

WELLNESS – Veščine za resnično dobro počutje

Delovni paket št. 2

Izvedbena različica 2.4

MEDNARODNO POROČILO O ANALIZI DOBREGA POČUTJA

KAZALO

SPLOŠNI CILJI MEDNARODNE ANALIZE DOBREGA POČUTJA.....	2
DEFINICIJA CILJNIH SKUPIN	2
RAZISKOVALNA ORODJA	2
ANALIZA PODATKOV - CILJI:	2
POROČILO O VPRAŠALNIKIH	3
1. DEL – strokovnjaki s področja izobraževanja odraslih (izobraževalci)	3
2. DEL – Učenci.....	10
POROČILO O RAZISKAVI CILJNIH SKUPIN	18
1. DEL – strokovnjaki s področja izobraževanja odraslih (izobraževalci)	18
Zaključki raziskave	19
2. DEL – Učenci	20
Zaključki raziskave	21
SPLOŠNI UČINKI.....	22

SPLOŠNI CILJI MEDNARODNE ANALIZE DOBREGA POČUTJA

- Preučiti potrebe strokovnjakov s področja izobraževanja odraslih (učiteljev in vodij usposabljanja za odrasle ter vodstva in administrativnega osebja v organizacijah za izobraževanje odraslih) in predvsem oceniti njihovo osnovno raven dobrega počutja ter težav, ki vplivajo na le-to;
- Preučiti potrebe odraslih učencev, pri čemer je posebna pozornost namenjena oceni njihove osnovne ravni dobrega počutja ter težav, ki vplivajo na le-to;

Vsak partner je podatke za raziskavo zbral v svoji državi. Rezultati so bili zbrani in analizirani na evropski ravni s strani vodje delovnega organa – AHE.

DEFINICIJA CILJNIH SKUPIN

Odrasel strokovnjak s področja izobraževanja (izobraževalec) - oseba, ki izobražuje odrasle v ne-poklicnem izobraževanju. Usposabljanje običajno poteka v centrih za vseživljenjsko izobraževanje, univerzah za tretje življenjsko obdobje, izobraževalnih združenjih, knjižnicah, splošnih centrih za izobraževanje odraslih itd.

Odrasli učenci - učenci, ki sodelujejo v ne-poklicnem izobraževanju; npr. v jezikovnih tečajih, osebnih tečajih, tečajih za starejše (razen npr. univerzitetnega izobraževanja ali podiplomskega študija) in splošnem izobraževanju za odrasle.

RAZISKOVALNA ORODJA

1. vprašalnik za vodje usposabljanj,
2. vprašalnik za odrasle učence,
3. ciljne skupine.

ANALIZA PODATKOV – CILJI:

1. preučiti potrebe strokovnjakov s področja izobraževanja odraslih,
2. preučiti potrebe odraslih učencev,
3. ugotoviti raven dobrega počutja v skupinah učencev in izobraževalcev,
4. primerjati ravni dobrega počutja v skupinah učencev in vodij usposabljanja v različnih državah,
5. ustvariti praktične posledice za ojačanje občutka dobrega počutja na področjih, kjer smo zabeležili pomanjkanja.

POROČILO O VPRAŠALNIKI

1. DEL – strokovnjaki s področja izobraževanja odraslih (izobraževalci)
2. Število in starost anketirancev

Partnerska organizacija	Število anketirancev	Starostno obdobje	Povprečna starost
Poljska	20	31-56	39,17
Ciper	20	26-60	40,6
Italija – FCN	20	21-58	41,65
Italija – Promimpresa	20	31-64	41,35
Slovenija	23	27-56	37,4
Romunija	20	24-62	40,0
Združeno kraljestvo	20	23-59	41,44

Anketiranci iz partnerskih organizacij so bili podobne starosti. Povprečna starost vseh anketirancev je 40,23 let.

Najstarejši anketiranci prihajajo iz Italije in Združenega kraljestva. Najmlajši anketiranci prihajajo iz Slovenije. Povprečne starosti so si podobne – v večini primerov so to osebe srednjih let.

Spol anketirancev

Partnerska organizacija	Ženske (%)	Moški (%)
Poljska	80	20
Ciper	60	40
Italija – FCN	80	20
Italija – Promimpresa	50	50
Slovenija	87	13
Romunija	85	15
Združeno kraljestvo	70	30

26,85 % anketirancev je bilo moških in 73,15 % žensk.

Večina anketirancev je žensk, razen v Italiji (Promimpresa), kjer je v raziskavi sodelovalo enako število žensk in moških.

3. Delovna doba

Partnerska organizacija	Delovna doba – povprečna	Min – Maks
Poljska	13,3	1-31
Ciper	9,9	3-25
Italija – FCN	13,15	1-39
Italija – Promimpresa	13	2-35
Slovenija	11,20	1-30
Romunija	13,57	1-39
Združeno kraljestvo	10	1-20

Najdaljšo delovno dobo imajo anketiranci iz Romunije, vendar pa je le-ta podobna v večini držav in je v povprečju dolga nekaj let.

4. Vrsta izobraževalne ustanove, ki jo anketiraneec zastopa

Partnerska organizacija	Vrsta izobraževalne ustanove (%)			
	Center za izobraževanje odraslih	Univerza	Samostojno podjetje	Ostalo
Poljska	-	50	20	30
Ciper	15	10	55	20
Italija – FCN	30	-	15	55
Italija – Promimpresa	100	-	-	-
Slovenija	100	-	-	-
Romunija	5	55	30	10
Združeno kraljestvo	60	10	-	30

Anketiranci prihajajo iz različnih izobraževalnih ustanov, razen v Italiji (Promimpresa) in Sloveniji, kjer anketiranci prihajajo samo iz centrov za izobraževanje odraslih. Anketiranci iz ostalih držav zastopajo različne vrste delovnih mest.

5. Aktivnosti, ki jih anketiranci izvajajo

Partnerska organizacija	Vrste aktivnosti, ki jih anketiranci izvajajo (%)							
	Uradni jezik države	Tuji jeziki	Družbene študije	Znanost	Zdravstvena vzgoja	Šport	IKT	Ostalo
Poljska	5	15	65	-	5	-	-	10
Ciper	20	34	18	14	4	16	12	32
Italija – FCN	10	15	10	5	25	10	5	50
Italija – Promimpresa	-	15	25	5	-	-	20	35
Slovenija	9	13	35	9	-	-	5	48
Romunija	35	20	50	5	15	-	5	35
Združeno kraljestvo	20	5	25	-	30	15	25	30

Anketiranci delajo na različnih izobraževalnih področjih – družbene študije, IKT (informacijsko-komunikacijska tehnologija), tuji jeziki, zdravje in ostalo. Najbolj pogoste izbire v vsaki državi so označene z modro barvo.

6. Glavne ovire za uživanje pri delu

Partnerska organizacija	Glavne ovire za uživanje pri vašem delu (%)												
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
Poljska	45	15	15	5	25	15	5	45	-	-	10	10	-
Ciper	30	0	15	20	20	5	20	50	5	20	20	30	15
Italija – FCN	35	5	15	-	5	-	15	60	10	15	15	20	15
Italija – Promimpresa	65	25	15	30	10	35	20	20	15	15	15	10	-
Slovenija	48	9	26	17	17	0	13	35	4	13	35	39	13
Romunija	35	-	20	-	5	10	15	45	-	5	15	10	10
Združeno kraljestvo	15	20	25	10	-	15	40	-	-	5	-	10	-

A – Visoka raven stresa

B – Težave pri komuniciranju s študenti

C – Težave pri komuniciranju s sodelavci

D – Pomanjkanje kreativnosti

E – Neodločnost

F – Težave pri samomotivaciji

G – Vznemirjajoča čustva

H – Dejavniki povezani z organizacijo dela

I – Nezadostna usposobljenost

J – Nezadostna zmožnost vodenja

K – Nezmožnost učinkovitega organiziranja mojega dela

L – Vznemirjajoče misli, skrbi

M – Ostalo

Anketiranci običajno navajajo visoko raven stresa in dejavnike, povezane z organizacijo dela kot glavne ovire za uživanje pri delu.

7. Katere nove veščine bi radi osvojili, da bi lahko bolj uživali življenje?

Partnerska organizacija	Katere nove veščine bi radi osvojili, da bi lahko bolj uživali življenje? (%)														
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O
Poljska	5	35	-	20	20	10	15	15	5	5	10	10	-	10	-
Ciper	35	40	10	30	50	20	25	20	30	30	45	15	15	10	10
Italija – FCN	15	25	25	40	30	-	5	15	20	25	25	15	15	30	5
Italija – Promimpresa	20	50	15	10	15	20	15	15	-	10	45	-	-	35	-
Slovenija	47	60	21	34	30	21	17	4	-	13	30	9	4	4	13
Romunija	5	35	15	20	35	5	10	25	15	25	25	25	10	15	-
Združeno kraljestvo	15	20	5	15	20	10	10	25	-	15	30	10	10	20	-

A – Samozavest

B – Učinkovito soočanje s stresom

C – Učinkovita medosebna komunikacija

D – Odločnost

E – Zmožnost uspešnega soočanja z negativnimi čustvi

F – Optimizem

G – Kreativnost

H – Zmožnost reševanja konfliktov

I – Zaupanje

J – Vodenje

K – Zmožnost sprostitve

L – Zmožnost usmerjanja pozornost

M – Zmožnost treznega razmišljanja

N – Postavljanje ciljev

O – Ostalo

Anketiranci so navedli soočanje s stresom, soočanje z negativni čustvi, zmožnost sprostitve in postavljanje ciljev kot glavne sposobnosti, ki bi jih radi razvili.

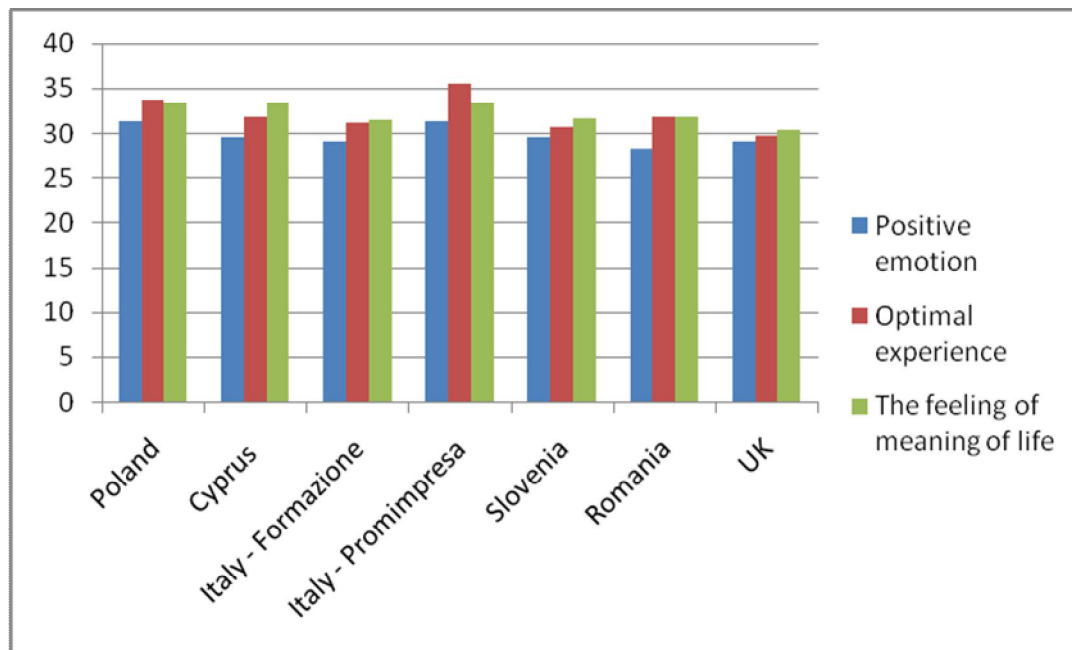
8. Raven dobrega počutja

Partnerska organizacija	Raven dobrega počutja – povprečna			
	Pozitivna čustva	Optimalna izkušnja	Občutek poznavanja bistva življenja	Splošno dobro počutje
Poljska	31,35	33,75	33,40	98,50
Ciper	29,5	31,75	33,45	94,70
Italija – FCN	29,1	31,1	31,45	91,70
Italija – Promimpresa	31,35	35,55	33,40	100,30
Slovenija	29,50	30,74	31,61	91,74
Romunija	28,2	31,75	31,85	91,75
Združeno kraljestvo	29,00	29,73	30,35	85,10

Najvišja raven dobrega počutja je prisotna pri anketirancih iz Italije. Vendar pa so najvišje rezultate znotraj vsake variable dosegali anketiranci iz Cipra in Poljske.

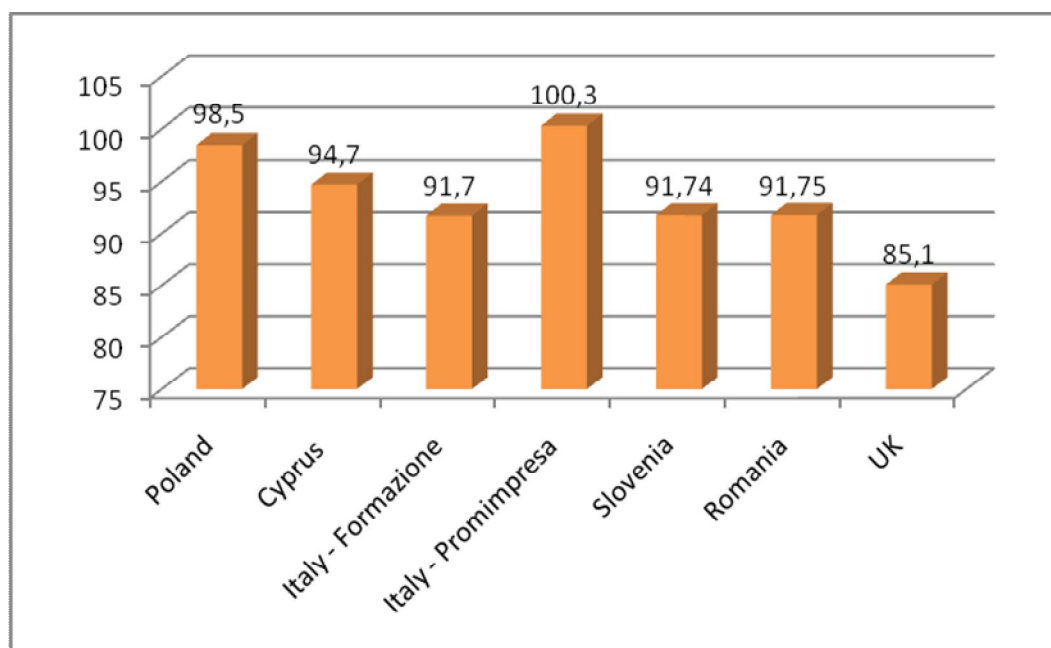
Povprečna raven dobrega počutja vseh skupin je 93,40.

Graf 1: Povprečne ravni dobrega počutja



Anketiranci iz različnih držav kažejo različne ravni posamezne razsežnosti dobrega počutja. "Pozitivna čustva" (modra) so v večini primerov nižja od "občutka poznavanja bistva življenja" (zelena) in "optimalna izkušnja" (rdeča). To nakazuje heterogeno strukturo dobrega počutja.

Graf 2: Splošna raven dobrega počutja



Najvišjo raven splošnega dobrega počutja je mogoče opaziti med anketiranci iz Italije (Promimpresa) in Poljske, najnižjo raven pa med izobraževalci iz Združenega kraljestva.

2. DEL – Učenci

1. Število in starost anketirancev

Partnerska organizacija	Število anketirancev	Starostno obdobje	Povprečna starost
Poljska	50	57-85	65,7
Ciper	50	18-56	30,9
Italija – FCN	50	19-56	36,59
Italija – Promimpresa	50	19-42	24,62
Slovenija	50	21-76	41,3
Romunija	50	22-47	30,46
Združeno kraljestvo	50	19-50	25,26

Anketiranci pripadajo različnim starostnim skupinam. Povprečna starost vseh anketirancev je 36,4 let. Najstarejši anketiranci prihajajo iz Poljske – to so starejši učenci z univerze za tretjo življenjsko obdobje. Povprečna starost te skupine je 65,7 let. Najmlajši anketiranci prihajajo iz Italije (Promimpresa), ki so v povprečju stari 24,62 let in Združenega kraljestva, kjer je povprečna starost 25,26 let.

Povprečna starost v vseh podskupinah je predstavljena v spodnjem grafu.

2. Spol anketirancev

Partnerska organizacija	Ženske (%)	Moški (%)
Poljska	84	16
Ciper	82	18
Italija – FCN	64	33
Italija – Promimpresa	72	28
Slovenija	84	16

Romunija	82	18
Združeno kraljestvo	60	40

V vsaki raziskovalni skupini lahko opazimo, da je število žensk višje od števila moških, kar je še posebej razvidno na Poljskem in v Sloveniji.

V Združenem kraljestvu in Italiji je sodelovalo veliko število moških, in sicer 40 % v ZK ter 33 % v Italiji (FNC).

V celotni skupini anketirancev je bilo 75,86 % žensk in 24,14 % moških.

3. Število let udeležbe v izobraževalnih aktivnostih

Partnerska organizacija	Število let udeležbe povprečje	Min–Maks
Poljska	1-7	3,29
Ciper	1-10	2,82
Italija – FCN	1-3	1,19
Italija – Promimpresa	1	1
Slovenija	1-5	1,14
Romunija	1-16	5,75
Združeno kraljestvo	0-3	1,98

Najdaljše izobraževalno obdobje je opaziti pri anketirancih iz Romunije, medtem ko je le-to najkrajše v Italiji.

4. Vrsta izobraževalne ustanove, ki jo je anketiranec obiskoval

Partnerska organizacija	Vrsta izobraževalne ustanove (%)			
	Center za izobraževanje odraslih	Univerza	Samostojno podjetje	Ostalo
Poljska		100 (UTŽO)		
Ciper	40	36	22	2
Italija – FCN	82	16	2	-
Italija – Promimpresa	100	-	-	-
Slovenija	96	2	-	2
Romunija	8	10	36	38
Združeno kraljevstvo	-	100	-	-

Anketiranci prihajajo iz različnih izobraževalnih ustanov: na Poljskem in ZK je to univerza, v Italiji pa center za izobraževanje odraslih. V ostalih državah lahko opazimo različne skupine anketirancev, ki zastopajo različne vrste ustanov.

5. Aktivnosti pri katerih anketiranci sodelujejo

Partnerska organizacija	Vrste aktivnosti pri katerih anketiranci sodelujejo.							
	Uradni jezik države	Tuji jezik	Družbene študije	Znanost	Zdravstvena vzgoja	Šport	IKT	Ostalo
Poljska	36	26	68	14	36	32	18	62
Ciper	20	34	18	14	4	16	12	32
Italija – FCN	2	4	45	2	45	-	-	8
Italija – Promimpresa	-	2	-	-	-	-	-	98
Slovenija	36	50	14	14	28	2	2	24
Romunija	18	6	40	43	20	-	-	44
Združeno kraljestvo	12	2	10	32	6	2	2	48

Anketiranci sodelujejo pri različnih izobraževalnih aktivnostih - družbene študije, IKT, tuji jeziki, zdravje, šport in ostalo. Najbolj pogoste izbire v vsaki državi so označene z rjavo barvo.

6. Glavne ovire za uživanje v učenju

Partnerska organizacija	Glavne ovire za uživanje v učenju (%)												
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M
Poljska	18	8	2	16	20	16	18	18	30	22	18	8	0
Ciper	44	16	34	14	20	30	30	12	8	34	28	16	10
Italija – FCN	27	2	8	-	18	8	14	14	24	10	8	27	8
Italija – Promimpresa	38	18	26	6	14	14	18	16	10	10	14	8	14
Slovenija	28	10	16	20	24	26	12	8	20	22	14	18	8
Romunija	50	4	24	14	4	40	22	20	20	46	38	28	2
Združeno kraljestvo	54	18	32	20	12	38	20	26	20	28	20	16	10

A – Visoka raven stresa

B – Težave pri komuniciranju z ostalimi študenti

C – Težave pri komuniciranju z izobraževalci

D – Pomanjkanje kreativnosti

E – Neodločnost

F – Težave pri samomotivaciji

G – Vznemirjajoča čustva, kot so jeza, strah, žalost, sram itd.

H – Dejavniki povezani z organizacijo vašega učenja

I – Nezadostne možnosti za pridobivanje novega znanja

J – Nezmožnost učinkovitega organiziranja mojega učenja

K – Vznemirjajoče misli, skrbi

L – Nizka samozavest

M – Ostalo

Najpogosteje izbrana ovira je visoka raven stresa.

7. Katere nove veščine bi radi osvojili, da bi lahko bolj uživali življenje?

Partnerska organizacija	Katere nove veščine bi radi osvojili, da bi lahko bolj uživali življenje? (%)														
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O
Poljska	34	52	20	42	38	36	24	28	36	10	36	34	36	8	2
Ciper	28	44	18	16	44	12	36	24	14	22	36	18	22	24	0
Italija – FCN	18	23	15	5	23	23	20	21	21	4	33	13	17	17	6
Italija – Promimpresa	24	38	10	-	26	22	20	8	14	6	16	12	4	18	8
Slovenija	20	40	18	36	24	22	20	14	20	20	30	22	20	28	8
Romunija	26	36	28	14	36	4	28	28	32	16	28	8	8	28	-
Združeno kraljestvo	28	24	20	16	24	14	30	18	26	34	28	18	20	22	4

A – Samozavest

B – Učinkovito soočanje s stresom

C – Učinkovita medosebna komunikacija

D – Odločnost

E – Zmožnost uspešnega soočanja z negativnimi čustvi

F – Optimizem

G – Kreativnost

H – Zmožnost reševanja konfliktov

I – Zaupanje

J – Vodenje

K – Zmožnost sprostitve

L – Zmožnost usmerjanja pozornosti

M – Zmožnost treznega razmišljanja

N – Postavljanje ciljev

O – Ostalo

Anketiranci so izbrali številne kompetence, ki bi jih radi razvili, vendar je najpogosteje izbrana kompetenca "učinkovito soočanje s stresom". Ostale pogosto omenjene veščine so samozavest, zmožnost uspešnega soočanja z negativnimi čustvi, kreativnost in zmožnost sprostitve.

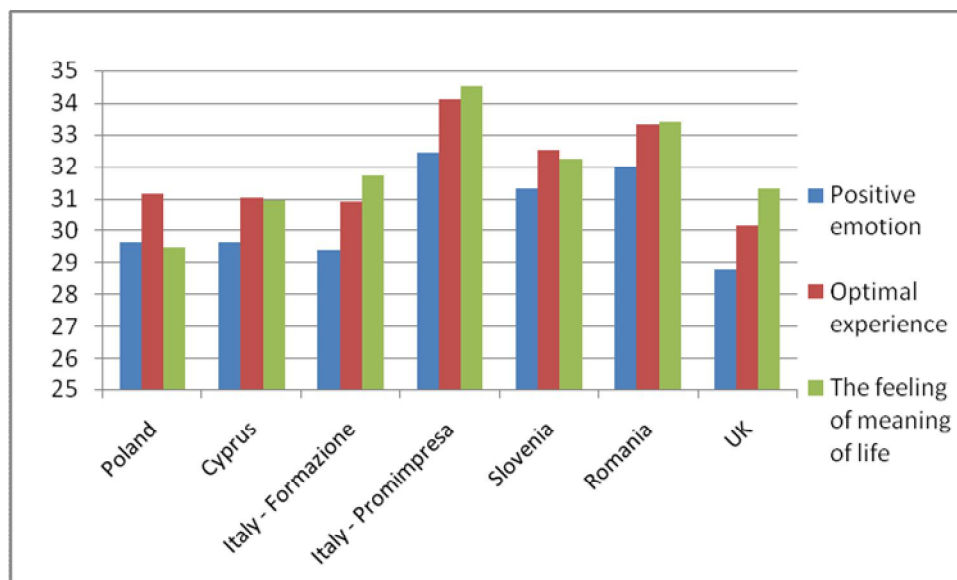
8. Raven dobrega počutja

Partnerska organizacija	Raven dobrega počutja – povprečna			
	Pozitivna čustva	Optimalna izkušnja	Občutek poznavanja bistva življenja	Splošno dobro počutje
Poljska	29,6	31,14	29,44	89,96
Ciper	29,6	31,04	30,96	91,60
Italija – FCN	29,39	30,90	31,72	92,02
Italija – Promimpresa	32,42	34,12	34,50	101,04
Slovenija	31,29	32,52	32,23	96,06
Romunija	31,98	33,32	33,38	98,60
Združeno kraljestvo	28,76	30,14	31,32	90,22

Najvišja raven dobrega počutja je prisotna pri anketirancih iz Italije (Promimpresa) – v splošnih in posebnih razsežnostih.

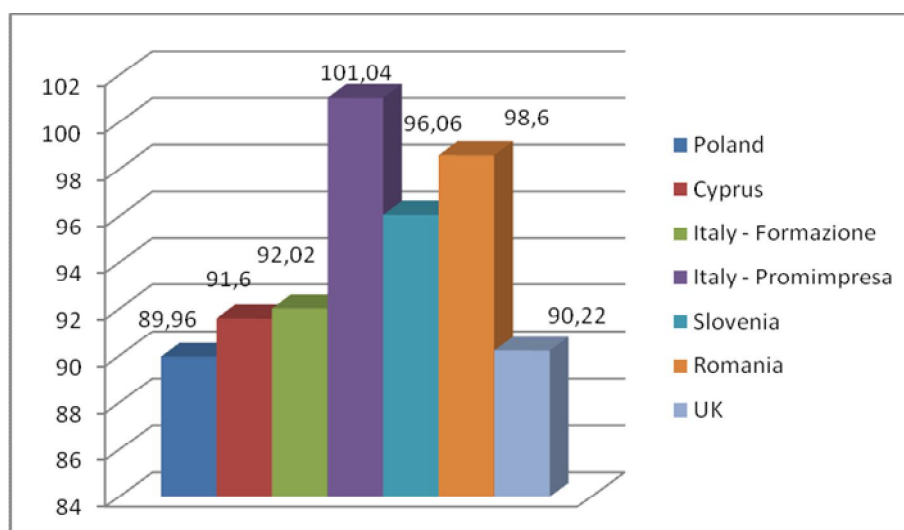
Povprečna raven dobrega počutja je 94,12.

Graf 1: Povprečne ravni dobrega počutja



Anketiranci iz različnih držav kažejo različne ravni posamezne razsežnosti dobrega počutja. "Pozitivna čustva" (modra) so v večini primerov najnižja raven, "občutek poznavanja bistva življenja" (zeleni) pa najvišja. To nakazuje heterogeno strukturo dobrega počutja.

Graf 2: Splošna raven dobrega počutja



Znotraj splošnega dobrega počutja je najvišjo raven mogoče opaziti med anketiranci iz Italije (Promimpresa) in Poljske, najnižjo raven pa med učenci iz Združenega kraljestva.

POROČILO O RAZISKAVI CILJNIH SKUPIN

1. DEL – strokovnjaki s področja izobraževanja odraslih (izobraževalci)

Cilji intervjujev ciljne skupine

Splošen cilj intervjujev ciljne skupine, ki smo jih opravili med izobraževalci, je bolje razumeti potrebe strokovnjakov za izobraževanje odraslih v povezavi z oceno njihove osnovne ravni dobrega počutja in težav, ki lahko vplivajo na to raven.

Zbrali smo osnovne osebne podatke in nato postavili vrsto vprašanj. Nekateri primeri vprašanj so:

- Opišite vašo življenjsko situacijo.
- Opišite vašo poklicno situacijo.
- Izpostavite veščine, ki vam najbolj pomagajo pri vašem delu kot učitelj.
- Katere veščine so uporabne pri delu kot učitelj in višajo učinkovitost ter zadovoljstvo pri delu? Katere izmed teh veščin pripomorejo k vzpostavitvi pozitivnega odnosa s skupino in pozitivnega vzdušja, ki ima konstruktiven vpliv na učenje in poučevanje?
- Opišite prednosti in slabosti vašega dela.
- V kolikor bi imeli možnost, katere nove veščine bi se želeli osvojiti oz. razviti?
- Kako pogosto samoanalizirate (naredite refleksijo) vaše delo in dejanja (uspeh, neuspeh, kakovost stikov z ostalimi)?
- Kaj je izvor največjega zadovoljstva v vašem poklicnem življenju?
- Kaj je izvor največjega zadovoljstva v vašem osebnem življenju?
- Opišite vaš vsakdan in povprečno čustveno stanje (kako se običajno počutite oz. kakšne volje ste)?
- Opišite vaš odnos z drugimi ljudmi (če ste zadovoljni s količino in kakovostjo tega).
- Kaj je za vas vir bistva življenja?
- Opišite uspeh, ki ste ga doživeli v zadnjih šestih mesecih.

- Kaj bi želeli spremeniti v vašem poklicnem življenju in zakaj?
- Kateri dejavniki lahko vplivajo na raven vaše sreče?

Število anketirancev iz vsake partnerske organizacije: 5 vodij usposabljanja.

Zaključki raziskave

1. Anketiranci iz vsake izmed partnerskih organizacij se ukvarjajo z izobraževanjem, so moški ali ženske in se razlikujejo po starosti, delovni dobi ter osebnim ozadjem.
2. V njihovih izjavah lahko opazimo visoko stopnjo zavedanje njihove vloge kot izobraževalcev.
3. Večina anketirancev je opazila, da lahko zadovoljstvo s službo povečajo osebni psihološki viri, v manjši meri pa zunanji in organizacijski dejavniki.
4. Glavne ovire pri delu izobraževalcev so tako notranji dejavniki (stres, utrujenost, dvomi, nezadostne kompetence) in zunanji dejavniki, ki so povezani z organizacijo dela ter samimi učenci.
5. Prednosti dela izobraževalca so prilagodljivost, priložnosti za razvoj in zmožnost pozitivnega vpliva na ostale. Slabosti pa so povezane z nizko stabilnostjo, veliko truda, ki je potreben za pripravo strokovnih zadolžitev, in dejavniki, povezani s samo osebo (npr. nizka motivacija).
6. Lastnosti, ki jih najbolj želijo razviti, zajemajo psihosocialne kompetence in razvoj kompetenc v povezavi z vsebino predmeta.
7. Vodje usposabljanja veliko razmišljajo o svojem delu in ga analizirajo.
8. Vir poklicnega zadovoljstva je opisan kot pozitiven vpliv na učence in osebni razvoj.
9. Njihove družine, prijatelji in hobiji so poglaviti viri osebnega zadovoljstva.
10. Anketirance lahko opišemo kot osebe s pozitivnim odnosom in sezonskimi nihanji, ki so povezana z zunanjimi dejavniki. Na njihovo raven sreče vplivajo medosebni odnosi, zdravje in vsakodnevne izkušnje.
11. Anketiranci vidijo potrebo po osebnostnem razvoju in razvoju psihosocialnih kompetenc, da bi tako izboljšali kakovost njihovega dela in način, na katerega vplivajo na svoje učence.

2. DEL – Učenci

Cilji intervjujev ciljne skupine

Splošen cilj intervjujev ciljne skupine je bolje razumeti potrebe odraslih učencev v povezavi z oceno njihove osnovne ravni dobrega počutja in težav, ki lahko vplivajo na to raven.

Zbrali smo osnovne osebne podatke in nato postavili vrsto vprašanj. Nekateri primeri vprašanj so:

- Opišite vašo življenjsko situacijo.
- Opišite vašo poklicno situacijo.
- Katere kompetence oz. veščine vaših učiteljev vplivajo na vašo motivacijo za učenje in izboljšanje učinkovitosti?
- Opišite prednosti in slabosti, ki spodbujajo ali zavirajo pridobivanje znanja in razvijanje novih veščin.
- V kolikor bi imeli možnost, katere nove veščine bi se želeli naučiti oz. razviti (veščine, ki bi vam nudile zadovoljstvo in pomagale uspeti)?
- Kako pogosto analizirate (naredite refleksijo) vaša dejanja (uspeh, neuspeh, kakovost stikov z ostalimi)? Ali kdaj vlečete konstruktivne zaključke oz. nauke iz negativnih situacij, s katerimi ste se soočili?
- Kaj je vir največjega zadovoljstva v vašem poklicnem življenju?
- Kaj je vir največjega zadovoljstva v vašem osebnem življenju?
- Opišite vaš vsakdan in povprečno čustveno stanje (kako se običajno počutite oz. kakšne volje ste)?
- Opišite vaš odnos z drugimi ljudmi (če ste zadovoljni z količino in kakovostjo le-tega).
- Kaj je za vas vir bistva življenja?
- Opišite uspeh, kis te ga doživeli v zadnjih šestih mesecih.
- Kaj bi želeli spremeniti v vašem poklicnem življenju in zakaj?
- Kateri dejavniki lahko vplivajo na raven vaše sreče?

Število anketirancev iz vsake partnerske organizacije: 5 učencev.

Zaključki raziskave

1. Različne ciljne skupine, ki jih sestavljajo zaposlene in nezaposlene osebe ter upokojeanci, ki obiskujejo različne izobraževalne ustanove.
2. Starost anketirancev je med 24 in preko 60 in imajo različne osebne situacije (samske osebe, osebe z družinami in otroci).
3. Lastnosti učiteljev, ki so jih anketiranci označili kot lastnosti, ki spodbujajo motivacijo učencev, so večinoma osebne lastnosti – npr. komunikacijske veščine, empatija, dobro poznavanje vsebine predmeta in način poučevanja, ki temelji na primerih in študijah primerov.
4. Osebnostni dejavniki, ki spodbujajo učenje, zajemajo rednost, udeležbo in samomotivacijo. Ovire, ki preprečujejo učenje so težave pri pomnjenju dejstev, nedoslednost, kratkotrajni uspeh in pomanjkanje motivacije.
5. Lastnosti, ki bi jih radi razvili, so povezane s psihosocialnimi veščinami, telesno pripravljenostjo, zdravjem, sposobnostim (znanjem) in strokovno usposobljenostjo.
6. Anketiranci pogosto samoanalizirajo svojo življenjsko situacijo.
7. Nekateri izmed razlogov za zadovoljstvo na delovnem mestu so poklicni (strokovni) dosežki, doseganje višje ravni strokovnega razvoja in odnosi z ostalimi osebami ter pomaganje le-tem. Opazne so razlike pri dojetju zadovoljstva med zaposlenimi in nezaposlenimi osebami, ki še zmeraj iščejo delo, saj trenutna nezaposlenost negativno vpliva na kakovost življenja. Po drugi strani pa upokojeanci opažajo uspehe, ki so jih dosegli v preteklosti, vendar pa se v sedanjosti večinoma osredotočajo na osebno življenje ter zlasti na zdravje.
8. Družina in osebni odnosi so poglobitvi viri osebnega zadovoljstva.
9. Vsakodnevno čustveno stanje je v večini primerov bilo opisano kot pozitivno in včasih spremenljivo (med nezaposlenimi ljudmi, ki imajo slabše razpoloženje).
10. Medosebni odnosi so bili označeni kot zelo pomemben dejavnik v življenju in so običajno ocenjeni kot zadovoljujoči.
11. Samorazvoj, cenjenje življenja in preživljanje časa s sorodniki so bili označeni kot vir smisla življenja.
12. Zadnji uspehi so povezani s pridobivanjem novih veščin, poklicnimi (strokovnimi) dosežki, družino in zdravjem.
13. Po besedah anketirancev na raven sreče vplivajo zdravje, samorazvoj in odnosi z ljudmi.
14. Kar se tiče strokovnega razvoja, so anketiranci izrazili željo po novi zaposlitvi, izboljšavi svojega položaja na trgu dela in izboljšavi svojih strokovnih sposobnosti in psihosocialnih kompetenc.

SPLOŠNI UČINKI

Najpomembnejše ugotovitve raziskave, ki je bila opravljena med izobraževalci, so zbrane v spodnjih razpredelnicah:

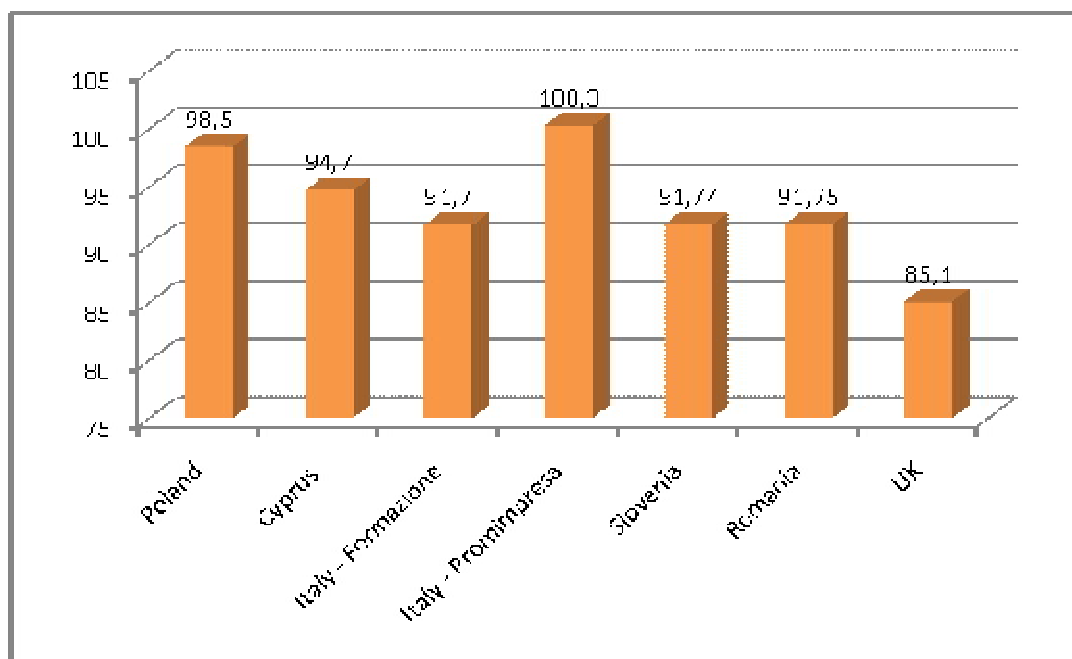
Razpredelnica 1: Ovire, ki izobraževalcem preprečujejo uživanje pri delu

DRŽAVA	OVIRE
Poljska	Visoka raven stresa. Dejavniki, povezani z organizacijo dela.
Ciper	Dejavniki, povezani z organizacijo dela.
Italija (FCN)	Dejavniki, povezani z organizacijo dela.
Italija (P)	Visoka raven stresa.
Slovenija	Visoka raven stresa.
Romunija	Visoka raven stresa. Dejavniki, povezani z organizacijo dela.
Združeno Kraljestvo	Vznemirjajoča čustva.

Razpredelnica 2: Potrebe izobraževalcev v povezavi z dobrim počutjem (potrebne so nove veščine)

DRŽAVA	NOVE VEŠČINE
Poljska	Učinkovito soočanje s stresom.
Ciper	Zmožnost uspešnega soočanja z negativnimi čustvi. Zmožnost sprostitev. Učinkovito soočanje s stresom.
Italija (FCN)	Odločnost. Zmožnost uspešnega soočanja z negativnimi čustvi. Postavljanje ciljev.
Italija (P)	Učinkovito soočanje s stresom. Zmožnost sprostitev. Postavljanje ciljev.
Slovenija	Samozavest. Učinkovito soočanje s stresom.
Romunija	Učinkovito soočanje s stresom. Zmožnost uspešnega soočanja z negativnimi čustvi.
Združeno Kraljestvo	Zmožnost sprostitev.

Graf 1: Raven dobrega počutja pri izobraževalcih



Rezultati raziskave nakazujejo, da bi se projekt WELLNESS moral osredotočiti na razvoj tečajev/seminarjev/delavnic, ki bodo pri izobraževalcih izboljšale naslednje veščine:

- soočanje s stresom,
- zmožnost soočanja z negativnimi čustvi,
- zmožnost sprostitve,
- odločnost,
- postavljanje ciljev,
- samozavest.

Po drugi strani, pa so najpomembnejše ugotovitve raziskave, ki je bila opravljena med učenci, zbrane v naslednjih razpredelnicah:

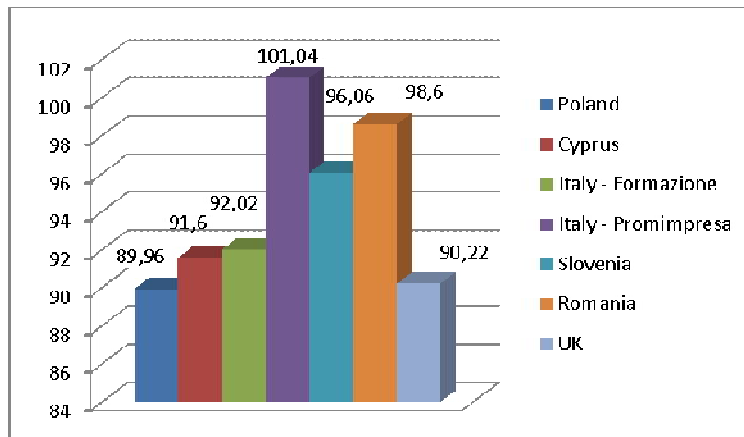
Razpredelnica 1: Ovire za uživanje v učenju

DRŽAVA	OVIRE
Poljska	Nezadostne možnosti za pridobivanje novega znanja.
Ciper	Visoka raven stresa.
Italija (FCN)	Visoka raven stresa. Nizka samozavest.
Italija (P)	Visoka raven stresa.
Slovenija	Visoka raven stresa. Težave s samomotivacijo.
Romunija	Visoka raven stresa. Nezmožnost učinkovite organizacije učenja.
Združeno Kraljestvo	Visoka raven stresa.

Razpredelnica 2: Potrebe učencev v povezavi z dobrim počutjem (potrebne so nove veščine)

DRŽAVA	VEŠČINE
Poljska	Učinkovito soočanje s stresom.
Ciper	Učinkovito soočanje s stresom. Zmožnost uspešnega soočanja z negativnimi čustvi.
Italija (FCN)	Zmožnost sprostitve.
Italija (P)	Učinkovito soočanje s stresom.
Slovenija	Učinkovito soočanje s stresom. Odločnost.
Romunija	Učinkovito soočanje s stresom. Zmožnost uspešnega soočanja z negativnimi čustvi.
Združeno Kraljestvo	Kreativnost. Vodenje.

Graf 1: Raven dobrega počutja pri učencih



Rezultati raziskave nakazujejo, da bi se projekt WELLNESS moral osredotočiti na razvoj tečajev/seminarjev/delavnic, ki bodo pri učencih izboljšale naslednje veščine:

- učinkovito soočanje s stresom,
- zmožnost uspešnega soočanja z negativnimi čustvi,
- zmožnost sprostitve,
- odločnost,
- kreativnost,
- vodenje.