goriva na plačo ter delovni čas za liter goriva). Na ta način je mogoče oceniti vpliv sprememb cen energentov na življenjski standard prebivalstva.

Naftne krize in rast cen goriv

Z naftno krizo leta 1973 je nenadoma energije postala osrednje politično in gospodarsko vprašanje. Nenadne visoke cene nafte so pritegnile pozornost porabnikov energije. Da bi zmanjšali ekonomske učinke visokih cen energije in zmanjšali veliko odvisnost od uvoza energije, so se pojavile potrebe po učinkovitem ravnanju z energijo in večji izrabi obnovljivih virov energije. Situacija se je v nekaj letih nekako umirila, toda ponovni skok cen nafte v letih 1979–1980 je ponovno prebudil pozornost tako javnosti kot uradnih politik. Ta dogodek pa je bil tudi naključno povezan z znano nesrečo v jedrski elektrarni na otoku Treh milj. Vzdušje druge energetske krize ni trajalo dolgo, vsaj v industrijsko razvitih državah ne. Porast cen energije je povzročil večje naložbe v nove proizvodne kapacitete in v raziskovanje novih nahajališč premoga, nafte in plina. Ocene svetovnih zalog nafte in plina so narasle. S kolapsom cen nafte v letu 1986 je kazalo, kot da se je vprašanje energije vrnilo pred leto 1973 in kot da problemov z energijo ni več. Takšno stanje pa ni trajalo dolgo. Krizna žarišča na Bližnjem vzhodu so krojila cene nafte, ki je postajala vse bolj strateška surovina in je krojila energetska politiko v svetu.

Na Sliki 1 je prikazano gibanje cen nafte, kjer so tudi prikazani vzroki, ki so povzročali spremembe. Zadnji porast cen, kot posledica 11. septembra 2001 in potem napada na Irak pa je povezan še s povsem novim dejstvom, ki nakazuje, da bodo cene nafte v bodoče samo še rasle. To novo dejstvo je velik gospodarski razvoj azijskega gospodarstva, predvsem na Kitajskem in v Indiji in s tem povezano veliko povpraševanje po nafti (Papler, 2021).



Slika 1: Gibanje cen nafte v obdobju 1947–2011

Vir: Povz. po Papler, 2021.

MEDNARODNI PODATKI O CENAH SUROVE NAFTE

Slika 2 prikazuje zgodovino cene surove nafte Brent od približno leta 1987 do 2026, izraženo v ameriških dolarjih na sodček. Iz Slike 2 je razvidno, da se cena nafte skozi čas giblje v izrazitih ciklih rasti in padcev, ki so pogosto povezani z globalnimi gospodarskimi razmerami, spremembami v ponudbi in povpraševanju ter geopolitičnimi dogodki.

V obdobju med letoma 1987 in 2003 so bile cene nafte relativno nizke in stabilne, večinoma med približno 10 in 25 USD na sodček. To obdobje je zaznamovala razmeroma visoka ponudba nafte in zmerno globalno povpraševanje, zato se pogosto opisuje kot obdobje relativno poceni energije. Po letu 2004 se začne izrazit trend rasti cen, ki je trajal do leta 2008. V tem času je cena nafte narasla z približno 30 USD na skoraj 147 USD na sodček, kar je bilo povezano z močno gospodarsko rastjo v državah v razvoju, zlasti na Kitajskem, ter povečanim povpraševanjem po energiji.

Leta 2008 je svetovna finančna kriza povzročila strm padec cen nafte, saj se je globalna gospodarska aktivnost zmanjšala in s tem tudi povpraševanje po energiji. V naslednjih letih, približno med letoma 2010 in 2014, so se cene ponovno stabilizirale na relativno visokih ravneh okoli 100 USD na sodček. Temu je sledil nov padec cen v obdobju 2014–2016, ki je bil predvsem posledica povečane proizvodnje nafte v ZDA zaradi razvoja tehnologije pridobivanja nafte iz skrilavca (angl. shale oil), kar je povečalo ponudbo na svetovnem trgu.

Slika 2 prikazuje tudi izrazit padec cen leta 2020, ki je bil posledica pandemije COVID-19. Zaradi omejitev gibanja, zmanjšanja letalskega prometa in upočasnitve gospodarske aktivnosti je povpraševanje po nafti močno upadlo. V letih 2021 in 2022 so cene ponovno narasle zaradi okrevanja svetovnega gospodarstva ter geopolitičnih napetosti, zlasti vojne v Ukrajini, ki je povzročila dodatne motnje na energetskih trgih.

V zadnjem obdobju so cene nafte ponovno bolj volatilne in se večinoma gibljejo v razponu približno med 60 in 90 USD na sodček, z občasnimi skoki zaradi geopolitičnih napetosti, omejitev proizvodnje držav OPEC ter drugih dejavnikov, ki vplivajo na globalno ponudbo in povpraševanje po energiji. Slika 2 tako jasno prikazuje, da je trg nafte močno občutljiv na gospodarske cikle in politične dogodke v svetovnem gospodarstvu.



Slika 2: Nominalne cene surove nafte
Vir: Macrotrends, 2025.

Slika 3 prikazuje gibanje realnih (inflaciji prilagojenih) cen surove nafte Brent od poznih osemdesetih let do približno leta 2026, izraženih v ameriških dolarjih na sodček. Ker so cene prilagojene inflaciji, Slika 3 omogoča bolj realno primerjavo kupne moči in dejanske vrednosti nafte skozi čas.

V obdobju od konca osemdesetih let do začetka 2000-ih so bile realne cene nafte razmeroma nizke in stabilne, večinoma med približno 30 in 60 USD na sodček. Okoli leta 2003 se začne izrazita rast cen, ki doseže vrhunec v letih 2008 in 2011–2012, ko realna cena preseže približno 100 USD na sodček. Ta rast je bila predvsem posledica povečane globalne gospodarske aktivnosti, rasti povpraševanja po energiji ter geopolitičnih napetosti. Po letu 2014 se cene ponovno znižajo zaradi povečane ponudbe nafte na svetovnem trgu, zlasti zaradi rasti proizvodnje v ZDA. Posebej izrazit padec je viden leta 2020, ko je pandemija COVID-19 povzročila močan upad gospodarske aktivnosti in povpraševanja po energiji. V naslednjih letih so cene ponovno narasle zaradi okrevanja svetovnega gospodarstva in geopolitičnih napetosti, nato pa so se stabilizirale na nekoliko nižjih ravneh.

Slika 3 tako kaže, da so tudi realne cene nafte skozi čas zelo volatilne in močno odvisne od globalnih gospodarskih ciklov, sprememb v ponudbi in povpraševanju ter političnih in geopolitičnih dogodkov.



Slika 3: Realne cene surove nafte
Vir: Macrotrends (2025)

SLOVENIJA

Tabela 1 prikazuje gibanje neto plač, cen goriv, cene nafte Brent ter kupne moči prebivalstva v obdobju od leta 1991 do 2025. Podatki so predstavljeni v nominalnih in realnih vrednostih ter omogočajo primerjavo med spremembami cen energentov in rastjo dohodkov skozi čas.

V prvem delu Tabele 1 so prikazane neto plače v evrih, tako nominalno kot realno (inflacijsko prilagojeno). Podatki kažejo postopno rast plač skozi celotno obdobje, pri čemer je realna rast nekoliko počasnejša kot nominalna. S tem je mogoče oceniti dejansko spremembo kupne moči prebivalstva.

Naslednji del Tabele 1 prikazuje cene motornega bencina NMB 95 in dizelskega goriva. Pri obeh gorivih so prikazane nominalne cene na liter, razmerje med ceno goriva in neto plačo ter realne cene. Barvna lestvica omogoča vizualno primerjavo obdobj, ko so bile cene goriva relativno višje ali nižje glede na dohodek. Podatki kažejo, da so se cene goriv skozi čas precej spreminjale, pogosto v povezavi z gibanjem cen surove nafte na svetovnem trgu.

V srednjem delu Tabele 1 je prikazana tudi cena nafte Brent v evrih na sodček, ki predstavlja ključni referenčni kazalnik za svetovni naftni trg. Primerjava teh podatkov s cenami goriv kaže, da se spremembe cen surove nafte pogosto odražajo tudi v končnih cenah goriv, čeprav z določenim časovnim zamikom in pod vplivom davkov ter drugih stroškov.

Zadnji del Tabele 1 prikazuje neto dohodek na minuto ter čas dela, potreben za nakup enega litra goriva. Ta kazalnik omogoča bolj neposredno oceno dostopnosti goriva skozi čas. Iz podatkov je razvidno, da se je kljub rasti cen goriva zaradi rasti plač v številnih obdobjih skrajšal čas dela, potreben za nakup enote goriva, kar kaže na postopno izboljšanje kupne moči.

Tabela 1: Gibanje neto plač, cen goriv, cene nafte Brent ter kupna moč prebivalstva

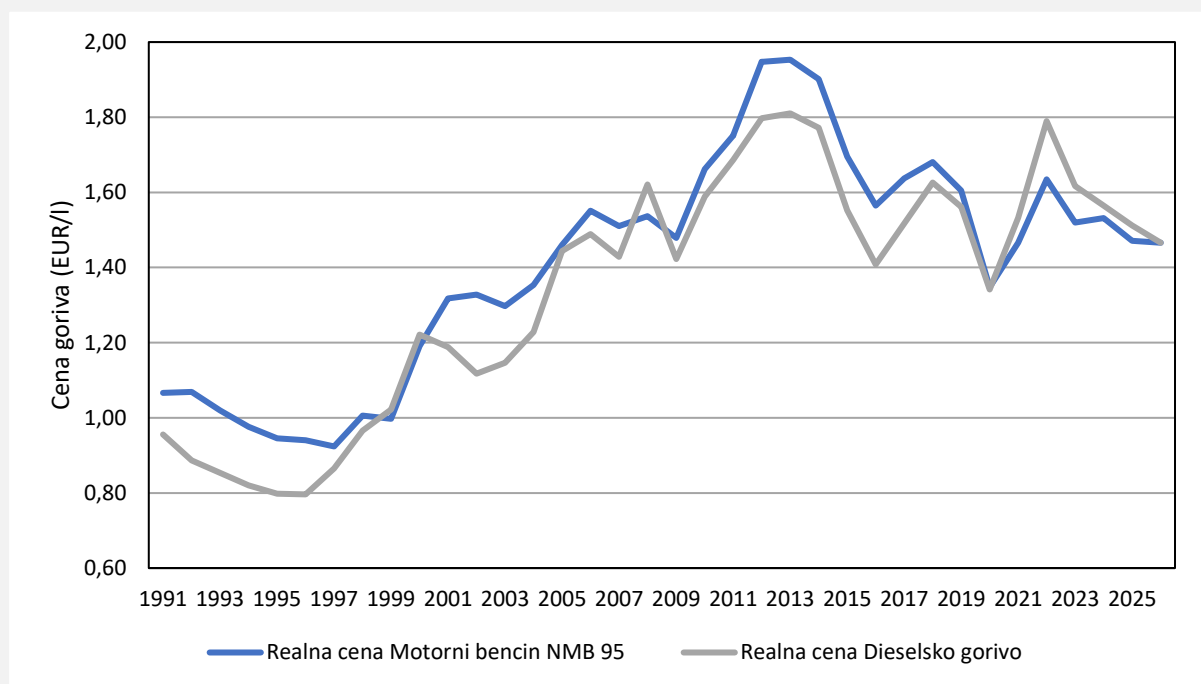
Leto	Neto plača EUR		74020 Motorni bencin NMB 95			74200 Dieselsko gorivo			Cena Brent		Neto EUR na minuto		Delovni čas, potreben za nakup enote dobrine [minute]
	Nominalno	Realno	[I]/ nominalno	[I]/neto plača	[I]/ realno	[I] Nominalno	[I]/ neto plača	[I] realno	(EUR/ sodček) Nominalno	Razmerje med ceno diesel po litru in ceno sodčka nafte	Nominalno	Realno	
1991	43,07	394,38	0,116	370	1,066	0,104	413	0,955	17,08	0,61%	0,004	0,037	28,545
1992	128,58	610,35	0,225	571	1,069	0,187	689	0,886	15,07	1,24%	0,012	0,058	18,500
1993	195,40	754,71	0,264	740	1,020	0,221	885	0,853	14,32	1,54%	0,019	0,071	14,271
1994	250,75	818,68	0,299	839	0,976	0,251	998	0,820	13,09	1,92%	0,024	0,078	12,592
1995	297,44	894,21	0,314	946	0,945	0,265	1.121	0,798	13,42	1,98%	0,028	0,085	11,165
1996	341,47	94											

Opaziti je tudi relativno močan prenos cen (angl. price pass-through) iz svetovnega trga surove nafte na maloprodajne cene goriv. Čeprav končne cene vključujejo davke, marže in logistične stroške, časovni vzorci kažejo, da večji šoki v cenah nafte (2008, 2012, 2022) hitro vplivajo tudi na cene goriv v Sloveniji. To potrjuje ugotovitve literature, da so maloprodajne cene goriv v majhnih odprtih gospodarstvih tesno povezane z globalnimi cenami energentov (Ferreira et al., 2017).

V primerjavi z državami Evropske unije so slovenske cene goriv pogosto blizu evropskega povprečja ali nekoliko nižje. Razlog je kombinacija relativno učinkovite distribucije in močne konkurence na trgu, predvsem zaradi bližine tujih trgov (Avstrija, Italija, Hrvaška), kjer potrošniki lahko hitro reagirajo na cenovne razlike. Ta geografska odprtost omejuje možnost trajnega zviševanja cen na domačem trgu.

Podatki v Tabeli 1 kažejo več pomembnih trendov v povezavi med plačami, cenami goriv in cenami surove nafte. Najprej je opazna stalna rast neto plač skozi celotno obdobje, tako nominalno kot realno. To pomeni, da se je kupna moč prebivalstva dolgoročno povečevala, čeprav so bile v posameznih obdobjih prisotne večje spremembe cen energentov.

Cene motornega bencina in dizelskega goriva so skozi čas precej nihale, kar je v veliki meri povezano z gibanjem svetovnih cen surove nafte Brent. Najvišje vrednosti cen goriv so opazne predvsem v obdobjih, ko so bile visoke tudi cene nafte na svetovnem trgu, na primer okoli let 2008 ter ponovno v letih 2011–2013 in 2022. Po drugi strani so se v obdobjih padca cen nafte, kot so leta po finančni krizi 2008, v letih 2015–2016 ter leta 2020 med pandemijo COVID-19, znižale tudi cene goriv (Slika 4).



Slika 4: Realne cene motornega bencina NMB 95 in dieselskega goriva (bazno leto: 2025)
Vir: lasten

Zanimiv kazalnik predstavlja tudi čas dela, potreben za nakup enega litra goriva, ki združuje vpliv cen goriva in višine plač. Na začetku devetdesetih let je bilo za nakup litra goriva potrebnega precej več delovnega časa kot v kasnejših letih. Kljub občasnim skokom cen goriva se je ta čas na dolgi rok praviloma skrajševal, kar kaže na to, da so se plače v povprečju povečevale hitreje kot cene goriva.

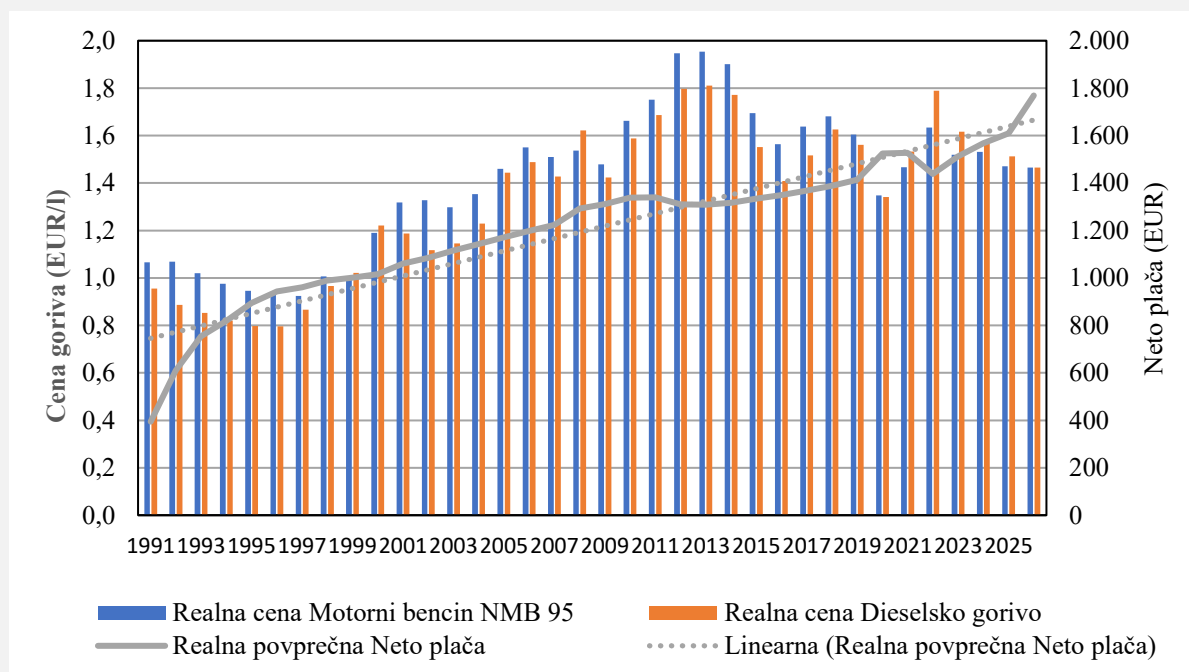
Na splošno Tabela 1 kaže, da so cene goriv kratkoročno zelo volatilne, predvsem zaradi sprememb na svetovnem naftnem trgu, medtem ko so plače in kupna moč dolgoročno bolj stabilni in rastoči kazalniki. Posledično se je dostopnost goriva skozi čas postopoma izboljševala, čeprav so se v posameznih letih pojavljala obdobja večjih obremenitev za potrošnike.

Najprej je jasno vidna močna rast neto plač. Nominalna neto plača je zrasla z približno 43 EUR leta 1991 na približno 1.610 EUR leta 2025, kar pomeni skoraj 37-kratno povečanje. Tudi realne plače so se povečale – z približno 394 EUR na okoli 1.610 EUR, kar kaže na precejšnje izboljšanje kupne moči v daljšem obdobju.

Cene goriv so se prav tako močno povečale, vendar precej manj kot plače. Cena motornega bencina je narasla z 0,116 EUR/l leta 1991 na približno 1,47 EUR/l leta 2025, medtem ko je cena dizelskega goriva zrasla z 0,104 EUR/l na približno 1,51 EUR/l. Najvišje cene goriv so opazne okoli let 2012–2013 ter 2022, kar sovпада z obdobji visokih cen nafte Brent na svetovnem trgu.

Zelo pomemben kazalnik v Tabeli 1 je koliko litrov goriva je bilo mogoče kupiti z eno neto plačo. Leta 1991 je bilo mogoče z eno plačo kupiti približno 370 litrov bencina, medtem ko je bilo leta 2025 mogoče kupiti približno 1.095 litrov. Podoben trend je tudi pri dizlu – z 413 litrov leta 1991 na približno 1.065 litrov leta 2025. To pomeni, da se je dostopnost goriva v primerjavi z dohodki občutno izboljšala.

Podoben trend kaže tudi kazalnik delovnega časa, potrebnega za nakup enega litra goriva. Leta 1991 je bilo za liter goriva potrebno približno 28,5 minute dela, medtem ko je leta 2025 potrebno približno 9,6 minute. Kljub obdobjem višjih cen goriva (npr. 2012–2013 ali 2022) se je dolgoročno čas, potreben za nakup goriva, bistveno zmanjšal.



Slika 5: Gibanje realne cene goriv in realne neto plače v obdobju 1991–2025 (bazno leto: 2025)
Vir: lasten

Na splošno podatki kažejo, da so cene goriv sicer precej nihale zaradi sprememb cen nafte Brent, vendar je rast plač v dolgoročnem obdobju presegla rast cen goriva (Slika 5). Posledično se je realna dostopnost goriva skozi čas izboljšala, saj je za nakup iste količine goriva danes potrebno bistveno manj delovnega časa kot v začetku devetdesetih let.

ZAKLJUČEK

Analiza gibanja cen naftnih derivatov v Sloveniji potrjuje, da so maloprodajne cene goriv tesno povezane z gibanjem globalnih cen surove nafte. Spremembe cene nafte Brent se relativno hitro prenašajo na cene bencina in dizla na domačem trgu, čeprav na končno ceno pomembno vplivajo tudi davki, marže trgovcev in logistični stroški. To potrjuje odgovor na prvo raziskovalno vprašanje: globalni energetske trgi predstavljajo ključni dejavnik oblikovanja cen goriv v Sloveniji, saj država nima lastne proizvodnje nafte in je v celoti odvisna od uvoza.

Drugo raziskovalno vprašanje se nanaša na kupno moč potrošnikov. Analiza kaže, da so se cene goriv sicer v absolutnem smislu močno povečale, vendar je rast neto plač v večini obdobja presegla rast cen goriva.

Posledično se je dostopnost goriva dolgoročno izboljšala. Leta 1991 je bilo z eno neto plačo mogoče kupiti približno 370 litrov bencina, medtem ko je bilo leta 2025 mogoče kupiti več kot 1.000 litrov. Podoben trend potrjuje tudi kazalnik delovnega časa: čas, potreben za nakup enega litra goriva, se je zmanjšal z okoli 28 minut na približno 10 minut. To pomeni, da se je realna kupna moč glede na energente dolgoročno povečala, kljub kratkoročnim cenovnim šokom.

Tretje raziskovalno vprašanje se nanaša na strukturo slovenskega trga goriv. Analiza literature kaže, da je slovenski trg oligopolne narave, vendar konkurenca med večjimi distributerji ter bližina tujih trgov omejujeta možnost trajnega zviševanja cen. Deregulacija cen goriv v obdobju 2016–2022 ni povzročila občutnega povečanja cen, kar potrjuje, da konkurenca na trgu deluje kot pomemben mehanizem za omejevanje tržne moči posameznih ponudnikov.

Na splošno rezultati raziskave kažejo, da so kratkoročna nihanja cen goriv predvsem posledica globalnih šokov na energetskih trgih, medtem ko domači dejavniki, kot so davčna politika in regulacija marž, predvsem vplivajo na razporeditev končne cene med državo, distributerje in potrošnike. Dolgoročno gledano se je kljub večjim nihanjem cen energentov dostopnost goriva za potrošnike izboljšala zaradi rasti dohodkov.

Za prihodnje raziskave bi bilo smiselno uporabiti tudi ekonometrične modele, ki bi omogočili natančnejšo oceno prenosa cen surove nafte na maloprodajne cene goriv ter analizo asimetričnih učinkov (npr. ali se cene goriv hitreje zvišujejo kot znižujejo). Takšne analize bi dodatno prispevale k razumevanju delovanja energetskega trga v majhnih odprtih gospodarstvih, kot je Slovenija.

Literatura in viri

Banka Slovenije. (2025). Menjalni tečaji EUR/USD – statistični podatki.

Pridobljeno s spletne strani <https://www.bsi.si>

Dolšak, J. (2024). Competition and consumer prices in the fuel market: Insights from a small EU country. *Applied Economic Analysis*, 32(95), 141–166.

Dolšak, J., Hočevar, M., & Langus, G. (2024). Regulacija cen naftnih derivatov v Sloveniji in njena učinkovitost pri energetske krizi. Ljubljana: Ekonomska fakulteta.

European Commission. (2024). Weekly oil bulletin. European Commission.

Pridobljeno s spletne strani <https://energy.ec.europa.eu>

Ferreira, L., Lee, B., Samake, I., Scholnick, B., & Wada, E. (2017). Dynamic fuel price pass-through: Evidence from a new global retail fuel price database (IMF Working Paper No. 17/54). International Monetary Fund.

IEA. (2024). Oil market report. International Energy Agency.

<https://www.iea.org>

Macrotrends. (2025). Brent crude oil price history.

<https://www.macrotrends.net/2483/brent-crude-oil-price-history>

Ministrstvo za okolje in prostor. (2025). Cene naftnih derivatov za tretje četrtletje 2025. Portal Energetika.

Pridobljeno s spletne strani <https://www.energetika-portal.si>

Papler, Drago. (2021). Podnebne spremembe in energetika. EGES : energetika, gospodarstvo, ekologija skupaj. 2021, leto 25, št. 4, str. 72-79, ilustr. ISSN 1408-2667.

Statistični urad Republike Slovenije (SURS). (2025a). Plače in stroški dela v Republiki Sloveniji. Ljubljana: SURS. Pridobljeno s spletne strani <https://www.stat.si>

Statistični urad Republike Slovenije (SURS). (2025b). Povprečne drobnoprodajne cene izdelkov in storitev po: izdelki in storitve, mesec, meritve [podatkovna baza].

Pridobljeno s spletne strani <https://pxweb.stat.si>

doc. dr. Bojan Macuh
Fakulteta za poslovne in komercialne vede Celje, Slovenija
bojan.macuh@guest.arnes.si

MEDVRSTNIŠKO NASILJE V VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNIH ZAVODIH: PRIMERJALNA ANALIZA SODOBNIH SLOVENSКИH IN MEDNARODNIH RAZISKOVALNIH UGOTOVITEV

Povzetek: Medvrstniško nasilje predstavlja pomemben vzgojno-izobraževalni, psihosocialni in javnozdravstveni problem, ki pomembno vpliva na občutek varnosti, medosebne odnose, psihično blagostanje in učno uspešnost otrok ter mladostnikov. Sodobno razumevanje tega pojava presega tradicionalno razlago nasilja kot odnosa med povzročiteljem in žrtvijo ter ga umešča v širši socialni, skupinski, institucionalni in družbeni kontekst. Prispevek obravnava medvrstniško nasilje v vzgojno-izobraževalnih zavodih ter primerjalno analizira sodobno slovensko raziskovalno usmeritev in aktualno mednarodno raziskavo. Slovenski raziskovalni okvir temelji predvsem na delu Košir (2025), ki medvrstniško nasilje proučuje kot skupinski pojav in poudarja pomen razredne klime, vrstniških odnosov, opazovalcev ter večperspektivnega raziskovalnega pristopa. Mednarodni primer predstavlja raziskava Walsh idr. (2025), izvedena na vzorcu 244.405 otrok in mladostnikov iz 42 držav in regij v okviru raziskave HBSC. Primerjava raziskav je usmerjena v raziskovalni predmet, metodologijo, vzorec, oblike nasilja, dejavnike tveganja, posledice, vlogo šole in učiteljev ter preventivne usmeritve. Ugotovitve kažejo, da se slovenski in mednarodni raziskovalni pristopi razlikujejo predvsem po obsegu, metodologiji in raziskovalnem fokusu, vendar se dopolnjujejo pri razumevanju medvrstniškega nasilja kot kompleksnega socialnega pojava. Prispevek ugotavlja, da učinkovito preprečevanje zahteva celosten, sistematičen in na dokazih temelječ pristop, ki vključuje učence, učitelje, vodstvo vzgojno-izobraževalnih zavodov, starše ter druge strokovne institucije.

Ključne besede: medvrstniško nasilje, vzgojno-izobraževalni zavodi, vrstniški odnosi, preventivno delovanje, razredna klima.

PEER VIOLENCE IN EDUCATIONAL INSTITUTIONS: A COMPARATIVE ANALYSIS OF CONTEMPORARY SLOVENIAN AND INTERNATIONAL RESEARCH FINDINGS

Abstract: Peer violence represents an important educational, psychosocial and public health problem that significantly affects children's and adolescents' sense of safety, interpersonal relationships, psychological well-being and academic functioning. Contemporary understandings of this phenomenon go beyond the traditional interpretation of violence as a relationship between a perpetrator and a victim and place it within a broader social, group, institutional and societal context. This paper examines peer violence in educational institutions and provides a comparative analysis of contemporary Slovenian research and recent international findings. The Slovenian research framework is primarily based on the work of Košir (2025), who conceptualises peer violence as a group phenomenon and emphasises the importance of classroom climate, peer relationships, bystanders and a multi-perspective research approach. The international comparison is based on the study by Walsh et al. (2025), conducted within the Health Behaviour in School-aged Children study on a sample of 244,405 children and adolescents from 42 countries and regions. The comparison focuses on the research objectives, methodology, sample characteristics, forms of violence, risk factors, consequences, the role of schools and teachers, and preventive approaches. The findings indicate that Slovenian and international research approaches differ primarily in terms of scope, methodology and research focus, yet complement each other in understanding peer violence as a complex social phenomenon. The paper concludes that effective prevention requires a

comprehensive, systematic and evidence-based approach involving students, teachers, school leadership, parents and other relevant professional institutions.

Kywords: peer violence, educational institutions, peer relationships, prevention, classroom climate

UVOD

Vzgoja otrok je ena najbolj zahtevnih nalog odraslih, tako doma (družina), v šoli (učitelji, vzgojitelji), ulica (prijatelji). Položaj otrok se razlikuje od položaja odraslih. Slednji imajo moč (osebno, pozicijsko), zato je razumljivo, da morajo skrbeti za otroke. A skrbeti, ne pa svojo moč zlorabljeni zato, da bi dosegli cilj, vzgojiti otroka kot mislijo, da je zanje najboljše. Kot govorim o odraslih, imam tukaj v prvi vrsti v mislih starše. Ti lahko s svojim osebnim zgledom in odnosom npr. do živih bitij kažejo pravo podobo vzgoje, hkrati pa z usmerjanjem otrok le-te vodijo na pravo pot.

Otroci potrebujejo načrtane meje, občutek varnosti in starše, ki bodo skozi lastno nenasilno verbalno komunikacijo vzgajali otroke. Seveda se mora ta kazati v spoštljivem vedenju do otrokove osebnosti in samoobvladovanju lastnega načina obnašanja. Zavedati se moramo, da vzgoja otroka ne pomeni, da ga moramo ves čas nadzirati, krotiti, temveč naj bo prednostna naloga spodbujanje, podpora, vodenje in korektnost, na katerih bomo gradili skupen odnos. V vsakem primeru ne smemo pozabiti na otrokove želje in potrebe in iskanje skupnih poti do cilja, ki smo si ga zastavili.

Odrasli se poslužujejo različnih oblik nasilja nad otroki, s katerimi vedno znova dokazujejo svojo premoč. Največkrat se poslužujejo *psihičnega nasilja* (seveda tudi *fizičnega in ekonomskega*), za katerim se »skrivajo«, kajti ta prikrita oblika je največkrat manj prepoznavna navzven (za štirimi stenami pa se dogaja marsikaj). Z zmerjanjem, omalovaževanjem želijo prizadeti otrokovo samopodobo. Velikokrat je prisotno pogojevanje ljubezni (nimam te rad, ker ...), zavračanje v primerjavi z brati in sestrami, zasmehovanje, pripisovanje negativnih lastnosti (slab si, grd, nesposoben), puščanje otrok samih ali njihova osamitev kot kazni. Velikokrat pa je primerjava uspeha in uspešnosti z vrstniki hujše nasilje, kot si mislimo, saj se otroka razvrstimo in postavljamo v podrejeni položaj. Pogosto pa odrasli oz. starši radi uporabijo izraz »sram me je bilo zaradi tebe«, kar otrok razume kot neizpolnjevanje pričakovanih ciljev, ki so si jih zastavili oni in ne skupaj z otroki.

NASILJE NAD IN MED OTROCI

Odrasli se veliko krat ne zavedajo, da otrok v odnosu do odraslega ni kriv za nasilje. Zato se je potrebno veliko pogovarjati z njim. Med tem je potrebno ostati miren in razumen. Otroku je treba dati čas, da pove, kaj misli, kajti ni sposoben tako hitrih reakcij in težko odgovarja in neposredno postavlja vprašanja. Na osnovi tega je lažje razumeti njega in njegove težave, ki pogosto izhajajo tudi iz nasilja, ki ga doživlja v družbi (odrasli, sovrstniki ...).

Nasilje med mladimi

Nasilje je prisotno v vsaki družini, zato tudi v Sloveniji temu področju posvečamo veliko pozornost. Dokler se ne dotakne nas, naših najbližjih domačih ali prijateljev, ga na nekako nočemo videti. Zastrahuje pa je dejstvo, da je vedno bolj prisotno med mladimi, vrstniki.

Prevladujoče je mnenje, da je nasilno vedenje posledica nerazrešenih socialnih težav in konfliktov. Obstaja več značilnosti, ki se pripisujejo nasilnim otrokom, ki so večkrat bili tudi sami žrtve ustrahovanja in nasilja, največkrat v svoji družini (Antončič, 2005).

Poglejmo si nekaj lastnosti žrtev (otrok in mladostnikov), kot jih opredeljuje Kranjc:

- imajo slabo splošno koordinacijo;
- počasi začnejo dojemati nasilje kot nekaj, kar si zaslužijo;
- osamljeni, izolirani v šoli;
- pogosto se bolje razumejo z odraslimi;
- so boječi, anksiozni, negotovi, molčeči;
- na napad reagirajo z jokom, vpitjem, jezo in neuspešnim povračilom;
- pojavijo se sekundarni nevrotični znaki (grizenje nohtov, jeclanje ipd.);
- imajo povprečne intelektualne sposobnosti (Krajnc, 1999).

Nasilje doma

Dva najbolj razširjena medija sta zagotovo svetovni splet in televizijski programi. Žal nad medijem nimamo nadzora, kaj se objavlja na spletu in kaj predvajajo televizijski programi. Mladostniki se danes zelo hitro naučijo rokovati s tema dvema medijema in zato pri opravi z njima ne potrebujejo pomoči starejših, staršev ali učiteljev. S tem starši ali vzgojitelji nimajo nadzora nad tem kaj njihovi otroci, mladostniki gledajo po televiziji in svetovnem spletu, žal pa se starši premalo zavedajo kakšne posledice pri mišljenju in razmišljanju imajo lahko njihovi otroci.

Velikokrat starši razmišljajo, da so otroške risanke in video igrice čisto nedolžne. Vendar, če pogledamo malo bolj je zelo veliko risank in video igric zelo nasilnih in se igralci v njih bojujejo in pobijajo, ravno to je lahko začetek nasilja, čeprav preko igre.

Bašič povzema B. Gunter in J. Aleen, ki v svoji knjigi navajata štiri mehanizme, ki se nanašajo na povezavo nasilja med mladimi in medijev:

- mehanizem vzburjanja – nasilje, seks, humor,
- mehanizem sprostitve – uporaba nasilja v resničnem življenju,
- mehanizem posnemanja – gledalci televizije povzamejo karakteristike filmskih junakov, in
- neobčutljivost – večja spremenljivost nasilja v resničnem življenju (Bašič, 1995).

Nasilje na ulici

Mladi se vse več srečujejo na ulicah, kjer posledično tudi večkrat pride do nasilja. Tukaj se bomo osredotočili na tista nasilna dejanja, ki se zgodijo na ulici, javnih prostorih, kot so parkirišče, trgovina, lokali, pošta itd.

Bučar-Ručman (2004) je ulično nasilje razdelil v pet podskupin:

- Nasilje posameznikov ali skupine, ki se izvaja zaradi dokazovanja moči: v tej skupini se najdejo nasilneži, ki dokazujejo svojo moč. Razlogi so običajno minimalni in sploh niso vredni omembe, saj je v večini primerov družba sprožilec nasilnih dejanj.
- Ropi in izsiljevanja – nasilje iz koristiljublja: mladi, otroci, se združujejo v skupine in napadajo trgovine, menjalnice, pošte in naključne žrtve, običajno starejše občane, ki se ne morejo braniti.
- Spolno nasilje: o njem bom pisala v naslednjem poglavju.
- Nasilje zaradi nestrpnosti: pri nas je najbolj opazno nasilje med ljudmi, ki imajo drugačno barvo polti, so druge narodnosti, veroizpovedi, spolne usmerjenosti.
- Nasilje med posamezniki in znotraj skupin: Pri nas so znane taki imenovane čefurske skupine, ki običajno nastanejo v urbanih delih mest (Bučar-Ručman, 2004).

Nasilje v vzgojni ustanovi

Vrtec, šola, mladinski doma naj bi predstavljali varno okolje za učence, dijake, otroke in mladostnike, okolje za učenje in osebni razvoj. Žal, veliko krat ni tako. Strokovnjaki vse pogostejše opozarjajo na prisotnost nasilja že v vrtcu, šoli in tudi v vzgojni domovih.

Obstaja več vrst nasilja med vrstniki v vzgojno izobraževalnih zavodih. Fizično nasilje je tisto, ki je najbolj opazno, ki pritegne največ pozornosti npr. sošolcev, učiteljev. Temu sledita psihično in verbalno nasilje. Slednja vrsta nasilja je bolj skrita očem, vendar v večini primerov pusti večje in trajnejše posledice kot fizično nasilje.

K. Bašič (2004) izpostavlja oblike nasilja, katere so učenci sami izpostavili:

- Nasilje sošolcev v razredu – (pljuvanje, ščipanje, žaljenje, zmerjanje, odpiranje, prerivanje po hodnikih, zafrkavanje, otipavanje, obtoževanje, fizično nasilje, izoliranje s strani vrstnikov).
- Nasilje zaradi narodnosti učencev, veroizpovedi.
- Izsiljevanje.
- Nasilje s strani učiteljev – psihično nasilje.
- Nasilne igre med učenci, zaradi katerih prihaja do fizičnih bolečin.
- Učenke so izpostavile spolno in psihično nasilje – otipavanje.

Nasilje nad samim seboj

Samomor je velik javnozdravstveni problem, ki ima čustvene, družbene in tudi ekonomske posledice. Število oseb, ki letno stori samomor, je približno en milijon na svetu, ocene pa kažejo, da vsak posamezni samomor prizadene vsaj šest drugih ljudi. Slovenija sodi med države, najbolj obremenjene s samomorom (Roškar, Tančič, Grum, Poštuvan, 2010).

Cerar in drugi (2011) navajajo, da se mladostniki, ki se samopoškodujejo, nahajajo v polju protislovij. Na nek način želijo sporočiti svojo stisko, po drugi strani pa jim primanjkuje ustreznih načinov, s katerimi bi lahko izrazili svoja čustva, reševali težave in se nekomu zaupali. Ker svoje stiske ne zmorejo ubesediti, jo sporočajo skozi svoje telo – s samopovzročenimi modricami, urezninami, vbodi, opeklinami, praskami ipd. In dodajajo, da je samopoškodbeno vedenje je namerno poškodovanje lastnega telesa in ni posledica nesreče. Posameznik se samopoškoduje z namenom, da bi zmanjšal psihološko stisko. Čeprav mladostnik nima namena umreti, se lahko zgodi, da se samopoškoduje po vitalnih predelih telesa (na primer po vratu) ali v stanju omame (na primer pod vplivom alkohola), ki poveča otopelost. S tem narašča tveganje smrti, do katere pa pride le v redkih primerih. Ker samopoškodovanje ni v skladu z družbenimi normami, je označeno kot nesprejemljivo, kar mladostnike posledično privede do tega, da svoje rane in brazgotine skrivajo. Ravnanje vključuje takšne oblike poškodovanja telesa, ki se jih po navadi da prekriti. Med najpogostejše oblike samopoškodbenega vedenja sodijo: rezanje, povzročanje opeklin, udarjanje z deli telesa (roko, glavo, nogami ipd.) ob ostre in trde predmete, zbadanje (z iglami, šestilom), praskanje, preprečevanje celjenja ran, puljenje las, samougriži, in namerni zlomi kosti (Cerar in drugi (2011).

MEDVRSTNIŠKO NASILJE

Nasilneži so otroci, ki trpinčijo druge otroke. Povzročitelji nasilja lahko nastopajo posamično, v dvojicah, trojicah ali v skupini, ugotavlja Zabukovec Kerin (2002, str. 111).

Olweus in Besag ločita tri vrste učencev, ki izvajajo nasilje nad svojimi vrstniki (Olweus, 1995, str. 23–24; Pušnik, 1999, str. 86):

- Dominantni nasilneži – v to skupino uvrščata tiste povzročitelje, ki so običajno fizično močnejši od svojih vrstnikov in imajo izrazite potrebe po nadvladovanju ter podrejanju drugih. Za te učence velja, da so vročerkvni, impulzivni in agresivni tudi do odraslih. Ti učenci uživajo v konfliktih in agresivnih spopadih. Imajo dokaj pozitivno stališče do agresivnega vedenja in ne občutijo nobene krivde pri svojem početju. Dominantni nasilneži jih Olweus poimenuje zato, ker izkazujejo svojo premoč nad vrstniki.
- Anksiozni nasilneži – so bolj strahopetni in imajo manj samozaupanja. V primerjavi z ostalimi so tudi manj priljubljeni. Ponavadi jih spremljajo še druge težave, npr. težave doma in neuspehi v šoli. Nekateri raziskovalci jih opredeljujejo kot nevrotične nasilneže.
- Pasivni udeleženci nasilja – to so učenci, ki so spremljevalci preganjalcev. Gre običajno za osebe z več tesnobe in strahu. Večinoma so nepriljubljeni, včasih pa zelo zaželeni v družbi sovrstnikov.

Elliot (2002) meni, da daje znašanje nad šibkejšimi mučitelju občutek moči in kontrole. Večina nasilnežev zelo dobro ve, kaj počnejo. Včasih pa se niti ne zavedajo, kakšno trpinčenje povzročajo svoji žrtvi. Mogoče hoče takšen tiran le pripadati neki skupini in se posmehuje žrtvi, ne da bi pomislil, kaj dela. Možno je tudi, da se spravlja na druge, ker ga je skrivaj strah, da bo sicer sam naslednja žrtev. Morda pa to počne iz golega dolgčasa. Karkoli je razlog, pa je gotovo slaba tolažba za žrtev, ki jo trpinčenje spravlja v stisko (Elliot, 2002, str. 41–42). Skoraj vsak človek je kdaj koga trpinčil, a običajno mu je potem žal in se trudi, da tega ne bi več počel. Če pa nekdo nekomu kar naprej greni življenje in mu je vseeno, kako vznemirjen, jezen ali prestrašen je slednji zaradi tega, potem gre gotovo za globlji problem.

Če nasilen otrok želi, da bi ga vrstniki imeli radi takšnega, kot je, naj skuša spremeniti svoje vedenje. Z grožnjami lahko doseže, da so drugi zaradi strahu prijazni z njim, vendar to ni prijateljstvo – nasilneži so običajno osamljeni in nesrečni (Elliot, 2002, str. 43).

Kdaj vrstnik trpinči sovrstnika

Otroci ali mladostniki, ki sodelujejo pri trpinčenju drugih učencev, pogosto sodelujejo v dejavnostih, opisanih v okviru primarnih znakov. Značilnost njihovega vedenja v šoli se kaže kot (Olweus, 1995, str. 35–36, Bučar Ručman, 2004, str. 111–113):

- Večkrat drugim na neprimeren način nagajajo, jih ponižujejo, zaničujejo, jim grozijo.
- Druge zafrkavajo, se norčujejo iz njih, jih porivajo naokrog, udarjajo, brcajo, tepejo, uničujejo njihovo lastnino. Tako se vedejo do številnih učencev, vendar izbirajo za svoje tarče predvsem šibkejše in dokaj nemočne učence. Prav tako mnogi nasilneži prisilijo svoje privržence, da opravijo »umazano delo«, medtem ko se sami zadržujejo v ozadju.

nadlegovanja, npr. obrekovanje, širjenje govoric in manipuliranje s prijateljskimi odnosi v oddelku (npr. prikrajšanje deklice za najboljšo prijateljico).

Vloga šole in mladinskega doma pri preprečevanju medvrstniškega nasilja

Tako šola kot tudi vzgojni zavodi in mladinski domovi imajo zelo pomembno vlogo pri preprečevanju medvrstniškega nasilja.

Pušnik (1999) ugotavlja, da se preventivno delovanje začne že z načrtovanjem življenja in dela šole (enako velja tudi za vzgojne zavode in mladinske domove), ki vključuje organizacijo izobraževanja strokovnih delavcev, aktivnosti za učence (otroke in mladostnike v domovih in zavodih), različne prijeme in vsebine pri delu s starši in postavljanje ciljev šole same. Vsekakor je problematika nasilja odvisna od norm in pravil šole. Pomembno je, v kolikšni meri šola uporablja, dovoljuje, ceni in preganja nasilne oblike vedenja in ali omogoča posamezniku uporabo nasilnih oblik vedenja za doseg ciljev in lastne uveljavitve. Šola mora razvijati kulturo in klimo, ki nasilnega vedenja ne dopušča. Strokovni delavci v šoli morajo biti seznanjeni z medvrstniškim nasiljem in z osebnostnimi lastnostmi tistih, ki so vpleteni v nasilje. Potrebno je poznati tipične lastnosti žrtev in nasilnežev, saj lahko na podlagi tega izvajamo preventivo. To znanje je mogoče pridobiti z izobraževanjem (Pušnik, 1999, str. 97–98).

K preventivnim ukrepom v veliki meri prispevajo tudi jasno postavljena šolska (domska) pravila. Devjakova poudarja, da moramo biti pri postavljanju pravil natančni in dosledni, kajti samovoljno udejanjanje ali nenehno spreminjanje le-teh učenca postavlja v položaj, ki mu onemogoča, da bi prevzel odgovornost za svoja ravnanja. Pravil ne sme biti preveč, toliko, da jih ni mogoče spoštovati, niti ne smejo postati predmet ustrahovanja. Če sankcije za kršitev niso izrečene tako, da jih učenci doživljajo kot pravične, je malo verjetno, da bodo imele želeni učinek (Devjak in ostali, 2008, str.21).

Cilj primarne preventive je predvsem preprečevanje nevarnosti, da bi se razvile določene težave. S preventivnimi ukrepi se skuša okrepiti varovalne dejavnike v otroku in v njegovem okolju, kot tudi zmanjšati učinek dejavnikov tveganja, ki otrokov razvoj in delovanje ogrožajo (Pušnik, 2004, str.35).

Ukrepi zoper medvrstniško nasilje

Odrasli se premalokrat odzovejo na nasilje predvsem zaradi zmotnih prepričanj, kot so:

- Vmešavanje odraslih bo stvari samo še poslabšalo.
- Nasilje je del vsakdanjika in otroci se ga morajo naučiti obvladati.
- Nasilje in norčevanje krepi osebno.
- Ustrahovanje vrstnikov je normalen del odrasčanja.
- Žrtev nasilja izziva.
- Deklice niso nasilne.
- Ko ne bodo več zmogli sami, bodo otroci poiskali pomoč.

Nasilje v vzgojnih ustanovah veliko stane, ne le v finančnem pomenu, temveč v pomenu dolgoročne škode, ki jo pusti na posameznikovem osebnem razvoju. Izguba možnosti za kvalitetno odrasčanje in življenje je motnja v posameznikovem učenju prosocialnega vedenja in zada udarec glavni nalogi razvijanja človeških virov, pomembnih za nacionalni razvoj. Prestopniška dejavnost mladih v šoli pomeni manj časa za učenje in izvajanje vzgojno-izobraževalnega programa. Tudi izostajanje od pouka, kot posledica prestopništva ali viktimizacije, ne vpliva pozitivno na posameznika (Bučar Ručman, 2004).

Šola, vzgojni zavodi in mladinski domovi morajo biti prostor, kjer bodo otroci in mladostniki s svojo življenjsko situacijo in težavami s strani učiteljev in vzgojitelj, kakor tudi strokovnih služb (specialni pedagogi, psihologi, socialni delavci ...) obravnavani resno in odgovorno. Pomembno je, da se otrokom ponudi čim več aktivnosti znotraj šole in pouka, kakor tudi v domovih, kjer otrok lahko okrepi občutek lastne vrednosti in mi občutek. V to je koristno vključiti tudi starše oz. skrbnike, ki dovolj dobro poznajo otroke oz. mladostnike in le-ti naj bodo vključeni v proces vzgoje oz. prevzgoje. S tem bodo otroci in mladostniki začutili njihovo vlogo in pomen ter (morda) še bolj dosledno sodelovali pri oblikovanju in izvajanju vzgojnih procesov.

MEDVRSTNIŠKO NASILJE V VZGOJNO-IZOBRAŽEVALNIH ZAVODIH: PRIMERJAVA SLOVENSKE IN TUJE RAZISKAVE

Medvrstniško nasilje predstavlja pomemben vzgojno-izobraževalni, psihološki in širši družbeni problem. Ne vključuje zgolj neposrednega fizičnega nasilja, temveč tudi besedno, odnosno oziroma socialno in

spletno nasilje. Sodobne raziskave opozarjajo, da medvrstniškega nasilja ni mogoče razumeti samo kot odnos med povzročiteljem in žrtvijo, temveč kot skupinski in socialni pojav, pri katerem imajo pomembno vlogo tudi opazovalci, razredna klima, učitelji, šola in širše okolje (Košir, 2025).

Za primerjavo sta bili izbrani ena najnovejših slovenskih znanstvenih raziskovalnih objav s področja medvrstniškega nasilja in zelo aktualna mednarodna raziskava. Slovenski raziskovalni okvir predstavlja delo Katje Košir (2025), objavljeno v znanstveni monografiji *Celostni pristop k medvrstniškemu nasilju: Psihosocialni konteksti in raziskovalne strategije*. Mednarodno primerjavo predstavlja obsežna raziskava Walsh idr. (2025), ki je na podlagi raziskave HBSC analizirala medvrstniško nasilje in fizične spopade med 244.405 mladostniki iz 42 držav in regij.

Slovenska raziskava: medvrstniško nasilje kot skupinski pojav

Košir (2025) izhaja iz predpostavke, da je medvrstniško nasilje kompleksen pojav, ki je tesno povezan s psihosocialnimi značilnostmi posameznika in razreda. Posebnost slovenskega raziskovalnega projekta je v uporabi več različnih virov podatkov. Raziskovalci so vključevali samoporočanje učencev, vrstniška imenovanja in poročanje učiteljev, pri čemer so uporabili tudi naprednejše raziskovalne pristope, kot so vzdolžno spremljanje s tremi meritvami in fokusne skupine (Košir, 2025).

Pomemben poudarek slovenske raziskave je na socialnem kontekstu medvrstniškega nasilja. Raziskava se ne osredotoča zgolj na vprašanje, kdo je žrtev in kdo povzročitelj, ampak proučuje tudi značilnosti razredov, odnose med učenci, vedenje opazovalcev ter povezavo med medvrstniškim nasiljem in šolsko prilagojenostjo. Cilj projekta je bil oblikovati tudi smernice za preventivne in intervencijske dejavnosti ter prispevati k oblikovanju pozitivne vrstniške kulture in vključujoče šole (Košir, 2025). Novejša slovenska raziskovalna usmeritev posebej opozarja tudi na pomen kvalitativnega pristopa. Usenik idr. (2025) poudarjajo, da je večina dosedanjih raziskav medvrstniškega nasilja predvsem kvantitativnih, medtem ko kvalitativne metode omogočajo globlje razumevanje izkušenj učencev, učiteljev, staršev in drugih strokovnih delavcev.

Tuja raziskava: medvrstniško nasilje v 42 državah

Walsh idr. (2025) so v okviru mednarodne raziskave HBSC proučevali povezanost med zaprtjem šol med pandemijo covid-19 in pojavljanjem različnih oblik medvrstniškega nasilja. Raziskava je bila izvedena na izjemno velikem vzorcu 244.405 otrok in mladostnikov, pri čemer je bilo približno polovica sodelujočih deklet, podatki pa so bili zbrani v 42 državah in regijah po ponovnem odprtju šol med avgustom 2021 in junijem 2023.

Avtorji so proučevali štiri pomembna področja:

- viktimizacijo zaradi medvrstniškega nasilja,
- izvajanje medvrstniškega nasilja,
- spletno nasilje oziroma kibernetsko viktimizacijo in izvajanje nasilja,
- fizične spopade med mladostniki.

Raziskava je pokazala, da je bilo daljše zaprtje šol povezano z nižjimi ravni različnih oblik medvrstniškega nasilja, tako pri viktimizaciji kot pri izvajanju nasilja. Takšne povezave pa raziskovalci niso ugotovili pri fizičnih spopadih. Ugotovitve kažejo, da je šolsko okolje pomemben prostor socialnih stikov, v katerem se lahko medvrstniško nasilje razvija in ohranja, vendar pa hkrati sama odsotnost iz šole ne odpravi vseh oblik konfliktnega ali nasilnega vedenja med mladostniki (Walsh et al., 2025).

Metodološka primerjava

Prva pomembna razlika med raziskavama je v raziskovalnem načrtu. Slovenska raziskava je metodološko izrazito večplastna. Uporablja več virov podatkov in združuje kvantitativne ter kvalitativne pristope. Takšen pristop omogoča bolj poglobljeno razumevanje medvrstniškega nasilja, saj se pojav ne preučuje samo skozi odgovore posameznega učenca. Vključitev vrstniških imenovanj in poročanja učiteljev omogoča primerjanje različnih pogledov na isti pojav (Košir, 2025).

Walsh idr. (2025) pa uporabljajo bistveno večji in mednarodno primerljiv vzorec. Glavna prednost njihove raziskave je velika možnost primerjanja med državami ter ugotavljanje širših vzorcev. Njena omejitev v primerjavi s slovensko raziskavo pa je, da velika mednarodna analiza težje zajame posebnosti posameznega razreda, šole ali konkretnih medosebnih odnosov.

Slovenska raziskava je zato globlje usmerjena v razumevanje procesov, medtem ko je tuja raziskava širše usmerjena v prepoznavanje mednarodnih vzorcev in povezav.

Primerjava razumevanja vzrokov medvrstniškega nasilja

Košir (2025) medvrstniško nasilje razume predvsem kot pojav, ki nastaja v socialnem sistemu razreda in šole. Posameznik ni ločen od okolja, ampak je njegovo vedenje povezano z odnosi med vrstniki, razredno kulturo, socialnimi vlogami in psihosocialnimi značilnostmi.

Walsh idr. (2025) pa pojav postavljajo tudi v širši družbeni kontekst. Njihova raziskava pokaže, da lahko spremembe v organizaciji šolskega življenja, kot je bilo množično zapiranje šol med pandemijo, vplivajo na pojavnost medvrstniškega in spletnega nasilja. Pri tem je pomembno, da ugotovitve ne kažejo na enak vpliv pri vseh oblikah nasilja, saj fizični spopadi niso sledili istemu vzorcu.

Obe raziskavi tako potrjujeta, da medvrstniškega nasilja ni mogoče razlagati samo z osebnostnimi značilnostmi posameznega otroka ali mladostnika. Na pojav pomembno vplivajo socialni odnosi, organizacija šolskega okolja in širši družbeni kontekst.

Slovenska raziskovalna usmeritev povezuje medvrstniško nasilje tudi s šolsko prilagojenostjo in učnim delovanjem. V novejši slovenski monografiji je posebno poglavje namenjeno povezavi med medvrstniškim nasiljem in učnim delovanjem, kar potrjuje pomen tega pojava za uspešnost in vključevanje učencev v šolsko okolje (Kranjec, 2025).

Mednarodne raziskave podobno opozarjajo na široke posledice. Walsh idr. (2025) so medvrstniško nasilje obravnavali v povezavi s pomembnimi spremembami v socialnem okolju mladostnikov. Druge obsežne mednarodne analize dodatno potrjujejo povezanost viktimizacije z večjo psihološko stisko in nižjim zadovoljstvom z življenjem (Odigie et al., 2024).

Primerjava zato kaže, da ima medvrstniško nasilje večdimenzionalne posledice: vpliva na psihično blagostanje, občutek varnosti, socialne odnose, vključenost v razred in šolsko delovanje.

Vloga učiteljev, šole in opazovalcev

Ena pomembnejših prednosti slovenske raziskave je poudarek na različnih akterjih. Medvrstniško nasilje ni predstavljeno kot zaseben problem med dvema učencema. Pomembni so tudi opazovalci, učitelji in razredna skupnost. Smernice, ki izhajajo iz projekta, so zato usmerjene v oblikovanje takšnega razrednega okolja, ki deluje kot varovalni dejavnik in zmanjšuje možnosti za razvoj nasilnih odnosov (Košir, 2025).

Tudi novejše mednarodne raziskave potrjujejo, da je odzivanje odraslih v šoli pomembno. Khanolainen idr. (2025) so v raziskavi 4.990 učiteljev s 13 mednarodnih lokacij ugotovili, da se zaznavanje odgovornosti in pripravljenost za ukrepanje razlikujeta glede na vrsto nasilja. To pomeni, da vsi primeri medvrstniškega nasilja niso nujno prepoznani in obravnavani enako.

Glavne podobnosti in razlike med raziskavama

Obe raziskavi kažeta predvsem na naslednje skupne ugotovitve:

- 1 Medvrstniško nasilje je kompleksen socialni pojav, ki ga ni mogoče razlagati zgolj na ravni posameznika.
- 2 Šolsko okolje ima pomembno vlogo pri nastanku, ohranjanju in preprečevanju nasilja.
- 3 Pomembno je proučevanje različnih oblik nasilja, saj fizični, odnosni in spletni vidiki niso nujno povezani na enak način.
- 4 Za učinkovito preprečevanje je potreben celostni pristop, ki vključuje učence, učitelje, vodstvo šole in starše.
- 5 Preprečevanje mora temeljiti na kakovostnih raziskovalnih podatkih, saj enostavne razlage medvrstniškega nasilja ne zadostujejo.

Največja razlika je v obsegu in globini raziskovanja. Slovenska raziskava je osredotočena na bolj poglobljeno razumevanje odnosov med učenci in razrednega konteksta. Mednarodna raziskava pa omogoča pregled pojavnosti in povezav med različnimi državami.

Druga pomembna razlika je v metodologiji. Slovenska raziskava uporablja večperspektivni pristop in združuje kvantitativne ter kvalitativne metode, medtem ko raziskava Walsh idr. (2025) temelji na obsežni standardizirani mednarodni zbirki podatkov.

Tretja razlika je v raziskovalnem vprašanju. Slovenska raziskava se sprašuje predvsem, kako psihosocialne značilnosti posameznika in razreda vplivajo na medvrstniško nasilje. Tuja raziskava pa proučuje, kako so spremembe v organizaciji šolanja med pandemijo povezane z različnimi oblikami nasilja.

Primerjava slovenske raziskave Košir (2025) in mednarodne raziskave Walsh idr. (2025) kaže, da sodobno raziskovanje medvrstniškega nasilja presega tradicionalno razumevanje nasilja kot preprostega konflikta med povzročiteljem in žrtvijo. Slovenska raziskava posebej poudarja pomen razrednega socialnega konteksta, različnih perspektiv in vzdolžnega spremljanja odnosov, mednarodna raziskava pa opozarja na pomen širših sistemskih in družbenih okoliščin.

Najpomembnejša skupna ugotovitev je, da učinkovito preprečevanje medvrstniškega nasilja zahteva celostno delovanje vzgojno-izobraževalnega zavoda. Potrebni so kakovostni odnosi med učenci, pozitivna razredna klima, usposobljeni učitelji, aktivna vloga opazovalcev, sodelovanje staršev in sistematične preventivne dejavnosti. Slovenska raziskava pri tem ponuja poglobljeno razumevanje procesov v razredu, mednarodna raziskava pa omogoča širši pogled na vpliv organizacije šolskega in družbenega okolja.

Zato je mogoče skleniti, da se raziskavi ne izključujeta, temveč dopolnjujeta: slovenska raziskava odgovarja predvsem na vprašanje, kaj se dogaja znotraj socialnega sveta razreda, mednarodna pa pomaga razumeti, kako širše družbene in organizacijske spremembe vplivajo na pojavljanje medvrstniškega nasilja.

ZAKLJUČEK

Primerjalna analiza slovenske raziskovalne usmeritve Košir (2025) in mednarodne raziskave Walsh idr. (2025) potrjuje, da medvrstniškega nasilja v sodobnih vzgojno-izobraževalnih zavodih ni mogoče več obravnavati zgolj kot posameznega vedenjskega odklona, konflikta med dvema učencema ali vprašanja individualne odgovornosti povzročitelja. Gre za kompleksen pojav, ki nastaja in se ohranja v prepletu individualnih, vrstniških, razrednih, institucionalnih in širših družbenih dejavnikov.

Slovenska raziskovalna usmeritev pomembno prispeva predvsem k poglobljenemu razumevanju socialne dinamike medvrstniškega nasilja. Poudarek na razredni skupnosti, položaju opazovalcev, kakovosti vrstniških odnosov, šolski prilagojenosti ter uporabi različnih virov podatkov omogoča celovitejše razumevanje pojava. Posebej pomembna je ugotovitev, da medvrstniškega nasilja ni mogoče učinkovito preprečevati zgolj z obravnavanjem posameznega povzročitelja in žrtve, temveč je treba spreminjati tudi odnose, norme in kulturo skupnosti, v kateri se nasilje pojavlja (Košir, 2025; Usenik idr., 2025).

Mednarodna raziskava Walsh idr. (2025) dodatno opozarja, da je pojav medvrstniškega nasilja povezan tudi s širšimi spremembami v organizaciji šolskega in družbenega življenja. Izkušnje obdobja pandemije so pokazale, da se različne oblike medvrstniškega nasilja ne pojavljajo v enakih okoliščinah in ne sledijo vedno enakim vzorcem. To je pomembno tudi za sodobno preventivno prakso, saj zahteva razlikovanje med neposrednim fizičnim nasiljem, psihološkim in odnosnim nasiljem ter spletnim oziroma kibernetским nasiljem. Preventivni ukrepi zato ne morejo biti enotni za vse oblike nasilja, temveč morajo biti prilagojeni značilnostim posamezne oblike in konkretnemu okolju.

Poseben izziv sodobnega vzgojno-izobraževalnega prostora predstavlja prepletanje neposrednega in digitalnega medvrstniškega nasilja. Meje med šolskim, domačim in spletnim okoljem so danes bistveno manj jasne kot v obdobju, ko je bila večina temeljnih raziskav o medvrstniškem nasilju usmerjena predvsem v dogajanje znotraj šolskega prostora. Konflikti in izključevanje se lahko začnejo v razredu, nadaljujejo na družbenih omrežjih in nato ponovno vplivajo na odnose v šoli. Zato sodobna obravnava medvrstniškega nasilja zahteva povezovanje vzgojno-izobraževalnih, družinskih in digitalnih okolij.

Aktualni raziskovalni izziv predstavlja tudi vprašanje odzivnosti odraslih. Raziskovalne ugotovitve kažejo, da učitelji in drugi strokovni delavci različnih oblik nasilja ne zaznavajo vedno enako ter se nanje tudi različno odzivajo (Khanolainen idr., 2025). Pri tem so pogosto lažje prepoznane neposredne in fizične oblike nasilja, medtem ko so socialno izključevanje, širjenje govoric, manipulacija odnosov in spletno nasilje lahko manj vidni, vendar imajo za posameznika resne in dolgotrajne posledice. Zato mora biti strokovno usposabljanje zaposlenih v vzgojno-izobraževalnih zavodih usmerjeno ne le v prepoznavanje očitnih oblik nasilja, temveč tudi v zgodnje zaznavanje prikritih oblik viktimizacije.

Primerjava raziskav dodatno potrjuje potrebo po večnivojskem preventivnem modelu. Na ravni posameznika je pomembno razvijanje socialnih in čustvenih kompetenc, empatije, sposobnosti reševanja

konfliktov in iskanja pomoči. Na ravni razreda je ključno oblikovanje jasnih socialnih norm, ki nasilja ne dopuščajo, ter krepitev aktivne vloge opazovalcev. Na institucionalni ravni morajo vzgojno-izobraževalni zavodi razviti jasne postopke prepoznavanja, dokumentiranja, obravnave in spremljanja primerov nasilja. Na širši ravni pa je nujno sodelovanje med šolo, starši, svetovalnimi službami, centri za socialno delo, zdravstvenimi ustanovami in drugimi pristojnimi institucijami.

Za slovenski vzgojno-izobraževalni prostor je posebej pomembno, da se preventivno delovanje ne omejuje na občasne projekte, enkratne delavnice ali odzivanje šele po pojavu hujšega nasilja. Sodobne raziskovalne ugotovitve podpirajo potrebo po trajnem, sistematičnem in na dokazih temelječem preventivnem delu, ki postane sestavni del vsakodnevnega vzgojnega in izobraževalnega procesa. Pri tem je treba redno spremljati odnose med učenci, občutek varnosti, pojav različnih oblik nasilja in učinkovitost že izvedenih ukrepov.

Na podlagi primerjave obeh raziskovalnih pristopov lahko sklenemo, da je prihodnost učinkovitega preprečevanja medvrstniškega nasilja v povezovanju poglobljenega poznavanja lokalnega okolja in uporabe širših mednarodnih raziskovalnih ugotovitev. Slovenske raziskave omogočajo razumevanje posebnosti konkretnega vzgojno-izobraževalnega prostora, mednarodne raziskave pa širši vpogled v skupne vzorce in nove družbene izzive.

Končna ugotovitev je, da varnega in vključujočega vzgojno-izobraževalnega okolja ni mogoče vzpostaviti zgolj z nadzorom in sankcioniranjem nasilnega vedenja. Dolgoročno učinkovitejši pristop temelji na gradnji odnosov, krepitvi pripadnosti skupnosti, zgodnjem prepoznavanju tveganj, strokovno usposobljenem odzivanju odraslih in aktivnem vključevanju otrok ter mladostnikov v oblikovanje varne šolske kulture. Prav v tem je tudi najpomembnejši aktualni strokovni premik: od vprašanja, kako nasilje zgolj ustaviti, k širšemu vprašanju, kako v vzgojno-izobraževalnih zavodih sistematično ustvarjati takšne odnose in pogoje, v katerih ima medvrstniško nasilje čim manj možnosti za nastanek in razvoj.

Literatura in viri

- Antončič, E. (2005). Medvrstniško nasilje in prestopniško vedenje otrok in mladostnikov. V A. Črnak-Meglič (ur.). *Otroci in mladina v prehodni družbi* (str. 261–279). Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport in Urad RS za mladino.
- Bašič Hrvatinić, S. (1995). *Otrok in nasilje v medijih*. V M. Košir (ur.), *Otrok in mediji: Zbornik*, (str. 37–42). Ljubljana: Zveza prijateljev mladine Slovenije.
- Bučar-Ručma, A. (2004). *Nasilje in mladi*. Novo mesto: Klub mladinski kulturni center.
- Cerar, M., Gaber, M., Kolman, M., Knez, T. (2011). *Samopoškodovalno vedenje: kako ga lahko razumemo in pomagamo*. Ljubljana: Inštitut za raziskave in razvoj »Utrip«.
- Devjak, T., Kovač Š., M., Krek, J., Vogrinc, J. (2008). Pravila in vzgojno delovanje šole: teoretična izhodišča in empirični podatki. V: *Pravila in vzgojno delovanje šole*. Ur. Devjak, T. Pedagoška fakulteta. Ljubljana.
- Elliott, M. (2002). *Trpinčenje*. Educy. Ljubljana.
- Khanolainen, D., Hall, A., Craig, W., Trach, J., Noetzel, J., in sodelavci. (2025). *An international investigation of variability in teacher perceptions of bias-based bullying and their likelihood of intervening*. International Journal of Bullying Prevention.
- Košir, K. (2025). Medvrstniško nasilje kot skupinski pojav: Predstavitev izhodišč in ciljev raziskave. V K. Košir in T. Špes (ur.), *Celostni pristop k medvrstniškemu nasilju: Psihosocialni konteksti in raziskovalne strategije* (str. 3–16). Univerzitetna založba Univerze v Mariboru.
- Krajnc, M. (1999). *Poskusi obvladovanja nasilja mladih*. (Diplomsko delo). Ljubljana: visoka policijsko-varnostna šola.
- Kranjec, E. (2025). Medvrstniško nasilje in učno delovanje. V K. Košir in T. Špes (ur.), *Celostni pristop k medvrstniškemu nasilju: Psihosocialni konteksti in raziskovalne strategije* (str. 129–142). Univerzitetna založba Univerze v Mariboru.
- Odigie, T., Elsdén, E., Hosozawa, M., Patalay, P., in Pingault, J.-B. (2024). The healthy context paradox: A cross-country analysis of the association between bullying victimisation and adolescent mental health. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 34, 215–224.
- Olweus, D. (1995). *Trpinčenje med učenci. Kaj vemo in kaj lahko naredimo*. Zavod Republike Slovenije za šolstvo in šport. Ljubljana.
- Pušnik, M. (1996). *Trpinčenje med otroki in mladostniki*. Zavod Republike Slovenije za šolstvo. Ljubljana.
- Pušnik, M. (2004). *Vrstniško nasilje. Vloga šole pri zmanjševanju nasilja: priročnik za učitelje svetovalne delavce in ravnatelje*. Ljubljana: ZRSŠ.

Roškar, S., Tančič Grum, A. in Poštuvan, V. (2010). *Spregovorimo o samomoru in medijih preprečevanje samomora*. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja RS.

Usenik, J., Špes, T., Kranjec, E., Pivec, T., in Peras, I. (2025). Kvalitativno raziskovanje medvrstniškega nasilja: Izhodišča in utemeljitev. V K. Košir in T. Špes (ur.), *Celostni pristop k medvrstniškemu nasilju: Psihosocialni konteksti in raziskovalne strategije* (str. 211–226). Univerzitetna založba Univerze v Mariboru.

Zabukovec Kerin, K. (Ur. Pahor M.) (2000). Nasilje je naš skupen problem, ustavljanje nasilja skupna odgovornost. V: *Nasilje in spolno nadlegovanje na delovnih mestih medicinskih sester v Sloveniji*. Ljubljana: Društvo medicinskih sester in zdravstvenih tehnikov.

Walsh, S. D., Elgar, F., Craig, W., Cosma, A., Donnelly, P. D., Harel-Fisch, Y., Molcho, M., Malinowska-Ciešlik, M., Ng, K., in Pickett, W. (2025). COVID-19 school closures and peer violence in adolescents in 42 countries: Evidence from the Health Behaviour in School-Aged Children Study. *International Journal of Bullying Prevention*.

Ajša Katančič
Univerza v Ljubljani, Akademija za glasbo, Slovenija
ak26037@student.uni-lj.si

Špela Pučko
Univerza v Ljubljani, Akademija za glasbo, Slovenija
spela.pucko@ag.uni-lj.si

ODNOS MED MOTIVACIJO IN UČNO USPEŠNOSTJO ŠTUDENTOV AKADEMIJE ZA GLASBO PRI PREDMETU SOLFEGGIO

Povzetek: Akademsko uspešnost študentov je pomembna za njihov poklicni in osebni razvoj, pri čemer ima posebno vlogo motivacija, saj spodbuja učenje, vztrajnost in doseganje učnih ciljev. Kljub številnim raziskavam na področju motivacije in učne uspešnosti ostaja povezava med motivacijo in učnimi dosežki pri študentih glasbe razmeroma slabo raziskana. Dosedanje raziskave so se večinoma osredotočale na druga predmetna področja, zato se raziskovalni problem naše pilotne raziskave nanaša na vprašanje, kakšno vlogo ima motivacija pri učni uspešnosti študentov glasbe. Namen pilotne raziskave je bil proučiti povezavo med motivacijo in učnimi dosežki pri študijskem predmetu Solfeggio ter ugotoviti, ali sta notranja oziroma zunanja motivacija povezani z višjo ali nižjo učno uspešnostjo študentov glasbe. Uporabljen je bil kvantitativni raziskovalni pristop z anketnim vprašalnikom. Raziskovalni vzorec je zajemal 38 študentov glasbe na Akademiji za glasbo v Sloveniji. Podatki so bili analizirani z deskriptivno statistiko in korelacijsko analizo. Rezultati kažejo, da med motivacijo in učno uspešnostjo študentov glasbe pri predmetu Solfeggio obstaja povezava, vendar ta ni statistično značilna. Višje ocene pri predmetu Solfeggio so se povezovala z nekoliko močnejšo izraženostjo motivacije. Tako notranja kot zunanja motivacija sta pokazali blago naraščajoče gibanje v smeri višjih ocen, vendar nobena od obeh vrst motivacije ni bila statistično značilno povezana z višjo učno uspešnostjo. Notranja motivacija je bila v povprečju nekoliko izrazitejša kot zunanja. Ugotovitve pilotne raziskave zato ne omogočajo trdnih zaključkov o vplivu motivacije na učno uspešnost pri predmetu Solfeggio, vendar nakazujejo na potencialno povezavo. Rezultati poudarjajo potrebo po nadaljnjih raziskavah na večjem in bolj raznolikem vzorcu, ki bi omogočile zanesljivejše preverjanje vloge notranje in zunanje motivacije pri učni uspešnosti študentov glasbe pri predmetu Solfeggio.

Ključne besede: motivacija, učna uspešnost, študenti glasbe, študijski predmet Solfeggio.

Abstract: Students' academic achievement is important for their professional and personal development, with motivation playing a particularly significant role, as it promotes learning, persistence, and the attainment of educational goals. Despite numerous studies in the field of motivation and academic performance, the relationship between motivation and learning outcomes among music students remains relatively under-researched. Previous studies have mostly focused on other subject areas; therefore, the research problem of the present pilot study focuses on the question of what role motivation plays in the academic performance of music students. The purpose of the pilot study was to examine the relationship between motivation and learning outcomes in the subject of Solfeggio and to determine whether intrinsic or extrinsic motivation is associated with higher or lower academic performance among music students. A quantitative research approach using a survey questionnaire was employed. The research sample consisted of 38 music students at the Academy of Music in Slovenia. The data were analysed using descriptive statistics and correlation analysis. The results indicate that there is a noticeable relationship between motivation and academic performance of music students in the subject of Solfeggio; however, this relationship was not statistically significant. Higher grades in Solfeggio were associated with a slightly stronger expression of motivation. Both intrinsic and extrinsic motivation showed a mild upward trend in relation to higher grades, but neither type of motivation was statistically significantly associated with higher academic performance. On average, intrinsic motivation was slightly more pronounced than extrinsic motivation. The findings of the pilot study therefore do not allow for firm conclusions regarding the

influence of motivation on academic performance in the subject of Solfeggio, but they do point to a potential association. The results highlight the need for further research on a larger and more diverse sample, which would enable a more reliable examination of the role of intrinsic and extrinsic motivation in the academic performance of music students in the subject of Solfeggio.

Keywords: motivation, academic achievement, music students, Solfeggio course

TEORETIČNI UVOD

Proučevanje učne uspešnosti študentov glasbe se pogosto osredotoča predvsem na prirojeni talent (Gagné, 2004, str. 119–121; Sloboda, 2014, str. 107–109) in obseg individualnega vadenja instrumenta (Ericsson idr., 1993, str. 363–366; Hallam, 2002, str. 2–4). Ključni izzivi pa se v resnici skrivajo v psiholoških dejavnikih, ki usmerjajo trud študentov v študijskem procesu, med katerimi je eden najpomembnejših motivacija. Motivacija je opredeljena kot proces, s katerim se sprožijo in vzdržujejo ciljno usmerjene dejavnosti, ter neposredno vpliva na to, kaj, kdaj in kako se posameznik uči (Schunk in sod., 2014, str. 5). V izobraževalnem kontekstu jo razumemo kot notranjo silo, ki usmerja in ohranja posameznikovo učno dejavnost ter pomembno prispeva k njegovemu učnemu uspehu. Pri razumevanju motivacije razlikujemo med notranjo in zunanjo motivacijo. Notranja motivacija izhaja iz zanimanja in želje po znanju, zunanja pa temelji na nagradah, ocenah ali družbenih pričakovanjih. V kontekstu glasbenega izobraževanja je glasbeni razvoj posameznika neposredno odvisen od stabilne motivacijske strukture, ki ključno napoveduje vztrajnost pri dolgotrajni individualni vadbi (Hallam, 2010, str. 2, 14, 21). Schmidt (2005, str. 134, 141–144) v raziskavi o odnosih med motivacijo in vadenjem instrumenta ugotavlja, da so motivacijske orientacije, zlasti usmerjenost k učenju in notranja motivacija, tesno povezane s časom, namenjenim vadbi, ter z učiteljevimi ocenami truda in izvedbe. Plohl (2023, str. 23, 37) pa ugotavlja, da učitelji vlogo zunanje in notranje motivacije pri pouku trobil zaznavajo v skoraj uravnoveženem razmerju (52 % proti 48 %), pri čemer izpostavljajo njuno nenehno prepletanje in dinamično spreminjanje v procesu glasbenega izobraževanja. Kot pomemben motivacijski dejavnik za učeče se se je izkazalo skupinsko igranje, temu pa sta tesno sledila učiteljeva osebnost in ustrezen izbor repertoarja (str. 34–35, 38). Kot demotivacijski dejavnik so učitelji prepoznavali preobremenjenost učečih se z drugimi izvenšolskimi obveznostmi (str. 31–32, 38).

Kombinacija notranje motivacije, samodiscipline in učinkovitih strategij pomembno prispeva k učni uspešnosti (Aljaffer idr., 2024, str. 1, 5, 8). Hkrati pa študenti z višjo motivacijo, tako notranjo kot zunanjo, dosegajo boljše akademske rezultate (Abd Abbas in Mahdi, 2022, str. 344–354). Učna uspešnost tako ni le neposredni rezultat posameznikovih kognitivnih sposobnosti, temveč je izrazito pogojena z motivacijskimi komponentami, kot so posameznikovi cilji, vrednotenje znanja in zaznavanje lastne kompetentnosti. Motivacija v tem odnosu deluje kot ključni povezovalni člen, ki posameznikove potencialne usmerja v dejanski učni dosežek (Juriševič, 2005, str. 8–11, 13–14). Ločimo dve temeljni dimenziji učne uspešnosti: objektivno in subjektivno učno uspešnost. Objektivna (eksternalna) učna uspešnost zajema kvantitativno merljive in zunanje preverljive kazalnike učnega dosežka, kot so šolske ocene ter dosežki na testih znanja (Juriševič, 2005, str. 6). V visokošolskem prostoru (Aljaffer in sod., 2024, str. 3) jo denimo operacionaliziramo s številčnimi ocenami pri posameznih kurikularnih enotah, izpitnimi rezultati (GPA), številom zbranih kreditnih točk (ECTS) ter stopnjo oziroma hitrostjo napredovanja po študijskem programu. Subjektivna (internalna) učna uspešnost pa vključuje posameznikovo subjektivno, kvalitativno evalvacijo lastnega izobraževalnega napredka, doživljanje lastne uspešnosti ter zadovoljstvo z doseženimi cilji in procesom učenja (Juriševič, 2005, str. 10). Ta dimenzija zajema študentovo osebno zadovoljstvo z doseženim nivojem znanja, ponotranjeni občutek kompetentnosti ter zaznavo dejanske uporabnosti usvojenih veščin (Juriševič, 2012, str. 5, 9–13). Obe dimenziji uspešnosti sta medsebojno soodvisni, vendar ne korelirata vedno linearno. Visoki objektivni dosežki namreč ne implicirajo nujno tudi visoke stopnje subjektivnega občutka kompetentnosti ali izpolnjenosti in obratno (Juriševič, 2012, str. 11; Puklek Levpušček in Podlesek, 2017, str. 11–12). V visokošolskem kontekstu je za celostno razlago akademskega delovanja nujna integracija obeh dimenzij (Puklek Levpušček in Podlesek, 2017, str. 10–12, 18–19). K študijski uspešnosti pa ne prispeva zgolj kvantitativni obseg vloženega časa in truda, temveč predvsem kakovost študijskega angažmaja in specifična motivacijska struktura posameznika (Juriševič, 2012, str. 11–12, 17–18). Študenti z visoko stopnjo notranje učne motivacije v kombinaciji s prilagojenimi kognitivnimi in samoregulacijskimi strategijami dosegajo trajnejše in vsebinsko globlje znanje (Juriševič, 2012, str. 11, 13, 43). Hkrati jih zanimajo dejavnosti, marljivo delajo, so samozavestni, vztrajno opravljajo naloge in dosegajo dobre rezultate (Schunk idr., 2014, str. 3).

Doslej opravljene raziskave potrjujejo, da sta notranja in zunanja motivacija pom

navade in posamezni motivacijski dejavniki prispevajo k učenemu uspehu (Aljaffer idr., 2024, str. 1–2, 8). Kljub temu nismo zasledili raziskave, ki bi preučevala, kako se notranja in zunanja motivacija kaže v specifičnem kontekstu visokošolskih glasbenih predmetov, zlasti pri študijskem predmetu Solfeggio. Študijski predmet Solfeggio predstavlja temeljni steber profesionalnega glasbeno-teoretičnega izobraževanja na visokošolski ravni. V uradnem kurikulumu prve stopnje dodiplomskih študijskih programov na Akademiji za glasbo Univerze v Ljubljani je predmet sistemsko umeščen v prvi in drugi letnik smeri Glasbena umetnost, na smeri Glasbena pedagogika pa se zaradi specifičnih strokovnih kompetenc prihodnjih pedagogov obvezno poučevanje in nadgradnja slušnih veščin kontinuirano nadaljujeta še v tretji letnik. Primarni namen predmeta je celostni razvoj in avtomatizacija specifičnih glasbenih sposobnosti, ki obsegajo aktivno slušno zaznavanje (prepoznavanje, analizo in zapisovanje kompleksnih melodičnih, ritmičnih ter harmonskih struktur – diktati), vokalno-intonančno reprodukcijo (natančno izvajanje enoglasnih in večglasnih glasbenih tekstov brez predhodne priprave – a vista petje) ter ponotranjenje glasbenih struktur (razvijanje t. i. »notranjega sluha« in glasbenega spomina, kar študentom omogoča mentalno slušno predstavo zapisanega teksta brez pomoči instrumenta) (*Učni načrt predmeta Solfeggio*. Univerza v Ljubljani, Akademija za glasbo, 2025). Raziskovanje motivacije in učne uspešnosti pri predmetu Solfeggio je še posebej pomembno, saj omogoča prepoznavanje dejavnikov, ki podpirajo ali ovirajo razvoj temeljnih slušnih in glasbenteoretičnih kompetenc, ključnih za nadaljnji študij in glasbeni razvoj ter delovanje glasbenikov ter glasbenih pedagogov v njihovi poklicni prihodnosti.

Namen pilotne raziskave je bil preučiti odnos med učno motivacijo in akademsko učno uspešnostjo študentov Akademije za glasbo Univerze v Ljubljani (v *nadaljevanju*: UL AG) pri predmetu Solfeggio ter ugotoviti, katera vrsta motivacije (notranja ali zunanja) močnejše prispeva k doseganju njihovega akademskega učnega uspeha. Raziskovalni vprašanji, ki sta usmerjali našo pilotno raziskavo sta:

RV1: Kakšna je raven notranje in zunanje motivacije študentov UL AG pri predmetu Solfeggio?

RV2: Kakšna je povezava med motivacijo in akademsko učno uspešnostjo študentov UL AG pri predmetu Solfeggio?

2 METODA

2.1 Raziskovalni pristop

V pilotni raziskavi je bil uporabljen kvantitativni pristop in deskriptivna metoda empiričnega raziskovanja.

2.2 Udeleženci

V pilotni raziskavi je sodelovalo 38 študentov glasbe UL AG, ki obiskujejo študijski predmet Solfeggio. Udeleženci so bili izbrani namensko. Izbor je temeljil na prostovoljni udeležbi študentov v raziskavi in njihovi dostopnosti v okviru študijskih obveznosti. V Tabeli 1 predstavljamo demografske podatke udeležencev.

Tabela 1: Udeleženci pilotne raziskave glede na njihov spol, starost in ocene pri predmetu Solfeggio				
Spremenljivka	Kategorije	<i>f</i>	<i>f</i> %	
Spol	Ženski	23	61,0 %	
	Moški	15	39,0 %	
	Drugo:	0	0,0 %	
	Ne želim se opredeliti.	0	0,0 %	
Starost	<i>M</i> = 21,1 <i>SD</i> = 2,1			
Ocena pri predmetu Solfeggio na AG UL	5	2	5,3 %	
	6	2	5,3 %	
	7	9	23,7 %	
	8	14	36,8 %	
	9	6	15,7 %	
	10	5	13,2 %	
Skupaj		38	100,0 %	

Med sodelujočimi v pilotni raziskavi prevladujejo ženske, katerih je bilo 23, kar predstavlja 61,0 % vseh udeležencev. Moških, ki so sodelovali, je bilo 15 (39,0 %). Nihče izmed sodelujočih se ni opredelil kot drugo ali se ni želel opredeliti. Povprečna starost je 21 let (*SD* = 2,1). Pozitivno oceno pri predmetu Solfeggio v preteklem študijskem letu je imelo 36 študentov (94,8 %). Največ študentov je imelo oceno 8 (36,8 %), sledile so ocene 7 (23,7 %), 9 (15,8 %), 10 (13,2 %) in 6 (5,3 %). Negativno oceno sta imela le 2 študenta (5,3 %).

Merski pripomočki

Za zbiranje podatkov smo uporabili spletni anketni vprašalnik (1KA, 2025), ki je bil namensko oblikovan za potrebe pilotne raziskave in je obsegal šest vprašanj. Vsebinsko je bil vprašalnik razdeljen na tri sklope, pri čemer so prvi sklop predstavljali demografski podatki. V tem delu so udeleženci opredelili svoj spol in starost. Drugi sklop se je osredotočal na postavke o motivaciji za učenje predmeta Solfeggio. Študenti so na petstopenjski Likertovi lestvici, ki je segala od 1 (sploh ne) do 5 (zelo močno), ocenjevali stopnjo lastnega interesa za učenje predmeta Solfeggio, kot sta radovednost in želja po znanju, ter vlogo znanja, ki ga pridobivajo med samim procesom učenja. Tretji sklop je obravnaval dejavnike učne uspešnosti pri predmetu Solfeggio. Študenti so ocenjevali vlogo različnih zunanjih dejavnikov na svojo učno uspešnost pri predmetu Solfeggio. Kot kazalnik učne uspešnosti so navedli svojo končno oceno pri izpitu iz predmeta Solfeggio v preteklem študijskem letu.

Zbiranje podatkov

Zbiranje podatkov je potekalo v obdobju od 22. decembra 2025 do 11. januarja 2026. Študente glasbe smo k izpolnjevanju anketnega vprašalnika povabili preko skupin na družbenih omrežjih, ki so namenjene obveščanju med študenti o študijskih obveznostih. Člani teh skupin so študenti UL AG. Pred sodelovanjem so bili udeleženci seznanjeni z namenom raziskave. Sodelovanje je bilo prostovoljno in anonimno, zbrani podatki pa so bili obravnavani zaupno ter uporabljeni izključno v raziskovalne namene, v skladu z etičnimi načeli raziskovalnega dela. Udeleženci so lahko v katerem koli koraku raziskave odstopili od sodelovanja v raziskavi, kar je bilo tudi izrecno omenjeno v uvodnem nagovoru anketnega vprašalnika.

Analiza podatkov

Zbrane podatke smo najprej prečistili v Microsoft Excelu, nato pa jih obdelali v programu JASP Statistics z uporabo osnovnih postopkov deskriptivne in inferenčne statistike. Izračunali smo frekvence, odstotke, povprečja in standardne odklone. Uporabili smo tudi Kruskal-Wallisov preizkus za neodvisne spremenljivke. Rezultate smo predstavili v tabelah in grafih, kar je omogočilo lažjo interpretacijo ugotovitev.

3 REZULTATI

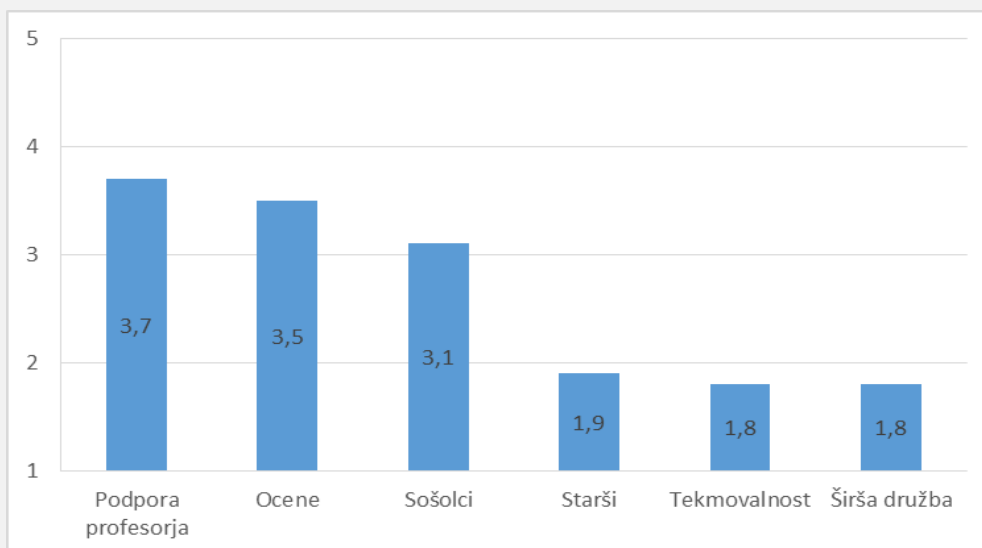
3.1 Raven notranje in zunanje motivacije študentov glasbe pri predmetu Solfeggio

Tabela 2: Rezultati anketnih vprašalnikov študentov glasbe glede stopnje notranje motivacije, ki izhaja iz lastnega interesa in iz znanja, pridobljenega med učenjem pri predmetu Solfeggio

Odgovor	LASTNI INTERES		ZNANJE	
	<i>f</i>	<i>f</i> %	<i>f</i>	<i>f</i> %
Sploh me ne motivira.	1	2,6 %	1	2,6 %
Nizko me motivira.	14	36,8 %	11	28,9 %
Srednje me motivira.	18	47,4 %	19	50,0 %
Močno me motivira.	3	7,9 %	6	15,8 %
Zelo močno me motivira.	2	5,3 %	1	2,6 %
Skupaj:	38	100,0 %	38	100,0 %

Tabela 2 kaže, da študenti glasbe v največji meri izražajo nizko (36,8 %) do srednjo stopnjo (47,4 %) notranje motivacije za učenje Solfeggia iz lastnega interesa, kot so radovednost, želja po znanju in izboljšanju. Delež študentov glasbe, ki svojo notranjo motivacijo na tem področju izražajo kot močno ali zelo močno, je nizek in skupaj znaša le 13,2 %. Znanje, pridobljeno med učenjem predmeta Solfeggio, jih motivira srednje (50,0 %), visoko pa motivira zgolj petino študentov glasbe (18,4 %). Pri obeh dejavnikih je delež tistih, ki sploh niso motivirani, zanemarljiv in znaša 2,6 %. Rezultati kažejo, da je notranja motivacija študentov glasbe, ki izhaja iz lastnega interesa in iz znanja, pridobljenega med učenjem Solfeggia, nizka do srednja.

V nadaljevanju nas je zanimalo, kako študenti glasbe ocenjujejo vlogo zunanjih dejavnikov pri njihovem učnem uspehu pri predmetu Solfeggio (Graf 1). Študenti glasbe so vlogo posameznih zunanjih dejavnikov ocenjevali na lestvici od 1 do 5, pri čemer višja vrednost pomeni pomembnejšo vlogo.



Graf 1: Rezultati anketnih vprašalnikov študentov glasbe glede vpliva različnih zunanjih dejavnikov na njihov učni uspeh pri predmetu Solfeggio

Najpomembnejšo vlogo pri učnem uspehu pri predmetu Solfeggio študenti glasbe pripisujejo podpori profesorja ($M = 3,7$) in ocenam ($M = 3,5$). Pomembno vlogo prav tako igrajo sošolci ($M = 3,1$). Najmanj pomembno pa imajo starši ($M = 1,9$), tekmovalnost ($M = 1,8$) in širša družba ($M = 1,8$).

Tabela 3: Povprečje in standardni odklon notranje in zunanje motivacije ter primerjava notranje in zunanje motivacije med povprečji in standardnim odklonom med študenti glasbe pri učni uspešnosti iz predmeta Solfeggio

Motivacijski dejavniki		N	M	SD
Notranja motivacija	Lastni interes	38	2,76	0,85
	Motivacija znanja, pridobljenega med učenjem	38	2,86	0,811
Zunanja motivacija	Ocene	38	3,50	0,73
	Sošolci	38	3,13	0,87
	Podpora profesorja	38	3,71	0,77
	Starši	38	1,92	0,99
	Tekmovalnost	38	1,84	0,95
	Širša družba	38	1,76	0,88
Primerjava notranje in zunanje motivacije	Notranja motivacija skupaj	38	2,82	0,72
	Zunanja motivacija skupaj	38	2,64	0,45

Študente glasbe v podobni meri motivira proces pridobivanja znanja med učenjem predmeta Solfeggia ($M = 2,86$; $SD = 0,81$) kot njihov lastni interes, na primer radovednost, želja po znanju in izboljšanju ($M = 2,76$; $SD = 0,85$). To se odraža tudi v skupni povprečni oceni vseh notranjih dejavnikov, ki znaša $M = 2,82$ ($SD = 0,72$). Podobno je izražena tudi skupna zunanja motivacija, ki združuje zunanje dejavnike, kot so podpora profesorja, ocene, sošolci, starši, tekmovalnost in širša družba. Zunanja motivacija študentov glasbe je v povprečju ocenjena kot nizka do srednja, pri čemer povprečna vrednost znaša $M = 2,64$ ($SD = 0,45$). Nizek standardni odklon nakazuje precejšnjo enotnost odgovorov in podobno doživljanje zunanjih dejavnikov med študenti glasbe. Ugotavljamo, da študente glasbe pri učenju predmeta Solfeggio motivirajo tako notranji ($M = 2,82$; $SD = 0,72$), kot zunanji motivacijski dejavniki ($M = 2,64$; $SD = 0,45$).

Povezava med motivacijo in akademsko učno uspešnostjo študentov glasbe pri predmetu Solfeggio

V nadaljevanju nas je zanimalo, ali med študenti glasbe z različnimi doseženimi ocenami pri predmetu Solfeggio obstajajo statistično značilne razlike v ravni izražene notranje in zunanje motivacije. Akademsko učno uspešnost smo opredelili s končnimi številčnimi ocenami pri predmetu Solfeggio v preteklem študijskem letu v razponu od pet do deset, pri čemer je pet negativna ocena, ocene od šest do deset pa pozitivne ocene. Za preverjanje razlik med več neodvisnimi skupinami uporabili neparametrični Kruskal-Wallisov preizkus.

Tabela 4: Rezultati Kruskal-Wallisovega preizkusa v izraženosti notranje in zunanje motivacije študentov glasbe glede na končno oceno pri predmetu Solfeggio.

	Ocena	N	M	SD	U	Kruskal-Wallis
Notranja motivacija	5	2	2,000	1,414	9,873	.079
	6	2	2,250	0,354		
	7	9	2,833	0,433		
	8	14	2,607	0,487		
	9	6	3,250	1,129		
	10	5	3,400	0,418		
Zunanja motivacija	5	2	2,250	0,354	2,944	.709
	6	2	2,665	0,474		
	7	9	2,610	0,448		
	8	14	2,774	0,475		
	9	6	2,610	0,526		
	10	5	2,534	0,430		

Tabela 4 prikazuje, da razlike med skupinami, torej učno uspešnostjo, ki jo kažejo zaključene ocene pri predmetu Solfeggio v preteklem študijskem letu, pri notranji motivaciji niso statistično značilne ($H = 9,873$, $p = .079$). Pokazala pa se je tendenca višje izražene notranje motivacije pri študentih glasbe z višanjem zaključene ocene. Študenti glasbe, ki so imeli v preteklem študijskem letu predmet Solfeggio zaključen z oceno 10, so notranjo motivacijo izražali najmočneje, medtem, ko so jo tisti študenti, ki so imeli predmet Solfeggio zaključen z oceno 5 izražali najnižje. Pri zunanji motivaciji so bile povprečne vrednosti med skupinami bolj izenačene, brez jasnega vzorca naraščanja ali upadanja glede na oceno pri predmetu Solfeggio. Razlike med skupinami niso bile statistično značilne ($H = 2,944$, $p = .709$).

DISKUSIJA

Pri učenju predmeta Solfeggio je bila v naši pilotni raziskavi notranja motivacija v povprečju nekoliko izrazitejša v primerjavi z zunanjo motivacijo. Študente glasbe UL AG pri učenju študijskega predmeta Solfeggia v večji meri usmerjajo notranji motivacijski dejavniki, kot so lastni interes, radovednost, želja po znanju in izboljšanju ter motivacija iz znanja, ki jo študenti pridobijo med samim učenjem. Medtem ko zunanja dejavnika, kot sta podpora profesorja in ocene, delujeta kot njihovo dopolnilo. Ugotovitve zato nakazujejo, da je pri poučevanju Solfeggia smiselno predvsem spodbujati notranje zanimanje, radovednost in občutek napredka študentov, podporo profesorja in ocenjevanje pa uporabljati kot dopolnilna motivacijska dejavnika. Notranje motivirani študenti bodo namreč bolj vztrajni in dosegali boljše akademske rezultate, saj bodo bolj aktivno vključeni v učni proces (Abd Abbas in Mahdi, 2022, str. 346, 352–353), medtem ko bo prevlada zunanjih dejavnikov, ki temelji na nagradah ali ocenah, spodbudila zgolj kratkoročne učne dosežke (Schunk idr., 2014, str. 3, 12).

Povezava med motivacijo in učno uspešnostjo študentov pri predmetu Solfeggio je bila v pilotni naši raziskavi rahlo opazna, saj so se povprečne ocene pri študijskem predmetu Solfeggio nekoliko višale z močneje izraženo motivacijo študentov. To je v skladu z ugotovitvami Aljaffer idr. (2024, str. 4, 8), ki pravi, da je motivacija pomemben dejavnik, ki se neposredno povezuje z višjim akademskim uspehom študentov (Aljaffer idr., 2024, str. 4, 8). Kljub temu glede vrste motivacije ni mogoče jasno določiti, katera je povezana z višjimi učnimi uspehi. Notranja je namreč pokazala blago pozitivno korelacijo z višjimi ocenami, vendar nobena povezava od teh dveh ni bila statistično značilna. To lahko povežemo z ugotovitvami raziskave Plohla (2023, str. 23, 37), ki ugotavlja, da učitelji vlogo zunanje in notranje motivacije učečih se pri pouku trobil zaznavajo v skoraj uravnoteženem razmerju (52 % proti 48 %), pri čemer izpostavljajo njuno nenehno prepletanje in dinamično spreminjanje v procesu glasbenega izobraževanja. Skupno u

kažejo, da se vloga notranje in zunanje motivacija pri predmetu Solfeggio medsebojno dopolnjujeta, vendar njune povezave z učno uspešnostjo na podlagi rezultatov raziskave ni mogoče zanesljivo potrditi.

Pri razlagi ugotovitev je treba upoštevati tudi nekatere omejitve raziskave. Prva je razmeroma majhen vzorec študentov glasbe ($N = 38$), pri čemer so bile skupine glede na končno oceno pri predmetu Solfeggio izrazito številčno neuravnotežene. V skupinah z ocenama 5 in 6 sta bila le po dva študenta, medtem ko je bilo v skupini z oceno 8 štirinajst študentov. Takšna razporeditev zmanjšuje statistično moč Kruskal-Wallisovega testa in otežuje zanesljivo ugotavljanje razlik med skupinami, zato tudi nakazane tendence višje notranje motivacije pri študentih z višjimi ocenami, ob vrednosti $p = .079$, ni mogoče potrditi. Dodatno omejitev predstavlja samoocenjevanje, saj odgovori izražajo subjektivno zaznavanje motivacije in so lahko pod vplivom socialno zaželenega odgovarjanja, trenutnega razpoloženja ter različnega razumevanja posameznih postavk. Akademsko uspešnost je bila opredeljena izključno s končno oceno pri predmetu Solfeggio, ki poleg znanja in motivacije lahko odraža tudi predhodno glasbeno izobrazbo, slušne sposobnosti, načine ocenjevanja, zahtevnost izvajalca predmeta in druge nenadzorovane dejavnike. Ker pilotna raziskava temelji na presečnem načrtu, iz ugotovljenih razlik oziroma odsotnosti statistično značilnih razlik ni mogoče sklepati o vzročnem odnosu med motivacijo in učnim uspehom. Prav tako skupna mera zunanje motivacije združuje vsebinsko zelo različne dejavnike, kot so podpora profesorja, ocene, sošolci, starši, tekmovalnost in širša družba, zaradi česar lahko skupno povprečje prikrije pomembne razlike v vplivu posameznih zunanjih dejavnikov. Rezultate je zato treba razumeti kot začetne in eksplorativne ugotovitve.

Kljub navedenim omejitvam naša pilotna raziskava prispeva k začetnem razumevanju motivacije študentov glasbe pri predmetu Solfeggio, ki v dosedanjih raziskavah še ni bila obravnavana. Hkrati pa predstavlja izhodišče za nadaljnje raziskovanje tega področja. V nadaljnjih raziskavah bi bilo smiselno vključiti večji in bolj uravnotežen vzorec študentov glasbe ter spremljati motivacijo in učni uspeh skozi daljše časovno obdobje. Poleg anketnih vprašalnikov bi bilo priporočljivo uporabiti tudi intervjuje, opazovanje ali druge kvalitativne metode ter upoštevati dodatne dejavnike, kot je na primer predhodno glasbeno znanje iz solfeggia. Posebej bi bilo koristno podrobneje raziskati vpliv posameznih notranjih in zunanjih motivacijskih dejavnikov na uspešnost pri predmetu Solfeggio.

SKLEP

Rezultati pilotne raziskave kažejo, da se povprečne ocene študentov med skupinami z različnimi stopnjami notranje in zunanje motivacije sicer nekoliko razlikujejo, vendar te razlike niso statistično značilne. Na podlagi pilotne raziskave tako ni mogoče trditi, da višja motivacija neposredno vodi do višjih ocen. Motivacija lahko prispeva k angažiranosti in vztrajnosti pri učenju, vendar je to le eden od številnih dejavnikov, ki vplivajo na akademski uspeh. Zaradi omejenega in specifičnega vzorca raziskave rezultatov ni mogoče sploševati na celotno populacijo študentov glasbe, zato bi bilo v prihodnjih študijah smiselno uporabiti kvalitativne metode raziskovanja ter vključiti širše in raznolike populacije glasbenikov v izobraževalnem kontekstu.

Literatura in viri

- Abd Abbas, H. A. in Mahdi, Q. I. (2022). Motivational orientation and its relationship to academic achievement among students of the Department of History at the University of Diyala. *Journal for Educators, Teachers and Trainers*, 13(4), 344-354. Pridobljeno 20. 2. 2026 s spletne strani <https://doi.org/10.47750/jett.2022.13.04.045>
- Aljaffer, M. A. et al. (2024). The impact of study habits and personal factors on the academic achievement performances of medical students. *BMC Medical Education*, 24(1), 888. Pridobljeno 17. 12. 2025 s spletne strani <https://doi.org/10.1186/s12909-024-05889-y>
- Gagné, F. (2004). Transforming gifts into talents: The DMGT as a developmental theory. *High Ability Studies*, 15(2), 119-147. Pridobljeno 17. 12. 2025 s spletne strani <https://doi.org/10.1080/1359813042000314682>
- Haidari, S. M., Koçoğlu, A. in Kanadlı, S. (2023). Contribution of locus of control, self-efficacy, and motivation to student achievement: A meta-analytic structural equation modelling. *Journal on Efficiency and Responsibility in Education and Science*, 16(3), 245-261. Pridobljeno 20. 1. 2026 s spletne strani <https://doi.org/10.7160/eriesj.2023.160308>
- Hallam, S. (2002). Musical motivation: Towards a model synthesising the research. *Music Education Research*, 4(2), 225-244. Pridobljeno 2. 1. 2026 s spletne strani <https://doi.org/10.1080/1461380022000011939>
- Hallam, S. (2010). The power of music: Its impact on the intellectual, social and personal development of children and young people. *International Journal of Music Education*, 28(3), 269-289. Pridobljeno 2. 1. 2026 s spletne strani <https://doi.org/10.1177/0255761410370658>
- Jurišević, M. (2005). *Učna motivacija v odnosu do učenja in učne uspešnosti učencev* (Doktorska disert

Schmidt, C. P. (2005). Relations among motivation, performance achievement, and music experience variables in secondary instrumental music students. *Journal of Research in Music Education*, 53(2), 134–147. Pridobljeno 17. 12. 2025 s spletne strani <https://doi.org/10.1177/002242940505300204>

Schunk, D. H., Meece, J. L., in Pintrich, P. R. (2014). *Motivation in education: Theory, research, and applications* (4. izdaja). Pearson. Pridobljeno 17. 12. 2025 s spletne strani https://api.pageplace.de/preview/DT0400.9781292055251_A24621767/preview-9781292055251_A24621767.pdf

Sloboda, J. A. (2014). The acquisition of musical performance expertise: Deconstructing the "talent" myth. V K. A. Ericsson (Ur.), *The road to excellence: The acquisition of expert performance in the arts and sciences, sports, and games* (str. 107–126). Psychology Press. Pridobljeno 14. 1. 2026 s spletne strani <https://books.google.si/books?id=VuIBAwAAQBAJ>

Učni načrt predmeta Solfeggio: Glasbena pedagogika (1. stopnja). (2024). Univerza v Ljubljani, Akademija za glasbo. Ljubljana. Pridobljeno 20. 2. 2026 s spletne strani <https://www.ag.uni-lj.si/index.php?page=intranet&action=ostalo&id=6706>

Učni načrt predmeta Solfeggio: Glasbena umetnost (1. stopnja). (2025). Univerza v Ljubljani, Akademija za glasbo. Ljubljana. Pridobljeno 20. 2. 2026 s spletne strani <https://www.ag.uni-lj.si/index.php?page=intranet&action=ostalo&id=6706>

asist. Ana Rotovnik Omerzu

Univerza v Mariboru, Filozofska fakulteta, Oddelek za sociologijo
ana.rotovnik@guest.um.si

POUČEVANJE PROTISLOVNIH VSEBIN PRI POUKU SOCIOLOGIJE

Povzetek: Prispevek obravnava poučevanje protislovnih vsebin pri pouku sociologije v srednji šoli ter njihov pomen za razvijanje sociološko utemeljene argumentacije, kritične refleksije in sociološke imaginacije. Posebna pozornost je namenjena vlogi učitelja pri zagotavljanju pluralnosti pogledov, ohranjanju strokovnih meril ter ustvarjanju varnega učnega okolja. Teoretična izhodišča so konkretizirana s primerom obravnave aktualnega družbenega dogodka v drugem letniku gimnazije, pri katerem je bila neposredna razprava zaradi občutljivosti tematike preusmerjena v samostojno raziskovanje medijske reprezentacije. Dijaki so primerjali različne medijske vire, analizirali razlikovanje med dejstvi, interpretacijami in vrednotenji ter spremljali tudi oblikovanje diskurza na družbenih omrežjih. Prispevek predstavi tudi raziskovalno in problemsko usmerjene metode, ki omogočajo varnejšo obravnavo protislovnih vsebin. Ugotavljamo, da lahko tak pristop prispeva k prehodu od osebnega mnenja k sociološki argumentaciji ter k razvijanju sposobnosti kritičnega vrednotenja informacij in umeščanja posameznih dogodkov v širši družbeni kontekst.

Ključne besede: protislovne vsebine, pouk sociologije, sociološka imaginacija, medijska reprezentacija, didaktika sociologije.

UVOD

Sodobne družbe ob hitrih družbenih spremembah zaznamujejo številna vprašanja, ob katerih se oblikujejo različna, pogosto nasprotujoča si stališča in interpretacije. Nekatera izmed njih izhajajo iz večletnih družbenih, političnih in vrednotnih konfliktov, druga pa se pojavijo ob aktualnih dogodkih ter zaradi njihove neposredne umeščenosti v javni in medijski diskurz postanejo predmet širših družbenih razprav. V vzgojno-izobraževalnem prostoru tovrstne teme odpirajo vprašanje, kako obravnavati vsebine, pri katerih jasnega oziroma splošno sprejetega dogovora ni mogoče vedno doseči in pri katerih se poleg različnih dejstev ter njihovih interpretacij soočajo tudi različne vrednote, interesi in prepričanja. V slovenskem prostoru Sardoč (2016) zanje uporablja izraz protislovne vsebine ter jih povezuje tako z aktualnimi družbenimi nesoglasji kot z vprašanji etične in epistemološke narave, pri katerih je doseganje soglasja oteženo ali zaradi narave problema celo nemogoče. V mednarodni strokovni literaturi se je za primerljive vsebine dobro uveljavil izraz *angl. controversial issues*, ki označuje vprašanja, ob katerih se pojavljajo močna čustva in ki lahko pomembno delijo skupnosti oziroma širšo družbo (Kerr & Huddleston, 2015).

Protislovne vsebine predstavljajo poseben izziv tudi za pouk sociologije v srednji šoli. Učni predmet je že po svoji naravi usmerjen v obravnavo družbenih pojavov, procesov in odnosov, ki jih ni mogoče razumeti zgolj na ravni individualnih izkušenj ali osebnih prepričanj. Obravnava tem s področij družbene neenakosti, etničnosti, migracij, družine, religije, spola, deviantnosti, družbenih konfliktov ali delovanja medijev lahko v razredu odpira vprašanja, pri katerih se strokovne razlage srečujejo z vrednotnimi sodbami, vsakdanjimi predstavami in izkušnjami dijakov. Prav zato razprava pri pouku sociologije ne more biti omejena zgolj na izmenjavo osebnih mnenj. Eden izmed pomembnih ciljev je dijake usmerjati od spontanega vrednotenja družbenih pojavov k njihovi sociološko utemeljeni interpretaciji, ki zahteva razlikovanje med dejstvi, mnenji in vrednotami, kritično presojo virov ter argumentiranje na podlagi socioloških konceptov, teorij in empiričnih podatkov.

Tovrstno razumevanje pouka je neposredno povezano z razvijanjem sociološke imaginacije. Mills (1959) jo je opredelil kot zmožnost povezovanja individualnih izkušenj s širšimi družbenimi in zgodovinskimi okoliščinami, njena vloga pa ostaja ena osrednjih značilnosti sociološkega mišljenja. Palmer (2023) je z analizo prispevkov, objavljenih v reviji *Teaching Sociology* med letoma 1973 in 2020, pokazal, da sociološka imaginacija ostaja pomemben koncept v raziskovanju poučevanja sociologije, čeprav vprašanje, kako njeno razvijanje pri študentih oziroma dijakih ustrezno opredeliti in empirično preverjati, ostaja odprto. Obravnava protislovnih vsebin lahko v tem kontekstu predstavlja primeren didaktični prostor za razvijanje sposobnosti preseganja zgolj osebnega doživljanja, prepoznavanja različnih družbenih položajev in interesov ter umeščanja posameznih dogodkov v širše družbene strukture.

Poučevanje protislovnih vsebin učitelja postavlja pred zahtevna strokovna in didaktična vprašanja, povezana z njegovo nepristranskostjo, izbiro perspektiv, zagotavljanjem varnega učnega okolja ter odzivanjem na neutemeljene ali stereotipne trditve. Različna stališča namreč sama po sebi še ne pomenijo, da so vsa enako utemeljena, zato mora učitelj poleg pluralnosti pogledov ohraniti tudi strokovna in epistemološka merila (Hand, 2008; Kerr in Huddleston, 2015). Posebej primeren prostor za razvijanje kritične presoje predstavlja analiza medijskih vsebin, saj aktualni družbeni dogodki v razred pogosto vstopajo že interpretirani skozi novinarsko poročanje in družbena omrežja. Kritično delo z različnimi viri omogoča presojo izbire informacij, predstavljenih perspektiv in načinov umeščanja posameznih dogodkov v širši družbeni kontekst.

Namen prispevka je predstaviti in kritično osvetliti teoretična ter didaktična izhodišča poučevanja protislovnih vsebin pri pouku sociologije. Posebna pozornost je namenjena vprašanju, kaj določeno vsebino opredeljuje kot protislovno, vlogi učitelja pri njeni obravnavi, prehodu od osebnega mnenja k sociološki argumentaciji, razvijanju kritične refleksije, refleksivne distance in sociološke imaginacije ter mejam pluralnosti pri obravnavi različnih stališč. Predstavljena izhodišča so v nadaljevanju povezana z medijsko reprezentacijo etničnih skupin ter konkretizirana z izvedbo obravnave aktualnega družbenega dogodka pri pouku sociologije.

PROTISLOVNE VSEBINE PRI POUKU SOCIOLOGIJE

Opredelevanje protislovne vsebine

Vprašanje, katere vsebine lahko opredelimo kot protislovne, predstavlja eno temeljnih izhodišč njihovega vključevanja v vzgojno-izobraževalni proces. Sam obstoj različnih mnenj o določeni temi namreč še ne pomeni nujno, da jo je treba tudi pri pouku obravnavati kot protislovno. Sardoč (2016) pri opredelitvi protislovnosti razlikuje med behaviorističnim, političnim in epistemološkim kriterijem. Behavioristični kriterij izhaja iz dejstva, da o določenem vprašanju ne soglaša dovolj velika skupina posameznikov, politični kriterij protislovnost povezuje z odsotnostjo družbenega konsenza oziroma z razmerjem vprašanja do temeljnih vrednot pluralne demokratične družbe, epistemološki kriterij pa se osredotoča na možnost razumnega zagovarjanja različnih stališč.

Prav epistemološka opredelitev je v razpravah o poučevanju protislovnih vsebin posebej pomembna. Dearden (1981) protislovno vprašanje opredeli kot vprašanje, o katerem je mogoče zagovarjati nasprotna stališča, ne da bi bila ta v nasprotju z razumom. Nesoglasje je tako nujen, vendar ne zadosten pogoj protislovnosti. Hand (2008) ta kriterij dodatno razvije in zagovarja stališče, da naj bi učitelj določeno vprašanje poučeval kot protislovno takrat, kadar o njem obstaja več racionalno zagovarjanih stališč. Takšna opredelitev preprečuje, da bi že sama prisotnost različnih prepričanj v družbi zadostovala za njihovo enakovredno obravnavo pri pouku.

Protislovnosti poleg tega ni mogoče razumeti neodvisno od družbenega konteksta. Sardoč (2016) opozarja, da se kriteriji protislovnosti nanašajo na vsebino, kontekst in ciljno populacijo poučevanja. Podobno Kerr in Huddleston (2015) poudarjata, da se lahko vprašanje, ki je v določenem družbenem ali šolskem okolju izrazilo protislovno, v drugem okolju obravnava brez večjih nesoglasij. Spreminja se lahko tudi skozi čas. Avtorja zato protislovna vprašanja opredeljujeta kot vprašanja, ki vzbujajo močna čustva ter delijo skupnosti in družbo, pri čemer razlikujeta med dolgotrajnimi družbenimi nesoglasji in aktualnimi vprašanji, ki se pojavijo ob novih političnih, kulturnih ali družbenih dogodkih (Kerr & Huddleston, 2015).

Za pouk sociologije je takšna kontekstualna narava protislovnosti še posebej pomembna. Družbeni pojav namreč sam po sebi ni nujno protisloven; protislovne so lahko njegove razlage, opredelitve vzrokov, pripisovanje odgovornosti ali predlagane rešitve. Stradling (v Kerr & Huddleston, 2015) tako razlikuje med nesoglasji o tem, kaj se je zgodilo, zakaj je do določenega položaja prišlo, kakšni cilji bi bili zaželeni, katere ukrepe bi bilo treba sprejeti in kakšne posledice bi ti ukrepi lahko imeli. Ta razločitev je za sociološko obravnavo pomembna, saj omogoča, da dijaki ne razpravljajo zgolj o tem, ali se z neko trditvijo strinjajo, temveč analizirajo, na kateri ravni nesoglasje pravzaprav nastaja.

Vloga učitelja pri obravnavi protislovnih vsebin

Poučevanje protislovnih vsebin pomembno spreminja tradicionalno razmerje med učiteljem, znanjem in učenci. Učitelj ni zgolj posredovalec že vzpostavljenega korpusa znanja, temveč prevzema tudi vlogo moderatorja, ki omogoča soočanje različnih argumentov, usmerja preverjanje njihove utemeljenosti in skrbi za pogoje, v katerih lahko razprava poteka odprto in spoštljivo. Pri tem se odpira vprašanje, v kolikšni meri

naj učitelj razkrije lastno stališče oziroma ali je pri obravnavi protislovnih vprašanj sploh mogoče ohranjati popolnoma nevtralno držo.

Kerr in Huddleston (2015) na podlagi predhodnih razprav razlikujeta več možnih učiteljevih pozicij: učitelj lahko nastopa kot nevtralni moderator, predstavi uravnotežen nabor različnih pogledov, zavzame vlogo »hudičevega advokata«, razkrije lastno stališče, nastopi kot zaveznik manj zastopane perspektive ali predstavlja uradno oziroma institucionalno stališče. Nobeden od navedenih pristopov ni brez omejitev. Stroga nevtralnost lahko utrjuje slabo informirana ali predsodkovna stališča, prizadevanje za popolno uravnoteženost pa lahko ustvarja vtis, da so vsa stališča enako strokovno utemeljena (Kerr in Huddleston, 2015).

Zato učiteljeve nepristranskosti ni smiselno enačiti s popolno odsotnostjo strokovne presoje. Pri pouku sociologije je učitelj odgovoren tudi za razlikovanje med argumentom, ki temelji na ustreznih dokazih in sociološkem znanju, ter trditvijo, ki temelji predvsem na stereotipu, dezinformaciji ali neutemeljeni generalizaciji. Odprtost razprave zato ne pomeni opustitve strokovnih meril. Nasprotno – od učitelja zahteva, da dijakom omogoča soočanje z različnimi perspektivami, hkrati pa jih usmerja v presojo kakovosti dokazov in notranje koherentnosti argumentacije.

Poleg strokovne nepristranskosti je pomemben pogoj za obravnavo protislovnih vsebin tudi ustrezno razredno okolje. Kerr in Huddleston (2015) poudarjata pomen odprtega in vključujočega učnega prostora, v katerem lahko učenci izražajo razumno utemeljena stališča brez strahu pred poniževanjem ali izključevanjem. Posebej pri vprašanjih, povezanih z etnično pripadnostjo, religijo, spolom ali drugimi identitetnimi značilnostmi, lahko vsebina razprave neposredno zadeva posamezne dijake ali njihove družine. Učitelj mora zato poleg kakovosti argumentacije spremljati tudi način komunikacije in preprečevati, da bi razprava postala prostor reproduciranja predsodkov ali osebne napadanja.

Tudi novejša razprava znotraj poučevanja sociologije opozarjajo, da učilnice ni mogoče razumeti kot vrednotno praznega prostora. Beardall in Freshour (2022) pri poučevanju družbeno polarizirajočih vsebin uporabljata koncept »strukturiranega nelagodja« (angl. *structured discomfort*). Namesto predpostavke, da mora biti pouk vedno udoben, zagovarjata premišljeno ustvarjanje učnega okolja, ki omogoča soočanje z zahtevnimi družbenimi vprašanji, vendar temelji na spoštovanju, empatiji, postopnem razvijanju kritičnega mišljenja in strukturiranih oblikah razprave.

Od osebnega mnenja k sociološki argumentaciji

Eden izmed osrednjih izzivov pri obravnavi protislovnih vsebin pri sociologiji je razlikovanje med izražanjem osebnega mnenja in sociološko utemeljeno argumentacijo. Aktualne družbene teme dijaki pogosto že poznajo iz družinskega okolja, medijev, družbenih omrežij ali lastnih izkušenj, zato v razpravo ne vstopajo brez predhodnih predstav in stališč. Ta stališča so legitimno izhodišče za učenje, vendar sama po sebi še ne predstavljajo sociološke analize.

Cilj pouka zato ni, da bi osebna mnenja iz razreda izključili, temveč da jih dijaki postopoma umestijo v širši analitični okvir. Sociološka argumentacija zahteva razlikovanje med dejstvi, vrednotami in interpretacijami, preverjanje informacij, prepoznavanje predpostavk ter uporabo socioloških pojmov, teorij in empiričnih ugotovitev. Kerr in Huddleston (2015) med ključne kompetence za obravnavo protislovnih vprašanj uvrščata prav kritično vrednotenje virov in prepoznavanje pristranskosti. Posebej izpostavljata sposobnost razlikovanja med dejstvom in mnenjem, prepoznavanja emocionalno zaznamovanega jezika ter presoje, kako so informacije v medijskih virih izbrane in predstavljene.

Takšno razlikovanje je skladno s širšim razumevanjem kritičnega sociološkega mišljenja. Kane in Otto (2018) opozarjata, da splošnega kritičnega mišljenja ni mogoče povsem enačiti s kritičnim sociološkim mišljenjem. Pri slednjem ne gre zgolj za uporabo višjih kognitivnih procesov, ampak tudi za specifično sociološko sposobnost povezovanja družbenih pojavov, uporabe disciplinskih konceptov in prepoznavanja razmerij med posameznikom ter širšimi družbenimi strukturami. Učna dejavnost zato še ne spodbuja nujno sociološkega mišljenja zgolj zato, ker od dijaka zahteva, da izrazi ali zagovarja svoje stališče.

Pomembno je tudi, da argumentirana razprava ni sama sebi namen. Hand in Levinson (2012) poudarjata, da je razprava posebej primerna metoda za obravnavo protislovnih vprašanj, vendar zahteva jasno strukturiranje in učiteljevo premišljeno facilitacijo. Pri sociologiji je njena dodana vrednost predvsem v tem, da dijaka sooči z zahtevo po utemeljevanju, preverjanju lastnih predpostavk ter odzivanju na

protiargumente. Prav obstoj protiargumenta lahko dijaku omogoči, da lastno prvotno stališče ponovno premisli, ga spremeni ali natančneje utemelji.

Delo z različnimi viri ima pri tem posebno mesto. Primerjava novinarskih prispevkov, statističnih podatkov, uradnih izjav, strokovnih besedil in vsebin z družbenih omrežij omogoča analizo razlik med informacijami, interpretacijami in načini njihovega posredovanja. S tem se pozornost od vprašanja »Kaj jaz mislim o tem?« premakne k vprašanju »Na čem temelji ta trditev?«, »Kateri podatki jo podpirajo?«, »Kateri podatki manjkajo?«, »Kdo govori?« in »Katere alternativne razlage so mogoče?«. Takšen premik je eden ključnih pogojev, da obravnava protislovnih vsebin postane sociološka učna dejavnost in ne zgolj razprava o aktualnih dogodkih.

Kritična refleksija, refleksivna distanca in sociološka imaginacija

Sardoč (2016) med pomembnimi dispozicijami, ki jih povezujemo z vključevanjem protislovnih vsebin v vzgojo in izobraževanje, izpostavlja kritično refleksijo, refleksivno distanco in imaginativno spoprijemanje. Kritična refleksija posamezniku omogoča primerjavo različnih vrednot, perspektiv in interpretacij, refleksivna distanca pa je usmerjena tudi navznoter: zahteva začasen odmik od lastnih stališč in prepričanj ter njihovo kritično preverjanje. Imaginativno spoprijemanje dopolnjuje obe dispoziciji z zmožnostjo poskusa razumevanja položajev, vrednot in izkušenj drugih.

V kontekstu pouka sociologije je mogoče te dispozicije tesno povezati s sociološko imaginacijo. Mills (1959) jo je razumel kot zmožnost povezovanja biografije posameznika z zgodovino in družbeno strukturo oziroma kot sposobnost prepoznavanja povezav med osebnimi težavami in javnimi vprašanji. To pomeni, da posameznega družbenega dog

predstavljena stališča enako dobro podprta z dokazi. Učiteljeva naloga zato ni zgolj zagotavljati numerično ali retorično ravnovesje različnih pogledov, temveč omogočiti njihovo kritično presojo.

Pri sociologiji je to še posebej pomembno pri trditvah o družbenih skupinah. Stereotipna generalizacija ni zgolj eno izmed možnih mnenj, če posamezno lastnost ali vedenje brez ustrezne empirične podlage pripisuje vsem pripadnikom določene skupine. Sardoč (2016) takšno sklepanje povezuje z zmoto o ekvivalenci in zmoto o notranji homogenosti skupine. Učiteljeva intervencija v takem primeru zato ne pomeni nujno omejevanja pluralnosti, temveč lahko predstavlja vzpostavljanje epistemoloških pogojev, ki šele omogočajo argumentirano razpravo. Meja pluralnosti se tako ne vzpostavlja med »dovoljenimi« in »nedovoljenimi« mnenji na podlagi njihove politične ali vrednotne vsečnosti, temveč predvsem med trditvami, ki jih je mogoče razumno argumentirati in preverjati, ter tistimi, ki temeljijo na dokazljivo napačnih informacijah, neupravičenih posplošitvah ali diskriminatornem razvrednotenju posameznikov in skupin.

MEDIJSKA REPREZENTACIJA KOT IZHODIŠČE ZA OBRAVNAVO PROTISLOVNIH VSEBIN

Od aktualnega dogodka k sociološkemu problemu

Protislovne vsebine pri pouku sociologije pogosto vstopijo v razred neposredno prek aktualnega družbenega dogajanja. Tak primer se je pojavil pri pouku v drugem letniku gimnazije, ko so dijaki izrazili željo po pogovoru o nasilnem dogodku, ki je v slovenskem prostoru sprožil intenzivno medijsko poročanje in širšo javno razpravo, povezano tudi z določeno etnično skupnostjo. Zaradi aktualnosti, čustvene obremenjenosti tematike in nepopolnosti takrat

Za pouk sociologije je pri tem pomemben predvsem premik od individualnega dogodka k analizi širših družbenih reprezentacij. Dijaki tako ne presojujejo zgolj ravnanja posameznikov, temveč lahko analizirajo, kako se lastnosti ali ravnanja posameznika v javnem diskurzu povezujejo s širšo etnično skupino. Takšno sklepanje se neposredno navezuje na Sardočevo (2016) opozorilo o zmoti ekvivalence in zmoti notranje homogenosti skupine, pri katerih se določena lastnost pripiše vsem pripadnikom skupine oziroma se skupino obravnava kot notranje enotno.

Družbena omrežja kot prostor oblikovanja diskurza

Raziskovalno delo dijakov ni bilo omejeno na tradicionalne medije. Dijaki so spremljali tudi nastanek javno dostopnega profila na družbenem omrežju Instagram, ki se je oblikoval kot odziv na dogodek in postal prostor povezovanja uporabnikov. S tem se je analiza razširila z vprašanja, kako mediji predstavljajo družbeni dogodek, na vprašanje, kako uporabniki sami sodelujejo pri oblikovanju, širjenju in utrjevanju njegovih interpretacij.

Družbena omrežja namreč brišejo jasno ločnico med producentom in prejemnikom sporočila. Uporabniki vsebine objavljajo, komentirajo, delijo in preoblikujejo ter tako sodelujejo pri oblikovanju javnega diskurza in občutka skupne pripadnosti. Pri pouku sociologije je mogoče takšne procese povezati z oblikovanjem javnega mnenja, kolektivnih identitet, skupinske pripadnosti in novimi oblikami družbenega povezovanja. Hkrati mora biti tudi pri analizi družbenih omrežij ohranjena kritična distanca: vsebine, ki so zelo vidne ali pogosto deljene, še ne predstavljajo nujno stališč širše populacije.

Didaktični pristopi k obravnavi protislovnih vsebin

individualnega doživljanja s širšimi družbenimi procesi in s tem za razvijanje sociološke imaginacije. Interesa dijakov za aktualno ali protislovno vprašanje zato ni treba zavrniti, temveč ga je mogoče preoblikovati v sociološko raziskovalno vprašanje. Za razumevanje različnih družbenih položajev so uporabne tudi simulacije in igre vlog, ki omogočajo izkustveno raziskovanje razmerja med individualnim delovanjem, institucijami in strukturnimi omejitvami (Simpson in Elias, 2011).

Uporabne so tudi študija primera, spreminjanje perspektive, razprava v notranjem in zunanjem krogu (angl. *Fishbowl*), formalna debata, metoda štirih kotov (angl. *Four Corners*), diamantno razvrščanje (angl. *Diamond Ranking*) in strukturirano oblikovanje argumentov (angl. *Argument Builder*). Njihova skupna značilnost je strukturiranje razprave ter zahteva po utemeljevanju, primerjanju in ponovnem presojanju argumentov. Pri izrazito občutljivih temah Kerr in Huddleston (2015) priporočata tudi distanciranje, pri katerem aktualno vprašanje najprej obravnavamo prek zgodovinskega, geografskega ali analognega primera, ter depersonalizacijo, pri kateri problem formuliramo na družbeni in ne osebni ravni.

Ob tem se zastavlja pomembno didaktično vprašanje: Kako lahko učitelj presodi, ali pri dijakih dejansko razvija kritično mišljenje? Pomemben pokazatelj ni zgolj sposobnost izraziti in zagovarjati lastno stališče, temveč tudi prepoznati argumente in protiargumente, presoditi njihovo utemeljenost ter razmisliti, zakaj je lahko drugačna perspektiva smiselna. Kritično mišljenje se kaže v preverjanju dokazov in virov, prepoznavanju manjkajočih informacij ter pripravljenosti, da dijak ob soočenju z novimi informacijami ali prepričljivejšimi argumenti ponovno premisli last

- Hoop, K. C. (2009). Students' lived experiences as text in teaching the sociological imagination. *Teaching Sociology*, 37(1), 47–60. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.1177/0092055X0903700105>
- Kane, D., & Otto, K. (2018). Critical sociological thinking and higher-level thinking: A study of sociologists' teaching goals and assignments. *Teaching Sociology*, 46(2), 112–122. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.1177/0092055X17735156>
- Kerr, D., & Huddleston, T. (Eds.). (2015). Living with controversy: Teaching controversial issues through education for democratic citizenship and human rights (EDC/HRE): Training pack for teachers. Council of Europe.
- Kroon, A. C., Kluknavská, A., Vliegthart, R., & Boomgaarden, H. G. (2016). Victims or perpetrators? Explaining media framing of Roma across Europe. *European Journal of Communication*, 31(4), 375–392. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.1177/0267323116647235>
- Mills, C. W. (1959). The sociological imagination. Oxford University Press.
- Palmer, N. (2023). The sociological imagination within Teaching Sociology: 1973–2020. *Teaching Sociology*, 51(1), 1–12. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.1177/0092055X221098452>
- Sardoč, M. (2016). Protislovne vsebine v vzgoji in izobraževanju. *Geografija v šoli*, 24(2/3), 8–15. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.59132/geo/2016/2-3/8-15>
- Simpson, J. M., & Elias, V. L. (2011). Choices and chances: The sociology role-playing game—*The sociological imagination in practice*. *Teaching Sociology*, 39(1), 42–56. Pridobljeno s spletne strani <https://doi.org/10.1177/0092055X10390646>

"Bodi sprememba, ki jo želiš videti v svetu."

Mahatma Gandhi