

Antonija KERO

Gimnazija Franje Petrića Zadar, Krešimirova obala 54, Zadar, Hrvatska, antonija.kero@gmail.com

PARTICIPATIVNO AKCIJSKO ISTRAŽIVANJE U ŠKOLI – UPOTREBA METODE PHOTOVOICE

Sažetak

U Gimnaziji Franje Petrića Zadar provedeno je participativno akcijsko istraživanje metodom photovoice s ciljem da se učenicima pruži prilika da ih se čuje i razumije njihovo doživljavanje školskog stresa te da ih se potakne na promišljanje mogućnosti rješenja problema s kojima se svakodnevno suočavaju. S učenicima je odrađena fokus-grupa tijekom koje su posebno tri segmenta bila tema rasprave: uzroci, posljedice stresa te mogućnosti promjene. U istraživanju je sudjelovalo sedam učenika: dvije učenice trećeg razreda i pet učenika završnih razreda. Učenici su imali zadatak izraditi fotografije kojima će iznijeti svoja iskustva stresa u školi. U radu se prikazuju rezultati fokus-grupe te prijedlozi i akcije koje su učenici poduzeli. Kao uzroke stresnog osjećanja učenici navode sudjelovanje na društvenim mrežama, preveliku količinu gradiva, nastavu na daljinu tijekom pandemije bolesti COVID-19 te roditeljski pritisak. Posljedice su takve da učenici zanemaruju druženja, hobije i ostale izvanškolske interese. Kako bi se rasteretili od prevelike količine stresa, učenici su osmislili rješenje u obliku online druženja. Osnovali su online klub MISliOC koji je popularan unutar škole, ali i lokalne zajednice.

Ključne riječi: participativno akcijsko istraživanje, metoda photovoice, stres u školi

PARTICIPATORY ACTION RESEARCH IN SCHOOL– USE OF THE PHOTOVOICE METHOD

Abstract

The Franjo Petrić High School in Zadar conducted a participatory action research using the photovoice method with the aim of giving students the opportunity to be heard and understood in their experience of school stress, and encouraged them to consider ways to solve problems they face every day. A focus group was conducted with the students, during which three segments were the topic of discussion: causes, consequences of stress and opportunities for change. The study involved 7 students, two third-graders and five final-graders. The students were given the task of making photographs through which they would share their experiences of stress at school. In this paper, we will present the results of the focus group and the proposals and actions that students have decided to take. Students cite participation in social networks, too demanding school curriculum, distance learning during the COVID pandemic and parental pressure as causes of stress. The consequences are such that they neglect socializing, hobbies and other interests outside of school. In order to relieve themselves from too much stress, the students devised a solution in the form of online socializing. They founded the online club MISliOC, which is very popular within the school but also the local community.

Keywords: participatory action research, photovoice method, school stress

UVOD

Sve se češće susrećemo s priznavanjem prava učenicima da sudjeluju u odlukama koje na njih neposredno utječu (Lansdown, 2001). Zadaća je škole da kod učenika razvija demokratske vrijednosti i osjećaj građanske odgovornosti, međutim rijetko se događa da su učenici u potpunosti uključeni u neki projekt od početnog planiranja, preko odabira metoda do evaluacije (Stack i Wang, 2018). Ovaj rad prikazuje participativno akcijsko istraživanje koje je provedeno u Gimnaziji Franje Petrića sa sedmero učenika na temu Stres u školi. Učenici su samostalno birali temu i metodu istraživanja.

Članak opisuje upotrebu metode *photovoice* u srednjoj školi s učenicima trećih i četvrtih razreda. Istraživačkom metodom *photovoice* omogućujemo učenicima da razviju socijalne kompetencije, da otvoreno govore o svojim iskustvima te im dajemo priliku da povodom toga nešto i učine. S učenicima škole organizirana je fokus-grupa kako bi se dobio jasan uvid o tome kako se učenici naše gimnazije nose sa stresom, s njegovim uzrocima i posljedicama te mogućnostima promjene u budućnosti. Namjera je takvog pristupa da se učenike osnaži u tome da otvoreno govore o svojim problemima, posebice u okruženju koje ih razumije jer se i samo nosi sa sličnim problemima, te da im se omogući da se njihov glas čuje. Povratne informacije učenika o tome kako doživljavaju školski život vrijedan su resurs školi kao izvor smjernica za mogućnosti i promjene u vezi s podizanjem kvalitete rada s učenicima i osmišljavanju novih kurikulnih rješenja.

Stres možemo definirati kao neugodnu emocionalnu reakciju koja se javlja kada čovjek procijeni da se nalazi u situaciji koja ga fizički ili psihološki ugrožava. Možemo se složiti da je stres dio našeg svakodnevnog života koji u umjerenim količinama djeluje poticajno, ali istraživanja isto tako upozoravaju da prevelika količina stresa razvija osjećaje razdražljivosti, preopterećenosti, iscrpljenosti, nemogućnosti jasnog razmišljanja te može oslabiti otpornost na različite bolesti (Brdar i Rijavec, 1998). Stoga je tema istraživanja koju su učenici odabrali nama, stručnim suradnicima u školama, od iznimne važnosti. Način je na koji pristupamo tom problemu, upotrebom principa participativnog istraživanja, učenicima zanimljiv, vrlo pristupačan i privlačan.

Participativno akcijsko istraživanje i photovoice metoda

U participativnom akcijskom istraživanju istraživač je u ulozi moderatora koji pruža sudionicima pomoć da samostalno iznose, slušaju, razumiju probleme koji utječu na njihove živote i budu aktivni u osmišljavanju društvene promjene (de Marrais & Lapan, 2014., Cammarota i Fine, 2008). Osim što je proces istraživanja usmjeren k osnaživanju sudionika, ovaj pristup također omogućuje sudionicima da se njihov glas čuje i potakne na promjenu. Takvo istraživanje, u svrhu osmišljavanja društvene promjene, uključuje suradnju s marginaliziranim grupama kako bi se čuo njihov glas te im se omogućila veća prava i pravednost. Svrha je istraživanja u tome da svi sudionici imaju koristi od istraživačkog procesa i rezultata. Ako istraživanjem potičemo međusobno razumijevanje, poštovanje i uvažavanje različitosti, to znači da smo na putu osnaživanja obespravljene grupe ili pojedinca, ali i obogaćivanja svojeg empirijskog znanja o obrazovnim i drugim praksama povezanim s tom temom (Bouillet i Šarić, 2016). Znanje koje se dobije provođenjem participativnog akcijskog istraživanja nije pasivno znanje koje ćemo dalje akumulirati u već postojeće, već su nastojanja usmjerena prema primjeni tog znanja u svakodnevnoj praksi. Tako je istraživanje stvaranje plodnog tla pri kreiranju promjena koje se osmišljavaju u okruženju. Upravo to i jest ključna razlika u odnosu na tradicionalna istraživanja koje provodimo s mladima jer se oslanja na kritičke pedagoške teorije koje znanje promatraju u okviru djelovanja sa svrhom za postizanjem društvene promjene (Cammarota i Fine, 2008). U tom pravcu promišlja Freire kada nas upozorava da samo osvješćivanje ne završava na razini puke percepcije situacije, nego upravo priprema sudionike za borbu protiv onoga što mu onemogućuje samoostvarivanje (Freire, 2002).

Kada je riječ o mentalnom zdravlju učenika, participativno akcijsko istraživanje može biti prikladan alat kojim ćemo doći do vrijednih informacija o nekom problemu unutar škole. Prikladnije je ako su učenici voljni sudjelovati u fokus-grupi i otvoreno razgovarati o temama koje ih muče. No, kada i imamo pristanak sudionika za razgovor i tada možemo naići na prepreke, pritom mislimo na njihovu nemogućnost „otvaranja“ unutar intervjuja ili fokus-grupe. Učenicima je ponekad teško prepoznati svoje osjećaje, a onda još teže izraziti ih, sebi i drugima (Röttger-Rössler i Scheidecker, 2019). Metoda *photovoice*

otvara mogućnost sudionicima da izraze vlastite težnje, potrebe, osjećaje posredno fotografijom te da naknadno, na osnovi opisa fotografije, izraze svoje stavove i osjećaje. Ta metoda osmišljena je ranih 1990-ih godina kao jedna od metoda participativnog akcijskog istraživanja koja ima za svrhu potaknuti osobe koje su u nepovoljnom položaju, kako bi ih osnažila i potakla na promjenu u svojoj zajednici na način da o svemu obavijeste donositelje odluka i predlože promjene (Wang i Burris, 1997). Temeljna je ideja da se sudionicima omogući dokumentiranje onoga što ih zabrinjava u svakodnevnom životu te izvještavanje o tome na kreativan način potičući na promjene. Ovo je vrlo prikladna metoda za učenike da se izraze putem fotografije koju su oni sami osmislili i kreirali. Utemeljenje i poticaj za takav pristup odgojno-obrazovnom procesu možemo pronaći u predstavniku kritičke pedagogije Paolu Freireu čija je ideja putem dijaloga osnažiti obespravljene pojedince ili zajednice da o svojim problemima komuniciraju s donositeljima odluka te na taj način budu svojevrsni katalizator promjene. Sve je to sažeto u Freireovoj ideji obrazovanja čovjeka koje je povijesno-društveno biće, a da bi to postalo u pravom smislu te riječi, važan je proces osvješćivanja (Freire, 2002). Slijedom metode *photovoice*, fotoaparata se daje učenicima s ciljem da dokumentiraju i raspravljaju o svojim školskim iskustvima onako kako ih oni vide. Nakon toga učenici sami donose odluku žele li i na koji način iznijeti svoje viđenje stvarnosti donositeljima odluka, u njihovu je slučaju riječ o nastavnicima i ravnateljima. Pritom su ključne slika i riječ. Poticanje učenika na raspravu o njima bitnim stvarima ohrabruje ih da zajedno kritički analiziraju okruženje. Iznimno je važno da tijekom tog procesa imaju podršku. Možemo reći da je učenicima stvaranje fotografije oruđe kojim će doprijeti do onoga što ih okružuje, a onda od toga krenuti u poticanje promjene. Uvelike je riječ o osobnom razvoju svakog pojedinog sudionika u procesu, a onda o razvoju svakodnevnog školskog okruženja i predložene promjene. Svaki rad s mladima, a to je jedan od oblika, podrazumijeva proces razvoja mlade osobe na individualnom, ali i na društvenom planu, s ključnim uvjetom da je upravo ta mlada osoba sukreator čitavog procesa (Kovačić i Ćulum, 2015). Proces kojem se posvećujemo u ovom radu udovoljava osnovnim kriterijima rada s mladima, a pritom mislimo na promociju autonomije, slobodu i odgovornost mladih kao aktivnih sudionika koji su od početka uključeni u proces istraživanja. Riječ je o bitno drugačijem pristupu od onoga

kojeg susrećemo u formalnom školskom sustavu koji je uglavnom posvećen ostvarivanju unaprijed zadanih ishoda.

METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA

SUDIONICI

Istraživanje je provedeno u Gimnaziji Franje Petrića krajem 2020./2021. školske godine. Prije istraživanja zatražena je suglasnost ravnateljice Škole o provedbi istraživanja. Škola svake školske godine upisuje dva razredna odjela općeg i dva prirodoslovno-matematičkog smjera. Riječ je o učenicima s izvrsnim postignućima na osnovnoškolskoj, ali i srednjoškolskoj razini. Voditeljica istraživanja, školska pedagoginja, poslala je poziv na sudjelovanje u istraživanju svim učenicima. Odazvalo se sedmero učenika, dvije učenice trećeg razreda općeg smjera, četvero učenika četvrtog razreda općeg i jedan učenik četvrtog razreda prirodoslovno-matematičkog smjera.

POSTUPAK

Nakon što su učenici i roditelji informirani o detaljima istraživanja, u skladu s Etičkim kodeksom istraživanja s djecom, od učenika je zatražen pisani pristanak o sudjelovanju. (Ajduković, Kolesarić, 2003). Također je učenicima objašnjeno da u svakom trenutku mogu odustati od istraživanja, da to ne trebaju nikome obrazlagati i da je to sasvim u redu.

Radi poštivanja epidemioloških mjera u vezi s pandemijom bolesti COVID-19, svi sastanci s učenicima održani su putem platforme Zoom. Budući da je riječ o učenicima koji nisu iz istog razrednog odjela i nisu do sada imali prilike sudjelovati u zajedničkim aktivnostima, prvi sastanak posvetili smo međusobnom upoznavanju i razgovoru o budućem istraživačkom procesu. Nakon što su učenicima objašnjeni principi participativnog akcijskog istraživanja razgovorom je odabrana tema istraživanja: Stres u školi. Također su dogovorena okvirna podtematska područja o kojima ćemo posebno govoriti tijekom fokus-grupe: uzroci i posljedice stresa te mogućnosti promjene. Prilikom odabira metode istraživanja učenicima je dano na raspolaganje nekoliko metoda, a odabrali su metodu *photovoice*. Dogovoreno je da učenici tijekom sljedećih dvaju

tjedana naprave dvije fotografije koje simboliziraju stres u vezi sa školom te da ih pošalju elektroničkom poštom na e-adresu voditeljice istraživanja. Također je učenicima dano na znanje da ne postoje točni i netočni odgovori, da nam je svako njihovo iskustvo i mišljenje važno i da fokus-grupa ne traži od njih da se slažu u svemu, nego je upravo poželjno da se odvija u smjeru rasprave.

Prije provođenja fokus-grupe učenicima je savjetovano da rezerviraju vrijeme i mjesto na kojem će nesmetano moći sudjelovati tijekom čitave fokus-grupe bez ometanja ukućana.

Fokus-grupa

Razgovor je u potpunosti snimljen, a traje sat i 30 minuta pa je bio prikladan za naknadnu izradu transkripta. Jedna učenica zbog nepredviđenih okolnosti nije mogla prisustvovati zajedničkoj fokus-grupi. S njom je naknadno odrađen intervju u kojem joj je okvirno ponovljeno sve do čega je skupina prethodno došla i o čemu je razgovarala te su se podatci njezina intervjua pridodali podacima fokus-grupe. Na početku fokus-grupe odrađen je „ledolamac“ na način da je učenicima postavljeno pitanje: Koji vam je najupečatljiviji trenutak tijekom školovanja? Učenici su svoja iskustva prethodno unijeli na platformu Padlet te smo ih prije službenog dijela pročitali i komentirali. Budući da je u grupi nekoliko učenika koji su vrlo zatvoreni i samozatajni, to je bila prikladna metoda da svi kažu nešto o sebi i opuste se prije dijela kada se posvećujemo temi istraživanja.

Svaki učenik snimio je dvije fotografije te je princip razgovora bio taj da bi učenik opisao obje fotografije, a tada bi odabrao o kojoj fotografiji želi detaljnije govoriti. Nakon toga ostali su učenici slobodni komentirati, postaviti pitanja, izraziti slaganje ili neslaganje s nečijim iskazom, drugačiji pogled na određenu temu i slično.

S obzirom na to da je bio kraj nastavne godine, što je učenicima neprikladno vrijeme za dodatne aktivnosti, dogovor je da transkript razgovora odradi voditeljica istraživanja, a učenici će ga pročitati i unijeti ispravke i smjernice radi boljeg razumijevanja njihovih iskaza. Razgovor je snimljen pomoću platforme Zoom, pa je snimka, osim audio, imala i videoverziju. Prilikom izrade transkripta posebna se pozornost posvetila načinu komuniciranja. Nakon unošenja

teksta govora zabilježene su informacije u vezi s govorom tijela i ostale neverbalne poruke. Nakon više puta pročitano razgovora i unošenja podataka o neverbalnim znakovima, prikupljen materijal razvrstan je prema prethodno dogovorenim temama. Učenici su u više navrata čitali i provjeravali transkript te jesu li njihove izjave prikladno raspoređene prema tematskim smjernicama o kojima smo se prethodno dogovorili.

U daljnjem radu predstaviti ćemo sažeti prikaz odgovora učenika koji opisuju uzroke i posljedice stresa te mogućnosti za djelovanje. Tekst napisan kurzivom označava izjavu učenika u skraćenu obliku.

REZULTATI

Kada je riječ o **uzrocima** stresa u školi, grupirali smo ih u više podtema: previše gradiva – prenatrpanost, nastava na daljinu, odnosi s nastavnicima, distraktori, pritisak roditelja te osobita situacija učenika završnih razreda – neproživljena iskustva. Posljedice smo svrstali također u više podtema: zanemarivanje drugih aktivnosti, nakupljeni stres, osjećaj krivnje, osjećaj ukradenog vremena. Na kraju su učenici raspravili o mogućnostima promjene koje ćemo također ukratko prikazati.

a) Uzroci

Previše gradiva kao uzrok stresa

Učenici općeg smjera u većoj mjeri izražavaju ovaj problem nego učenici prirodoslovno-matematičkog smjera. Dok učenici iz prirodoslovno-matematičkog smjera izjavljuju kako im količina gradiva ne predstavlja veliki stres, opći smjer smatra da je stresno ne samo zato što tu ima toliko gradiva, nego i to što je gradivo kao takvo nepotrebno i beskorisno u svakodnevnom životu. Posebno ističu povijest kao predmet s kojim imaju najviše poteškoća s učenjem, pripremanjem i uopće savladavanjem i odgovaranjem. Osim toga, izjavljuju da toliko obaveza imaju nakon nastave da se učenje pretvara u nešto što traje 24 sata na dan te nemaju vremena ni za što drugo. Često odustaju od druženja s vršnjacima zbog brojnih školskih obaveza. Izražavaju nezadovoljstvo situacijom da konstantno moraju izabirati između društvenog života i borbe za ocjenama.

Iako u prirodoslovno-matematičkom smjeru učenici nisu toliko opterećeni općim uspjehom i prosjekom ocjena, učenicima općeg smjera to je vrlo stresno.

Slika 1. Prevelika količina gradiva kao uzrok stresa



Zato što je previše predmeta, a vremena nema dovoljno.

Imamo malo vremena, zadataka brdo, to je jedna konstantna anksioznost... konstantan osjećaj napetosti.

Povijest, geografija... povijest. Meni treba tjedan dana nagovaranja samog sebe da krenem s tim učenjem jer nema šanse da bih ja to mogao kontinuirano učiti. probao sam to. Lekciju koju bih naučio... izgubilo bi se to naučeno jer učimo povijest radi ocjene, ne radi znanja. Žalosno je. Kad bi nas netko pitao nešto iz povijesti na ulici... sigurno ne bismo imali pojma.

Povijest... meni je to među najgorim predmetima za učenje, jako je opširna i ima puno detalja, mi moramo znati doslovno sve. To je totalno nepotrebno. Bitno je razlučiti bitne stvari od nebitnih jer... kada nastane taj kaos u glavi i kada se ne mogu razlučiti bitne stvari od nebitnih... na kraju će ispasti ništa od toga svega... trebalo bi se fokusirati na bitno... ovo drugo bi se moglo pročitati, ali sve to znati stvarno je nepotrebno.

Nastava na daljinu kao uzrok stresa

Početno nesnalaženje nastavnika tijekom prve godine pandemije itekako se odrazilo na učenje, opterećenost obavezama u većoj mjeri nego što je to inače.

Jedan dio nastave odradio bi se na daljinu, no drugi dio prepisivanja gradiva, vježbanja zadataka i ostalih obaveza premjestio se na onaj dio koji je učenicima inače slobodan dio dana za druge aktivnosti. Također, pitanje je koje postavljaju refleksivne naravi u smislu da propituju vlastitu spremnost da samostalno odrađuju zadatke koji su pred njima. Neki od njih ne osjećaju se spremnima za takvu vrstu rada. Ponovo se pojavila razlika između općeg i matematičkog smjera u očekivanjima nastavnika i opterećenošću gradivom.

Slika 2. Nastava na daljinu kao uzrok stresa



Ta online nastava je veliki stres...profesori primjenjuju taj način da svakih 5 min. daju zadatak i nekoga prozovu i potrebno je biti za računalom čitav dan. To se rastegne duže nego što bi realna nastava uživo trajala i nakon toga imamo još domaće zadaće.

Drže nas puni blok-sat i još nam pošalju dokument koji moramo prepisati... onda je to dupli posao i cijeli dan zapravo stojimo i prepisujemo, što bismo inače napravili u školi.

Kad netko pomisli: online – oh, to je lako... vi samo lajkate... to zapravo znači da mi sami moramo obrađivati lekcije i nije da mi samo stojimo i pogledamo video... nego to oduzima jako puno vremena.. gledamo u laptop 12 sati dnevno.

Nastava je sada nekako isprekidana... nakupljeni stres jer ispiti pišemo u školi, a gradivo odrađujemo sami doma. Ispiti se nagomilaju u prvi tjedan kad se vratimo u školu.

U školi je totalno drugačije od kad je ovo sve počelo. Doslovno, ne možeš to opisati riječima...voljela bih da možemo svi normalno učiti i slušati predavanja i sve to. Mi sad kao imamo tu nastavu uživo i to... ali puno smo izgubili tog živog predavanja...šteta i nismo trebali jer je to korisno nama, drugačije je online i to. Oni ti daju dokument, a ti pročitaš ili ne pročitaš. Ovisi o tome kako ti se da ili ne da. To je u neku ruku i dobro zato što je odgovornost na tebi, ali pitanje je ..pokazuje se koliko smo mi osobno odgovorni za sve to. Ali opet, mi smo u toj fazi života gdje ..ne znam baš jesmo li se formirali kao osobe za to... tako da ...netko sazrije prije, ali većina ne baš.

Meni online nastava uopće ne izaziva stres. Čak me je više oslobodila jer imam više vremena da učim ono što mene zanima i ono što će mi kasnije više trebati za razliku od sitnih predmeta na koje ostavimo lajk. Ne pratimo mi toliko, mislim da je to dosta jasno profesorima.

Roditeljska očekivanja kao uzrok stresa

Jedan dio učenika izjavljuje kako ne osjeća roditeljski pritisak te da roditelji uglavnom imaju povjerenja u njihovo samostalno odrađivanje školskih obaveza. No, navode primjere učenika čiji roditelji imaju visoka očekivanja te samim time, možda nekad i nesvjesno, stvaraju djetetu pritisak. Učenici ne očekuju od roditelja nebrigu u smislu da se uopće ne interesiraju za djetetov napredak, no očekuju od roditelja umjerenost i realna očekivanja. Ova škola ima zahtjevan program i nerealno je očekivati od djeteta da svaki test napiše za ocjenu izvrstan.

Slika 3. Pritisak roditelja kao uzrok stresa



Iskreno... moji su roditelji dosta pasivni... neće se uplitati u moj život i ocjene ih toliko ne zanimaju jer znaju da se intenzivno pripremam za maturu, tako da i mislim da bi trebali roditelji biti slobodni i vjerovati svojoj djeci da će postupiti onako kako trebaju i učiti.

Evo, ja ću reći da moji nisu takvi i da se oni zapravo brinu za neke stvari više od mene. Sve što se meni dogodi oni to proživljavaju...kada dobijem neku ocjenu koja meni nije uobičajena... makar to bilo 3, oni će znati da se ja isto brinem i bit će uneseni u tu priču. Mislim da je ok da su pasivni, ali taj je roditeljski stil individualan, a što se tiče ove situacije sa stresom još više pogoršava...ako sam pod stresom ne mogu uvijek biti raspoložena za druženje s obitelji i onda se stvara ponekad razdor... jer starije generacije ne mogu shvatiti što nas muči i zato mi je ovaj projekt i dobar jer bih htjela širim masama, čak i našim roditeljima i starijima pokazati zapravo kako te neke stvari koje se njima čine sitne, nama čine veliki stres.

Moji me više ne pitaju za ocjene. Razumiju da je škola zahtjevna i znaju da ocjene ne odražavaju uvijek znanje.

Neki roditelji stvaraju presing. Ne kažem da ne treba discipline, rada i reda, ali neki previše presinga nabijaju toj djeci. Trebaju imati neki balans.

Ja znam za primjer iz razreda tog pritiska... da se jako upliću u taj učenički život mog prijatelja. Npr. došlo je do razine kad je u 1. razredu dobio 4... bio je u strahu doći kući i reći da je dobio 4. Mislim da je to previše. Ne želim reći da svi trebaju biti pasivni da ih je baš briga... roditelje bi trebalo biti briga... kakve su ocjene... samo da se ne upliću ako ne vide da je neki veći problem. Lijepo je kad pitaju ako nešto treba pomoći, trebaju li repeticije... ali ako nema potrebe, ne vidim zašto bi se uplitali.

Osim navedenih uzroka, učenici su govorili i o odnosu s nastavnicima, priželjkivali su više pedagoškog pristupa učenicima koji nemaju izvrsne ocjene. Ponekad osjećaju kao da ih nastavnici drugačije gledaju ako dobiju lošiju ocjenu. Smatraju da bi razgovor učenika i nastavnika u tom slučaju bio dobar put prema poticanju učenika i razumijevanju njegove situacije. Također, prihvaćaju i vlastitu odgovornost u organizaciji vremena koju im otežava postojanje tzv. distraktora. Pritom posebno misle na količinu vremena koju posvećuju prae-nju događanja na društvenim mrežama. Učenik izjavljuje kako je tijekom završne godine presudna odluka u pozitivnom smislu bila da prestane pratiti sve društvene mreže u periodu pripreme za državnu maturu.

b) Posljedice

Zanemarivanje drugih aktivnosti

Svi su se učenici složili da im školske obaveze znatno utječu na ograničenje vremena za druženje s prijateljima i obitelji. Često ih učenici drugih škola ne razumiju jer nemaju iskustvo s toliko školskih obaveza pa im prigovaraju, što dodatno narušava i njihove odnose jer drugi smatraju da se oni ne žele družiti. No, nije tako da se ne žele družiti, već ih prati osjećaj krivnje ako izađu van, dok su zapravo u to vrijeme mogli učiti. Kontinuirano zanemarivanje svega što nema veze sa školom. Sve to djeluje na njih vrlo obeshrabrujuće i iscrpljujuće.

Ne mogu uopće biti s puno ljudi, ne mogu biti s društvom kao uobičajeno.

Nemam vremena koje mogu provesti s prijateljima negdje ili s obitelji vani, a da nisam pod stresom, odnosno da ne razmišljam o tome koliko zadataka imam.

...kada nas prijatelji zovu van i (koji ne idu u MIOC) uvijek bude... ajme, opet učiš i ne želiš ići s nama i to nam bude još dodatan stresing.

I tu je i manjak vremena za neke druge aktivnosti koje nas zanimaju.

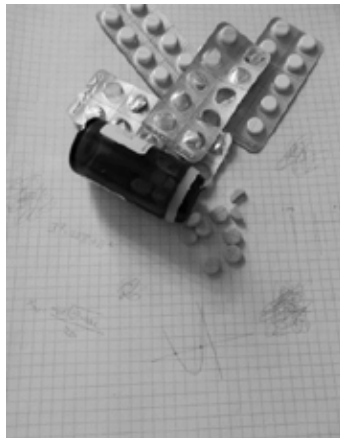
Učenici koji idu u tešku gimnaziju osjećaju se obeshrabreno... istina je, možemo se organizirati, ali takav je način života je iscrpljujuć... moja je fotografija realan prikaz kako učenici zbog škole svoje strasti potpuno zanemaruju.

Složila bih se s time da to utječe na obiteljski život, jako svi imamo braću i sestre koji su isto online... mi ih ne vidimo. Roditelji su udaljeni od nas zbog toga.

Nagomilani stres

Učenici su u više navrata spominjali stres koji nije povezan s određenim testom ili ispitivanjem i koji će nakon odrađenog testa nestati. Riječ je o nagomilanom stresu koji kontinuirano prisutan u svim situacijama. To je stres koji ih prati prije i nakon ispitivanja, prilikom učenja i druženja. Spominju posljedice tog stresa u obliku nesanica, anksioznosti i čak depresije.

Slika 4. Nagomilani stres kao posljedica



Ja sam se jako teško nosio s stresom, ne bih se naspavao danima. Ovo što je Ema rekla za nagomilani stres, imam osjećaj da kad napišem stres... kao sve prođe kad napišeš stres, ali kad dođem doma i popodne me zaboli želudac znam

da sam sebi napravio štetu s tim stresom... znam da to nije vrijedno toga i da ne bi trebalo ugrožavati zdravlje zbog toga, ali ne mogu da me nije briga.

...to su svi učenici kod kojih je stres došao do te razine kada učenici trebaju uzimati neke vitamine ili lijekove jer se taj stres manifestirao ili u blagu depresiju, anksioznost ili nesanicu.

Nekome nije stres samo pred ispitivanje već da je tu jedan nakupljeni stres – stalni stres – kojeg se nije tako lako riješiti. On često vodi do psihičkih i zdravstvenih problema do neke točke kada se moraju uzimati lijekovi. Ljudi kad čuju pojam stres, pomisle na momentalni stres koji će proći kada prođe ispit, pa sam ovime htjela... podignuti svijest da postoje oni koji se ne mogu tako lako riješiti stresa i kojima je to puno veći problem od samog ispitivanja.

Osjećaj krivnje

U onim trenucima koje odluče posvetiti druženju s vršnjacima i obitelji, učenici osjećaju krivnju jer im se to vrijeme čini potrošeno na nešto što nije povezano sa školom i učenjem te ih ometa da se opuste i odmore od svakodnevnih obaveza. Čak i kada idu na spavanje, pojavljuje se osjećaj krivnje. Navode primjere iz razreda kako učenici, da bi ostali što duže budni i mogli učiti, posežu za energetske pićima. Osjećaju da ih učenici koji idu u neku drugu školu uglavnom ne razumiju te oni slobodno izlaze. Svaki pokušaj objašnjavanja da imaju previše obaveza koje ne stižu odraditi, čini im se uzaludan, zatvoreni krug.

Slika 5. Konzumacija energetskih pića radi održavanja budnog stanja



Inače ja energetska pića ne pijem, ali ljudi iz razreda to rabe, ostat će budni čitavu noć i učiti npr. povijest što ja ne bih jer ne znam kako bih bio sposoban... to bi meni stvaralo stres... ako odem spavati, onda mi je krivo zašto nisam ostao učiti... to je jedan začarani krug.

...kako provodim slobodno vrijeme i pokušavam učiniti nešto što volim i razonoditi se... ali mi je u podsvijesti ta ideja o učenju i pojavljuje se osjećaj krivnje jer stalno mislim kako bih, dok se odmaram, mogla zapravo učiti.

Osjećaj ukradenog vremena

Učenici završnih razreda u svojim izjavama negoduju zbog nedostatka uspomena koje inače imaju četvrtaši. To se ponajviše odnosi na situaciju s pandemijom koja im je onemogućila odlazak na maturalno putovanje, kratke izlete, organizaciju maturalne večeri i ostala događanja koja čine dio školske svakodnevice. Ne samo da nisu bili na izletima, nego nisu bili ni u učionicama i ostvarili zajednička druženja, kao preduvjet za stvaranje zajedničkih uspomena. Osjećaju da su zakinuti u vezi s tim i da je taj gubitak nepovratan. Ne osjećaju se spremni za odlazak iz škole i rastanak od kolega jer smatraju da fakultet ne pruža tu razinu bliskosti s kolegama.

Slika 6. Osjećaj ukradenog vremena kod učenika završnih razreda



... zbog činjenice da smo završni razred i da želimo što više iskoristiti vrijeme s prijateljima. Kasnije na fakultetu nikad više nećemo imati razred. Nikad više nećemo osjetiti tu atmosferu. Pošto imamo školu i taj nekakav društveni život, stvaranje uspomena, meni je to prouzročilo možda najveći stres svih ovih godina.

Postoji taj stres koji je drugačiji od stresova povezanih s nastavom... to je za nas koji ćemo za 2 mjeseca napustiti srednju... a to je da smo zapravo samo dvije godine školovanja imali redovno i shvatila sam da nitko nije bio zreo ni spreman za 4. razred jer je 3. razred bio štrajk i pandemija... to sve... pogoršalo se mentalno zdravlje... mi smo se međusobno tješili da će biti bolje... da ćemo se družiti i iskoristiti na neki bolji način mladost... a da ne kršimo mjere,

Mladi smo i želimo imati nekakve uspomene iz srednje, a sad se čini da to je bilo to od srednje... ostali smo zakinuti za neka iskustva...

Naše su misli... kad smo trebali misliti o budućnosti... imali smo savjetovanja za maturu... komentirali smo da se osjećamo nespremno, kao da je to nešto što dolazi odjednom. Kao da nešto fali... grč u želucu kad se povisi broj zaraženih, za mene je to čvor u želudcu i shvaćam da je danas možda zadnji dan kada ću ići u razred i kada ću se družiti s prijateljima i ... to vrijeme koje je ukradeno utječe na to da se osjećamo manje spremni za budućnost

Slažem se. Pričao sam s kolegom kako nam je žao što zadnje trenutke srednje škole provodimo doma... umjesto da stvaramo uspomene, zezamo se s profesorima, smišljamo šale...

c) Mogućnosti

Ovo su neke od mogućnosti rješavanja problema koje su učenici predložili:

Mislim da bi prijatelji mogli biti od velike pomoći zato što dijele iste ili slične probleme. Najbolje mogu razumjeti probleme osobe pod stresom jer razumiju težinu zahtjeva koji su stavljeni pred njih. Najviše vremena provode skupa i imaju mogućnost doprijeti do osobe i zato smatram da bi razgovorom i druženjem mogli biti od velike koristi. S obzirom na novonastalu situaciju smanjeno je vrijeme koje provode skupa uživo, ali s obzirom da postoje društvene mreže, sada bi one mogle imati jako dobru svrhu. Bilo bi dobro kad bismo možda mogli pronaći način za druženje preko videopoziva / običnog poziva /poruka...

Možda nekakva grupna učenja u kojima bi učenici pokazali svoju kolegijalnost na način da pomognu jedni drugima, što će dovesti do manje potrebnog vremena kako bi se naučili i usvojili pojedini predmeti.

Svjesna sam da smo u vremenu pandemije, ali ono što bi stvarno pomoglo jesu društveni događaji u školi, primjerice radionice ili grupni projekti. Po mojoj procjeni, u našu školu dolaze sve asocijalniji učenici i u mlađim generacijama primjećujem manji stupanj povezivanja, pa bi to osobito dobro došlo njima. U MIOC-u se rijetko događa da su drugi učenici uzrok stresa, ali prijateljstva su svakako odličan način borbe protiv njega. Učenici koji su sada primjerice drugi razred, više nisu bili u školi nego što jesu, zapravo se može reći da ne poznaju uistinu svoje kolege. Čak i neki online projekt je dobrodošao za njih.

Pokretanje promjene

Učenici su napravili videoizložbu kako bi predstavili rezultate istraživanja. Video je predstavljen nastavnicima i ravnateljici Škole. Komentari nastavnika bili su vrlo pozitivni, u smislu da im se sviđa takav način rada s učenicima. Međutim, u vezi s temom, jedan dio njih bio je iznenađen uzrocima i posljedicama koje su učenici iznijeli. Videoizložba predstavljena je i učenicima te je nakon toga s njima odrađen razgovor na istu temu. Kako bismo rezultate predstavili izvan okvira škole, voditeljica istraživanja dobila je suglasnost učenika da rezultate istraživanja predstavi na županijskim stručnim vijećima i konferenciji stručnih suradnika (s obzirom na to da će većina učenika istraživača tada već biti na fakultetu).

Učenici su prepoznali potrebu druženja, koja su im otežana u okolnostima pandemije bolesti COVID-19. Smatraju da bi manje osjećali posljedice stresa kada bi imali određeno vrijeme vikendom posvećeno druženju. Pogotovo su prepoznali problem učenika koji žive u ruralnim sredinama koji nemaju dodatnih sadržaja u slobodno vrijeme i kojima je škola jedino mjesto u kojem se druže. Ključna je izjava bila: „Bilo korone ili ne, trebali bismo imati neka *online* druženja vikendom!“. I tako je nastala ideja da od MIOC-a (skraćeni naziv u kolokvijalnom smislu za našu školu) nastane MIsliOC. MIsliOC se održava svaku drugu subotu putem platforme Zoom. Teme i sve aktivnosti predlažu učenici. Uspjeli smo napraviti nešto novo i konstruktivno u iznimno teškim uvjetima i samim tim pokazali kako prepreku pretvoriti u novu mogućnost. MIsliOC je novi prostor za učenike kakav nisu imali čak ni u najpovoljnijim

uvjetima. Gdje god da žive, kad god da im je nastava, svakom je termin pristupačan. MIsliOC je započeo kao ideja za organiziranjem samo nekoliko susreta s učenicima. No, s vremenom se javio velik broj bivših učenika koji su se željeli uključiti i svojim iskustvima studiranja pomoći mlađim kolegama. Tako je svaki susret posvećen predavljanju nekog fakulteta na način da bivši učenici dijele svoja iskustva s pripremama, upisima i studiranjem. Na taj način oni svojim idejama i prijedlozima pomažu učenicima pripremiti se za određeni studij. Na susrete nam dolaze i kolege nastavnici i ravnateljica, s kojima učenici razgovaraju o bilo kojem pitanju te smo na taj način proširili mogućnosti komunikacije s čelnim ljudima Škole. S vremenom, nakon što je MIsliOC zaživio u školi kao događanje koje se ne propušta, pojavila se ideja da se razni učenici izmjenjuju kao voditelji sa svojim temama. To je prilika da se učenicima s punim povjerenjem otvori mogućnost preuzimanja odgovornosti i to prilika koju oni s poštovanjem prihvaćaju. Učenici su se prema ovoj prilici postavili vrlo odgovorno, kreativno i savjesno. Kako se ova pozitivna priča proširila izvan okvira Škole, također su se i mediji zainteresirali za MIsliOC i popratili ga u dnevnom tisku.

RASPRAVA

Nelson i suradnici (1998) postavili su četiri temeljne vrijednosti koje leže u pozadini participativnog akcijskog istraživanja: osnaživanje, podržavajuće odnosi, učenje kao trajni proces i društvenu promjena. Ovdje ćemo ukratko komentirati detalje istraživanja na osnovi navedenih vrijednosti.

Osnaživanje: Pristup istraživačkom procesu omogućuje učenicima da sami biraju temu istraživanja. Dakle, biraju temu koja se tiče njih osobno i njima je važna. Također je na njima odluka što će se raditi s rezultatima istraživanja i koje akcije će se poduzimati. U pitanju je kvalitativna metoda unutar koje nisu postavljena unaprijed definirana pitanja koja će ih usmjeravati u odgovorima, nego je na njima potpuna sloboda na koji način će se postaviti prema temi koju su odabrali. Nakon što se napravi transkript razgovora, na njima je da oblikuju rezultate i da ih predstave na svoj način. Posebno je važna faza predavljanja rezultata istraživanja donosiocima odluka i svima uključenim u kontekst problema koji se istražuje. Ne samo da je sva pozornost usmjerena na problem, nego je ključan poticaj sudionicima istraživanja na promišljanje i osmišljavanje

mogućnosti promjene. Iako je to situacija u kojima učenicima svakako treba podrška jer se ne osjećaju dovoljno spremnima preuzeti odgovornost za istraživački proces, od velike je važnosti ukazati im na to da je njihovo znanje i iskustvo vrijedno i da nema krivih odgovora ni odluka.

Voditeljici istraživanja od posebne je važnosti bilo sudjelovanje učenika koji su inače vrlo tihi i samozatajni. Valja prepoznati njihovu hrabrost da se prijave za sudjelovanje te s poštovanjem pristupiti radu imajući u vidu odgovornost da zadržite njihovo povjerenje u proces.

Podržavajući odnosi: nužno je voditi računa o odnosu među svim sudionicima istraživanja koji treba biti ravnopravan, bez postavljanja autoriteta te izgradnji međusobnog povjerenja. Učenici su tijekom projekta, prije i poslije fokus-grupe, redovito komunicirali u internoj grupi unutar koje su također izražavali stavove, dijelili zadatke i razmjenjivali ideje.

Iako je grupa od sedam učenika iz iste škole, riječ je o učenicima koji do sada nisu imali priliku družiti se i raspravljati o određenoj temi. Dvije su učenice tada bile treći razred srednje škole, a petero učenika pohađalo je završni razred. Njihova je komunikacija tekla na način da su se međusobno uvažavali i slušali. Nisu upadali jedni drugima u riječ, čak i onda kada se nisu slagali (a bilo je dosta takvih situacija). Svima se svidjela ideja da imaju priliku nešto reći, podijeliti međusobno, ali i s ostalima. Složili su se da je ovo problem koji opterećuje brojne učenike naše škole i da je važno da se o tom otvoreno može govoriti. Učenici završnih razreda otvoreno su izražavali razumijevanje za učenike trećih razreda zbog težine gradiva u trećem razredu. U jednom trenutku učenici završnih razreda tješili sumlađe kolege riječima: „Izdržite još malo. Znamo da vam je sada teško. Još mjesec dana i gotovo vam je s tim. Ako vam treba pomoć s matematikom i logikom, mi ćemo uskočiti kad god treba...“.

Time smo došli do suglasnosti s Coffman i Gilligan (2002) o tome kako je podrška prijatelja značajni prediktor razine zadovoljstva životom, sreće te pozitivnog afekta. Iz tog razloga i oni predlažu razvoj mreže potpore vršnjaka u koju bi bili uključeni stariji kolege te međusobno dijelili iskustva i pružali potporu jedni drugima.

Učenje kao trajni proces: Tim što istraživačke metode nisu unaprijed određene, učenicima se daje učenicima mogućnost da samostalno usmjeravaju i koordiniraju istraživanjem. Učenici su imali priliku analizirati transkript te su naučili osnovne principe kvalitativnog istraživanja. Voditeljica istraživanja imala je priliku učiti od učenika o tome na koji se način treba postaviti prema problemu i kako oni vide taj problem. Ovdje je važno naglasiti da učenje tijekom te vrste istraživanja nije rezerviran samo za učenike, nego i za voditelja. Voditeljica istraživanja i sama primjećuje kako je u istraživanje ušla s nekim pretpostavkama koje se nisu potvrdile te predviđenim temama kojima se učenici nisu gotovo nimalo posvetili. Nije bilo planirano da ćemo razgovarati o *online* nastavi, a ispostavilo se upravo suprotno. Nastava na daljinu na učenike se odrazila u negativnom smislu, ne samo u vezi s usvojenosti znanja i razvojem vještina, nego i u vezi s druženjem i stvaranjem uspomena. Dakle, dogodilo se zajedničko učenje svih sudionika.

Društvena promjena: Prema Greenwoodu i Levinu (2000) kredibilitet, pouzdanost i valjanost akcijskog istraživanja mjeri se spremnošću donositelja odluka da poslušaju i reagiraju prema rezultatima istraživanja. Rezultati istraživanja vidljivi su od samog početka te proces još uvijek traje. Nastavnici i ravnateljica su ih poslušali, komentirali rezultate, podržali *online* skupinu podrške te najavili spremnost odazvati se raspravi na bilo koju temu. Ne samo da je riješen problem učenika iz ruralnih sredina, nego i svih ostalih, posebno kada je riječ o učenicima koji imaju problem s nedostatnim socijalnim kontaktima. Video koji su napravili pristupačan je njihovim vršnjacima koji mogu vidjeti da nisu sami i da svi zapravo dijele probleme i da je u redu o tome otvoreno razgovarati. Ne samo što su osnaženi sudionici, nego se radi na osnaživanju ostalih učenika. Prema Dockeryju (2000), puno je veća vjerojatnost da će učenici poslušati svoje vršnjake kada govore o problemima nego odrasle jer odrasli ne govore iz iste pozicije.

Ovo istraživanje rađeno je u okviru edukacije na području rada s mladima, tzv. youth work. Iako je voditeljica istraživanja zaposlenica unutar formalnog obrazovanja, u potpunosti se može složiti sa stavom da je vrijeme da se napusti ideja isključivo formalnog obrazovanja kao jedinog „ispravnog“ i krene s

otvaranjima mogućnosti implementacije elemenata i metoda rada s mladima u naše učionice (Bužinkić i Rajković, 2011). Na taj način stvaramo nove mogućnosti za razumijevanje mladih, pružanjem podrške, ali i razvojem njih samih na društvenom i osobnom planu. Sve to dovodi do već toliko puta iskazane potrebe za promjenom škole u smislu stvaranja okruženja u kojem će se ostvariti partnerski, kreativni i projektni načini učenja (Previšić, 2005). Svakako da uvođenje novih metoda treba promatrati kao dugotrajan proces koji od nas odgojno-obrazovnih djelatnika zahtijeva kontinuiranu edukaciju na području rada s mladima, posebno na planu neformalnog obrazovanja.

Održavanje *online* radionica oblik je rada prepoznat u literaturi (Ran i sur. 2016) kao jedna od vrijednih mogućnosti suočavanja sa stresom. Osim radionica koje su povezane s učenjem i obrazovanjem, od iznimne je važnosti i socijalna podrška vršnjaka i ostalih koja se pritom neprimjetno provlači u pozadini aktivnosti (Brdar i Rijavec, 1998). Socijalna podrška ostvaruje se ne samo rješavanjem određenog problema, pružanjem informacija, nego i pružanjem emocionalne podrške i utjehe koja dovodi do smanjenja napetosti. Tijekom razgovora s drugim osobama uviđamo da je problem dio svakodnevnog života te da od problema ne treba bježati, nego se s njime suočiti. Sve se to uči i vježba, a na nama je da potičemo vježbanje vještina suočavanja sa stresom, razumijevanja vlastitih i tuđih emocija i pružanja podrške (Seligman i sur. 1995).

U radu s mladima neizostavan je proces pozivanja na refleksiju. Svaka refleksija svojevrsno je učenje za sve sudionike u procesu koje nam širi vidike, stvara uvijek nove prilike za razumijevanje i osnaživanje. Time ih se ponovo podsjeća da su njihova iskustva važna, da su vrijedan doprinos istraživanju, ali i doprinos razvijanju osjećaja povezanosti (Reason, 1994). Ne samo što svako takvo istraživanje omogućuje otvaranje rasprave o temama koje su njima važne, nego i otvaranje sudionika drugima na način da im prenesu svoju perspektivu (Christensen i James, 2000). Time mlade ne stavljamo u položaj onih koji samo konzumiraju nova znanja, oni ih stvaraju (Smith, 1980).

Povratne informacije učenika tijekom i nakon istraživanja bile su iznimno pozitivne. Posebno odobravaju ideju da imaju priliku govoriti o nečemu što je njima važno i to na način koji njima odgovara. Za razliku od uobičajenog kvantitativnog istraživanja, u kojem mladi ne biraju temu, niti imaju prilike saznati

rezultate istraživanja, ovdje su bili aktivno uključeni tijekom čitavog procesa. Osim toga, izjavljuju kako su postali svjesni da nisu sami u svojim problemima, da mogu o tom slobodno govoriti i da će biti saslušani i shvaćeni. Smatraju da je to tema koja se olako shvaća, toliko svakodnevna i obična, kao da je nepotrebno o njoj uopće i govoriti. Osjetili su međusobnu podršku i ohrabivanje kolega s kojima se donedavno nisu ni pozdravljali na hodniku. Osjećaj da nisu sami u doživljavanju iskustva stresa u školi donio im je svojevrsno olakšanje i uviđaj da i drugi imaju slične probleme. Izjavljuju da to jača njihov osjećaj razumijevanja i povjerenja prema drugima. Svim učenicima ponuđen je individualni razgovor ukoliko postoje neke teme koje bi voljeli dodatno komentirati s voditeljicom. Dvoje učenika iskoristilo je tu mogućnost. Neki od njih izjavljuju kako su upravo ovakvi projekti za njih „jedan način antistresne terapije“.

ZAKLJUČAK

Svrha je ovog rada prikazati provedeno participativno akcijsko istraživanje na temu Stres u školi. Učenici su samostalno odabrali problem, metodu istraživanja, obradu podataka te aktivnost koja slijedi nakon istraživanja. Učenici su bili aktivno uključeni u sve faze istraživačkog procesa, što je u pozitivnom smislu bitno utjecalo na razinu njihove motivacije tijekom čitavog istraživanja.

Rezultati ukazuju na to da je potrebno učenike uključiti da što više sudjeluju u raspravama, razgovaraju o situacijama koje im smetaju, ne samo zbog toga da bi se bolje osjećali, nego da ih se i potakne na promišljanje promjena u svojem okruženju. Na taj način na njih ćemo gledati kao na resurs, a ne društveni problem (Ilišin i Radin, 2007). Također ćemo ih potaknuti da daju povratnu informaciju donosiocima odluka, u ovom slučaju, školskom osoblju koje je velikim dijelom odgovorno za njihov doživljaj škole. Često možemo čuti kako su mladi nezainteresirani i nisu skloni uključivanju u ponuđene aktivnosti. Možda bismo trebali biti malo kritičniji prema sebi umjesto prema njima pa priznati da je često riječ o pogrešno odabranim aktivnostima. Umjesto ustrajanja u održavanju postojećeg i davanju prednosti našim ideja, možda je bitno poslušati ih i saznati što oni žele. Tada možemo reći da smo stekli vrijedne i konstruktivne sugovornike. To zasigurno traži dodatni angažman i kontinuirano, cjeloživotno učenje, no plodovi su takvog pristupa mnogostruki za sve aktere tog procesa.

S obzirom na sve veći broj učenika kojima je narušeno mentalno zdravlje (Kuzman, Pejnović-Franelić i Pavetić, 2004, Bašić i Novak, 2008) pojavljuje se potreba za razumijevanjem njihova doživljaja školskog života i osmišljavanja novih i njima primjerenih metoda rada u školama. Učenici svojim iskazima i sami pozivaju na promjenu unutar školskog okruženja. U radu smo se dotakli Freireova obrazovanja za oslobođenje koje podrazumijeva osvješćivanje učenika da su oni ti koji posjeduju znanje o temi koja se istražuje. Da bi se to moglo postići, nužno je osigurati dijalog, a ne unaprijed osmišljavati tijek istraživanja. A, da bi se dogodilo otvoreno izražavanje potreba i osjećaja, potrebno je uspostaviti kvalitetan odnos između nastavnika i učenika te ozračje u kojem će učenici i nastavnici biti u ulozi partnera, tj. suradnika koji rade na stvaranju novih spoznaja (Previšić, 2010). Osjećaj da nešto sam možeš poduzeti i promijeniti u suradnji sa svojim kolegama, pozitivno utječe na razvoj samopouzdanja, socijalnih kompetencija, a onda i na razvoj odgovornog građanina. Da bi nastavnik mogao promicati demokratske vrijednosti i razvijao osjećaj za zajednicu, promjenu i kritičko mišljenje, nužno je da ih i on sam, ne samo posjeduje nego i primjenjuje u svakodnevnom praktičnom radu.

Stoga svrha ovog rada nije samo prikazati rezultate provedenog istraživanja, nego i inspirirati djelatnike odgojno-obrazovnih ustanova za upotrebu participativnog akcijskog istraživanja u školama kako bismo kreirali profesionalnu i društvenu promjenu u smislu uvažavanja različitosti i izgradnje mira (Bouillet i Šarić, 2016). Participativno akcijsko istraživanje daje mladima mogućnost stvaranja promjene tamo gdje je oni žele vidjeti. Valja naglasiti da je pritom više riječ o neformalnoj podršci nego o mentoriranju učenika.

Na kraju valja zahvaliti hraproj sedmorki učenica i učenika bez kojih se ništa od svega ovoga ne bi dogodilo. Njihov entuzijizam, iskrenost, umijeće slušanja i kreativnost mogu nam svima biti vrijedna inspiracija. Definitivno se možemo složiti sa stavom (Dockery, 2000) da je spoznaja, tj. konkretno znanje o stresu u školi nešto o čemu učenici puno više znaju i da je na njima da o tome govore, a na nama da ih pokušamo što bolje razumjeti.

LITERATURA:

Ajduković, M. i Kolesarić, V. (2003). Etički kodeks istraživanja s djecom. Zagreb: Vijeće za djecu Vlade Republike Hrvatske, Državni zavod za zaštitu obitelji, materinstva i mladeži.

Bašić, J., Novak, M. (2008). Internalizirani problemi kod djece i adolescenata: obilježja i mogućnosti prevencije. *Ljetopis socijalnog rada*, 15 (3), 473–498.

Brdar, I., Rijavec, M. (1998). Što učiniti kad dijete dobije lošu ocjenu? Zagreb: IEP

Brdar, I. i Rijavec, M. (1997). Suočavanja sa stresom zbog loše ocjene - konstrukcija upitnika. *Društvena istraživanja*, 6 (4-5 (30-31)), 599–617.

Bouillet, D. i Šarić, L. (ur.) (2016) *Uvažavanjem različitosti do kulture mira*. Zagreb, Centar za civilne inicijative

Bužinkić, E. i Rajković, M. (ur.) (2011): Fokus: Mladi, Zagreb, Mreža mladih Hrvatske

Cammarota, J., i Fine, M. (2008). Youth participatory action research: A pedagogy for transformational resistance. U: J. Cammarota & M. Fine (ur.), *Revolutionizing education: Youth participatory action research in motion*. New York, NY: Routledge.

Christensen, P. & James, A. (ur.) (2000). Research with children: Perspectives and practices. (Istraživanje djece, perspektive i prakse) London: Falmer Press.

Coffman, D.L. i Gilligan, T.D. (2002). Social support, stress, and self-efficacy: Effects on students' satisfaction. *Journal of College Student Retention*, 4(1), 53–66.

Dockery, G. (2000). Participatory research. Whose roles, whose responsibilities? In C. Truman, D. Mertens, i B. Humphries (Eds.), *Research and inequality* (pp. 95–110). London: UCL Press.

Freire, P. (2002), *Pedagogija obespravljenih*. Zagreb: Odraz – Održivi razvoj zajednice.

Greenwood, D., & Lewin, M. (2000). Reconstructing the relationships between universities and society through action research. In N. Denzin, & Y. Lincoln (Eds.), *The handbook of qualitative research* (2nd ed., pp. 85–107). London: Sage.

Ilišin, V. i Radin, F. (2007). Mladi u suvremenom hrvatskom društvu. U: Ilišin, V. i Radin, F. (ur.) *Mladi: problem ili resurs*. Zagreb, Institut za društvena istraživanja u Zagrebu, str. 13–39.

Kovačić, M., Ćulum, B. (2015): Teorija i praksa rada s mladima: Prilog razumijevanju rada s mladima u hrvatskom kontekstu, Mreža mladih Hrvatske, Zagreb

- Kuzman, M., Pejnović-Franelić, I. i Pavetić-Šimetin, I. (2004). Ponašanje u vezi sa zdravljem u djece školske dobi. Zagreb: Hrvatski zavod za javno zdravstvo.
- Lansdown, G. (2001). Promoting children's participation in democratic decision-making. Florence, Italy: United Nations Children's Fund, Innocenti Research Centre.
- Nelson, G., Ochocka, J., Griffin, K., & Lord, J. (1998). 'Nothing about me without me': Participatory action research with self-help/mutual aid organisations for psychiatric consumers/survivors. *American Journal of Community Psychology*, 26(6), 881–912.
- Previšić, V. (2005). Kurikulum suvremenog odgoja i škole: metodologija i struktura. *Pedagoški istraživanja*, 2 (2), 165–174.
- Previšić, V. (2010) Socijalno i kulturno biće škole: kurikulumске perspektive, *Pedagoški istraživanja*, 7 (2), str. 165–176.
- Ran, M.S., Mendez, A.J., Leng, L.L., Bansil, B., Reyes, N., Corder, G., Carreon, C., Fausto, M., Maminta, L. i Tang, M. (2016). Predictors of mental health among college students in Guam: Implications for counseling. *Journal of Counseling and Development*, 94, 344–355.
- Reason, P. (1994). (ur.). *Participation in human inquiry*. Thousand Oaks, CA: Sage Publishing.
- Röttger-Rössler, Birgitt & Scheidecker, Gabriel. (2019). Narrating visualized feelings – Photovoice as a tool for researching affects and emotions among school students.
- Seligman, M. E.P. (2005). Provjereni program za prevenciju i trajnu zaštitu djece od depresije: Optimistično dijete. Zagreb: IEP–D2
- Stack, M. i Wang, F. (2018). Students' perceptions of belonging: a photovoice participatory action research, *Canadian journal of action research*, 19(1), 48–66.
- Wang, C., & Burris, M. A. (1997). Photovoice: Concept, methodology, and use for participatory needs assessment. *Health Education & Behavior*, 24(3), 369–387.