



ADOLESCENT IN DRUŽINA

VPLIV PANDEMIJE COVID-19 NA ODNOSE V DRUŽINAH DIJAKOV

I. GIMNAZIJE V CELJU

PODROČJE: PSIHOLOGIJA

Raziskovalna naloga

Avtor: Marcel Majcen Koprivnik, 4. letnik
Mentorica: Martina Šmid, univ. dipl. psih.

Mestna občina Celje, Mladi za Celje
Celje, 2021

VSEBINA

Zahvala	3
Povzetek	1
1 Opredelitev problema.....	2
2 Teoretični uvod	3
2.1 Kaj je družina.....	3
2.2 Tipi družin	3
2.3 Funkcionalne in nefunkcionalne družine.....	3
2.4 Odnosi med člani družine	5
2.4.1 Odnos z družino	5
2.4.2 Odnos s starši	6
2.4.3 Odnos s sovrstniki	6
2.5 Vpliv družine na razvoj mladostnika.....	7
2.6 Notranji dejavniki posamezne družine	9
2.7 Konflikt.....	9
2.8 Potrebe	10
2.9 Stres	11
2.9.1 Definicija in teoretična razlaga stresa pri mladostnikih.....	11
2.9.2 Spoprijemanje s stresom v mladostništvu	11
3 Cilji in hipoteze.....	13
4 Metode	14
4.1 Merski pripomočki	14
4.2 Vzorec.....	14
4.3 Postopek zbiranja podatkov	14
5 Rezultati anketnega vprašalnika	15
6 Interpretacija rezultatov	23
7 Sklepi	26
8 Viri in literatura.....	28
9 Priloge.....	29



ZAHVALA

Zahvaljujem se vsem, ki ste mi pomagali, me navdihnili in spodbujali pri pisanju raziskovalne naloge.

Iskreno se zahvaljujem moji mentorici za pomoč, svetovanje in podporo pri doseganju želenega cilja.

Zahvaljujem se tudi profesorici slovenščine, ki je raziskovalno nalogo jezikovno uredila.

Hvala vsem dijakom, ki ste sodelovali v anketi in omogočili nastanek te naloge.

Zahvaljujem se tudi družini, ki mi je vseskozi stala ob strani.

POVZETEK

V nalogi sem raziskoval, kako sta pandemija COVID-19 in popolna karantena leta 2020 vplivali na spremembe znotraj družinskih odnosov v družinah dijakov I. gimnazije v Celju ter posledično tudi na njihov razvoj.

Zanimala me je količina doživetega stresa pri dijakih, najpogostejši stresorji za dijake I. gimnazije v Celju, ali so okoliščine v karanteni vplivale na doživetje katere izmed oblik nasilja (fizično, psihično, verbalno ali drugo). Stres ima vpliv na odnose v družini in posledično na konflikte, ki lahko vodijo do nasilja. Primerjal sem tudi količino konfliktov med karanteno in pred njo, saj me je zanimala povezava med številom konfliktov in odnosi. Konflikti so neposredno povezani s komunikacijo med člani družine, zato se je ena izmed hipotez nanašala tudi na to.

Rezultati naloge so prikazali, da je bilo stanje v družinah dijakov I. gimnazije v Celju za večino anketirancev približno enako stanju pred karanteno. Velika večina dijakov je še vedno šolo doživljala kot največji stresor in komunikacija s starši je za večino udeležencev bila podobna tisti pred popolnim zaprtjem. Pozitivna ugotovitev je, da večina dijakov ni doživljala fizičnega, psihičnega, verbalnega ali katerega koli drugega nasilja znotraj družine.

Ključne besede: družina, adolescent, stres, komunikacija, konflikti, sovrstniki, odnosi, potrebe, pandemija, COVID-19, karantena.

1 OPREDELITEV PROBLEMA

Pandemija COVID-19 je prinesla mnogo nepričakovanega za vse vrste družin. Nekatere družine so zaradi krize, ki jo je prinesla pandemija, razpadle, druge so se zblížale. Izredne razmere v tem času so močno vplivale na spremembo medosebnih odnosov v družinah.

To temo sem izbral zato, ker me zanima, kako krizne situacije vplivajo na psihološki razvoj mladostnika, kako so povezane z družino in kako družina vpliva na razvoj mladostnika v kriznih situacijah.

V raziskovalni nalogi se bom osredotočil na spremembo medosebnih odnosov v družinah dijakov I. gimnazije v Celju, na negativne in pozitivne vplive na odnose v družinah dijakov ter na vpliv družinskih odnosov na počutje dijakov.

2 TEORETIČNI UVOD

2.1 KAJ JE DRUŽINA

Družina je po definiciji iz Slovarja slovenskega knjižnega jezika skupnost enega ali obeh staršev z otrokom/otroki.

Pomembnost in vpliv družine na otrokov razvoj je bil že velikokrat dokazan in izpostavljen. Družina ni le prvi stik človeka z drugimi ljudmi (primarna socializacija), ampak tudi prostor oziroma okolje, v katerem se otrok razvija kot biološko, socialno in duhovno bitje. V družini otrok dobi prve poglede na svet, prve moralne vrednote in zadovolji vse nižje potrebe po hierarhiji potreb Maslowa (to so fiziološke potrebe, potrebe po varnosti, potrebe po ljubezni in pripadnosti ter potrebe po spoštovanju) in v njej gradi temeljni odnos do drugih ljudi ter do življenja v človeški skupnosti (Pokrajac, 2006).

Pri definiciji družine je pomembno poudariti, da je družina univerzalen družbeni pojav. To pomeni, da se družina oziroma družinska skupnost pojavlja v vsaki družbi, kulturi, civilizaciji ..., zato lahko trdimo, da je družina **temelj vsake družbe**. Univerzalnost družine je teorija, ki jo je zagovarjal George Peter Murdock (Podgrajšek, 2013).

2.2 TIPI DRUŽIN

Skozi obdobja so se v različnih kulturah in različnih družbah razvili različni tipi družin oziroma različne družinske strukture (*V tej raziskovalni nalogi opisujem najbolj razširjene družinske strukture, ki so značilne za zahodne družbe).

Podgrajšek (2013) navaja, da v zahodnih družbah ločimo tri glavne tipe družin: **jedrne** družine, **razširjene** družine in **velike** družine. Jedrna družina je dvogeneracijska skupnost, ki jo sestavlja vsaj eden izmed staršev in vsaj en otrok. Razširjene družine so sestavljene iz jedrnih družin in njenih sorodnikov. Velike družine pa so sestavljene iz več jedrnih družin, ki živijo v skupnem družinskem gospodarstvu (Podgrajšek, 2013).

Pomembno je, da se zaradi spreminjajočih se družbenih razmer zavedamo hitrega spreminjanja družinskih struktur. Spreminjanje družinskih struktur je dokaz za učinkovito oziroma uspešno prilagajanje družin na nove družbene razmere (Pokrajac, 2006).

2.3 FUNKCIONALNE IN NEFUNKCIONALNE DRUŽINE

Vsaka družina za svoje družinske člane in za družbo opravlja različne funkcije oziroma naloge. Temeljne naloge družine so:

1. **moralna** (otroci se po principu modelnega učenja moralnih vrednot učimo od staršev, zato morajo ti skrbeti, da se držijo tega, kar govorijo, in da so vztrajni pri obrazložitvah svojih odločitev otroku);
2. **vzgojna** (starši so dolžni vzgajati otroka v družbeno sprejemljivega, zdravega in samostojnega človeka);
3. **gospodarska** (starši otroka naučijo zrelega ravnanja z družinskimi materialnimi dobrinami in gospodarjenja s svojim talentom ter s talenti drugih članov v družini).

ADOLESCENT IN DRUŽINA

Družina, ki opravlja te naloge, omogoča normalen razvoj otrok in je hkrati koristna družbenemu sistemu, saj so samostojni, zdravi in družbeno sprejemljivi ljudje ključni za dobro delujočo družbo, ne samo družino (Majhen, 2016).

Glede na to, kako družine opravljajo prej omenjene naloge, jih delimo na **funkcionalne družine** in **disfunkcionalne družine**. Funkcionalna družina je tista, ki opravlja vse svoje naloge. Nasprotno je disfunkcionalna družina tista, ki ne opravlja svojih nalog (Žibert, 2016).

Člani funkcionalne družine se zavedajo svojih nalog, torej svojih dolžnosti in družinskih pravil. Slednje je mogoče samo, kadar so odnosi med člani pozitivni in kadar so pravila dobro zastavljena. Naloge, ki jih mora opravljati funkcionalna družina, so:

- članom družine daje možnost zaupanja vase in v soljudi,
- mladostnikom pomaga zgraditi vrednostni odnos do sebe, drugih in sveta,
- nudi okolje, v katerem se mladostnik uči ustvarjanja čustvenih odnosov s soljudmi,
- posameznika nauči vzpostaviti razmejitve med sabo in drugim, saj so meje ključne za razvoj osebne avtonomije, samostojnega razmišljanja in odločanja ter dejavnega samopotrjevanja,
- preko družinske vloge posameznik dopolnjuje svojo stvarno samopodobo,
- mladostnik se nauči prevzemati odgovornost, sprejemati in dajati oporo sočloveku, prilagajati svoje potrebe in težnje potrebam ter težnjam drugih ljudi, voditi in se podrežati,
- posameznik se uči izražanja sebe in komunikacijskih veščin za razvijanje obstoječih odnosov zunaj družine,
- posamezniku omogoča prepoznavati svoja čustva, jih sprejemati in izražati na sprejemljiv način; uči ga empatije in spoštovanja,
- je prostor, kjer otrok doživlja prve stike, prve bojzani, prve izgube in je hkrati deležen podpore pri premagovanju stisk, se nauči ravnati v takšnih situacijah,
- daje zglede za premagovanje stresa,
- je vir informacij o zakonitostih, ki veljajo v okolju, o omejitvah, nevarnostih in kako se zavarovati pred njimi,
- mladostnika spodbuja pri osebnostnem razvoju in ga uči pripadati večji skupnosti.

Disfunkcionalne družine pa iz različnih razlogov svojih nalog ne opravljajo učinkovito ali jih sploh ne opravljajo. Žibert (2016) navaja, da so značilnosti takih družin:

- težave pri izražanju čustev in prepoved pri izražanju določenih čustev, kar vodi v nevrotične obrambe,
- posredna, neiskrena in nejasna komunikacija ter neustrezna vzgoja,
- konflikti med starši,
- nestabilnost in nepredvidljivost odnosov,
- stres,

ADOLESCENT IN DRUŽINA

- osebnostne težave pri enem ali obeh starših (to je alkoholizem, shizofrenija, nevrotične in duševne motnje, afektivne motnje ...),
- pritisk na družino iz socialnega okolja,
- toga in nečloveška družinska pravila ter družinske vloge,
- neizpolnjevanje starševske vloge in neustrezna razporeditev starševskih vlog (na primer otrok prevzame starševsko vlogo),
- povezanost v socialno mrežo, ki je polna strahu, obtožb in obsodb (Žibert, 2016).

2.4 ODNOSI MED ČLANI DRUŽINE

Odnosi so fenomen, ki nas zaznamuje za celo življenje, zato je pomembno, da se med člani družine vzpostavijo pravilni odnosi. Izkušnje iz prvih 20. let našega življenja ključno vplivajo na to, kakšna osebnost bomo postali, trdi Mikolič (2018).

Mladostništvo je eno izmed najbolj razburkanih življenjskih obdobij za vsakogar. V tem obdobju namreč prihaja do več sprememb, ki vplivajo na to, kakšna osebnost bomo postali. Ena od teh sprememb se zgodi tudi v odnosu do družine. Družina mladostniku postaja manj pomembna in v ospredje postavlja odnose s sovrstniki. Mikolič (2018) trdi, da so socialni stiki med mladostniki tisti, ki omogočijo nova spoznanja, vloge, opredelitev življenjskih ciljev, prepričanj, vrednot in nenazadnje tudi oblikovanje lastne identitete.

Mladostnik se mora osamosvojiti od staršev zato, da postane odrasla oseba. To je tudi razlog, zakaj adolescenti v ospredje postavljajo odnos s sovrstniki (Mikolič, 2018).

Mikolič (2018) loči tri glavne medosebne odnose v mladostništvu:

- odnos z družino,
- odnos s starši,
- odnos s sovrstniki.

2.4.1 Odnos z družino

Naloga družine z mladostnikom je, da poskrbi, da bo mladostnik oblikoval in vzpostavljajal odnose s sorodniki z razlogom, da bo tako bolje spoznal svojo družino in bo posledično tako našel svoje unikatno mesto v njej. Za mladostnika je pomembno, da oblikuje in ohranja stike s sorojenci (če jih ima), saj slednji mladostniku nudijo varnost v odraščanju in so lahko njegovi vzornik, pravi Mikolič (2018). Mikolič (2018) iz tega povzame tri ključne naloge staršev v tem obdobju. Te so:

- **razsodnost:** starši morajo mladostniku pomagati, da bo dojel in sprejel posledice lastnih dejanj,
- **prepoznavanje mladostnikovih čustev:** starši morajo mladostniku pomagati pri prepoznavanju njegovih lastnih čustev, ki so zaslužna za določena vedenja, mišljenja in delovanja,

- **sodelovanje**: starši mladostniku s sodelovanjem pomagajo izoblikovati njegove vrednote, meje in cilje, ki ga bodo spremljali vse življenje ter v okviru katerih bo sprejemal življenjske odločitve in se razvijal. Sodelovanje je ključno za pristne odnose, povezanost in pripadnost, kar mladostnik nujno potrebuje.

Družina ima v tem obdobju predvsem **podporno vlogo**. Mladostniku nudi čustveno podporo, finančno podporo itd. Omogočati mu mora pomoč pri osamosvajanju, brez tveganja negativnih odnosov z mladostnikom (Mikolič, 2018).

Ločimo med dvema tipoma odnosov med ljudmi, to je **konjuktivni** ali združevalni odnos in **disjunktivni** ali razdruževalni odnos, navaja Podgrajšek (2013).

2.4.2 Odnos s starši

Mikolič (2018) navaja, da se odnosi med mladostniki in starši razlikujejo od odnosov med mlajšimi otroci in starši. K tej spremembi pripomore tudi krajše preživljanje skupnega prostega časa mladostnikov s starši, posledično se spremeni tudi način komunikacije med mladostniki in starši, katera je vse bolj selektivna; to pomeni, da mladostnik izbira, katere informacije bo posredoval staršem.

Spremeni s tudi starševska avtoriteta. Ko so otroci majhni, je avtoriteta, ki jo imajo starši, enosmerna. V obdobju mladostništva pa ta avtoriteta prehaja iz enosmerne v dvosmerno oziroma v bolj enakopravno. Mladostnik vedno bolj začne uveljavljati lastno mnenje, kar je pomemben del osamosvajanja, zato se spremeni način, kako starši izvajajo avtoriteto. Skrbniki iz teh razlogov začnejo mladostnika vključevati v resnejše pogovore, ki se navezujejo na reševanje konfliktov, podajanje mnenj ... Starši postajajo mladostnikovi sogovorniki in svetovalci.

Čustvena podpora, ki jo starši nudijo svojemu mladostniku, predstavlja temelj za njegov zdrav razvoj. Glavni namen mladostniškega vedenja ni, da se želijo prepirati s starši, da vedno znova v vsaki malenkosti zanetijo prepir, dokazujejo neodvisnost in samostojnost, temveč s tovrstnim vedenjem iščejo podporo staršev, njihove spodbude ter pomoč pri predelovanju njihovih težkih občutij, navaja Mikolič (2018).

Starši imajo v odnosu do mladostnika izredno pomembno vlogo, saj se bo mladostnik trudil izpolniti starševska pričakovanja, ne glede na to, ali so bila pričakovanja pozitivna ali negativna. Mladostnik kljub svojemu uporniškemu vedenju v odnosu do svojih staršev najbolj hrepeni po starševski potrditvi in sprejetosti. Ključ do primerne osamosvojitve mladostnika od staršev je oblikovati in obdržati ravnotežje med željo mladostnika po ločenosti in **ohranjanju emocionalne povezanosti** s starši, zaključuje Mikolič (2018).

2.4.3 Odnos s sovrstniki

Mikolič (2018) navaja, da vrstniki lahko mladostniku pomagajo pri ločitvi od primarne družine, pripomorejo pri izgradnji mladostnikove identitete, sooblikujejo družbeno sprejemljivo vedenje in bistvenega pomena so tudi pri vzpostavljanju (intimnih) odnosov pri posameznikih nasprotnega spola. Vključenost mladostnika v vrstniško skupino mu lahko na eni strani ponuja možnost, da z vrstniki spregovori o temah, o katerih ne govori s starši, denimo o spolnosti in drogah. Vendar posledica vključenosti v vrstniško skupino je doživljanje vrstniškega pritiska. Večina mladostnikov si želi biti sprejeta v vrstniško skupino in zato se nekateri zavoljo

sprejetosti prilagodijo skupini, kar pomeni morda spremeniti tudi lastna prepričanja, zanimanja in stališča, da bi se ta skladala s člani skupine.

V skupini vrstnikov lahko mladostnik realno vidi, kako ga vidijo drugi. Vključenost v vrstniško skupino pomeni, da so tam posamezniki, ki so si med sabo podobni, predvsem zato, ker si vsi želijo priboriti dobro mesto v skupini. Seveda pa to lahko prinaša tudi negativne posledice, saj je tvegano vedenje bistveno večje. Dokazovanje v vrstniški skupini in posledično odobravanje dokazovalnega vedenja v mladostniku sproža ugodje in poveča željo po ugodju ter še večjem tveganju, navaja Mikolič (2018).

2.5 VPLIV DRUŽINE NA RAZVOJ MLADOSTNIKA

Družina ima torej velik vpliv na razvoj mladostnikove identitete, pri njegovem čustvenem razvoju, moralnem razvoju, spolnem razvoju, pri uspešnosti opravljanja svojih razvojnih nalog ... Člani družine za mladostnika delujejo kot **model**, ki ga mladostnik oponaša. Govorimo torej o modelnem učenju.

Ko govorimo o razvoju identitete, govorimo o obdobju, ko si mladostnik začne zastavljati vprašanja, kot so: Kdo sem? Kaj si želim? Kaj me zanima? Kje se vidim v prihodnosti? ... Ta vprašanja mu pomagajo graditi identiteto. Mikolič (2018) navaja, da mladostnik lahko sebe oziroma svojo identiteto gradi skozi tri različne komponente, in sicer:

- mladostnik se loči od drugih posameznikov in oblikuje svojo identiteto ne glede na skupne lastnosti z drugimi posamezniki,
- mladostnik se poimenuje v svoji preteklosti, sedanjosti in prihodnosti,
- mladostnik ločuje med tem, kar o sebi zaznava on sam in kar o njem zaznavajo drugi.

Identiteta se ne oblikuje hipno in je v veliki meri pogojena s tem, kako mladostnik dojema sebe ter kakšne izkušnje ima iz preteklosti, ki se nanašajo na uspehe ter neuspehe na najrazličnejših področjih, še doda Mikolič (2018).

Spoznadni razvoj ima veliko vlogo pri grajenju lastne identitete. To so mladostnikova prepričanja, vrednote in izkušnje, odločitve ter reševanje konfliktov, prav tako tudi družina. Družina je bistvenega pomena, saj da adolescentu varno osnovo, od koder lahko potem raziskuje sam (Mikolič, 2018).

Čustveni razvoj v obdobju mladostništva sovpada z razvojem specifičnih delov možganov, ki v mladostniku sprožijo veliko količino različnih čustvenih stanj, s katerimi se mladostnik le stežka uspešno bojuje. Mladostnik zato ob sebi potrebuje odraslo osebo, ki mu pomaga regulirati preplavljena čutenja, ga usmerja in mu daje vzor, po katerem se lahko mladostnik zgleduje, da tudi sam postane čustveno zrela oseba (Mikolič, 2018).

Poleg omenjenega pa mladostnik opravlja **razvojne naloge** in družina mu pri tem nudi podporo, da ovire lažje preide. Razvojne naloge so naloge, s katerimi se mora mladostnik soočiti v tem obdobju, in če jih uspešno opravi, mu to poda možnosti za nadaljnji razvoj. Poglejmo si na kratko, s katerimi najpomembnejšimi razvojnimi nalogami se morata soočiti mladostnik/mladostnica:

- ustvariti drugačne in zrelejše odnose z vrstniki,
- oblikovati žensko ali moško vlogo,

ADOLESCENT IN DRUŽINA

- sprejemati in učinkovito uporabljati lastno telo,
- doseči in oblikovati čustvene neodvisnosti od staršev,
- oblikovati lastno hierarhijo vrednot in etičnih načel,
- pripravljati se na poklic (šolanje!) in odgovorno vlogo v družbi,
- pripravljati se na zakon in družinsko življenje.

Družina igra ključno vlogo pri premagovanju teh nalog (Vičič, 2002).

Moralen razvoj pomeni razvoj našega moralnega presojanja (kaj je prav in kaj narobe) in razvoj naših moralnih vrednot. Mikolič (2018) navaja, da je stopnje moralnega presojanja oblikoval ameriški psiholog Kohlberg v treh ravneh, med katere sodijo:

- **predkonvencionalna** raven: je začetna raven moralnega presojanja in vključuje:
 - stopnjo 1: poslušnost in strah pred kaznijo (značilna sta egocentrično spoštovanje moči avtoritete ter strah pred kaznijo),
 - stopnjo 2: instrumentalno-relativistična stopnja (značilna sta recipročno izmenjavanje moči in ugodnosti med posamezniki);
- **konvencionalna** raven: je nadgradnja predkonvencionalne ravni in vključuje:
 - stopnjo 3: medsebojna ujemanja (značilna je nagnjenost k družbenemu odobravanju),
 - stopnjo 4: zakon in red (nanaša se na upoštevanje družbene skupine ter socialnih zakonov);
- **pokonvencionalna** raven: je zadnja raven in vključuje:
 - stopnjo 5: vzajemno družbeno soglasje (nanaša se na upoštevanje socialnih zakonov in pravil, ki koristijo vsem posameznikom v družbi),
 - stopnjo 6: univerzalno etično načelo (nanaša se na presojanje moralnosti dejanj glede na etična načela, ki veljajo za človeštvo in ne le za določeno družbo).

Moralni razvoj pri mladostniku je neposredno povezan z njegovim spoznavnim oziroma kognitivnim razvojem. Ko začne mladostnik razmišljati abstraktno, se lahko začne razvijati in oblikovati njegova morala. Postaja vse bolj kritičen, mladostnik začne v tem obdobju prvič tehtati, kaj je v življenju pomembno. To mu omogoči, da razvije spoštljiv odnos do drugih, njihovih mnenj in čutenj, navaja Mikolič (2018).

Zelo pomemben del razvoja je mladostnikov spolni razvoj. Korenito se začnejo spreminjati mladostnikova čustva in telo. Pojav **pubertete** vodi v razvoj spolnih organov, kar sproži pomembne hormonske spremembe in razvoj sekundarnih spolnih znakov. To pomeni, da mladostnika začnejo na drugačen način privlačiti druge osebe. Pomembno je, da si prizna svoja nova občutja, želje, potrebe, telesna stanja in jih tudi sprejme, saj je za mladostnikov razvoj ključno, da ima nadzor nad svojim telesom, ki je podvrženo intenzivnemu spolnemu razvoju. Spolni razvoj od mladostnika terja sprejemanje vloge kot ženska ali moški, nova občutja ter novo fizično podobo, navaja Mikolič (2018).

Razvoj je dolgotrajni proces, ki pa se pomembno razlikuje med dekleti in fanti:

- **moška spolna identiteta:** mati, ki je skrbnica dečku, mu ne more pokazati modela, kako biti moški in kaj pomeni biti moški. Zato je glavna naloga moške identitete ta, da je različna od identitete matere oziroma da se od nje loči. Kljub temu da je mati dečkova najbolj tesna vez, bo moral iskati stik z očetom, čeprav je z njim sprva manj povezan. Odhod od matere za dečka predstavlja izredno stresno situacijo, še posebej, če ob dečku ni očeta, ki bi mu pomagal na poti v neodvisnost. Ker se mora deček dokaj hitro odcepiti od matere, je s tem prikrajšan za svoje potrebe na področju čustvene sprejetosti, tudi kar se tiče njegove moškosti. Za dečka je ključno, da poišče in vzpostavi stik z očetom ter drugimi dečki, saj bo le tako lahko razvijal svoj model moškosti in čustveno identiteto. Deček med izgradnjo svoje moške identitete ostaja povezan z materjo po principu ženska-moški, vendar se na drugi strani ne more čustveno opirati na mamo, saj ni moškega spola in je zato njen čustveni svet bistveno različen od njegovega;
- **ženska spolna identiteta:** deklice se čustveno ne odcepijo od matere, ampak so z njo celo še bolj povezane. Od materinega odnosa do zunanjega sveta in navezovanja stika z drugimi je odvisno, na kakšen način bodo deklice sprejele očeta. Deklice preko matere dobro oblikujejo stik s sabo, medtem ko potrebujejo za stik z zunanjim svetom očeta. Lahko bi tudi rekli, da deklice dobijo prvi stik z realnostjo ob očetu. Oče jih tudi nauči, kaj pomeni biti ženska, ženska ob moškem in kako preživeti v družbi. Stik deklic z očetom nudi tudi možnost, da ne ostanejo doma in ne skrbijo zgolj za druge. Oče je tisti, čigar naloga je, da zavaruje hčer pred moškimi in v moškem svetu. Oče je ključen pri prehodu hčere iz otroštva v mladostništvo, saj jo vodi, da postane ženska. Hčere hrepenijo po tem, da jim oče da potrditev, da so sprejemljive, želene ter ženstvene in privlačne kot ženske. Še pomembnejše za hčer pa je, kako je videti njena mati kot ženska ob njenem očetu. V mladostništvu se odnos med hčerjo in materjo oddalji, vendar le navidezno. Kljub temu da hči veliko pozornosti namenja vrstnicam in zaljubljenosti, bo še vedno iskala materino zavetje, ko bo v stiski.

2.6 NOTRANJI DEJAVNIKI POSAMEZNE DRUŽINE

Družina vse bolj izgublja pomen ekonomske skupnosti in vse bolj postaja socialno-emocionalna skupnost, zato so najpomembnejši notranji dejavniki v družini komunikacija, zaupanje, družinska pravila, spoštovanje in podpora.

V sodobnih družinah postaja vedno pomembnejša tudi medgeneracijska enakopravnost in enakovrednost med spoloma. Generacijski kompromis zagotavlja solidarnost, lojalnost in zaupanje v odnose med starši in otroci. Stare strukture avtoritete so izgubile moč pri današnji drugače socializirani mladini, navaja Pokrajac (2006).

2.7 KONFLIKT

Konflikt je delovanje sočasnih motivov, ki se izključujejo, definira Kompare (2016). Kompare (2016) navaja, da ločimo tri vrste konfliktov glede na to, kako ovrednotimo cilj v konfliktu:

1. konflikt **približevanje/približevanje (+/+)**,
2. konflikt **izogibanje/izogibanje (-/-)**,
3. konflikt **približevanje/izogibanje (+/-)** ali ambivalenten konflikt.

To je splošna definicija konflikta, vendar ko govorimo o družini, običajno pod pojmom konflikt mislimo na zaprto, nejasno komunikacijo in na splošno nezaupanje med družinskimi člani. Za družinski konflikt oziroma za kakršne koli vrste medosebni konflikt so značilni različni interesi, različna mišljenja, nezaupanje, slaba komunikacija in dajanje prednosti ciljem posameznikov, ne dajanje prednosti ciljem skupine (Majhen, 2016).

Konfliktov ne moremo odpraviti iz vsakdanjega življenja, zato je pomembno, da se jih naučimo konstruktivno razreševati. Majhen (2016) navaja naslednje strategije reševanja konfliktov:

- **izogibanje** (obnašamo se, kot da problema sploh ni, ga zanikamo),
- **prilagajanje** (posameznik skuša konflikt pomiriti oziroma izgladiti, ker nam je odnos z osebo, s katero smo v konfliktu, pomemben),
- **sklepanje kompromisov** (odnos in interes sta enako pomembna, zato iščemo skupne točke z osebo, s katero smo v konfliktu; vsak udeleženec nekaj dobi in nekaj izgubi),
- **prevlada – prisila** (cilj te strategije je vsiliti svojo rešitev konflikta in pri tem zmagati; drugo osebo skušamo prepričati, da spremeni svoje mnenje),
- **soočanje in reševanje problemov** (udeleženci konflikta skupaj iščejo rešitev in hkrati gledajo, da so potrebe vseh zadovoljene, saj so v teh situacijah interesi in odnosi zelo pomembni) (Majhen, 2016).

Majhen (2016) navaja, da imajo konflikti lahko negativne in pozitivne posledice. Negativne so: upad komunikacije, slabši odnosi (lahko celo prekinitev odnosov), nasilje, zatiranje, kar lahko vodi do motenj in psihosomatskih obolenj. Seveda pa ima uspešno rešen konflikt tudi mnogo pozitivnih učinkov, kot so: ozaveščenost o težavah v odnosih, spodbujanje sprememb, povečevanje motivacije za spopadanje s težavami, vnašanje dinamike in pogosta pomoč pri iskanju ustrežnejše rešitve (Majhen, 2016).

Konflikti v družini so običajen pojav in je zelo pomembno, kako se družina z njimi sooča. Starši morajo biti seznanjeni z ustreznim reševanjem konfliktov, saj tako otrokom pokažejo, kako se konflikt reši in ga na ta način tudi pripravijo, da bo sam znal konstruktivno reševati konflikte, ko se bo znašel v takšnih situacijah (Majhen, 2016).

2.8 POTREBE

Kompare (2016) definira potrebe kot stanje neravnovesja v telesu, ki ga povzroči pomanjkanje ali presežek snovi v telesu ali informacij v duševnosti. Potrebe nas spodbujajo in usmerjajo naše vedenje. Imajo motivacijsko vlogo. V ozadju vsake potrebe pa je občutek oziroma želja.

Ločimo med **fiziološkimi in psihosocialnimi potrebami**. Fiziološke potrebe so pri vseh ljudeh enake, ker so prirojene. Najpomembnejše fiziološke potrebe razdelimo na:

1. potrebe po ohranitvi človekovega življenja (potreba po kisiku, hrani, stalni telesni temperaturi ...);
2. potrebe po ohranitvi človeške vrste (potreba po spolnosti).

Ameriški psiholog **Abraham Harold Maslow** je potrebe razdelil v hierarhijo. Hierarhija se deli na nižje potrebe, ki so najosnovnejše, in na višje potrebe. Maslow trdi, da moramo najprej zadovoljiti nižje potrebe, če želimo, da se potreba na višji ravni sploh pojavi (Kompare, 2016).

2.9 STRES

2.9.1 Definicija in teoretična razlaga stresa pri mladostnikih

Stres je vzorec fizioloških, vedenjskih, čustvenih in spoznavnih odgovorov organizma na dražljaje, ki zmotijo njegovo notranje ravnovesje, definira Kompore (2016). Stresorji pa so vsi pojavi, ki jih doživljamo kot stres ali grožnjo, in zato telesno ali duševno obremenjujejo našo duševnost.

Kompore (2016) loči med dvema vrstama stresov: distres in eustres. Distres je stres, ki se pojavi, kadar ocenimo, da so naše zmogljivosti manjše od zahtev okolja, nas duševno obremenjuje. Eustres je stres, ki ga doživljamo, kadar ocenimo, da so naše zmogljivosti višje od zahtev okolja. Eustres je stres, ki ga doživljam kot izziv, ki nam omogoča osebnostno rast (Kompore, 2016).

Stres je prisoten vseskozi v našem življenju in se mu ne moremo izogniti, zato se morajo mladostniki naučiti, kako se z njim spoprijemati. Mladostnik se mora ob pomoči staršev naučiti prepoznati stresne situacije, jih razumeti (Dolenc, 2015).

Stres ima pomembno funkcijo v mladostnikovem življenju. Stres predstavlja nekakšno neskladje med dojemanjem zahtev na eni strani in sposobnosti za obvladovanje teh zahtev na drugi, trdi Dolenc (2015). Razmerje med enim in drugim pa vpliva na to, ali bo stres za posameznika škodljiv ali koristen (Dolenc, 2015).

Visoke ravni psihološkega stresa naj bi po ocenah nekaterih avtorjev doživljala skoraj tretjina mladostnikov. Prekomerno in dolgotrajno stresno doživljanje ima lahko negativen vpliv na zdravje mladostnikov; kaže se v pogostejših telesnih simptomih in v povečanem tveganju za razvoj številnih čustvenih in vedenjskih težav (npr. anksioznost, znaki depresije, motnje hranjenja, prekomerno uživanje alkohola in zloraba substanc). Psihični vidiki preobremenjenosti se odražajo na področju kognitivnega delovanja mladostnikov, predvsem v zmanjšani koncentraciji, slabšem presojanju in v težavah s sprejemanjem odločitev, navaja Dolenc (2015). Področja, na katerih mladostniki doživljajo stres, razdeli v tri skupine:

- težave, vezane na dosežke,
- težave, vezane na odnose,
- težave, vezane na družbena vprašanja.

Prehod iz osnovne v srednjo šolo lahko mladostnikom predstavlja stresno izkušnjo zaradi povečanega obsega šolskih obveznosti, prenatrpanega urnika, zahtevnejše učne vsebine, pa tudi zaradi potrebe po vzpostavljanju novih socialnih odnosov in prilagajanja novemu šolskemu okolju. Akademska področja je za mladostnika pomemben dejavnik psihosocialnega stresa, saj je šola prostor, v kateri preživi velik del dneva in je zato izpostavljen različnim potencialnim stresorjem, navaja Dolenc (2015).

2.9.2 Spoprijemanje s stresom v mladostništvu

Mladostniki za soočanje s stresom uporabljajo različne strategije in stile spoprijemanja. Prav obdobje mladostništva s številnimi novimi izkušnjami je ključnega pomena za vzpostavljanje in prevzemanje konstruktivnih načinov spoprijemanja. Značilnosti spoprijemalnega vedenja v

ADOLESCENT IN DRUŽINA

otročtvu in mladostništvu so osnova ter izhodišče za spoprijemanje s stresom v odraslosti, navaja Dolenc (2015).

Dolenc (2015) navaja, da spoprijemanje s stresom je aktivni proces, s katerim posameznik poskuša obvladati, zmanjšati oziroma vzdržati notranje in zunanje zahteve, ki jih ocenjuje kot obremenjujoče ter za katere meni, da presegajo njegove moči.

»Najprej se pojavi primarna ocena, s katero posameznik ovrednoti učinek stresnega dogodka za lastno splošno blagostanje. Dogodek lahko oceni kot izgubo (čustveno, materialno, telesno ...), grožnjo (potencialno izgubo oziroma škodo) ali izziv. Nato sledi sekundarna ocena, s katero posameznik izbere med možnostmi, ki jih ima na razpolago za spoprijemanje s stresno situacijo«, navaja Dolenc (2015).

Kompare (2016) navaja, da se s stresom oziroma z duševnimi obremenitvami lahko spoprijemamo na dva načina:

1. konstruktivno,
2. nekonstruktivno.

2.9.2.1 Konstruktivno

Za ta način spoprijemanja je značilno, da težavo rešimo, da na dolgi rok dobimo tisto, kar potrebujemo, ne da bi pri tem ovirali druge osebe pri zadovoljevanju njihovih potreb. Konstruktivno spoprijemanje je:

- premostitev (oviro premagamo tako, da se trudimo, da razrešimo težavo),
- preusmeritev (pozornost usmerimo na enakovreden cilj),
- odložitev (težavo odložimo in jo rešimo ob primernejšem času, v primernejši situaciji),
- sublimacija (to je, kadar potrebe zadovoljujemo na družbeno sprejemljiv način) (Kompare, 2015).

2.9.2.2 Nekonstruktivno

Za ta način spoprijemanja je značilno, da odziv na probleme prinese le trenutno olajšanje, potrebe pa dolgoročno niso zadovoljene. Nekonstruktivno je:

- agresivno vedenje,
- infantilno ali regresivno vedenje (obnašanje, ki je značilno za fazo razvoja, ki smo jo že prešli),
- beg pred oviro,
- vdaja,
- utišanje neprijetnih čustev s substancami (Kompare, 2015).

3 CILJI IN HIPOTEZE

Cilj seminarske naloge je ugotoviti medosebne odnose v družinah dijakov I. gimnazije v Celju pred pandemijo COVID-19 in med njo ter kako je pandemija vplivala na medosebne odnose.

Cilji:

1. Zanima me, ali dijaki I. gimnazije v Celju menijo, da so imeli pred pandemijo s svojimi skrbniki boljši odnos kot med pandemijo.
2. Zanima me, ali so dijaki I. gimnazije v Celju med epidemijo doživeli kakršno koli obliko nasilja znotraj družine.
3. Zanima me, ali so dijaki I. gimnazije v Celju med pandemijo s starši imeli več konfliktov.
4. Zanima me, ali so dijaki, ki so imeli slabe medosebne odnose in komunikacijo v družini, posledično imeli slabše rezultate v šoli.
5. Zanima me, ali je večina dijakov I. gimnazije v Celju med karanteno doživljala več stresa kot pred njo.
6. Zanima me, kaj je dijakom I. gimnazije v Celju med karanteno najpogosteje povzročalo stres.

Osnovne predpostavke oziroma hipoteze:

1. Večina dijakov I. gimnazije v Celju meni, da so se med pandemijo COVID-19 odnosi z njihovimi skrbniki poslabšali.
2. Večina dijakov I. gimnazije v Celju med pandemijo ni doživela nobenih oblik nasilja (verbalnega, fizičnega, spolnega ...).
3. Večina dijakov I. gimnazije v Celju meni, da so imeli s starši med karanteno pogostejše konflikte.
4. Večina dijakov I. gimnazije v Celju, katerih družine so imele slabo komunikacijo in negativne medsebojne odnose, je posledično imela slabše rezultate v šoli.
5. Večina dijakov meni, da so med pandemijo doživljali več stresa kot pred njo.
6. Za večino dijakov je bil najpogostejši stresor med karanteno finančni položaj družine.

4 METODE

4.1 MERSKI PRIPOMOČKI

Kot merski pripomoček sem uporabil vprašalnik, ki sem ga izdelal novembra 2020. Vprašalnik je anonimen. Sestavljen je iz 12 vprašanj, od tega jih je 9 zaprtega tipa, 3 pa so kombiniranega tipa. S prvimi tremi vprašanji sem izvedel osnovne podatke anketirancev (spol, starost in obiskovan letnik gimnazije med popolnim zaprtjem pred pandemijo).

Vsako hipotezo sem preveril z enim ali z dvema vprašanjema, ki sta se v anketi navezovali na hipotezo.

4.2 VZOREC

Za vzorec sem izbral dijake I. gimnazije v Celju. Pri izpolnjevanju vprašalnikov jih je sodelovalo 371, 94 fantov in 277 deklet, starih od 16 do 19 let. 82 anketirancev je bilo starih 15 let, 98 anketirancev je bilo starih 16 let, 77 anketirancev je bilo starih 17 let, 101 anketiranec je bil star 18 let in 13 anketirancev je bilo starih 19 let.

Tabela 1: Število dijakov v vzorcu glede na starost

Starost	15 let	16 let	17 let	18 let	19 let
Št. dijakov	82	98	77	101	13

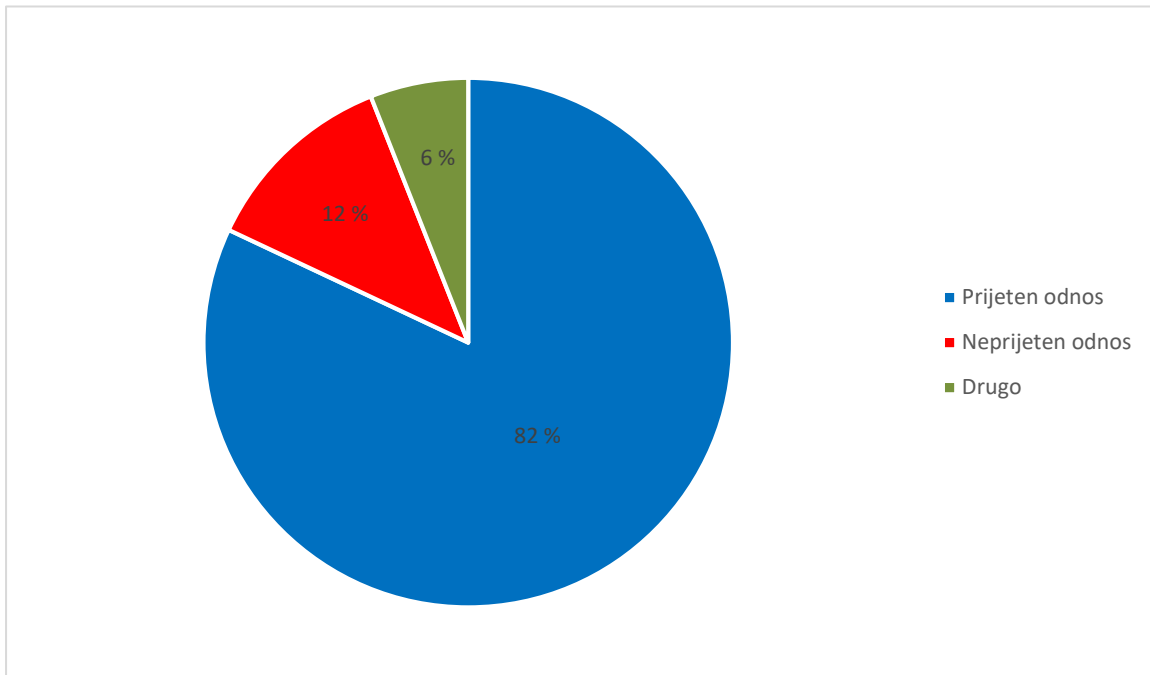
Tabela 2: Število dijakov glede na spol

Spol	Moški	Ženski	Skupaj
Št. dijakov	94	277	371

4.3 POSTOPEK ZBIRANJA PODATKOV

Najprej sem izdelal poskusno anketo in jo na podlagi odgovorov dopolnil ter jo še enkrat razdelil med dijake. Nato sem ankete analiziral in interpretiral pridobljene podatke. Na podlagi interpretacije sem hipoteze ovrgel oziroma potrdil.

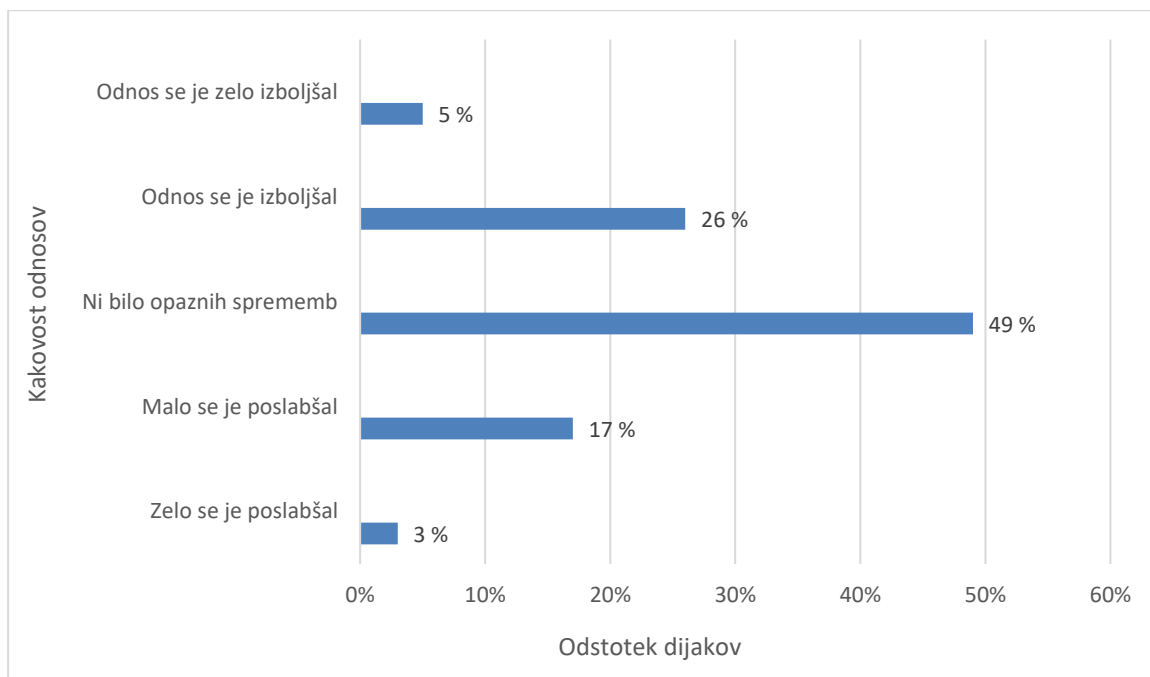
5 REZULTATI ANKETNEGA VPRAŠALNIKA



Slika 1: Mnenje dijakov o odnosu s starši pred pandemijo COVID-19

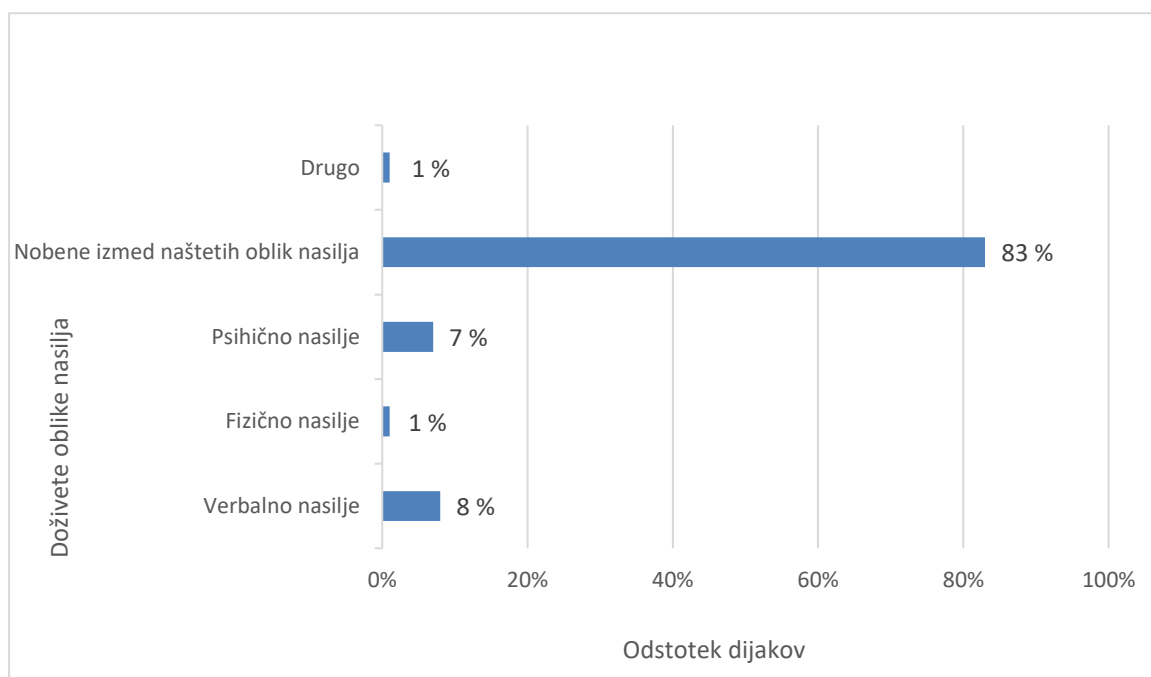
82 % dijakov ocenjuje, da so imeli pred pandemijo COVID-19 prijeten odnos s svojimi starši (to pomeni, da je bila med dijaki in njihovimi starši vzpostavljena dobra komunikacija ter so se dobro razumeli). Neprijeten odnos s starši (to pomeni, da se dijaki s starši niso dobro razumeli, imeli so ponavljajoče se konflikte in slabo komunikacijo) je pred pandemijo COVID-19 imelo 12 % udeležencev. 6 % udeležencev v raziskavi se je odločilo za možnost drugo in so navedli:

- odnos je bil včasih prijeten, včasih neprijeten,
- starši so imeli nevtralen odnos,
- s starši so se dobro razumeli, a se niso pretirano pogovarjali,
- s starši niso imeli veliko časa za pogovor.



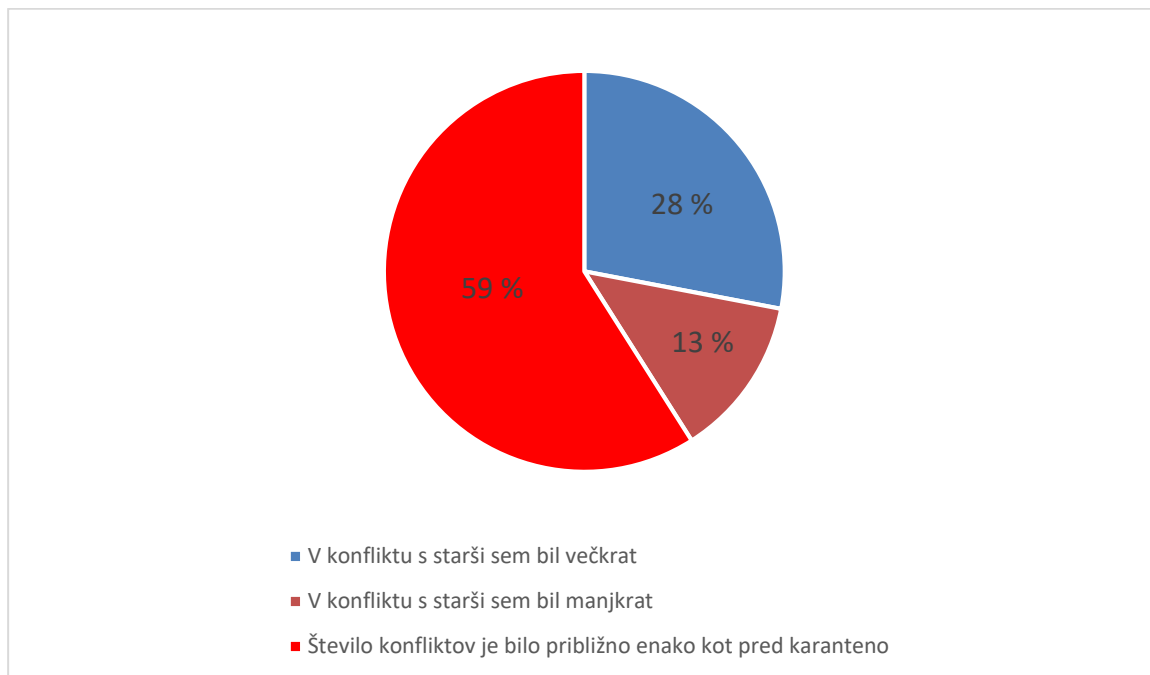
Slika 2: Mnenje dijakov o odnosu s starši med karanteno

49 % dijakov meni, da v odnosu s starši ni bilo opaznih sprememb. Manjšini se je odnos zelo poslabšal (3 %) in zelo izboljšal (5 %). Odnos se je malo poslabšal pri 17 % dijakov in malo izboljšal pri 26 % dijakov.



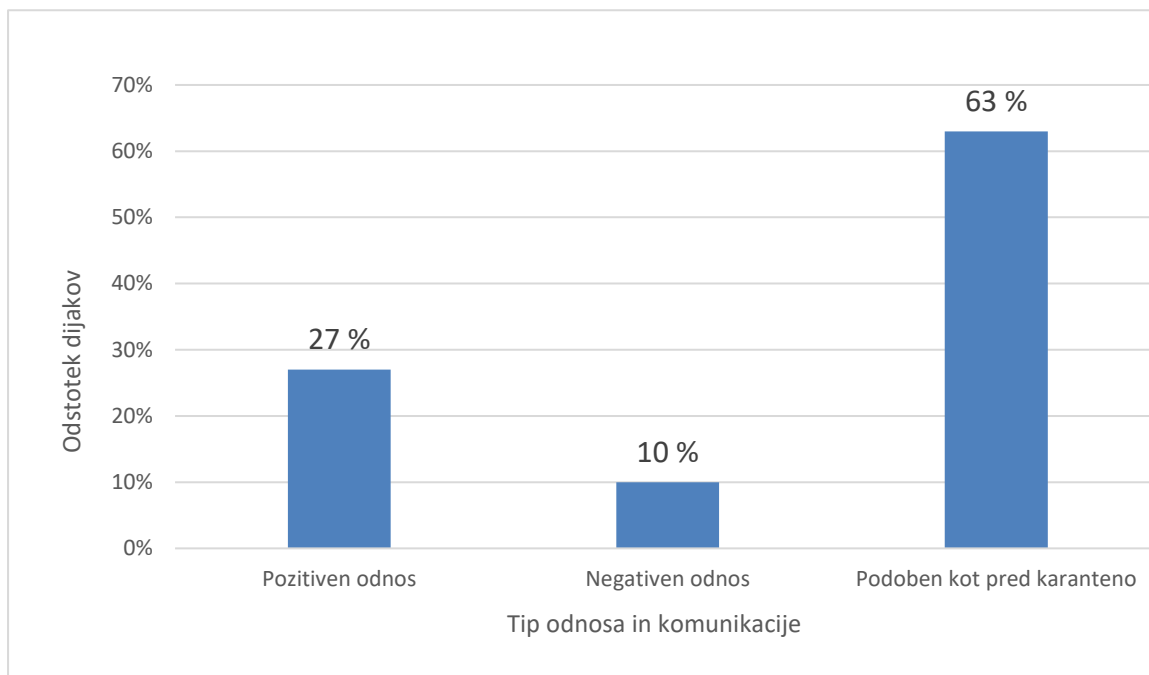
Slika 3: Doživete oblike nasilja med dijaki v karanteni

Več kot dvotretjinska večina dijakov (83 %) ni doživela nobene izmed zgoraj navedenih oblik nasilja. Samo 1 % dijakov je doživela fizično nasilje, 7 % dijakov je doživela psihično nasilje in 8 % dijakov je doživelo verbalno nasilje.



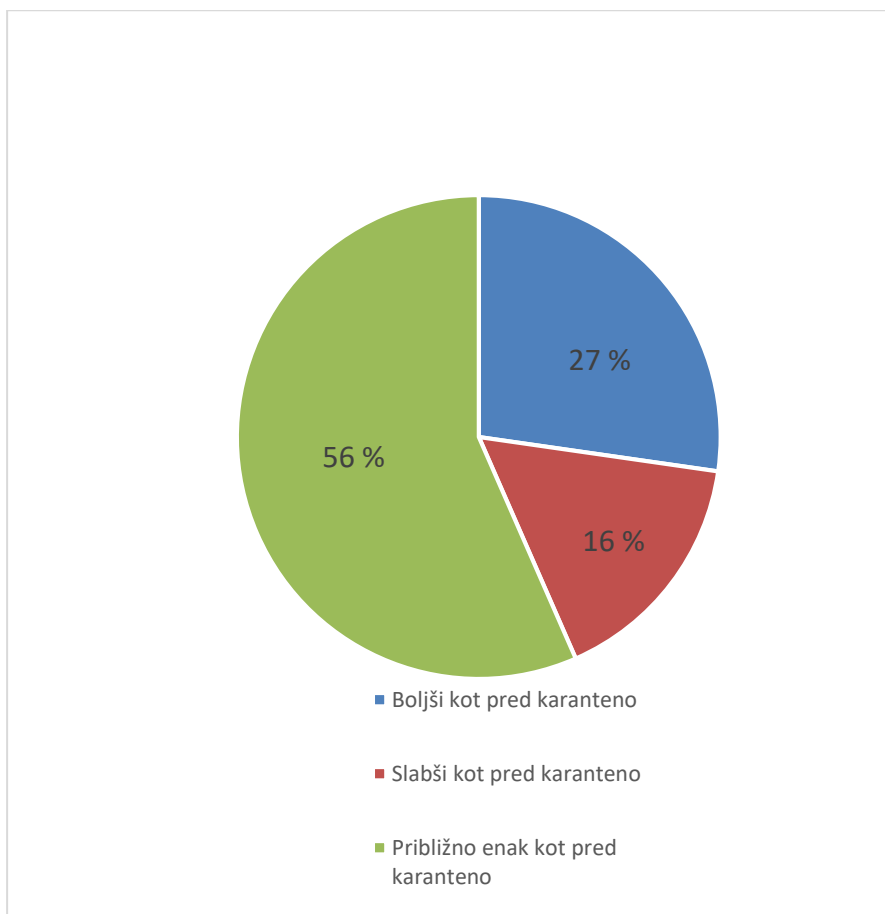
Slika 4: Mnenje dijakov o številu konfliktov s starši med karanteno in pred njo

Ta graf prikazuje, kako so dijaki ocenili frekvenco konfliktov s starši, ki so jih doživeli pred popolnim zaprtjem in po njem. 59 % dijakov je ocenilo, da so imeli med karanteno s starši približno enako število konfliktov. 28 % dijakov je ocenilo, da so imeli s starši med popolnim zaprtjem več konfliktov kot prej. Le 13 % dijakov je ocenilo, da so med karanteno imeli manj konfliktov s starši kot pred tem.



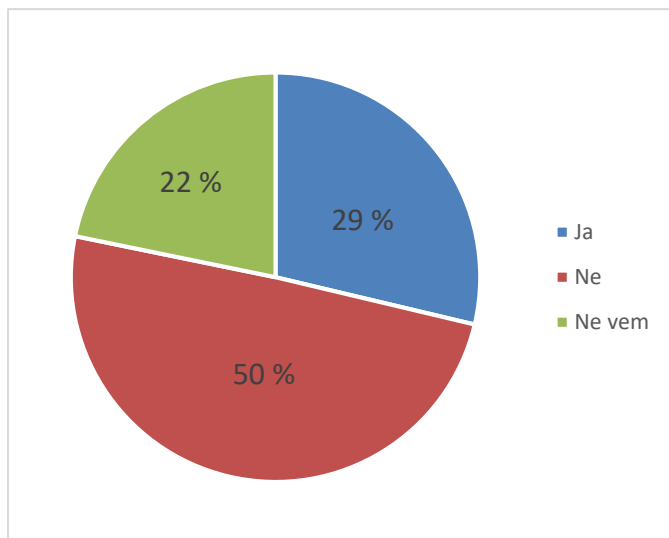
Slika 5: Mnenje dijakov o odnosu in komunikaciji dijakov s starši med karanteno

63 % dijakov ocenjuje, da sta odnos in komunikacija potekala na približno enak način kot pred karanteno. Dobra novica je, da je več dijakov ocenilo odnos in komunikacijo med karanteno kot pozitivno (tj. s starši so se čustveno zbližali, komunikacija je bila konstruktivna in spodbudna) kot pa negativno (tj. s starši so bili večkrat v konfliktu in so se čustveno oddaljili, komunikacija je bila nekonstruktivna in agresivna). 27 % udeleženih dijakov je ocenilo odnos s starši med karanteno kot pozitiven in le 10 % dijakov je odnos s starši med karanteno ocenilo kot negativen.



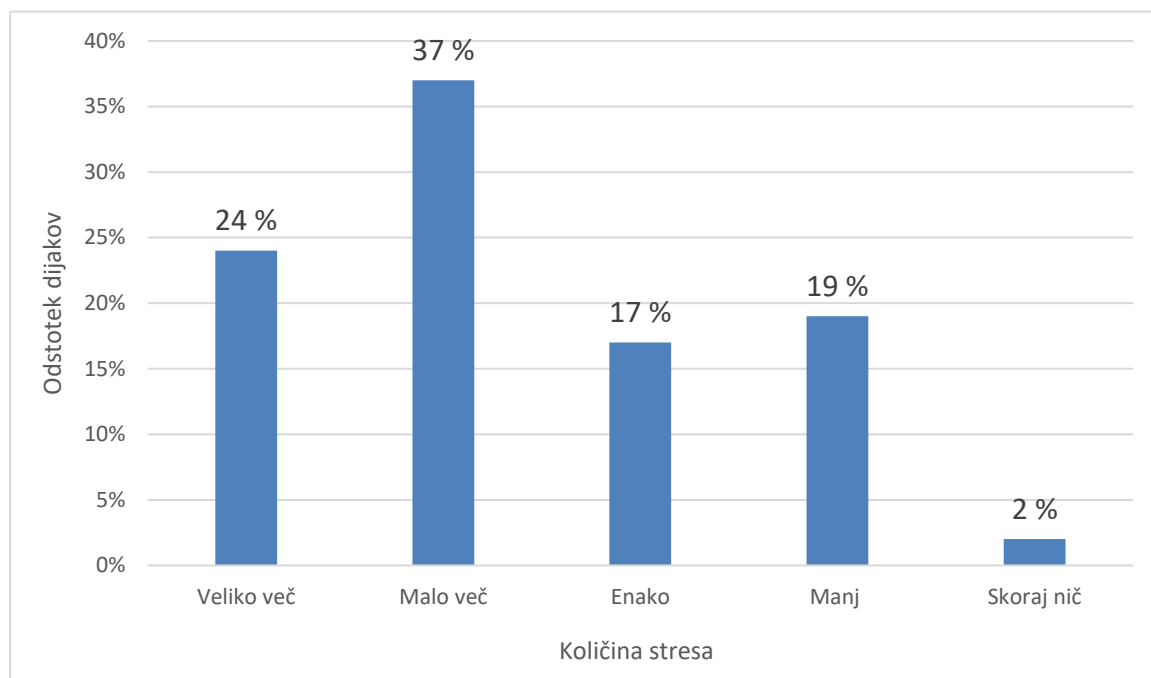
Slika 6: Mnenje dijakov o učnem uspehu med karanteno v primerjavi s časom pred njo

Večina dijakov (natančneje 56 %) meni, da so med karanteno in pred njo imeli približno enak učni uspeh. 27 % dijakov meni, da je imelo med karanteno boljši učni uspeh kot pred njo in 16 % dijakov je ocenilo, da so med karanteno imeli slabši učni uspeh kot pred njo.



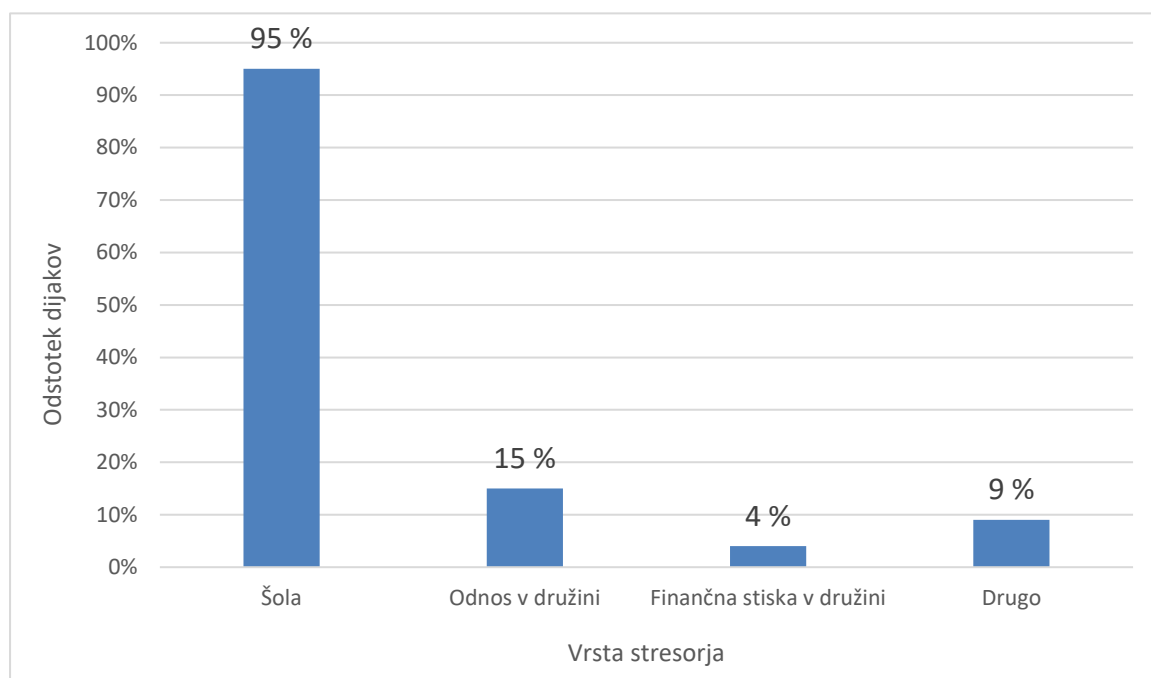
Slika 7: Mnenje dijakov o vplivu odnosa s starši na učni uspeh dijakov

Rezultati grafa prikazujejo, da 50 % dijakov meni, da odnos s starši med karanteno ni imel vpliva na njihovo učno uspešnost. 29 % dijakov meni, da je odnos s starši vplival na njihov učni uspeh med karanteno. Le 22 % dijakov meni, da ne vedo, ali je odnos imel vpliv na njihov učni uspeh ali ne.



Slika 8: Mnenje dijakov o količini doživetega stresa med dijaki v karanteni v primerjavi s količino stresa pred karanteno

37 % dijakov je ocenilo, da je med karanteno doživelo malo več stresa kot pred njo. 24 % dijakov je ocenilo, da je med karanteno doživelo veliko več stresa kot pred njo. 19 % dijakov meni, da je med karanteno doživelo manj stresa. 17 % dijakov meni, da je med karanteno doživelo enako količino stresa. Le 2 % dijakov stresa med karanteno skorajda ni doživelo.



Slika 9: Najpogostejši stresorji med karanteno, ki so jih doživljali dijaki

95 % dijakom je bila najpogostejši stresor šola. Sledijo ji odnosi v družini (15 % dijakov), nato drugi razlogi (9 % dijakov) in nazadnje finančna stiska (4 % dijakov) .

Pod druge razloge so dijaki navajali:

- zdravje/bolezen,
- fant,
- samota,
- časovna stiska,
- stiska zaradi omejenega gibanja,
- omejenost druženja s prijatelji,
- osebne težave,
- smrt bližnjega zaradi COVID-19.

6 INTERPRETACIJA REZULTATOV

Družina je univerzalen pojav v vsaki kulturi, njeni člani so naš prvi stik z drugimi ljudmi (primarna socializacija), zato ima največji vpliv na izoblikovanje temeljev za otrokov nadaljnji razvoj v mladostništvu ter miren prehod v odraslost. Poznamo več različnih tipov družin in od tipa družine je odvisno, kako bo otroka pripravila na prehod v mladostništvo, kako se bo otrok v mladostništvo spoprijemal s stresom, kako bo gradil odnose s sovrstniki itd. Tako za otroka kot za družino je obdobje mladostništva problematično obdobje, saj se otrok začne odcepljati od svoje izvorne družine in graditi svojo identiteto. Od družine pa je odvisno, kako lahek oziroma težek bo ta prehod za adolescenta in ali ga je pripravljena pri tem prehodu podpirati ter usmerjati (povzeto po Podgrajšek, 2013 in Mikolič, 2018).

Prvo hipotezo »Večina dijakov I. gimnazije v Celju meni, da so se v času pandemije COVID-19 odnosi z njihovimi skrbniki poslabšali.« sem **ovrgel**, saj so rezultati 5. vprašanja »Ali se je po vašem mnenju kakovost vašega odnosa s starši med karanteno poslabšala ali izboljšala?« pokazali, da je 49 % dijakov označilo možnost »v odnosu ni bilo opaznih sprememb«. Le 3 % dijakov se je odnos zelo poslabšal in le 5 % dijakov se je odnos zelo izboljšal.

Raziskave kažejo, da so zaradi neprestane negotovosti glede izgube zaposlitve ali nepredvidljivosti zaposlitve med pandemijo COVID-19 starši doživljali višje nivoje stresa, kar je vplivalo na odnos v družini, na duševno zdravje njihovih otrok in seveda tudi na duševno zdravje njih samih (Prime, H. et al., 2020). Rezultati moje raziskave se ne ujemajo popolnoma s širšimi psihološkimi spoznanji, kar nakazuje, da starši dijakov I. gimnazije v Celju niso doživljali takšnih nivojev stresa oziroma niso bili tako hudo prizadeti zaradi krize.

Pri drugi hipotezi me je zanimalo, kakšne vrste nasilja so doživljali dijaki I. gimnazije v Celju med karanteno in rezultati so bili presenetljivi. Hipotezo »Večina dijakov I. gimnazije v Celju med pandemijo ni doživela nobenih oblik nasilja (verbalnega, fizičnega, psihičnega ...).« sem **potrdil**, saj je več kot dvotretjinska večina dijakov (natančneje 83 %) na vprašanje odgovorila, da niso doživeli nobene od navedenih oblik nasilja. Izmed navedenih oblik nasilja je največ dijakov (natančneje 8 %) doživelo verbalno nasilje. Tem so sledili dijaki (natančneje 7 %), ki so doživeli psihično nasilje. Fizično nasilje je doživelo najmanj dijakov (natančneje 1 %). Le 1 % anketirancev je izbralo možnost drugo. Seveda obstaja možnost, da dijaki pri odgovarjanju niso bili iskreni, saj so teme o družinskem nasilju še vedno tabuteme. Mogoče je, da niso poznali definicij teh pojmov ali da so starši nad njimi izvajali različne oblike nasilja, a se tega niti niso zavedali, ker se jim to zdi normalno oziroma so posameznih oblik nasilja že od prej navajeni. Posledično so torej rezultati lahko izkrivljeni.

Rezultati mojega vprašalnika se ne ujemajo z raziskavami, ki so sicer bile izvedene v drugih državah. Drugod so med razsajanjem virusa COVID-19 zabeležili povečano nasilje nad otroci in sploh v družini (L. Kovler, Mark et al., 2020).

Zanimala me je tudi pogostost konfliktov v družinah. S tretjo hipotezo sem želel ugotoviti, ali se je število konfliktov med karanteno povečalo. 59 % udeleženih dijakov je doživljalo približno enako število konfliktov s starši med karanteno kot pred njo. 28 % dijakov je ocenilo, da so s starši med popolnim zaprtjem imeli več konfliktov kot prej in le 13 % dijakov meni, da so med karanteno imeli manj konfliktov kot pred njo. S temi rezultati sem tretjo hipotezo »Večina dijakov I. gimnazije v Celju meni, da so imeli s starši med karanteno pogostejše konflikte.« **ovrgel**, saj večina dijakov ni doživljala povečanega števila konfliktov s skrbniki.

Konflikti imajo lahko negativne in pozitivne posledice. Negativne so: upad komunikacije, slabši odnosi (lahko celo prekinitev odnosov), nasilje, zatiranje, kar lahko vodi do motenj in psihosomatskih obolenj. Seveda pa ima uspešno rešen konflikt tudi mnogo pozitivnih učinkov, kot so: ozaveščenost o težavah v odnosih, spodbujanje sprememb, povečevanje motivacije za spopadanje s težavami, vnašanje dinamike in pogosta pomoč pri iskanju ustrežnejše rešitve, navaja Majhen (2016). Povezava med konflikti in njihovimi posledicami se pojavi tudi pri naslednji hipotezi oziroma se nanjo neposredno navezuje.

Družina ima velik vpliv na dijake v vseh pogledih. Hipoteza 4 »Večina dijakov I. gimnazije v Celju, katerih družine so imele slabo komunikacijo in negativne medsebojne odnose, je posledično imela slabše rezultate v šoli.« preverja vpliv medosebnih družinskih odnosov in vpliv situacije, v kateri se je družina znašla, na učno uspešnost dijakov. Za to hipotezo sem sestavil tri vprašanja, s katerimi jo bom lahko potrdil/ovrgel. Na prvo vprašanje, navezujoče se na 4. hipotezo, »Kakšen odnos in komunikacijo ste imeli s starši med karanteno?«, je 63 % dijakov ocenilo komunikacijo med karanteno kot podobno tisti pred karanteno. 27 % udeleženih dijakov je ocenilo odnos s starši med karanteno kot pozitiven (tj. s starši so se čustveno zblížali, komunikacija je bila konstruktivna in spodbudna) in le 10 % dijakov je odnos s starši med karanteno ocenilo kot negativen (tj. s starši so bili večkrat v konfliktu in so se čustveno oddaljili, komunikacija je bila nekonstruktivna ter agresivna). Na drugo vprašanje »Kakšen je bil vaš učni uspeh med karanteno?« je 56 % dijakov ocenilo, da so med karanteno in pred njo imeli približno enak učni uspeh. 27 % dijakov meni, da je imelo med karanteno boljši učni uspeh, in le 16 % dijakov je ocenilo, da so med karanteno imeli slabši učni uspeh kot pred njo. Rezultati obeh vprašanj nakazujejo na to, da za dijake I. gimnazije v Celju hipoteza ne drži oziroma da pri dijakih I. gimnazije v Celju ni opazne povezave med vplivom situacije na družino in njihovim učenim uspehom. Na tretje vprašanje »Ali je po vašem mnenju odnos s starši vplival na vašo učno uspešnost?« je 29 % vprašancev odgovorilo, da menijo, da je odnos s starši imel vpliv na učno uspešnost. 50 % meni, da odnos s skrbniki ni imel vpliva. 22 % vprašanih ne ve, ali je odnos imel vpliv na učno uspešnost. Več dijakov ocenjuje, da med karanteno v njihovi družini ni bilo vidne povezave med odnosom in učenim uspehom. Hipotezo sem tako **ovrgel**, saj so dijaki na obe vprašanja v največji meri (63 % in 56 %) odgovorili, da se med karanteno odnos s skrbniki ni bistveno spremenil in enako so ocenili za njihove šolske dosežke. Le manjšina je odgovorila, da so imeli slabo komunikacijo (10 %) in slabše dosežke v šoli (16 %).

Iz pridobljenih rezultatov je razvidno, da so odnosi v družini in okoliščine, v katerih se je družina znašla, imeli velik vpliv na učni uspeh, saj so dijaki, ki so imeli slabe odnose, imeli slabši uspeh, in dijaki, ki so imeli dobre odnose, so imeli boljši uspeh. To potrjujejo tudi različni avtorji. Mikolič (2018) navaja, da čustveni razvoj v obdobju mladostništva sovпада z razvojem specifičnih delov možganov, ki v mladostniku sprožijo veliko količino različnih čustvenih stanj, s katerimi se mladostnik le stežka uspešno bojuje. Mladostnik zato ob sebi potrebuje odraslo osebo, ki mu pomaga regulirati preplavljena čutenja, ga usmerja in mu daje vzor, po katerem se lahko mladostnik zgleduje, da tudi sam postane čustveno zrela oseba.

Naslednja hipoteza se nanaša na doživeto količino stresa med karanteno. Zanimalo me je, če so dijaki zaradi aktualne situacije doživljali več stresa. Na vprašanje »Ali ste v karanteni doživljali več stresa kot pred njo?« je 24 % dijakov odgovorilo, da so doživeli veliko več stresa, 37 % malo več stresa, 17 % enako količino stresa, 19 % manj stresa in le 2 % udeleženih je živela skoraj brez stresa. Rezultati kažejo, da so dijaki v večji meri doživljali več stresa med karanteno kot pred njo, zato sem hipotezo »Večina dijakov meni, da so med pandemijo doživljali več stresa kot pred njo.« **potrdil**.

ADOLESCENT IN DRUŽINA

Kompare (2016) loči med dvema vrstama stresov, in sicer distres in eustres. V tem kontekstu je mišljen distres, saj je to slab stres oziroma stres, ki nam predstavlja grožnjo.

Zadnjo hipotezo »Za večino dijakov je bil najpogostejši stresor finančni položaj družine.« sem **ovrgel**, saj je kar 95 % dijakov navedlo kot največji stresor šola in takoj za njo, na drugo mesto, se je uvrstila družina (15 %). 9 % vprašanih ima za največji stresor druge dejavnike (dijaki so izbrali možnost drugo). Finančna situacija v družini je bila najmanjši stresor, namreč to meni le 4 % vprašanih dijakov. 9 % anketirancev je izbralo možnost drugo, kjer so za največji stresor navedli sledeče vzroke: zdravje/bolezen, fant, časovna stiska, samota, stiska zaradi omejenosti gibanja, osebne težave, smrt bližnjega in omejenost druženja s prijatelji.

Rezultati se ujemajo z raziskavami. Dolenc (2015) navaja, da področja, na katerih mladostniki doživljajo stres, razdelimo v tri skupine:

- težave, vezane na dosežke,
- težave, vezane na odnose,
- težave, vezane na družbena vprašanja.

Stres je torej povezan z dosežki. To se je pokazalo tudi pri dijakih, ki so sodelovali pri izpolnjevanju ankete. Težave, povezane z dosežki, se pojavljajo predvsem v šoli, torej akademski dosežki. Lahko pa so tudi dosežki povezani z izbirnimi karierami, kot je na primer športna kariera ali glasbena kariera.

Težave, vezane na odnose, je Dolenc (2015) uvrstila na drugo mesto, kar je še dodatno potrdilo za mojo hipotezo. Le 15 % udeležencev v moji anketi je družino označilo kot stresor, zato se je ta vrsta stresorja, gledano po rezultatih, uvrstila na drugo mesto, takoj za šolo.

Rezultati, pridobljeni z anketo, so uporabni tudi v praksi. Kljub temu da sem ovrgel večino hipotez, je vredno izpostaviti majhen odstotek dijakov, ki so doživljali večje število konfliktov, verbalno, psihično ali fizično nasilje in poslabšanje odnosov s skrbniki v času med popolnim zaprtjem. Ti podatki so zelo uporabni, saj nam pomagajo, da lahko ukrepamo in pomagamo tudi tem dijakom. Šola lahko ukrepa tako, da prostovoljno povabi dijake na individualne pogovore s šolsko psihologinjo. Šola bi lahko tudi ukrepala pri zmanjšanju stresa med dijaki, namreč podatki so pokazali, da je šola še vedno bila največji stresor za dijake. Ta podatek je za šolo precej pomemben, ker lahko s tem šola reagira in uvede ukrepe, ki bi dijakom pomagali pri obvladovanju nivojev stresa. Konkretno bi šola najprej morala izdati anketo, v kateri bi dijake povprašala o njihovih težavah, o količini stresa in razloge zanj. Nato bi, glede na podatke iz ankete, šola uvedla ukrepe, ki bi zmanjšali morebitne negativne posledice stresa med karanteno.

7 SKLEPI

Družina je najpomembnejši dejavnik posameznikovega življenja, saj mu pomaga pri grajenju temeljnih vrednot, spoprijemanju s težavami, navezovanju stikov, grajenju identitete itd. Družina je univerzalen pojav in temelj vsake družbe. Dobro delujoče družine so temelj dobre in produktivne družbe. Pomembna je tudi zato, ker mladostniku nudi podporo v prehodnih življenjskih obdobjih, kot sta na primer prehod iz osnovne v srednjo šolo (prehod v mladostništvo) in prehod v odraslost (povzeto po Podgrajšek, 2013 in Mikolič, 2018).

V nalogi sem raziskoval, kako sta pandemija COVID-19 in popolna karantena leta 2020 vplivali na spremembe znotraj družinskih odnosov v družinah dijakov I. gimnazije v Celju ter posledično na njihov razvoj. Zanimala me je tudi količina doživetega stresa pri dijakih, najpogostejši stresorji za dijake I. gimnazije v Celju in v kolikšni meri so okoliščine v karanteni vplivale na doživetje katere izmed oblik nasilja (fizično, psihično, verbalno ali drugo). Stres ima vpliv na odnose v družini in posledično na konflikte, ki lahko vodijo do nasilja. Primerjal sem tudi količino konfliktov med karanteno in pred njo, saj me je zanimala povezava med številom konfliktov ter odnosi.

Rezultati so me precej presenetili. V neskladju z mojimi pričakovanji o kvaliteti odnosov (pozitivni, negativni) med dijaki I. gimnazije v Celju in njihovimi starši se večini odnosi niso poslabšali, kot trdi prva hipoteza. Iz tega razloga sem prvo hipotezo ovrgel.

Namen druge hipoteze je bil preveriti, kakšne oblike nasilja so dijaki I. gimnazije v Celju doživljali med karanteno. To hipotezo sem, v skladu s pričakovanji, potrdil, saj večina dijakov ni doživela nobene oblike nasilja. To se ne sklada z ugotovitvami nekaterih avtorjev, ki potrjujejo, da je število nasilja znotraj družin med karanteno pandemije COVID-19 naraslo (Kovler et al., 2020). Drži tudi to, da so ti avtorji poročali o naraščajočem nasilju v družinah s finančnimi težavami oziroma finančno stisko, v kateri so bili že pred pandemijo ali pa so v finančne težave zašli posledično zaradi pandemije. Sklepamo lahko, da večina dijakov I. gimnazije v Celju prihaja iz finančno stabilnih družin.

Tretja hipoteza trdi, da je večina udeleženih dijakov imela pogostejše konflikte s skrbniki med karanteno kot pred njo. Hipotezo sem ovrgel, zato ker je večina dijakov ocenila, da je število konfliktov s starši v obeh obdobjih bilo približno enako. Sklepamo lahko, da so starši dijakov I. gimnazije v Celju seznanjeni z ustreznim soočanjem s konflikti, saj bi v nasprotnem primeru več dijakov poročalo o povečanju števila konfliktov. Nesoočanje s problemi vodi v še večje probleme in v primeru večine anketirancev ni bilo tako. Avtorji tudi izpostavljajo pomembnost ozaveščenosti staršev o razreševanju konfliktov, saj starši s tem dajo vzor mladostniku in vplivajo na to, kako bo v prihodnosti samostojno reševal konflikte (Majhen, 2016).

Hipoteza 4 je bila namenjena raziskovanju povezave med družinsko komunikacijo in učnim uspehom dijakov I. gimnazije v Celju. To hipotezo sem ovrgel, saj večina dijakov ocenjuje, da se odnos s starši med obema obdobjema ni bistveno spremenil, šolski uspeh tudi ne in več udeležencev je ocenilo, da komunikacija v družini ni imela vpliva na uspeh v šoli. Le manjšina dijakov meni nasprotno. Z namenom izpostavljam dejstvo, da je več dijakov ocenilo, da komunikacija v družini ni imela vpliva, manj dijakov pa je ocenilo, da ga je imela, saj tisti, ki ocenjujejo, da ni bilo vpliva, ne sestavljajo večine (natančneje 49 % anketirancev meni, da ni imela vpliva, 29 % meni, da ga je imela, in 21 % ne ve, ali ga je imela). Pomembno je poudariti, da je manjšina dijakov, ki so poročali o poslabšanju odnosov s starši, v karanteni (3 % dijakom se je odnos zelo poslabšal, 17 % dijakom pa se je malo poslabšal). Poročali pa so tudi o poslabšanju učnega uspeha (16 % anketirancev). Povezava med uspehom in družinsko komunikacijo je opazna, vendar hipoteze ne morem potrditi, saj o tem poroča le manjšina anketiranih dijakov I. gimnazije v Celju.

Naslednjo hipotezo, ki se navezuje na količino doživetega stresa med karanteno, sem potrdil, saj večina izprašancev ocenjuje, da so med karanteno doživeli več stresa kot pred njo. Omeniti moram, da se v tej hipotezi pod pojmom stres nanašam na distress. To je stres, ki ga posamezniki doživljajo kot duševno obremenjujočega, torej kadar ocenijo, da so zahteve okolja večje od njihovih zmogljivosti. Diametralno nasprotje distressa je eustres, navaja Kompare (2016).

Zadnja hipoteza se navezuje na prejšnjo hipotezo. Šesta hipoteza se nanaša na najpogosteje doživet stresor med karanteno. Hipotezo sem ovrgel, ker najpogostejši stresor za dijake med popolnim zaprtjem ni bila finančna situacija družine, ampak šola. Iz tega se morda lahko sklepa, da dijaki prihajajo iz finančno stabilnih družin, saj bi bila v obratnem primeru na prvem mestu finančna stiska v družini. Ugotovitev se sklada s širšimi psihološkimi raziskavami, saj avtorji (Dolenc 2015) navajajo, da se stres pri mladostnikih deli na tri skupine. Med temi tremi skupinami avtorji ugotavljajo stres v povezavi z dosežki.

Kot vsaka naloga ima tudi ta naloga določene omejitve. Najočitnejša omejitev te naloge je iskrenost anketiranih dijakov, saj ne morem vedeti, ali so dijaki na vprašanje »Ali ste med karanteno doživeli katero vrsto nasilja?« odgovorili iskreno, saj je to vendarle zelo osebna tema. Kljub temu da sem na začetni strani dijakom zagotovil anonimnost pri izpolnjevanju ankete, ni nujno, da so odgovarjali iskreno. Iskrenost odgovorov bi lahko lažje preveril s postavljanjem več podvprašanj. Pomeni, da bi za vsako postavljeno hipotezo imel tri ali več različnih vprašanj na anketi, ki bi iz različnih vidikov preverjali iskrenost anketiranca, saj se rezultati teh odgovorov ne bi skladali med seboj, če anketiranec ne bi bil iskren. Naslednja omejitev je vzorec. Iz vzorca namreč ni mogoče posploševati na med družinske odnose v občini Celje, saj sem anketiral le dijake I. gimnazije v Celju. Pri vzorcu je tudi problematična razdelitev med spoloma in porazdelitev po letnikih, ki so jih dijaki obiskovali med karanteno. Največ udeležencev je bilo ženskega spola in največ udeleženih dijakov je prihajalo iz prvega letnika. Zaradi neenakomerne porazdelitve starosti med anketiranci in spoloma anketirancev je posploševanje na ravni šole manj legitimno. Omejitev raziskave lahko med drugim predstavlja tudi predznanje dijakov o strokovnih pojmi, kot na primer: verbalno nasilje, psihično nasilje, stres ... To pomeni, da v primeru, da dijaki niso natančno vedeli, kaj pomeni na primer psihično nasilje, so na vprašanje, vezano na drugo hipotezo, morda odgovorili napačno. Mogoče je, da so dijaki kaj takšnega doživeli, ampak zaradi nepoznavanja pojma niso odgovorili pravilno.

Za nadaljnje raziskovanje vpliva pandemije COVID-19 in popolnega zaprtja na medosebne družinske odnose ter razvoj adolescentov v tem obdobju bi lahko izvedli raziskavo, katere vzorec bi obsegal vse srednje šole občine Celje ali pa celo na ravni države. V prihodnje raziskave bi moral vključiti tudi razvoj duševnih motenj oziroma vpliv situacije med pandemijo na razvoj duševnih motenj (na primer anoreksija in bulimija) ter kako je socialni primanjkljaj vplival na psihosocialni razvoj adolescentov. Družina ima namreč velik vpliv na razvoj tako duševnih motenj kot na socialni razvoj mladostnikov. Dejavnik, ki ga v nalogi nisem opisal, ker ga tudi ne morem, je povezava med težko socialno krizo pandemije in depresivnostjo mladostnikov. Tega namreč v nalogi nisem mogel meriti, saj bi za to potreboval standardizirane teste, do katerih pa nimam dostopa.

8 VIRI IN LITERATURA

1. De Marinda, D. M. et al. (2020). how is COVID-19 impacting mental health of children and adolescents? (sneto 31. 10. 2020). Sneto z naslova: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2212420920313479#sec1>
2. Dolenc, P. (2015). Stress and coping with stress in adolescence (sneto 1. 11. 2020). Sneto z naslova: <https://journals.um.si/index.php/education/article/view/402/351>
3. Ellis, E. M., Dumas, M. T., Forbes, M. L. (2020). Physically isolated but socially connected: Psychological adjustments and stress among adolescents during the initial COVID.19 crisis (sneto 30. 10. 2020). Sneto z naslova: <https://psycnet.apa.org/fulltext/2020-50562-001.pdf>
4. Kompare, A. et al. (2016). Uvod v psihologijo.
5. Kompare, A. et al. (2016). Psihologija: Spoznanja in dileme.
6. Kladnik, D. (2010). Družina in samovrednotenje mladostnikov (sneto 28. 10. 2020). Sneto z naslova: [DKUM - DRUŽINA IN SAMOVREDNOTENJE MLADOSTNIKOV](#)
7. L. Kovler, Mark et al. (2020). Increased proportion of physical child abuse injuries at a level I pediatric trauma center during the COVI-19 pandemic (sneto 12. 3. 21). Sneto z naslova: [Increased proportion of physical child abuse injuries at a level I pediatric trauma center during the Covid-19 pandemic - ScienceDirect](#)
8. Majhen, M. (2016). Vpliv odnosa s starši na samopoškodovalno vedenje mladostnikov (sneto 1. 1. 2021). Sneto z naslova: [Dokument.php](#)
9. Mikolič, U. (2018). Problematična uporaba interneta, depresija in družinski odnosi pri mladostnikih (sneto 31. 10. 2020). Sneto z naslova: <https://repozitorij.uni-lj.si/Dokument.php?id=111992&lang=slv>
10. Prime, H. et al. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic (sneto 11. 9. 2021). Sneto z naslova: [Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. \(apa.org\)](#)
11. Pokrajac, T. (2006). Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju: Družina in odnosi v njej (sneto 28. 10. 2020). Sneto z naslova: [HBSC POROČILO \(d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net\)](#)
12. Podgrajšek, U. (2013). Kako odnosi v družini vplivajo na otroka (sneto 24. 10. 2020). Sneto z naslova: <https://www.knjiznica-celje.si/raziskovalne/4201303880.pdf>
13. Vičič, A. (2002). Psihološke karakteristike mladostnikov (sneto 1. 1. 2021). Sneto z naslova: [PUBERTETA : ADOLESCENCA \(kosarkarski-trenerji.com\)](#)
14. Žibert, E. (2016). Disfunkcionalna družina – eden od vzrokov za nastanek čustveno vedenjskih motenj (sneto 28. 10. 2020). Sneto z naslova: [Disfunkcionalna družina - eden od vzrokov za nastanek ČVM - Estera Žibert.pdf \(uni-lj.si\)](#)

9 PRILOGE

VPRAŠALNIK O VPLIVU PANDEMIJE COVID-19 NA ODNOSE V DRUŽINAH DIJAKOV I. GIMNAZIJE V CELJU.

1. UVOD

Pozdravljeni, sem Marcel Majcen, dijak 4. e-razreda. Prosim vas za pomoč pri pridobivanju podatkov za raziskovalno nalogo na področju psihologije.

Raziskujem, kakšen vpliv in posledice je imela pandemija COVID-19 na odnose v družinah dijakov naše gimnazije. Ta vprašalnik je anonimen. Da rezultati raziskave ne bodo napačni, vas prosim za iskrenost odgovorov.

2. VPRAŠANJA

1. Spol:

A) moški B) ženska

2. Starost:

A) 15 let B) 16 let C) 17 let D) 18 let E) 19 let

3. Med popolnim zaprtjem/karanteno leta 2020 sem obiskoval:

A) 1. letnik B) 2. letnik C) 3. letnik D) 4. letnik

4. Kakšen je bil vaš odnos s starši pred epidemijo COVID-19?

A) Prijeten – s starši sem se dobro razumel, imeli smo vzpostavljeno dobro komunikacijo.

B) Neprijeten – s starši se nisem razumel, imeli smo veliko nerazrešenih konfliktov in komunikacija je bila slaba.

C) Drugo:

5. Ali se je po vašem mnenju kakovost vašega odnosa s starši med karanteno poslabšala ali izboljšala?

A) Zelo se je poslabšala.

B) Malo se je poslabšala.

C) Ni bilo opaznih sprememb v odnosu.

D) Odnos se je izboljšal.

E) Odnos se je zelo izboljšal.

6. Ali ste med karanteno znotraj družine doživeli katero izmed navedenih oblik nasilja?

A) Fizično nasilje.

B) Verbalno nasilje.

C) Psihično nasilje.

D) Nobene od naštetih oblik nasilja.

E) Drugo:

7. Ali ste bili po vašem mnenju med karanteno večkrat v konfliktu s starši kot pred njo?

A) V konfliktu s starši sem bil večkrat.

B) V konfliktu s starši sem bil manjkrat.

C) Število konfliktov je bilo približno enako kot pred karanteno.

8. Kakšen odnos in komunikacijo ste imeli s starši med karanteno?

A) Pozitiven odnos – s starši sem se čustveno zblížal. Komunikacija je bila konstruktivna in spodbudna.

B) Negativen odnos – s starši sem bil večkrat v konfliktu, od njih sem se čustveno oddaljil. Med nami komunikacije ni bilo oziroma jo je bilo malo in je bila nekonstruktivna ter agresivna.

C) Odnos je bil podoben kot pred karanteno in komunikacija je potekala na podoben način.

9. Kakšen je bil vaš učni uspeh med karanteno?

A) Boljši kot pred karanteno.

B) Slabši kot pred karanteno.

C) Približno enak kot pred karanteno.

10. Ali je po vašem mnenju vaš odnos s starši vplival na vašo učno uspešnost?

A) Da. B) Ne. C) Ne vem.

11. Ali ste med karanteno doživeli več stresa kot pred njo?

A) Veliko več. B) Malo več. C) Enako. D) Manj. E) Skoraj nič.

12. Kaj ti je med karanteno najpogosteje povzročalo stres?

A) Šola.

B) Odnosi v družini.

C) Finančna stiska v družini.

D) Drugo:.....

Najlepša hvala za sodelovanje.