

**Драгана Граонић, дпл.педагог и
Весна Јевтић, проф. педагогије и психологије**

**ПРИРУЧНИК ЗА РАД СА ОДЈЕЉЕЊСКОМ ЗАЈЕДНИЦОМ У
ПРВОМ РАЗРЕДУ СРЕДЊЕ ШКОЛЕ**



Бања Лука, 2021. година

САДРЖАЈ

Увод.....	3
1. Специфичности рада у одјељењској заједници.....	4
2. Организација рада и функционисање одјељењске заједнице	5
3. Понашање и култура	8
4. Здрави животни стилови.....	10
5. Млади и образовање.....	23
6. Развој личности.....	25
7. Међуљудски односи и вјештина комуникације.....	33
Умјесто закључка.....	37
Литература.....	38

Приручник „*Васпитно-образовни рад у одјељењској заједници 1. разреда*” настао је са идејом подршке наставницима и стручним сарадницима у реализацији програма, а плод је дугогодишњег искуства и практичног рада са ученицима у средњој школи.

Приручник прати Програм васпитно-образовног рада у одјељењској заједници за први разред средње школе из 2020. године.

Циљ приручника је примјерима помоћи наставницима у реализацији садржаја, те указати на важност васпитно-образовног рада у одјељењској заједници.

Улога наставника, сем извођења наставног процеса, је веома важна у смислу обављања функције разредног старјешине. У животу сваког ученика одјељењски старјешина је веома важна личност.

Изузетно је важно да одјељењски старјешина створи атмосферу прихватања и повјерења. Што је одјељењски старјешина емпатичнији ученици се осјећају сигурнијим и прихваћенијим.

Приручник обухвата примјере радионица за реализацију тематских цјелина.

Организација рада и функционисање одјељењске заједнице, Понашање и култура, Здрави животни стилови, Понашање у ванредним ситуацијама, Млади и образовање, Развој личности и Међуљудски односи и вјештина комуникације.

Примјерима радионица за реализацију тематских цјелина у овом приручнику настојали смо потакнути развој интелектуалних, социјалних, емоционалних и моралних потенцијала ученика.

Примјери су прилагођени индивидуалним могућностима, потребама, интересима; развоју стваралачког, креативног и критичког мишљења; развоју комуникацијских способности, поштовања различитости, тимском раду и конструктивном рјешавању проблема; развијању свијести о значају и потреби очувања здравља; способности препознавања властитих и туђих емоција; развоју и његовању основних моралних вриједности, ставова и односа; упознавању са правилима лијепог понашања и бонтона; развоју еколошке свијести и потреби очувања природе и животне средине, информисању ученика о правилима живота и рада у школи; укључености ученика у рад одјељењске заједнице и школе; важности образовања и цјеложивотног учења; подизању нивоа безбједносне културе; упознавању са основним правилима понашања у ванредним ситуацијама.

1. Специфичности рада у одјељењској заједници

Разноврсни облици рада у одјељењској заједници пружају много више могућности, него настава појединих предмета да се у природним условима испоље и развијају ученикове предиспозиције.

Многобројни контакти са ученицима могу снажно мотивисати ученике, унијети више озбиљности у њихов рад и снажније их везати за сараднике (ученике са којима раде у тиму или наставника).

Предност рада са другим ученицима на часовима одјељењске заједнице је у томе што ученик конкретно ради, увијек зна резултате свог рада, али и учи како треба радити са другим ученицима. Ову прилику ученици немају често на часовима других предмета.

Методика рада појединих наставних предмета примјењена у одјељењској заједници није примјерена потребама васпитног рада и дјеловања одјељењске заједнице, те је неопходно трагати за повољнијим и ефикаснијим методичким концептима и рјешењима.

Досадашњи покушаји увођења појединих иновација у васпитно-образовни рад, па и у рад одјељењске заједнице, само су дјелимично успијевали да побољшају ефикасност рада у одјељењској заједници, али нису успјели да компензирају изражене недостатке класичног методичког концепта. Зато се с правом, из праксе јављају захтјеви да се васпитно-образовни рад у цјелини, па и васпитно-образовно дјеловање у одјељењској заједници, више и чешће заснива на достигнућима других научних сазнања, поред педагошких. За разлику од традиционалног концепта васпитног рада, у коме је доминирала оријентација за обраду пригодних тема на часовима одјељењске заједнице, а који је показао недовољну и незадовољавајућу ефикасност, нови концепт се усмјерава на васпитно-образовно дјеловање, индивидуални приступ ученику и тимски рад.

Могуће је одређеним методичким приступима и методама васпитно-образовног дјеловања обезбиједити подстицање и развој унутрашњих карактеристика личности, те пратити промјене које настају у понашању. У васпитно-образовном раду је то могуће зато што су вањски показатељи сваке појаве јасни, видљиви и могу се перципирати и мјерити. На овакав начин се може организовано дјеловати на ученике и очекивати да ће се добити одговарајући резултати.

Рад у одјељењској заједници је шанса која омогућава и може да допринесе оспособљавању ученика за тимски рад, што ће им сигурно користити касније у животу, јер појединац има потребу да сарађује и да дјелује у тиму.

Приручник је замишљен као помоћ при осмишљавању реализације часова одјељењске заједнице, јер у овом приручнику се налази низ идеја и примјера како остварити планиране исходе учења.

2. Организација рада и функционисање одјељењске заједнице

Тематска цјелина Организација рада и функционисање одјељењске заједнице подразумијева активности на стварању одјељењског колектива, његову хомогенизацију и подизање функционалног нивоа. Обухвата углавном познате ствари (међусобно упознавање, заједничко планирање, обезбјеђење позитивних мотивационих фактора, и избор и руковођење, али и садржаје који треба да обезбиједи интеракцију, развој повјерења и способност креативног рјешавања проблема заједничког живота у одјељењу.

Ова цјелина обухвата упознавање и представљање ученика, информисање ученика са Законским, подзаконским и интерним актима школе, избор руководства одјељењске заједнице, анализа успјеха ученика у учењу и владању (континуирано и на класификацијама), учешће ученика у наставним и ваннаставним активностима школе.

Очекивани исходи / резултати учења су - ученик ће бити способан да:

- наброји права и обавезе ученика у одјељењу,
- идентификује правила понашања у одјељењу,
- објасни значај избора руководства одјељења,
- учествује у провођењу избора руководства одјељења,
- уважава различитости и учествује у процесу доношења одлука у одјељењу,
- упозна остале ученике у одјељењу, прихвати сличности и разлике и учествује у хомогенизацији колектива,
- се информише о правилима живота и рада у школи,
- се упозна са Законским, подзаконским и интерним актима који се примјењују у школи,
- учествује у анализи успјеха ученика у учењу и владању и да предлаже мјере за унапређење успјеха,
- учествује у хуманитарним акцијама које се организују (на нивоу одјељења и школе),
- познаје врсте и начин организације осталих облика наставе који се организују у школи (допунска, додатна настава, секције, ученичке организације).

За реализацију ове тематске цјелине користе се сљедећи материјали:

- Извод из Закона о средњем образовању (права и обавезе ученика),
- Кућни ред,
- Правилник о дисциплинској одговорности ученика,
- Начин избора руководства одјељења (материјал из уџбеника Демократија и људска права),
- Наставни план,
- Наставни календар,
- Распоред часова (редовне наставе и осталих облика наставе),
- Улога дежурног ученика,
- Начин правдања изостанака са наставе.

Приједлог за реализацију тематске цјелине:

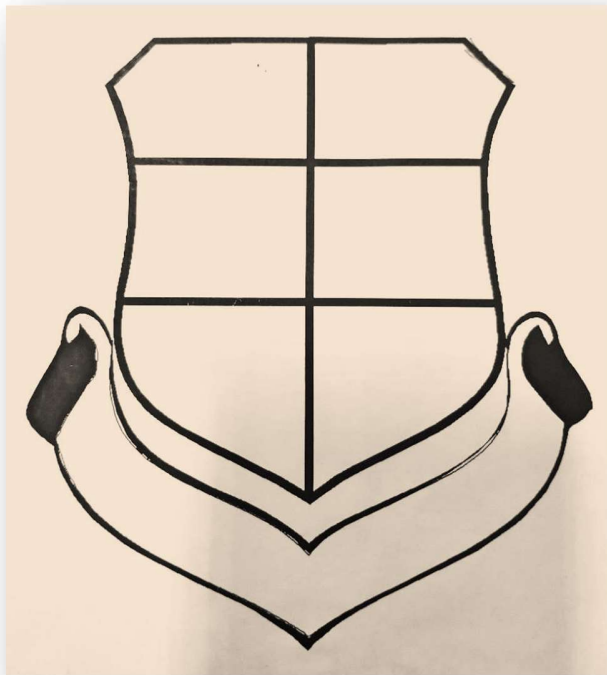
1. Радионица: „Идентитет-грб“

Ова радионица примјењује се у првом разреду средње школе са циљем бржег, занимљивијег и креативнијег међусобног упознавања ученика, те стварања опуштеније и угодније атмосфере у одјељењу.

Начин реализације: ученицима се подијеле папири са цртежом грба уз упутство да напишу своје име изнад цртежа грба и да у празан простор (који је означен бројем) унесу жељени одговор на сљедећа питања :

1. Моје доминантне особине су.....
2. Слободно вријеме проводим.....
3. Код других људи цијеним.....
4. Моја интересовања су.....
5. Шта желим постати.....
6. Неко (нешто) ко ми је посебан.....
7. Мој животни мото је.....

Ученици попуњавају „ грб“ 5 минута. Након тога један по један ученик одлази до табле, поставља свој цртеж грба и представља се осталим ученицима. Таблу са грбовима ученика можемо фотографисати, а након тога грбове сачувати. Веома је занимљиво поново их анализирати у завршном разреду образовања ученика.



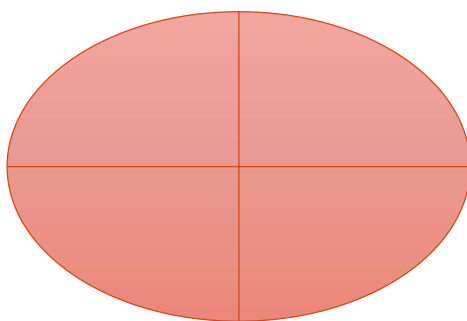
2. Радионица „Израда беџа“

Циљ радионице „Израда беџа“ је представљање и упознавање, те изградња идентитета.

Потребни материјал за реализацију радионице је папир са цртежом беџа за сваког ученика (стикер).

Начин реализације: ученик у предвиђени простор уписује своје име, најдражу особину, свој мото, хоби. Након тога излази пред таблу представи се и налијепи стикер на таблу/хамер папир. Након што се сви представе провјеравамо да ли можемо повезати стикер и ученика и колико смо ученика запамтили.

Примјер за изглед беџа:



3. Понашање и култура

Тематска цјелина Понашање и култура обухвата бонтон, облачење у јавним установама (кодекс), понашање на јавном мјесту.

Очекивани исходи /резултати учења су - ученик ће бити способан да:

- усвоји општа правила понашања на јавном мјесту (биоскоп, позориште, ресторан, хотел, улица и др),
- познаје правила савременог бонтона,
- примјењује постојеће кодексе у школи,
- објасни значај поштовања кодекса,
- поштује и примјењује правила понашања која су специфична за поједине животне ситуације.

За реализацију ове тематске цјелине користе се материјали:

- Етички кодекс за раднике и ученике средње школе,
- Бонтон (традиционални и савремени, бонтон за младе).

Приједлози за реализацију тематске цјелине су :

1. Радионица: Кутија за приједлоге, идеје, жалбе

Циљ: да и стидљивији ученици искажу своје мишљење и да се слободније искажу евентуалне критике, жалбе и негативни коментари.

Ток радионице: у кутију ученици убацују папире са приједлозима, идејама или жалбама везаним за комуникацију у одјељењу.

Написано се разматра у пленуму уз унапријед договорена правила комуникације.

2. Радионица: Дебата

Циљ: да на одређене теме ученици вјежбају критичко мишљење као и сагледавање ситуације из различитих углова.

Ток радионице: Ученици су подијељени у две групе и заступају супротна становишта. Групе најприје прикупљају аргументе за своје становиште, а затим слиједи дебата. Вријеме говорника се може ограничити (нпр. 2 минуте). Учесници у дискусији не морају бити сви, то може бити група, а да остали чине публику која даје коначан суд.

3. Радионица: „Наша правила”

Циљ: да омогућава разумијевање важности појединих правила, пребацивање одговорности на ученике у погледу одржавања радне дисциплине и повећавање вјероватноће да ће се ученици придржавати правила. Такође, визуелни аспект омогућава брзо подсјећање на правила у сваком тренутку.

Ток радионице: Ученици сами доносе и образлажу правила понашања и последице кршења тих правила, потом их сликовито представљају и каче на видно мјесто у учионици.

4. Радионица: Анализа случаја -понашања

Циљ: да повезује градиво и тему са конкретном ситуацијом и даје јој реалне оквире, подстиче на размишљање и анализу, поспјешује разумијевање проблема.

Ток радионице: ученици се суочавају са одређеном ситуацијом (датом у виду текста, стрипа, филма, фотографије). Групе добијају задатак да анализирају дати случај, у складу са циљем часа. Дата ситуација треба да буде довољно комплексна да би било довољно материјала за размишљање и дискусију (пожељно кориштење Бонтонa за одређене ситуације).

4. Здрави животни стилови

Представља углавном добро признате приступе одржавања личне хигијене, правила здраве исхране, чување животне средине, промоцију здравог животног стила, информације о опасностима које стварају оvisности (дрога, алкохол, дуван) и планску борбу против криминала и наличја социјалног живота, одговарајуће кориштење слободног времена.

Ова цјелина обухвата: здравље и личну хигијену, правилну исхрану, сексуално одрастање, препознавање изазова и преузимање ризика болести оvisности, екологију живљења, галерију емоција, управљање емоцијама, активни и пасивни стилови провођења слободног времена, родна и полна равноправност, породица и брак.

Очекивани исходи /резултати учења су - ученик ће бити способан да:

- разумије дефиницију здравља по Свјетској здравственој организацији,
- објасни какав је утицај здравља и болести на свакодневне активности,
- разумије концепт и важност одговорног односа према здрављу,
- наброји и познаје најважније факторе ризика по здравље,
- објасни појам „здрав животни стил“,
- објасни у чему се састоји лична одговорност за властито здравље и здравље других,
- разумије повезаност између личне хигијене и здравља,
- разумије утицај здравствених, естетских, културних, психолошких, економских разлога за одржавање личне хигијене и начина облачења,
- образложи везу између исхране и људског здравља,
- наброји и опише најчешће болести које настају као посљедица неправилне исхране,
- спозна најважније факторе који утичу на навике у исхрани,
- разумије промјене до којих долази на тијелу младића и дјевојака и пратеће промјене у психичком и социјалном развоју,

- познаје грађу и функцију репродуктивних органа мушкарца и жене, поштујући своје особености,
- разумије и поштује своју сексуалност и сексуалност других, њен утицај на личност и здравље у различитим животним добима,
- препозна начине злоупотребе психоактивних супстанци (алкохол, дуван /никотин, марихуана, хероин, кокаин, екстази, средства за смирење и ублажавање болова),
- разумије опасност употребе ПАС-а на здравље појединца и његове ближе околине,
- разумије и раздвоји друштвене стереотипе и митове везане за употребу ПАС-а од чињеница,
- препозна симптоме који се јављају код особа које користе психоактивне супстанце и разумије факторе који су повезани са опасностима од злоупотребе психоактивних супстанци,
- развије став да млади сами себе могу штитити од злоупотребе ПАС-а, уз подршку многих фактора,
- познаје последице злоупотребе и трговине недозвољеним ПАС-ом,
- потражи стручну помоћ и информисан је о установама подршке, као и могућностима лијечења и рехабилитације зависности,
- разумије принципе одрживог развоја и умије да их живи,
- разумије утицај еколошких фактора на здравље човјека, као и утицај који човјек врши на своју околину,
- идентификује облике (не)одговорног понашања појединца и друштва у циљу одржавања здраве околине,
- разумије утицај услова становања на здравље човјека, као и основне стандарде и правила комуналне хигијене, тј. правила становања и понашања у условима градског/сеоског живота,
- примјењује правилно одлагање отпадака у школском простору и ван школе,
- учествује у еколошким акцијама,

- активно учествује у радионици Вртешка или шетња галеријом контроле емоција,
- искаже коју ће емоцију научити контролисати и користити у покушају контролисања емоција,
- разликује и контролише властите емоције и адекватно реагује у одређеној ситуацији,
- разговара о провођењу слободног времена и анализира начин провођења слободног времена,
- разумије и прихвата слободно вријеме као простор личног развоја и цјеложивотног учења и као простор у којем има могућност сопственог избора,
- одговорно се понаша у виртуелном свијету и на друштвеним мрежама,
- буде друштвено афирмисан и одговоран,
- слободно вријеме користи за спортске и културне активности, креативно изражавање и путовања у складу са могућностима,
- одупре се негативним изазовима слободног времена,
- разумије разлику између рода/пола, родне равноправности/једнакости и равноправности полова/женских права,
- разумије да је род друштвена чињеница и принцип свакодневног живота,
- разумије друштвене и биолошке димензије развијања рода,
- примјењује у свакодневном животу принцип родне равноправности,
- разумије важност породице,
- зна дјечија права и одговорности,
- разумије значај заједничких активности са породицом,
- познаје институције и начине на које се штите дјечија права,
- разумије смисао породичних вриједности.

Напомена: За реализацију ове тематске цјелине користи се материјал - Водич за наставнике средњих школа - Здрави животни стилови.

Приједлог аутора за реализацију ове тематске цјелине је:

Радионица: „Галерија емоција“ (*Састоји се од три вјежбе, а одјељењски старјешина по својој процјени реализује једну или све три*).

Развојна перспектива:

Рану адолесценцију одликују емоционални падови и успони, те доживљаји учестале промјене расположења. Из тог разлога могу бити подложни преплављености, учесталости и интензитету како негативних тако и позитивних емоција. Важно је да кроз вјежбу унаприједимо њихов емоционални развој, те их научимо како да се носе са својим емоцијама.

Циљ:

Подстакнути разумијевање личних емоција, научити препознати их, те научити се техникама и начинима ношења са емоцијама, као и препознавању и разликовању емоција тако што ће графичким приказом и играњем улога представљати одређене емоције. Од ученика се тиме тражи да испоље креативност, хумор те тако његују позитивне емоције.

Материјал: папир, оловке, бојице и копија/фигура човјека за сваког ученика.

Прва вјежба:

1. У уводном дијелу разговарамо о емоцијама. Дискутујемо о томе шта су емоције, које су основне емоције које посједујемо и какве могу бити. Такође дискутујемо и о начинима ношења са емоцијама, као и о посљедицама.
2. Ученицима се подијеле празни папири.
3. Ученици добију задатак да на папир нацртају себе кроз симбол, асоцијацију или метафору. Задатак је да на што бољи начин представе себе.
4. Након цртања ученици се дијеле у групе, а унутар група одређују коме желе да поклоне свој цртеж. Прва група добија задатак да папир који је добио згужва и подере, а друга група да га упуту особи која јој даје негативну критику на цртеж.
5. Дискутујемо о емоцијама које су се појавиле у нама због одрађене вјежбе, те о начинима суочавања и реаговања, те дијелимо лична искуства.

Друга вјежба:

1. Ученицима су подијељени у четири групе, добијају папире и свака група по једну од основних емоција (страх, љубав, туга, љутња).
2. Ученици су добили задатак да на папир графички представе емоцију коју су добили.
3. Након графичког приказа ученици се тимски договарају како да ту емоцију представе кроз играње улога.

4. Дискутујемо о емоцијама, препознавању емоција, изводимо резиме шта смо научили, како смо међусобно сарађивали, како смо се осјећали и сл.

Трећа вјежба:

1. Ученицима су подијељени папири са фигуром особе и бојице.
2. Ученици су добили задатак да на папир, по групама, напишу асоцијације на „Емоционални тобоган“, а након тога бојицама свако за себе, прикажу своје емоције на фигури особе са папира. Емоције које препознају код себе боје на папиру, а то су: љутња, страх, радост и туга.
3. Примјер емоционалног тобогана читамо из приче, те заједнички дискутујемо о причи и о нашим сопственим емоцијама и расположењима.
4. Дискутујемо о начинима суочавања и реаговања на промјене расположења и дијелимо лична искуства.

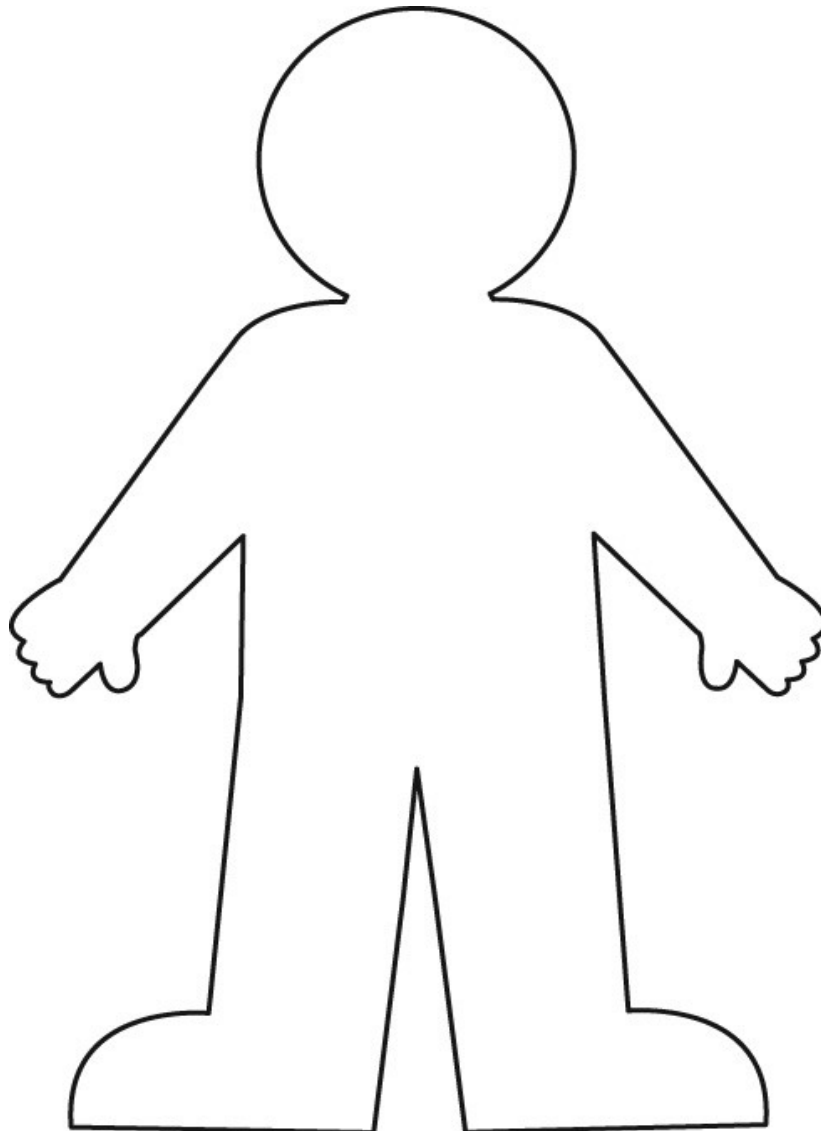
Прилог прича: Емоционални тобоган

Имам 15 година. Током посљедњих неколико мјесеци доживљавам доста промјена расположења. Ујутро се пробудим узбуђена што ћу отићи у школу и видјети своје пријатеље. Прије него што изађем из куће постанем лоше расположена. Разлог може бити нека ситница - не свиђа ми се моја фризура или нешто од моје одјеће. Већину времена се у ствари осјећам нерасположено без видљивог разлога. Не изгледа да постоји нешто због чега бих се осјећала тако како се осјећам. Понекад упаднем у свађу са пријатељицом или се наљутим на маму ако ми не дозволи да урадим нешто што желим, али углавном се промјене расположења догађају без упозорења. Лоша страна овога је што осјећам страх када сам нерасположена. Некад ми се чини да лоша осјећања никада неће престати и тада осјетим као да одустајем. Када сам нерасположена мислим о стварима које ме онерасположују и онда ми је још горе. Збуњује ме то како је могуће да се осјећам тако лоше, а онда се одједном моје расположење промијени и ја будем заиста расположена и сретна. Тако бих се хтјела осјећати већину времена. Могу се смијати, радити луде ствари са својим пријатељима и једноставно се добро осјећати.

Када сам нерасположена постанем свађалачки настројена. Без разлога се дерем на маму или се препирем са пријатељицама. Послије се осјећам кривом што сам тако поступила. Недавно сам се дерала на тату у ресторану, сви су гледали у нас и било ми је веома неугодно. Нисам планирала да се тако понашам, али се једноставно нисам могла контролисати. Једна од ствари која ми поправља расположење је да изађем вани или да се натјерам да нешто радим. Обично ми треба много напора за то, али ми помогне. Не желим да звучим као да имам грозан живот или да сам стално депресивна („доле“). То није истина. Када сам са пријатељима и радимо нешто заједно врло лако ми се подигне расположење („горе“). Мислим да сам прилично обична дјевојка која некада нема контролу над својим расположењем. Знам да се доста мојих пријатеља осјећа исто или слично, тјешим се мишљу да то неће вјечно трајати.

Питања за дискусију:

1. Мислиш ли да су осјећања ове дјевојке нормалан дио адолесценције?
2. Зашто мислиш да се боји када је лоше расположена?
3. Да ли си доживио слична осјећања. Ако јеси како си се носио са њима?



5. Понашање у ванредним ситуацијама

Ова цјелина обухвата појам ванредне ситуације и правила понашања у ванредним ситуацијама.

Очекивани исходи /резултати учења су - ученик ће бити способан да:

- познаје активности које могу допринијети смањењу нивоа ризика за поједине врсте опасности,
- се придржава постављених упозорења у школском простору и ван школе,
- учествује у реализацији показаних обука и вјежби, а посебно вјежбе евакуације,
- разумије појам ванредна ситуација и ванредно стање и понаша се у складу са препорукама надлежних,
- познаје основе безбједносне културе.

За реализацију ове тематске цјелине користе се сљедећи материјали:

- Смјернице за психолошке кризне интервенције у васпитно-образовним установама Како пружити подршку дјец и младима у кризним ситуацијама Бања Лука, 2020.

Извод из „Смјерница“, Кризне ситуације у средњој школи (ако се у средњој школи догоди):

- природна смрт ученика (у школи или ван ње, на екскурзији, излету...),
- убиство ученика (у школи или ван ње),
- самоубиство ученика (у школи или ван ње),
- саобраћајна несрећа у којој озбиљно страда ученик или наставник (у близини школе али и даље),
- насиље већих размјера (масовна туча у школи, злостављање било које врсте),
- природна смрт, убиство или самоубиство наставника,
- одвијање наставе послије неке интензивне катастрофе која је погодила школу или цијелу заједницу (пожар, поплава, земљотрес, пандемија...).

Овакви догађаји битно мијењају функционисање цјелокупне школске заједнице и погађају како младе тако и одрасле. Да би се ситуација нормализовала и да би школа као и локална заједница, наставиле уобичајено да функционишу, неопходно је на вријеме и на стручан начин препознати реакције на такав догађај који представљају симптоме кризе. У току или након кризних догађаја код већине људи се појаве сличне реакције у понашању које се могу разликовати по врсти или јачини. То су нормалне и уобичајене реакције на ненормалну ситуацију. Оне се јављају најчешће одмах, али се могу јавити и касније, те могу трајати неко вријеме.

Реакције на кризне ситуације:

НЕПОСРЕДНЕ (за вријеме кризног догађаја)		ОДГОЂЕНЕ (након кризног догађаја)	
ЕМОЦИОНАЛНЕ		ЕМОЦИОНАЛНЕ	
Осјећај беспомоћности		Промјене расположења	
Емоционална отупјелост		Избјегавање ситуација које изискују емоционалне реакције (разговор о себи, о кризним догађајима, блиски односи)	
Интензиван страх		Снажан необјашњив страх	
Осјећај кривице		Анксиозност	
Снажна туга		Раздражљивост	
Дезоријентисаност у времену и простору		Депресија	
Осјећај губитка контроле			
Потискивање и порицање			
Преплављеност осјећајима			
КОГНИТИВНЕ		КОГНИТИВНЕ	
Тешкоће концентрације		Преокупираност догађајем	
Интензивно понављање мисли о догађају		Тешкоће у доношењу одлука	
Проблеми са памћењем		Поновно проживљавање трауматских догађаја	
Снажна идентификација са жртвама		Суицидалне намјере	

ПОНАШАЊЕ		ПОНАШАЊЕ	
Социјално повлачење и апатија		Смањен ниво активности	
Потешкоће у изражавању		Промјене у друштвеним односима	
Сукобљавање са другима		Ризична понашања	
Повећана употреба алкохола, дувана, дрога		Социјално повлачење	
		Повећана употреба психоактивних средстава	
ТЈЕЛЕСНЕ		ТЈЕЛЕСНЕ	
Дрхтање и/или знојење руку		Стални умор	
Мучнина, гастроинтестиналне сметње		Чести узнемирујући снови о догађају (ноћне море)	
Слабост		Промјене апетита и пробаве	
Повишен пулс и крвни притисак		Снижена отпорност на инфекције и прехладе	
Убрзано дисање			
Екстремни умор			

Психолошке реакције ученика средње школе на кризне ситуације:

ЕМОЦИОНАЛНЕ	<p>Могуће је да се јави осјећање бесмисла.</p> <p>Губитак интересовања за оно што је раније било привлачно.</p> <p>Преосјетљивост, склоност импусливном реаговању (љутња коју може да замијени плач).</p>
КОГНИТИВНЕ	<p>Послије кризног догађаја најприје се јавља невјерица да се догађај стварно одиграо. Адолесцент себи поставља многа питања на која нема одговор. (Зашто сада? Зашто нама?)</p> <p>Често се враћају сјећања на догађај, слике и звукове, понекад су она толико интензивна да се јављају присилно, често и током спавања.</p> <p>Могућа је појава сујевјерја.</p> <p>Тешкоће у памћењу и учењу.</p>

ПОНАШАЈНЕ	Узнемиреност „не држи га мјесто“.
	Поремећај сна - спава или премало или превише („бјекство у сан“).
	Повлачење, осамљивање, непостојање жеље да се говори о догађају или стално причање о ономе што се догодило.
	Склоност ризичном понашању (кориштење алкохола, цигарета, дрога, таблета).

Смјернице за професоре – како помоћи младима?

Непредвидиве и изненадне ситуације могу код младих, као и код одраслих, довести до значајних количина стреса, али и у озбиљним ситуацијама узроковати трауматске реакције. Оно што је битно јесте да им не умањујемо њихова осјећања и да им омогућимо да се осјећају заштићено.

Ученицима ћете помоћи ако:	Ученицима нећете помоћи ако:
-јасно кажете да је сасвим нормално да имају различите емоционалне реакције на све оно што се догодило	-избјегавате разговор о догађају
-информишете их о уобичајеним реакцијама људи на трагичне догађаје, о томе да не би требало да умањују или скривају своје емоције, да је корисно да о њима говоре, иако је то болно	-ако се понашате као да се ништа није догодило
-покажете своја осјећања, како би ученици увидјели да их разумијете и да им дајете дозволу да и они изразе своја осјећања	-потискујете емоције и реакције
-ученици у вама виде особу која ће их заштитити и пружити им сигурност	-прећуткујете битне и примјерене информације
-им дозволите да искажу онолико бола колико су спремни да подијеле са вама	-користите се филозофским, религиозним или сентименталним примједбама
-им допустите да искажу јака осјећања (нпр. бијес, горчину) и покажите пуно разумијевања за све што осјећају	-моралишете, осуђујете
-охрабрите их да говоре о својим осјећањима са пријатељима, родитељима, да постављају питања и разријеше сопствене недоумице	-потцјењујете неке идеје или осјећања или било која постављена питања
	-пожурујете опоравак - вербално или поступцима

<p>-уважите њихова оправдања – ако нису спремни да одговарају, посебно у првим недјељама након догађаја</p> <p>-дајте им времена да овладају догађајима, прихватите њихову потребу да о свему томе разговарају, питају и то колико они сами желе</p> <p>-примјећено је да послије оваквих разговора ученици могу да се врате редовном праћењу наставе, док у противном, могу бити веома деконцентрисани, узбуђени и немирни</p> <p>-подстичите их да искажу своја осјећања тако што ће написати или нацртати оно што их мучи, а ако не желе, не морају то да вам покажу</p> <p>-будете флексибилни током наставе, али се трудите да одржите одређени степен уобичајеног рада</p>	
--	--

Радионица: „ Како се изборити са осјећајем тјескобе и страха“

Како би успјешније наставници реализовали радионицу крећемо подсјећањем на неопходне појмове, примјере и сугестије из свакодневног живота.

ШТА ЈЕ ТЈЕСКОБА?

То је непријатно емотивно стање слично страху. То је прије свега страх од одређених животних или свакидашњих ситуација. Може да се појављује постепено или изненада, а разликује се по интензитету и трајању.

ШТА ЈЕ СТРАХ?

То је саставни дио тјескобе, особина прилагођавања условљена одбраном од пријетеће опасности. Због страха смо обазривији и умијемо да се заштитимо, али је он често ирационалан и тешко га је савладати. Симптоми страха су слични симптомима тјескобе, који могу да прерасту у панику, фобију и осјећање усамљености.

ШТА ЈЕ НЕСИГУРНОСТ?

Јавља се заједно са страхом. То је осјећање општег немира, које се јавља када почнемо да сумњамо у себе. Себе доживљавамо као рањиву и некомпетентну особу, што угрожава наш осјећај сигурности.

Добро је знати да је нормално осјећати сва три наведена стања.

Примјер: Дјеловање Корона вируса је стање за које нико не зна колико ће трајати, на кога ће утицати, на који начин и како ће нам промијенити живот у будућности. Управо страх и несигурност најчешће узрокују тјескобу, зато је добро убјеђивати себе у ствари које су сигурне и у које вјерујемо. Свако треба да у живот додаје мало сигурности да би могао поново да успостави везу са садашњим тренутком, да се приземљује и сачува добро осјећање самоконтроле и повјерења. Морате стално себи понављати: „Већ сам преживио тешке и несигурне ситуације и успјешно их савладао. И овога пута ћу успјети!“

Ограничите читање и гледање вијести, нарочито ако сте прије почетка пандемије имали проблема са тјескобом.

Концентришите се на ствари које цијените и за које сте захвални. Није лоше направити списак таквих ствари, на тај начин ћете се, упркос хаосу, присјетити да добре ствари постоје.

Проводите више времена са породицом, али не само да се налазите у истој просторији и најчешће свако гледа у свој екран (телефон/ телевизор/рачунар...), разговарајте, размјењујте емоције и потребе, играјте друштвене игре, израђујте накит, радите ручне радове, поправљајте нешто у кући, уређујте албуме са фотографијама...

Вјежбајте да дишете методом „4-7-8“. Направите удисај у трајању од 4 секунде, затим задржите дах 7 секунди, а онда издишите 8 секунди. Важно је да издисај буде дужи од удисаја, јер то подстиче опуштање и осјећај спокоја.

Добро је одржавати ритам редовних активности, јер то има кључни значај за јачање самопоуздања. Тако стичемо утисак да ствари држимо под контролом. Устаљен ритам даје човјеку осјећај безбједности и сигурности.

Опуштање је пола здравља. Свако има свој начин опуштања, пронађите и ви свој. Није важно да ли је то нека активност или неки положај тијела, битно је да вам то чини задовољство и да се након тога осјећате боље.

Пола сата физичке активности на дан је неопходно да бисте се добро осјећали.

Избјегавање конфликта било које врсте је добро у овом периоду.

Дан завршавајте позитивним мислима увијек, уколико је то могуће.

Одржавајте контакт са најближима. Љубав и подршка су изузетно важне у оваквим ситуацијама, све се много лакше подноси када се подијели са другима. Контакти са драгим особама су витамини за наше душевно здравље и требамо их свакодневно користити.

Непријатне ситуације треба окретати у своју корист. Сагледајте позитивну страну и добро размислите шта ћете научити из те ситуације. На тај начин преокрените негативно у позитивно.

Свакодневно размишљајте о својим циљевима, неоствареним идејама и визијама. Шта заиста желите? Самоизолација је прилика да се удубите у себе и да барем у неким областима „средите живот“.

Вјежба број 1

Размисли и запиши једну ствар:

-која ти чини задовољство

-коју си данас научио

-коју си данас постигао

-која те данас одушевила

-која те смирује

Вјежба број 2

Вјежба дисања:

-сједни и исправи се

-направи дубок и спор удисај
кроз нос бројећи до 4

-задржи дах 7 секунди

-направи издисај који треба да
траје 8 секунди

-све ово поновити пет пута

Постоје бројне технике и алати за савладавање негативних осјећања и стреса, пронађи неку која теби одговара и примјењуј је свакодневно. Душевно здравље се мора његовати као и физичко.

5. Млади и образовање

У непосредној је вези са промоцијом актуелних настојања да се учење постави на друге основе. Подразумијева планирање, кориштење времена, технике учења и стварање повољних услова за учење, моделе активног и успјешног учења.

Ова цјелина обухвата учење учења, улогу и значај школе и професионалну оријентацију.

Очекивани исходи /резултати учења су - ученик ће бити способан да:

- познаје технике успјешног учења,
- процијени сопствене навике у учењу,
- самостално дефинише индивидуални план учења,
- разумије важност континуираног учења,
- разумије циљ учења,
- разговара о мотивацији за учење,
- потражи стручну помоћ у вези са учењем,
- се укључи у рад допунске, додатне наставе и ваннаставне активности,
- сагледа властите психофизичке способности и особине, вриједности, ставове и интересе као предуслове за одабир будућег занимања,
- познаје изабрано занимање и струку и могућности напредовања.

За реализацију ове тематске цјелине користе се материјали:

- Учење учења

Примјери за реализацију ове тематске цјелине су:

1. Радионица: Расподјела времена

Циљ: да подстиче на анализу, омогућава лакши увид у могуће проблеме организације времена захваљујући графичком приказу, утиче на постизање успјешније организације времена.

Ток радионице: ученици круг и траку од папира са 24 дијела расподјељују према активностима у току дана (спавање, учење, школа, излазак...).

Упоредјују се резултати у утврђују проблеми.

2. Радионица: Гостовање

Циљ: је да омогућава ученицима да продубе знања из одређених области, издвоје оно што им је нејасно или пак јако интересантно, разумију другачије начине посматрања одређених проблема.

Ток радионице: позива се гост - стручњак из области. Ученици имају задатак да осмисле питања која ће бити постављена.

Нпр. за тему учења или организације времена гости могу бити: школски педагог, психолог, ђак генерације, успјешан спортиста и сл.

6. Развој личности

Ова цјелина обухвата суочавање са физичким и психичким промјенама у адолесценцији, потрагу за идентитетом: „Ко сам ја?“, „Шта ми је важно?“...

Очекивани исходи / резултати учења су - ученик ће бити способан да:

- разумије властите психичке и физичке промјене,
- објасни различите аспекте свог идентитета,
- познаје путеве откривања себе и трагања за властитим идентитетом,
- разумије значај вршњачких група и друштвеног окружења на изградњу сопственог идентитета,
- прихвати себе,
- разликује појмове вриједности (личне и социјалне),
- по потреби потражи савјет стручних лица.

Примјери за реализацију ове тематске цјелине су:

1. Радионица: „Дијамант“

Циљ радионице је да се ученици упознају са темама вриједности и увјерења.

Потребан материјал: картице са изјавама, цртеж дијаманта, папир.

У уводном дијелу часа објаснити појам вриједности и увјерења, нагласити значај система вриједности (лични, друштвени). Након тога подијелити картице са изјавама сваком ученику (сваки ученик нека допуни 1-2 изјаве према свом размишљању) и након тога треба да издвоје девет вриједности које сматрају да су за њих најважније и да их поредају на цртеж дијаманта.

Након тога формирати групе и у свакој групи разговарати око чега су се двоумили, које су то вриједности којих су се најтеже одрекли, а којих се не би одрекли ни по коју цијену. Развити дискусију са питањима:

1. Од чега зависи хијерархија вриједности?
2. Да ли се хијерархија мијења с временом и од чега то зависи?
3. Да ли се вриједносни систем лако мијења?
4. Шта радимо у ситуацијама сукоба вриједности?

Прилог вјежби „Дијамант“

ИМАТИ СЛОБОДУ ДА РАДИМ ШТА ЖЕЛИМ

БИТИ ДИО ГРУПЕ

БИТИ ДОБАР/ДОБРА У ШКОЛИ

БИТИ ПОПУЛАРАН/ПОПУЛАРНА

ИМАТИ ДОБАР ОДНОС СА РОДИТЕЉИМА

ИМАТИ ПРИЈАТЕЉЕ

ИМАТИ ДЈЕВОЈКУ/МОМКА

БИТАН МИ ЈЕ МОЈ УГЛЕД/РЕПУТАЦИЈА

БИТИ ДОБАР/ДОБРА У СПОРТУ, МУЗИЦИ, ГЛУМИ...

ИМАТИ НОВАЦ

БИТИ НЕНАСИЛАН/НЕНАСИЛНА

РАСНА И НАЦИОНАЛНА ЈЕДНАКОСТ

БИТИ ЗДРАВ

БИТИ ПРИЈАТЕЉ

1
2 3
4 5 6
7 8
9

2. Радионица : „Шта ми је важно“

Циљ радионице је да олакша адолесцентима трагање за властитим идентитетом.

Потребан материјал:

- Копија ранг-љествице „Шта ми је важно“,
- Исписана питања за дискусију.

У уводном дијелу часа разјаснити појам вриједности и вјеровања, те значај за развојну перспективу:

Утицај вршњака у овом периоду је веома важан. Посебно је важно за младе људе да могу разјаснити властита вјеровања и вриједности, како други не би на њих вршили негативан утицај. Вриједност је, за све нас оно што нам је од значаја, што много цијенимо и што је за нас вриједно.

Постоје: личне (персоналне вриједности - лични однос према некоме или нечему), социјалне (друштвене вриједности - позитиван однос људи према идејама од ширег друштвеног значаја).

Вриједности увијек представљају позитиван и за личност важан однос (нпр. демократија, равноправност полова, пацифизам...).

Вриједности можемо подијелити и на други начин на : теоријске (интерес за истином), економске (шта је корисно?), естетске (љепота, склад), социјалне (љубав према људима), политичке (тежња ка моћи) и религиозне.

Након уводног дијела замолити ученике да кажу шта им је тренутно важно и у које вриједности вјерују, нагласити да адолесценти често мијењају вјеровања и вриједности под притиском вршњака, или потребе за експериментисањем или потребе за супротстављањем родитељима. Подијелити образац ранг-љествице уз објашњење за рад.

Након тога развити дискусију са сљедећим питањима:

1. Колико ти је било тешко рангирати тврдње на листи „Шта ми је важно?“
2. Зашто си баш тако рангирао/ла вриједности?
3. Да ли мислиш да ће се са годинама мијењати оно што ти је важно?
4. Шта си научио/ла из ове радионице?

У завршном дијелу часа израђујемо заједничку ранг-листу вриједности за одјељење.

Шта ми је важно?

(ранг-љествица)

Име и презиме: _____

Упутство:

Прочитај 15 тврдњи на листи и рангирај их у складу са важностима које за тебе имају.

(1 = најважније, 2. 3. 4.....до 15 = најмање важно)

- _____ бити ненасиљан
- _____ бити религиозан
- _____ бити добар у спорту, музици, глуми
- _____ проводити вријеме са својим пријатељима
- _____ мој углед
- _____ бити дио групе
- _____ имати слободу да радим шта желим
- _____ остати чист од дроге и алкохола
- _____ расна и национална једнакост
- _____ новац
- _____ једнакост полова
- _____ бити добар у школи
- _____ бити популаран
- _____ однос са родитељима
- _____ имати цуру/момка

3. Радионица: „Ја сам неко ко...“

Циљ радионице је да помогне у развоју идентитета адолесцента.

Потребан материјал:

- Копије слагалице „Ја сам неко ко...“,
- Копије картица „Ја сам неко ко...“ (изрезати и сложити у коверте).

У уводном дијелу часа објаснити развојну перспективу: Познато је да адолесценти мијењају интересовања, планове и пријатеље и да прихватају различита вјеровања. Сва ова експериментисања су важан дио развоја младих људи.

Замолити ученике да на образац слагалице „Ја сам неко ко...“ сложе картице „Ја сам неко ко...“ у категорији која их најбоље описује.

Након тога развити дискусију са сљедећим питањима:

1. Колико вам је било тешко сложити картице?
2. Да ли сте ти и твоји пријатељи у групи имали исте или сличне картице у истим категоријама?
3. Које картице је било тешко сврстати у одређене категорије?
4. Да ли ти је ова вјежба помогла да упознаш себе?
5. Можеш ли себе прихватити онаквим какав јеси, са свим добрим и лошим особинама?
6. Шта би код себе желио промијенити и како то можеш урадити?

У завршном дијелу часа предложити ученицима да поставе себи циљеве које могу остварити како би промијенили тврдње које се налазе у категорији „Уопште се не слажем“ и које би желјели да имају у категорији „Слажем се“.

ЈА САМ НЕКО КО.....

(СЛАГАЛИЦА)

Упутство: Прочитај изјаве на картицама и сложи их у категорију која тебе најбоље описује.

ПОТПУНО СЕ СЛАЖЕМ

СЛАЖЕМ СЕ

НЕОДЛУЧАН САМ

НЕ СЛАЖЕМ СЕ

УОПШТЕ СЕ НЕ СЛАЖЕМ

ЈА САМ НЕКО КО.....

(КАРТИЦЕ)

.....зависи од другихнапорно ради
.....ризикујеје безбрижан
.....је одговоранподлијеже притиску вршњака
.....је осјетљив на осјећања другихтреба бити савршен
.....је вођаје несигуран
.....је слѣдбеникставља маску (мало људи зна ко сам ја заправо)
.....је штреберје осјетљивији него што показује
.....је искрен према родитељимасе лако наљуги
.....коме је стало да буде добар у школисе не осјећа пријатно са другим људима
.....брине о томе шта други мисле о њемудобро управља својим временом
.....је забринут за свију будућностсе стиди неких ствари које је урадио у прошлости
.....се лако спријатељина кога се други угледају
.....се лако прилагоди новим ситуацијамаје задовољан својим животом
.....се залаже за своја праваможе погријешити, а да се не осуђује због тога
.....коме је стало до репутацијеје независан

4. Радионица : „Моје мјесто у групи“

Циљ : доживљај властитог положаја у групи

Потребан материјал за радионицу: копије слике „точкића“, бојице.

Подијелити ученицима слике „точкића“ и објаснити им да обоје себе на тој слици, да размисле у каквом су односу са другим дијеловима слике и како се осјећају на том положају. Неколико минута самостално размишљају, затим утиске дијеле у паровима неколико минута. Након тога позовемо добровољце да се представе и изложе своју самоперцепцију. Нагласити да је важан лични осјећај појединца и оно што ми мислимо да јесмо у групи, али да је подједнако важно и шта мисле други чланови групе и колико се разликује лична од групне перцепције. Развити дискусију на тему личне и групне перцепције мјеста појединца у групи.



7. Међуљудски односи и вјештина комуникације

Ова тематска цјелина омогућава ученицима искуствено учење о себи и другима и стварање навика поштовања својих, али и туђих потреба.

Циљ је оспособљавање ученика за ненасилну комуникацију и изградња и усвајање техника креативног рјешавања конфликта.

Ова цјелина обухвата вјештине комуникације, врсте и начин рјешавања конфликта, облике испољавања насиља.

Очекивани исходи / резултати учења су - ученик ће бити способан да:

- разумије везу између комуникације и међуљудских односа,
- користи вјештине комуникације,
- примијени елементе ненасилне комуникације,
- разумије значај асертивног понашања,
- наброји и препозна облике насиља,
- именује врсте конфликта и начине њиховог рјешавања,
- разумије и примјењује прихватљиве моделе разрјешавања конфликта.

За реализацију ове тематске цјелине користе се сљедећи материјали:

- Протокол о вршњачком насиљу

1. Радионица: „Вршњаци и притисак“

Циљ радионице: испитати позитивне и негативне аспекте притиска вршњака, идентификовати последице одолијевања притиску вршњака.

Потребан материјал:

Картице са исписаним ријечима (12 комада):

ПИЈЕЊЕ ПИВА/АЛКОХОЛА

ПУШЕЊЕ ЦИГАРЕТА

СТУПАЊЕ У СЕКСУАЛНЕ ОДНОСЕ

КОРИШТЕЊЕ ДРОГА

КРАЂА

ВАРАЊЕ

ЛАГАЊЕ РОДИТЕЉИМА

ИСКРАДАЊЕ ИЗ КУЋЕ

ДОБИЈАЊЕ ДОБРИХ ОЦЈЕНА

ОСТАТИ ТРИЈЕЗАН

ОСТАТИ ЧИСТ ОД ДРОГЕ

БАВЉЕЊЕ СПОРТОМ, МУЗИКОМ, ГЛУМОМ...

У уводном дијелу часа нагласити улогу вршњака у периоду адолесценције, због тога што они увијек теже социјалном одобравању, односно прихватању, а не одбацивању. Притисак вршњака је важан фактор у многим односима и често је основни механизам укључивања у одређене групе. Питати ученике шта за њих значи овај термин и изложити позитивне и негативне примјере притиска вршњака.

Подијелити ученике у групе и подијелити им картице са ријечима. Свака група разговара о томе како вршњаци врше притисак на друге да се укључе у активности које су написане на картицама.

На празан лист папира нека свака група напише идеје из групе.

Након тога подијелити искуства између група.

Након тога развити дискусију о томе шта могу урадити да одоле притиску вршњака и које су последице ако то учине.

Након тога нека наводе властите примјере притиска вршњака (позитивне и негативне) и укратко их опишу и кажу како су се осјећали и са чим су се суочавали.

У завршном дијелу радионице покушати идентификовати посљедице одолијевања или неодолијевања притисцима вршњака у наведеним ситуацијама.

Питања за дискусију:

1. Мислите ли да је притисак вршњака добар или лош? Постоји ли нешто што је добар притисак вршњака?
2. Мислите ли да је у великој мјери присутан притисак вршњака да се чине ствари као што је: пушење, пијење, конзумирање наркотика или сексуалне активности?
3. Када вам је најтеже да се одупрете притиску вршњака?
4. Да ли се бојите да ћете изгубити пријатеље ако се одупрете притиску вршњака?
5. Како одолијевање притиску вршњака утиче на односе са вршњацима. Позитивно или негативно?

2. Радионица: „Атлантида“

Циљ: доношење заједничких одлука и тимски рад, развијање сарадње и кооперативног понашања.

Потребан материјал: Прича Атлантида, папир, маркери, бојице, папир А3, љепило.

Прича Атлантида:

„Геолошко чудо поновног јављања изгубљеног континента Атлантиде још увијек запањује и узбуђује научнике, политичаре и читаву јавност. Сада када се лава охладила и биљке почеле расти, Уједињене нације су ријешиле проблем сталних препирки око суверенитета новог континента приједлогом да овај континент колонизују интерконтинентални становници. Као што знате; Атлантида се појавила на пола пута између Марока и Флориде и отприлике је величине Исланда. Планирано је да сваки континент изабере 100 мушкараца и жена волонтера да населе Атлантиду и створе цивилизацију. Ових 500 пионира ће бити очеви и мајке оснивачи нове планетарне културе - представници мира и хармоније. Један од првих циљева који Уједињене нације траже од ваше групе јесте да дизајнира заставу Атлантиде. Сви који направе заставу Атлантиде добиће као награду путовање и обилазак Атлантиде када се успостави нормалан живот.“

Ток радионице: Подијелити ученицима листове папира за цртање и прочитати причу. Сваки ученик за себе црта заставу (10 минута). Након тога формирати групе и подијелити папир А3 формата, објаснити ученицима да у групи прво представе свако свој приједлог заставе, а затим да се сви заједно договоре како ће изгледати заједничка застава Атлантиде

(20 минута). Након тога залијепити на таблу све приједлоге група и замолити их да представе симболику заставе, потом развити дискусију на питања:

1. Шта је помогло а шта одмогло групи при доношењу одлуке о идејном рјешењу цртежа?
2. Ко је преузео вођење групе и какав је његов стил вођења?
3. Који чланови групе су имали најмање учешћа и зашто?
4. Како је група излазила на крај са супротним мишљењима?

Умјесто закључка

Поштовани наставници Приручник за рад са одјељењском заједницом у првом разреду средње школе само је почетак писања примјера из праксе. Наиме, намјера нам је да у наредном периоду обухватимо цјелокупан Програм васпитно-образовног рада у одјељењској заједници средње школе из 2020. године.

Наши примјери су само мала помоћ да реализујете садржаје које на основу прописаног Програма планирате заједно са својим стручним сарадницима, а према специфичностима и потребама вашег одјељења.

Уколико пожелите можете и ви придонијети овом скупу добрих идеја и приједлога. Ако имате већ разрађене радионице, слободно нам их пошаљите.

Надамо се да вас подстиче, као и нас, жеља за размјеном идеја и практичних примјера из праксе која ће нам помоћи обликовати сам наставни процес.

АУТОРИ

Литература

- Приручник *Здрави животни стилови – водич за наставнике средњих школа*, РПЗ Бања Лука
- Приручник *Пут кроз социјални, емотивни, когнитивни и развој себе*, РПЗ Бања Лука и Просвјетно-педагошки завод Кантона Сарајево, 2003.
- Збирка радионица за групни рад са дјецом и младима у васпитно-образовном систему, Друштво психолога РС Бања Лука, 2020.
- Смјернице за психолошке кризне интервенције у васпитно-образовним установама *Како пружити подршку дјечи и младима у кризним ситуацијама*, Бања Лука, 2020.
- *Етички кодекс за раднике и ученике средње школе*
- *Бонтон* (традиционални и савремени, бонтон за младе)
- *Учење учења*, Н.Сузић, П.Стевић, Бања Лука, 1996.