



Kratko poročilo o potrebah otrok in njihovih strategijah spoprijemanja s čustvenimi izzivi

D2.2 Povzetek ključnih ugotovitev - SLO
December, 2025

KAZALO VSEBINE

Ozadje in namen analize stanja	3
Udeleženci in metodologija	3
Ključne ugotovitve	4
I. Samopodoba in samospoštovanje	4
II. Spoprijemanje s stresom in strahom	4
III. Reakcije ob neuspehu in občutku nekompetentnosti	4
IV. Izražanje in uravnavanje čustev	5
V. Pripadnost in vključenost v skupino	5
VI. Strategije za umirjanje in sproščanje	5
Sklepne ugotovitve	6

Ozadje in namen analize stanja

[CHAVORE](#) je iniciativa, financirana s strani Evropske unije, namenjena **krepitvi čustvenega dobrega počutja, duševnega zdravja in odpornosti predšolskih romskih otrok** z uporabo pristopov, ki izhajajo iz skupnosti in temeljijo na njeni kulturi. Analiza stanja predstavlja prvo fazo projekta in vključuje zbiranje podatkov o čustvenih potrebah otrok, njihovih strategijah spoprijemanja s čustvenimi izzivi ter o kompetencah strokovnih delavk_cev in staršev za podpiranje otrokovega dobrega počutja.

Namen analize stanja je bil:

- Identificirati otrokove močne strani, dejavnike tveganja in potrebe na področju dobrega počutja;
- Razumeti, kako starši in strokovne delavke_ci dojemajo ter podpirajo otrokov čustveni razvoj
- Usmerjati oblikovanje [CHAVORE paketa gradiv](#) in dejavnosti za krepitev kompetenc;
- Zagotoviti, da glasovi otrok pomembno in smiselno vplivajo na naslednje korake projekta.

Udeleženci in metodologija

Analiza je bila izvedena v **petih partnerskih državah** (Hrvaška, Madžarska, Kosovo, Slovaška, Slovenija):

- **158 otrok** (starih 3–6 let) je bilo intervjuvanih z uporabo slik, zgodb in otroku prijaznih vprašanj;
- **155 staršev** je bilo intervjuvanih posamezno ali v manjših skupinah;
- **285 strokovnih delavk_cev** je izpolnilo spletni vprašalnik.

Šest tematskih sklopov vprašanj je bilo oblikovanih na podlagi interne pregledne študije CHAVORE (CHAVORE projektni konzorcij, 2025) ter usklajene definicije duševnega zdravja na ravni projektne konzorcija. Vključeni so bili naslednji sklopi:

- I. Samopodoba in samospoštovanje;
- II. Spoprijemanje s stresom in frustracijami;
- III. Občutek kompetentnosti;
- IV. Prepoznavanje, izražanje in uravnavanje čustev;
- V. Občutek pripadnosti in sprejetosti v skupini;
- VI. Strategije za umirjanje in sproščanje.

Participatorni pristop je zagotovil, da je bila perspektiva otrok ves čas v središču, medtem ko so vpogledi staršev in strokovnih delavcev pomembno prispevali k razumevanju širšega konteksta.

Ključne ugotovitve

I. Samopodoba in samospoštovanje

Otroci so najpogosteje izpostavili svoje **močne plati** na področju športa, ustvarjalnih dejavnosti in igre, kar kaže na pozitivno samopodobo, povezano z njihovimi vsakodnevnimi uspehi. Starši pa so opisali **širši nabor močnih plati** njihovih otrok — od dobrega spomina, empatije in samostojnosti do pomoči doma ter spretnosti, povezanih z zgodnjim učenjem (npr. prepoznavanje črk, štetje).

Otroci večinoma prejemajo **potrditve** od staršev in strokovnih delavk_cev, vendar so **potrditve pogosto splošne** in ne dovolj konkretne, kar omejuje priložnosti za razvoj poglobljenega samozavedanja. Strokovne delavke_ci otroke pri krepitevi samopodobe podpirajo z dejavnostmi, ki temeljijo na njihovih interesih, s pohvalami in strategijami vključevanja. Kljub temu pa **majhna skupina otrok prejema zelo malo ali sploh nič spodbud**.

II. Spoprijemanje s stresom in strahom

Otroci so poročali tako o **običajnih strahovih kot o strahovih, povezanih s konkretnimi situacijami** (npr. tema, namišljene prikazni, psi, kričanje, konflikti, občutek, da so sami). Veliko otrok ima **težave pri ubesedovanju** strahu in pogosto rečejo "Ničesar me ni strah".

Otroci se **močno zanašajo na odrasle pri pomirjanju in uravnavanju svojih čustev**, saj imajo še zelo malo samostojnih strategij spoprijemanja. Starši najpogosteje uporabljajo **telesno bližino, pomirjujoče besede in preusmerjanje pozornosti**, medtem ko strokovne delavke_ci uporabljajo **poimenovanje čustev, gibanje, zgodbe, dihalne vaje in koticke za umirjanje**.

III. Reakcije ob neuspehu in občutku nekompetentnosti

Nekateri otroci **se na frustracijo odzivajo** z jokom, žalostjo, jezo ali umikom/odnehanjem, medtem ko drugi vztrajajo, poiščejo pomoč ali poskusijo znova. Starši **potrjujejo, da otroci pogosto doživljajo močna čustva in včasih odreagirajo tudi z agresijo**.

Strokovne delavke_ci opažajo **jok, iskanje pomoči, verbalno izražanje nezadovoljstva, agresivna vedenja** in — redkeje — samostojno reševanje težav. To poudarja **potrebo po krepitevi otrokove sposobnosti soočanja s frustracijo ter razvijanju bolj konstruktivnih strategij spoprijemanja**.

IV. Izražanje in uravnavanje čustev

Otroci žalost doživljajo skozi **telesne občutke, jok ali umik**, pri čemer **številni svojih čustvenih stanj ne znajo jasno ubesediti**. Strokovne delavke_ci potrjujejo, da se neprijetna čustva najpogosteje izražajo skozi **vedenjske izbruhe**, medtem ko je **besedno izražanje redkejše**.

Otroke pomirja **bližina, humor, igra, ljubkovalni predmeti ali digitalni mediji**, podobne strategije pa uporabljajo tudi starši. Na drugi strani strokovne delavke_ci uporabljajo različna orodja — kartice čustev, zgodbe, igre z lutkami, risanje in kratke dejavnosti preverjanja čustvenega stanja otrok — vendar je čustvena pismenost pri mnogih otrocih **še vedno premalo razvita**.

V. Pripadnost in vključenost v skupino

Skoraj polovica otrok je poročala, da **so bili s strani vrstnikov že izključeni iz igre**. Izključenost pri otrocih sproža žalost, jok, iskanje pomoči pri odraslih, agresivnost, umik v samostojno igro ali popoln umik iz situacije.

Starši poročajo, da se otroci domov vračajo z občutki zmedenosti, razočaranja, zaskrbljenosti ali osamljenosti.

Strokovne delavke_ci najpogosteje opazijo, da otroci **poiščejo pomoč odraslih**, temu pa sledijo **jok, verbalno izražanje nezadovoljstva in agresivni odzivi**. Čeprav se v vrtcih in drugih neformalnih okoljih, v katera so vključeni predšolski otroci, izvajajo inkluzivne rutine (jutranji krogi, sodelovalne igre, dejavnosti za krepitev skupine), imajo številni otroci še vedno **premalo razvite socialne veščine za reševanje težav** in se močno **zanašajo na odrasle** pri mediaciji konfliktov.

VI. Strategije za umirjanje in sproščanje

Otroci se najpogosteje sproščajo z **risanjem, tekom, igro, glasbo, plesom, spanjem in s tem, da so skupaj z družino**. Le redki omenjajo bolj strukturirane strategije za umirjanje in sproščanje, kot je npr. dihanje.

Starši se pogosto zanašajo na **zaslone, senzorično igro ali izlete/vožnje z avtomobilom**. Strokovne delavke_ci pa poudarjajo pomen **dejavnosti na prostem, gibanja ob ritmu, ustvarjalnega izražanja, knjig ter dihalnih vaj**, čeprav namenske tehnike sproščanja še niso široko uveljavljene.

Sklepne ugotovitve

Otroci na ravni vseh tematskih sklopov **izkazujejo odpornost, ustvarjalnost in dobre zmožnosti vzpostavljanja in ohranjanja odnosov**. Hkrati pa se srečujejo tudi s čustvenimi izzivi, ki so pogosto povezani s **stresom iz okolja, omejenim besednim zakladom za izražanje čustev ter močno odvisnostjo od odraslih pri uravnavanju čustev**. Starši in strokovne delavke_ci uporabljajo **različne intuitivne pristope**, vendar bi jim koristile **bolj jasne smernice, strukturirana orodja za čustveno podporo ter kulturno občutljivi pristopi** za krepitev čustvenega zavedanja pri otrocih, njihovih strategij spoprijemanja in socialne vključenosti.

Te ugotovitve se tesno ujemajo s celostnim pristopom CHAVORE, ki je namenjen krepitev duševnega zdravlja predšolskih otrok, in **potrjujejo potrebo po oblikovanju celovitega paketa gradiv**, ki:

- krepi čustveno pismenost;
- razvija prakse, ki spodbujajo otrokovo kompetentnost in njegovo samostojnost;
- spodbuja vključujoče medvrstniške odnose;
- krepi samoregulacijo in strategije sproščanja;
- zagotavlja staršem in strokovnim delavkam_cem uporabna in dostopna orodja, oblikovana posebej za romske skupnosti.

Analiza stanja prinaša **trdno podlago dokazov za naslednjo fazo projekta CHAVORE** ter zagotavlja, da glasovi in življenjske izkušnje romskih otrok in družin neposredno usmerjajo vse nadaljnje projektne aktivnosti.



Funded by
the European Union



ROMANI
EARLY YEARS
NETWORK

CHAVORE PARTNERS

PEDAGOŠKI INŠTITUT



Škola Dokorán
Wide Open Schools n.o.



**Partners
Hungary**
Alapítvány



25+ years for
Early Childhood
Development