Društvo Radi pišemo z roko

Radi pišemo z roko

Časopis Društva Radi pišemo z roko | Številka 2, november, 2018

IZ VSEBINE

Prvo leto.

Program dela Društva za leto 2018/2019.

Zbor članov Društva.

Posveti ravnateljev vrtcev, osnovnega in srednjega šolstva.

Priprave na Teden pisanja z roko 2019.

Pisanje z roko – tehnologija, ki človeku tisočletja zagotavlja napredek. Intervju z Aljošo Bagola.

Raziskava o odnosu do pisanja z roko: več si zapomnim, če pišem z roko.

Pisanje z roko izraža naše razpoloženje.

Postavljanje ciljev - zapišimo jih z roko!

Pisanje z roko pri specifični motnji pisanja - disgrafiji.

Abeceda kaligrafije.

Kaj dela levičarje drugačne od desničarjev.

Misli o jeseni.

Naša članica: OŠ Šmarje pri Jelšah: Kako pisanje z roko približati učencem, ki odraščajo z računalniki.

Nastavki za svinčnike- pomoč pri pisanju.

Naša članica: Marjana Cmager.

Podporniki Društva.

PRVO LETO

Drage članice in člani!

Leto dni je naokrog od ustanovitve društva Radi pišemo z roko. Zelo intenzivno obdobje je za nami, še posebej, ker večino dela opravljamo prostovoljno. V teh uvodnih vrsticah želim spomniti na sodelavce, ki so bili v prvih korakih društva najbolj pomembni, skoraj nenadomestljivi.

Začelo se je z iskanjem doma za društvo, saj društva ni mogoče registrirati, če nima 'stalnega bivališča'. G. Otmar Zorn nam je velikodušno odprl vrata v Poslovni stavbi Zorn, Stegne 23 a, kjer se enkrat mesečno sestajamo in na ta naslov dobivamo pošto. Naslednji cilj je bil, da postane društvo čim prej vidno, prepoznavno. Potrebovali smo spletno in fb stran. Tu nam je bila v veliko pomoč podpredsednica našega Društva Danijela Marolt z Gimnazije Celje Center. Danijela je oseba, ki malo govori in veliko naredi. Očitno zna z ljudmi in ima odlične sodelavce. Vodila je prvo raziskavo o odnosu do pisanja z roko, kjer smo pridobili veliko koristnih informacij za naše delo v bodoče. Med drugim opravlja tudi naloge, ki jih nihče ne mara, tj, piše zapisnike z mesečnih sej Izvršnega odbora društva. Danijela je naša prizadevanja predstavila ravnatelju, g. Gregorju Deleja in sodelavcu Roku Lipniku. G. Gregor Deleja je že od začetka vedno na voljo, ko imamo vprašanja in potrebujemo nasvete ravnatelja, ne le z besedami, ampak kar z akcijo. Vselej ima čas za nas. Roka Lipnika pa kličemo, ko imamo zadrege z informacijsko-komunikacijsko tehnologijo vseh vrst. Lahko si mislite, da ga potrebujemo zelo pogosto. Naše zamisli o predstavitvi društva na spletni in fb strani je spravil v življenje v zelo kratkem času. Ko iščemo boljše rešitve in torej ni že prva vselej dobra, pogosto to pospremi z 'ni problema'. Pravo olajšanje za razmere, ko moraš biti kakovosten in učinkovit! Rok je vsestranski sodelavec; prepričljivo nas nagovarja v videu Radi pišemo z roko 2018, njegov rokopis pa 'nastopa' tudi v celotni podobi društva.

Pomembno vlogo je v tem obdobju odigrala tajnica društva Ljiljana Vojnović, ki je tudi naša računovodkinja. Morala je proučiti računovodski program in poskrbeti, da so naši člani lahko poravnali članarino. Potrebno je bilo napisati in odposlati račune, praviloma z e-portala, saj imamo med kolektivnimi člani največ članov iz javnega sektorja. Skratka, Ljiljana skrbi, da posluje Društvo v skladu s predpisi in zakoni.

Društvo Radi pišemo z roko je postalo morda najbolj prepoznavno z razglednicami kot preprostim sredstvom za pisanje z roko. Le-te za nas oblikuje naša članica Ema Dolinar Lovšin. Narisala je že šest izvirnih razglednic, ena je lepša od druge in prav vse so naletele na zelo pozitiven odziv.

Pobudo Radi pišemo z roko je doslej podprlo tudi več uglednih osebnosti. Nekatere med njimi s svojimi rokopisi predstavljamo na plakatih Tednov pisanja z roko: varuhinjo človekovih pravic Vlasta Nussdorfer, meteorologa Andrej Velkavrh, igralko Polona Juh, generalno direktorico Uršula Cetinski, kreativnega direktorja Aljoša Bagolo in nevrologinjo Ninno Kozorog.

Določene storitve in izdelke je v društvu vendarle potrebno plačati, npr. tisk razglednic in plakatov, tiskovine, potne stroške, računovodske stroške, ipd. Na Ministrstvu za izobraževanje, znanost in šport še nismo 'v sistemu' zato nismo dobili niti evra sredstev za Teden pisanja z roko 2018. Imamo 47 individualnih 22 kolektivnih članov, torej s članarino ne moremo pokriti vseh stroškov. Zato nam ni preostalo drugega, kot da smo začeli pisati prošnje uspešnim slovenskim podjetjem za podporo pobudi.Radi pišemo z roko. Naša prizadevanja so nagradili v podjetjih Kolektor, Zorn Plus, Zobozdravstvo Metod Rotar, Luka Koper, Akrapovič, Domel, Egal in Pošta Slovenije.

Otrok je torej shodil. Zdrav je in dobro mu gre. Saj veste, kaj pravijo: »Majhen otrok majhne...« A to so že sladke skrbi.

November 2018

Predsednica
Marijana Jazbec

Marijana Jazbec

Uredniški odbor:
Marijana Jazbec, Alenka Zdešar, Danijela Marolt, Marika Mihelčič, Vida Trošt Vidic

Lektorica: Valerija Zorko

Časopis Društvo Radi pišemo z roko izhaja dva krat letno. Prejemajo ga člani Društva.

Društvo Radi pišemo z roko
Stegne 23 a 1000 Ljubljana
Telefon: 030 998217

info@pisemozroko.si
www.pisemozroko.si

PROGRAM DRUŠTVA RADI PIŠEMO Z ROKO ZA LETO 2018/2019

Izvedba Tedna pisanja z roko 2019 (priprava novih plakatov in razglednic).

Priprave na Teden pisanja z roko 2020.

Izdelava koncepta častnih članov.

Vabilo poslancem Državnega zbora RS k sodelovanju v Tednu pisanja z roko 2019.

Izdelava (splošnega) videa in tiskanega prospekta Radi pišemo z roko.

Pridobivanje novih članov, 100 % povečanje članstva.

Zagotoviti stalno financiranje Tedna pisanja z roko s strani Ministrstva za izobraževanje, znanost in šport.

Dokončati grafološki slovar.

Ohraniti obseg sponzorskih sredstev.

Sodelovanje na Slovenskem knjižnem sejmu, kulturnem in otroškem bazarju, posvetih ravnateljev vrtcev, osnovnih in srednjih šol.

ZBOR ČLANOV DRUŠTVA

Natančno leto dni po ustanovitvi 8. novembra 2018 je bil zbor članov društva Radi pišemo z roko. Člani so prisluhnili poročilu o opravljenem delu in načrtih za vnaprej. Predsednica društva Marijana Jazbec je predstavila številne aktivnosti, ki so bile opravljene v zadnjem letu dni: društvo RPR je oblikovalo svojo celostno podobo, spletno in fb-stran, opravljena je bila raziskava o odnosu do pisanja z roko, v kateri je sodelovalo 873 udeležencev, izdali smo svoj prvi časopis, skupaj z Društvom SILA smo obeležili mednarodni dan pisanja z roko in organizirali Teden pisanja z roko 2018, ki se ga je udeležilo prek 9000 ljudi, predvsem učencev in dijakov iz osnovnih in srednjih šol. Še posebej smo v društvu ponosni na podporo uspešnih slovenskih podjetij. Društvo ima 47 individualnih in 22 kolektivnih članov ter načrtuje, da bo članstvo v naslednjem letu dni podvojilo. Tudi sicer ima vodstvo Društva ambiciozne načrte za naslednje leto: izdelali bomo video in tiskani prospekt o Društvu, organizirali Teden pisanja z roko 2019, v katerem bodo sodelovali tudi poslanci v Državnem zboru RS, izdali dva časopisa ipd. V drugem delu srečanja so člani prisluhnili zanimivemu predavanju zdravnice, nevrologinje Ninne Kozorog o pomenu pisanja z roko. Poudarila je, da ni jezik tisti, ki nas loči od živali, ampak pisava. Opozorila je na nevarne posledice, ki jih prinaša opuščanje pisanja z roko in se pridružila prizadevanjem društva za več pisanja z roko.

Marijana Jazbec

PREDSTAVITEV DRUŠTVA RADI PIŠEMO Z ROKO SLOVENSKIM RAVNATELJEM

V oktobru in novembru so bila v Portorožu strokovna srečanja ravnateljev vrtcev in osnovnih ter srednjih šol. Predsednica društva Marijana Jazbec in tajnica Ljiljana Vojnović sva se z njimi srečali, da bi predstavili društvo, njegovo poslanstvo in aktivnosti, ki jih izvajamo, predvsem pa, da bi ozavestili in spodbudili pisanje z roko. Povabili sva ravnatelje, da se vključijo v Teden pisanja z roko 2019.

Odziv je bil zelo pozitiven. Številni so se ustavili pred našo stojnico. Pridobili sva nova člana, podelili sva pristopne izjave in dali kontaktne podatke. Predstavili sva svinčnike z nastavki in nove razglednice, ki so pritegnili veliko pozornosti, lanskoletne pa sva mimoidočim preprosto podarili.

Ljiljana Vojnović

PRIPRAVE NA TEDEN PISANJA Z ROKO 2019 SO V POLNEM TEKU

Teden pisanja z roko bomo v 2019 obeležili že kmalu na začetku leta, in sicer od 21. do 25. januarja. 23. januarja je namreč tudi mednarodni dan pisanja z roko. K sodelovanju se je prijavilo več kot 100 osnovnih in srednjih šol, knjižnic in drugih ustanov. Posebej za Teden pisanja z roko 2019 smo oblikovali nov plakat, s katerega nas bodo pozdravile s svojimi rokopisi in izvirnimi mislimi tri ugledne osebnosti: direktorica Cankarjevega doma Uršula Cetinski, kreativec Aljoša Bagola in nevrologinja Ninna Kozorog. Naša članica Ema Dolinar Lovšin je oblikovala nove razglednice, tokrat z zimsko tematiko. V Tednu pisanja z roko 2019 bomo posebno pozornost namenili pisanju posvetil v knjige. Opozorili bomo na enkratno priložnost, ki jo imamo pri podarjanju knjig. S posvetilom v knjigi, podpisom in datumom, bomo poskrbeli, da bo naše darilo trajni spomin. Tudi tokrat bomo sodelovali z društvom SILA, njegove članice z različnih koncev sveta bodo obiskale šole in predstavile njihov način pisanja in njihovo abecedo ter kulturo. Osvežili smo tudi ponudbo predavanj. Novost je predavanje o disgrafiji in disleksiji, ki ga bo izvajala mag. Tanja Černe. Iz načrtov, ki smo jih dobili od prijavljenih ustanov, sklepamo, da se nam obeta raznolik, igriv in poučen Teden pisanja z roko 2019. Komaj čakamo, da se prične.

Marijana Jazbec

PISANJE Z ROKO – TEHNOLOGIJA, KI ČLOVEKU TISOČLETJA ZAGOTAVLJA NAPREDEK

Intervju: Aljoša Bagola

Kreativec, oglaševalec, kolumnist, glasbenik, rodoviten um, predvsem pa človek, ki je močno vpet v hektiko analogno digitalnega današnjika in hkrati sposoben zazrtja vase. Tokratni sogovornik Aljoša Bagola je izvršni direktor oglaševalske agencije Pristop Creativa. Veščini, ki ji grozi, da pristane na deponiji življenja, sva v razmišljujočem in lucidnem pogovoru dodala preživetveno dimenzijo.

Kakšno moč nam dajeta svinčnik in list papirja?
Rad povem, da sem vesel, da sem v službi ideje, ne pa v ideji službe. Poleg glave mi je pri tem na voljo nekaj rekvizitov, kot sta papir in svinčnik, najraje pa uporabljam nalivno pero. Ko je človek soočen s praznim papirjem, ne prenaša le misli iz glave, pač pa tudi iz srca in duše. Začuti poziv, klic, da začne ustvarjati in izpusti na plan svojo kreativnost.

Delate v pretežno digitalnem svetu. Pogosto uporabljate papir in nalivno pero?
Večinoma. Zjutraj se usedem ob čaju ali kavi. V brezčrtno beležko začnem risati, skicirati, šele potem zapišem v digitalni obliki. To je moj alkimistični pristop.

Nekje ste napisali, da je list papirja največji pospeševalnik kreativnosti, da glava vodi roko, kamor duša hoče. Če je kreativnost biološka funkcija, ali bi lahko rekli, da je to črta, ki teče in poskakuje v ritmu srca?
V bistvu ima kreativnost preživetveno funkcijo. Ljudje smo, zaradi manjših gibalnih spretnosti in slabšega perifernega vida v primerjavi z živalmi, razvili določene biološke značilnosti. V boju pred plenilci smo začeli uporabljati možgane ter s pomočjo kreativnosti razvili pasti in orodja. Ne le po biološki, tudi po siceršnji strukturi, ki vključuje miselno in duhovno komponento, je človekova temeljna potreba, da se izrazi. V tem primeru kreativnost nima neposredne preživetvene funkcije, v smislu, da moramo nekomu ubežati, ga pretentati, a za zdravje in izpolnjenost naše duše moramo ustvarjati, nekaj dati iz sebe.

Ali je razlika, če črto, ki poskakuje v ritmu srca, rišemo z roko ali z računalnikom?
Seveda, neposrednost ima svojo težo in pusti pečat, ki je zelo iskren. Pisanje z roko je poseben obred, vzeti si moramo čas in premislili, kaj bomo napisali. Bistveno bolj smo vpleteni, saj sporočila ne moremo kar pobrisati in napisati na novo. Rene Descartes je začel pismo svojemu prijatelju »oprosti, ker si nisem vzel časa, da bi ti napisal krajše pismo«.

Pismenost postaja vse bolj vizualna. Tudi črke so vizualni simboli, a jih prevečkrat zamenjujemo z banalnimi prikazi, kot so čustvenčki. V primerjavi z dobrim izborom besed v avtorskem zapisu, ki odraža naše razpoloženje, z njimi zelo omejujemo možnost izražanja. Kadar pišemo bolj impulzivno, čustva neposredno zlivamo na papir, takrat ima pisanje direktno povezavo s črto, ki poskakuje v ritmu srca.

Prej sva rekla, da nam kreativne rešitve lahko rešijo življenje. Se ta analogni program v stiski hitreje vključi, če ga tudi sicer izvajamo?
Zagotovo sta najprej v ospredju nagon in adrenalin, ko del možganov sprejme rešitve, ki jih zavestno sploh ne bi dojeli. Za tem pride na vrsto kreativnost in če je priučena skozi delo, potem tudi osnovni refleks vsebuje njen odmerek. Sebe sem zalotil v situacijah, ko so drugi panično odreagirali, da sem k rešitvam pristopil drugače in ubral nenavadno pot, ki jo tudi sicer uporabljam pri svojem delu.

Ali posameznikova odgovornost za lasten razvoj vključuje tudi ohranjanje pisanja z roko?
Vsekakor. Človek mora biti pismen, to mu omogoča razumevanje sveta. Tehnologijo, ki je spremenila način človeškega obnašanja, kot je pisanje z roko, je nujno treba vzdrževati ne samo kot kulturno dediščino.

Sicer pa je to predvsem odgovornost družbe, izobraževalnih ustanov. Moja tašča, ki je profesorica slovenščine na srednji šoli, ima izjemne težave s slabo pismenostjo celih generacij, ki so po zakonu dobe in tehnologij, s katerimi so obkroženi, postali digitalni domorodci. Tehnologijo razumejo kot podaljšek telesa in obliko samoumevnosti. Dijaki v četrtem letniku pišejo esej z velikimi tiskanimi črkami, kar je potem enostranski zapis, ne pa esej. To ni povezano samo s tem, kako znajo pisati, ampak predvsem, kako znajo razmišljati. Ob tem se je res treba zamisliti in ustrezno nagovarjati, kajti človek, ki ne zna napisati eseja z roko, ga verjetno tudi s tipkovnico ne more.

Ves čas ugotavljava, da pisanje z roko vzpostavlja boljši stik s seboj. Če bolje čutimo, kar nosimo v tkivu, verjetno tudi hitreje prepoznamo svoje danosti, talente in se lažje najdemo v poklicu in življenju?
Zagotovo. V življenju čutim dolžnost do nekaterih stvari, predvsem do družine in do sebe. Čutim obvezo, da svojemu talentu zagotovim, da se aktivira in izrazi. V zadnjem času je skrb podvržena drugačni presoji. Manj, da moram ustvariti čim več epskih del in dobiti čim več nagrad, pač pa temu, da sem v stiku s tem, kaj moram biti in kaj postati.

Velikokrat se ujamemo v samoumevnost svojih poklicev in karier, kot da so neke tračnice, po katerih potuješ ali ausglajzaš. Prevrednotenje prioritet se mi zdi pomembno tudi zato, da si s pomočjo osnovnih oblik samoizpraševanja, samorefleksije, kot so dnevniki, nastavimo ogledalo. Če imamo nekaj, kamor ob koncu dneva nakracamo nekaj misli, nam to pomaga ugotoviti, ali smo na pravi poti, ali nas poklic še izpolnjuje. Če je v mojem poklicu ustvarjanje z roko nekaj ključnega, mi ga hkrati postavlja pod vprašaj.

Ste zelo elokventna oseba. Svoja stališča in vrednote pogosto komunicirate, verbalno in neverbalno v javnih pojavljanjih, pisno v obliki kolumn, rokopis pa zaradi digitalizacije redko pride v javnost. Ostaja pa še en način izražanja.
Res je. Za tistega, ki ima izrazit stil, radi rečemo, da je dodal svoj pečat, svoj podpis. Svoje vrednote in stališča komuniciram tudi prek svojega dela, ki mu skušam dodati svoj podpis.

Neposrednost, ki jo ima pisava, je v nekem bolj šaljivem smislu bila opredmetena v kracanju zdravnikov, saj so recepte še v lekarni težko dekodirali. Ali pa v načečkanih zapiskih s faksa. Če smo na predavanjih sami zapisovali, smo se pri učenju lažje vživeli v trenutek, ko je bilo napisano izrečeno in se s tem hitreje naučili. Sicer pa smo do rokopisa po mojem mnenju malce nepravilno opredeljeni. Če bi nekdo od nas zahteval, da nekaj napišemo, bi pisali preveč premišljeno in čitljivo. Tudi sam pri pisanju misli na Instagramu sledim določeni tipografiji, ker želim, da vsi, ki posvetijo temu tri sekunde pozornosti, razberejo sporočilo.

Kako nastajajo vaše kolumne, si pomagate z opornimi točkami ali kar pišete?
Običajno že ob koncu kolumne podam izhodišče za naslednjo, zadnji dan se priklopim na nek navdih in nikoli ne vem, kam me bo pisanje pripeljalo. Tudi pri strokovnih vsebinah si dovolim, da so napisane po moje, saj revije, za katere pišem, ravno to spoštujejo.

Pri pisanju z uporabo tipkovnice se vključi manj možganskih omrežij kot pri pisanju z roko. S tem krnimo sposobnost pomnjenja, kompleksnega razmišljanja, domišljije... pri igranju inštrumenta tudi pritiskamo na gumbe, tipke. Kje je razlika?
Zagotovo je razlika, tudi sam igram klavir, kitaro, bobne. Na klavirju lahko uravnavamo dinamiko, glasnost, ritem tonov, zato čutimo novo energijo v obliki zvoka, ki resonira. Tipkovnica pa ni dinamičen inštrument, na ekranu produciramo uniformiran zapis v sistemskih fontih. Na voljo imamo le tri ali štiri, pa se pretvarjamo, da smo individualni.

Postajamo učinkovitostno naravnani. Mnogo držav opušča učenje pisane pisave v osnovnih šolah, mlajše generacije vedno pogosteje pišejo le s tiskanimi črkami. Ali ni to malce paradoksalno, saj je pisana pisava hitrejša, sploh poenostavljena kaže na učinkovitega človeka?
Mnenja o digitalni učinkovitosti ne držijo povsem. Izgubljamo preveč časa s pisanjem prevelikega števila mailov, s čimer le ustvarjamo vtis učinkovitosti. Opažam, da odkar imamo prek maila možnost hitro sklicati sestanek, samo zaradi dejstva, da je treba sestankovati, je produktivnost v upadu. Če bi morali vabila poslati v obliki pisma, bi bolj razmislili, kaj je pomembno in kaj ne. Kar se razvoja tiče, drvimo v precej trapasto smer. Sam največ naredim, ko se izklopim, tudi e-pošto, da ni motilcev in imam mir.

Kaj pa pisana pisava?
Precej neočitno, pa hkrati zelo jasno. Pisanje z roko je tehnologija, ki je vrsto tisočletij zagotavljala napredek, izboljšala komunikacijo in s tem odnose. Možna je primerjava s tehnologijami, ki so na drugih področjih počele nekaj podobnega. Če pogledamo iznajdbo dvotaktnega motorja, črpanje nafte in posledično onesnaževanje okolja, se pri pisanju z roko zdi obratno, da pomanjkanje te tehnologije onesnažuje okolje. Še posebej odnose. Vsak lahko gre na internet, popljuva vse in vsakogar, grdo piše o nekom ali nečem. Banalno. Če bi morali napisati pismo in ga poslati, bi bilo takšnega početja bistveno manj.

Pred leti, ko so na POP TV še imeli informativno oddajo ob enih, ki je bila zelo zanimiv medijski format, sem bil komentator aktualnih dogodkov. Dobil sem veliko komentarjev, tudi na svojo frizuro. Nekateri so želeli ostati anonimni in so poslali pošto na Pristop. En tak komentar, napisan z zelo lepo pisavo, je bil »zaboga, cigan, ostriži se že«. Vzel sem ga kot kompliment, saj poznam v Prekmurju veliko Romov in mi je bilo v bistvu lepo, da me primerjajo z njimi. Poleg tega pa si je ta nekdo vzel čas, napisal sporočilo na papir, šel na pošto, kupil znamko in poslal pismo.(smeh) Kritiko lažje prenesemo, če se za njo kdo bolj potrudi, kot da nas le popljuva na spletu z anonimnim vzdevkom in vso strahopetnostjo, ki tiči za tem.

Nek angleški kolumnist je rekel, da še nikoli v zgodovini človeštva toliko ljudi, ki nimajo nič povedati, ni imelo možnosti, da to pove tako zelo naglas. To je realnost interneta, družbenih omrežij. Tehnologija, ki je želela demokratizirati komunikacijo, se zdaj odvija v napačno smer, z vsemi fake news, ki vplivajo na izide volitev, brexitom ipd.

Pisanje z roko je zelo pomembna tehnologija tudi za vse prihodnje generacije. Razumevanje, da se s tem, ko se naučimo pisati, lahko naučimo brati in postanemo samostojni, je pomemben del odraščanja.

Januarja 2019 bo v Sloveniji potekal Teden pisanja z roko, 23. januarja ima pisanje z roko tudi svoj mednarodni dan. V dobi digitalne odtujenosti, ko se tudi vsa naša čustvovanja selijo na tipkovnico, se to sliši kot klic na pomoč.
Nisem vedel, da je stanje tako zaskrbljujoče, da nekaj tako osnovnega in pomembnega postaja marginalna, nezaželena dejavnost. Precej šokantno. Vsekakor morajo v šolah razumeti

trenutno situacijo in jo obravnavati na način, da se digitalne tehnologije ne demonizira preveč. Prikazati je treba kakovostno sobivanje obeh svetov.

Izgubljamo romantičnost, ljubezen vedno težje verbaliziramo. Kaj bi rekli mladim, ki težko sklepajo medsebojne odnose, samskost pa je sindrom sodobnega časa ...
Tu so seveda nujni sistemski ukrepi na dolgi rok. Večkrat rečem, da je iznajdba interneta in družbenih omrežij, podobna iznajdbi ognja. Veliko se jih bo moralo opeči, preden se bomo naučili ravnati s tem. Zdaj smo v zelo zgodnji fazi, prednost je globalna povezanost, a vse bolj v ospredje prihajajo slabosti. Erozija pristnih odnosov je ustvarila velike blokade med ljudmi, ki jih fabricirano nadomeščamo s čustvenčki, polni srčkov in bleščic. A to ne more nadomestiti izkušnje pristnega človeškega stika.

Med mladimi je vedno več duševnih bolezni, ker so jim ti svetovi nevarno neraztolmačeni. Obremenjeni so z dobrim izgledom in samorežiranje v zahtevano popolnost doživljajo kot pritisk. Poleg tega stereotipiziran vidik osebnosti mlade sili, da se že zelo zgodaj znamčijo. Če ima nekdo svoj profil, z njim daje vtis, da se je »našel«. Včasih smo svobodno eksperimentirali, se iskali, menjali identitete, od šminkerja do punkerja. Če mlad človek danes eksperimentira s svojo izraznostjo, dobi manj prijateljstev. Srečujemo se z umetno inteligenco, ko algoritem, ki so ga sprogramirali srednješolski piflarski dečki,določa počutje celemu svetu. Ni več svobode iskanja, saj algoritem tega ne dovoljuje.

Fenomen ustvarjanja nenehne sreče in popolnosti, všeček-srček, ta mini odmerek ljubezni, je zelo obremenjujoč mehanizem. Mladi, v želji, da ustvarijo vtis sreče, nervozno objavljajo veliko fotografij. Če vsaka ne dobi vsaj sto všečkov, imajo občutek, da so osamljeni, da ne pripadajo nikomur in nikamor. Na žalost se pri tem izčrpavajo vsi, tudi tisti, ki gledajo in se sprašujejo, zakaj oni ne morejo tako živeti. Tako se lahko hitro pojavijo potrtost, osama, neizpolnjenost, depresija, manjvrednost. V prihodnje bo težav še več, situacija zahteva resen premislek.

Poleg odtujenosti opažamo še en sindrom, izgorelost. Postavljanje prioritet postaja vedno večji problem. Pisanje z roko je, kot aktivnost, ki je povezana z ritmom celotnega telesa in učinkuje na naše počutje, morda lahko eden od načinov, da ugotovimo, kaj se nam dogaja.
Zelo zanimivo opažanje. Zagotovo je to indikator, na katerega pozabljamo. Izgorelost je postala epidemija, kuga sodobnega časa. Gospodarstvo na leto izgublja na milijone delovnih dni, zavarovalnice letno izplačujejo 700 milijard za okrevanje ljudi, ki trpijo za izgorelostjo. Detektorjev, s katerimi si lahko preverimo nivo stresa, je pa k sreči vedno več. Na različnih področjih, medicinskem, duhovnem, zaposlovalnem in tudi strokovnjak za pisavo nam zagotovo lahko pomaga ugotoviti, kako daleč smo do te resne oblike bolezni.

Pisanje dnevnika z roko je eden od zelo dobrih načinov nadzora, saj pri vsakodnevnih zapisih lahko opazujemo, kaj se preliva na papir. Če opazimo preveč stresa, preveč tesnobe, moramo čim prej odreagirati. Ko zapisujemo, začnemo razmišljati s svojo glavo in postavljati meje. Če je izpraševanje zelo iskreno, se izgorelost lahko prepreči.

Ali nam dobra veščina pisanja z roko lahko pomaga k večji konkurenčnosti na zahtevnem trgu delovne sile?
Razumeti moramo razliko med uspehom in napredkom. Uspeh vrednotimo z več denarja, več kvalifikacij, več vsega, na drugi strani napredek dostikrat merimo z manj, manj stresa, manj odgovornosti. manj strahov, manj dvomov.

No, manj pismenosti zagotovo ni napredek. (smeh) Če lahko nekdo med svojimi sposobnostmi in kvalifikacijami našteje, da je pismen, da zna napisati izdelek, ki ima rep in glavo, ki upošteva slovnična pravila, izraža načitanost in razumevanje problema, je to velika prednost.

Zelo pogrešam ljudi, ki se znajo dobro izražati. V našem poslu dobro idejo težko ohranimo pri življenju, če ne znamo napisati dobre zgodbe in jo ustrezno komunicirati, zato mora vsak snovalec idej nujno narediti tudi evolucijo na področju pisanja.

Na tako stanje vpliva veliko elektronske komunikacije, ki sem jo že prej omenil. Zaradi učinkovitosti pri pisanju mailov ne uporabljam velikih začetnic, niti pik, uporabljam pa slovnična pravila, vejice in sintakso, da so misli oblikovane.

Če torej gledamo pismenost z vidika uspeha, pomeni več kvalifikacij. Če znamo dobro pisati z roko, zagotovo tudi bolje sestavljamo vsebino.

Če pa jo gledamo z vidika napredka, smo pri pisanju z roko v boljšem stiku s sabo, imamo več kapitala za kakovostno refleksijo, kar pomeni, da smo bolj umirjeni. Če smo umirjeni v tem podivjanem svetu, bolje izvajamo svoje naloge, kar vpliva na karierno uspešnost, saj smo uspešnejši zato, ker imamo več napredka. Posledično imamo več energije za uresničevanje svojih ciljev in ne ciljev in pričakovanj nekoga drugega. Ko bomo ljudje to razumeli, bo vsem veliko lažje. Očitno je do tega možno priti, tudi s pisanjem z roko.

Alenka Zdešar

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE, ZNANOST IN ŠPORT

DRUŠTVO RADI PIŠEMO Z ROKO

Zavod Republike Slovenije za šolstvo

Teden pisanja z roko 2019

V dobi neutrnega zrenja v zaslone se nam zdi pisanje na njih navarni odziv na tehnologijo.
A ni tako. Šele ko pišeš z roko, si v stiku s svojim srcem. In šele ko si v stiku s svojim srcem, je tvoja kreativnost iskrena, edinstvena in nezamenljiva.
Zato piši in piši z roko, in se odkrivaj.

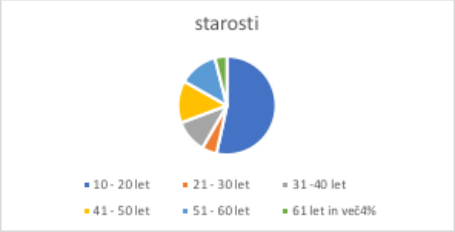
Ajda Bagola

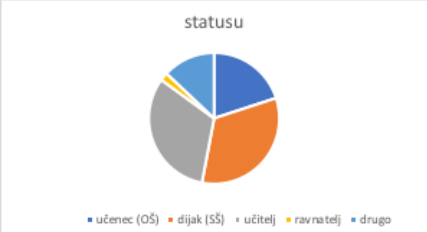
RAZISKAVA O ODNOSU DO PISANJA Z ROKO: VEČ SI ZAPOMNIM, ČE PIŠEM Z ROKO

Namen raziskave je bil ugotoviti odnos ljudi do pisanja z roko in temu primerno zastaviti delovanje društva v prihodnosti. Zavedamo se, da so sodelujoči v raziskavi večinoma udeleženci dejavnosti Tedna pisanja z roko, s čimer so že pokazali svojo naklonjenost do pisanja z roko.

Raziskava je bila dostopna na spletnem naslovu https://www.1ka.si/a/155919. V času od 10. februarja do 10. maja 2018 se je nanjo odzvalo več kot 1700 ljudi. Za odgovore na vprašanja so povprečno potrebovali od 3 do 4 minute. Največ anket je bilo rešenih v marcu, kar sovpada z organizacijo aktivnosti ob Tednu pisanja z roko 2018.

Za potrebe analize smo sodelujoče v raziskavi delili po:





Drugo: upokojenec, knjižničar, šolska svetovalna služba, zdravstvo ...

V raziskavi je bilo eno vprašanje odprtega tipa in 22 trditev, ki smo jih opremili s petstopenjsko lestvico. Pri tem smo uporabili naslednje oznake:
DA – s trditvijo se popolnoma strinjam ;
da – s trditvijo se delno strinjam ;
ne vem – do trditve se ne morem opredeliti (nimam dovolj izkušenj, informacij ...);
ne – s trditvijo se delno (včasih) ne strinjam;
NE – s trditvijo se nikakor ne strinjam.

V strnjeni obliki predstavljamo rezultate ankete:

TRDITEV	DA/DA	NE VEM	NE/NE
Pisanje z roko v današnjem času ni pomembno, saj ga nadomešča računalnik.	20 %	6 %	74 %
Raba družabnih medijev, hitrih sporočil in pametnih telefonov dobro nadomešča pisanje z roko.	44 %	9 %	47 %
Pomembna je predvsem vsebina sporočila in ne način sporočanja.	47 %	11 %	42 %
Pisanje z roko mora biti skrb vseh učiteljev, ne le tistih, ki poučujejo jezike.	74 %	11 %	15 %
Ponosen sem na svojo pisavo, saj nihče ne piše tako kot jaz.	69 %	15 %	16 %
Pisano pisavo vedno pogosteje nadomešča tiskana pisava.	76 %	15 %	9 %
Zavedanje o pomenu pisanja z roko je veliko.	38 %	22 %	40 %
Pisanje z roko vključuje čustva in razum.	72 %	15 %	13 %
Sporočilo, napisano z roko, je bolj osebno.	84 %	9 %	7 %
Vseeno mi je, ali dobim čestitko za rojstni dan napisano z roko ali natipkano.	24 %	10 %	66 %
Ko se učim, zapiske še vedno pišem z roko.	87 %	5 %	6 %
Več si zapomnim, če pišem z roko.	82 %	12 %	6 %
Učitelji bi lahko bi več naredili, da bi ohranjali čitljivost pisanja.	63 %	24 %	13 %
Pri spodbujanju pisanja z roko bi morali učitelji sodelovati s starši, saj bi bili tako bolj učinkoviti.	53 %	25 %	22 %
Včasih pišem tako nečitljivo, da še za seboj ne znam brati.	39 %	7 %	54 %
Lažje mi je pisati z računalnikom kot z roko.	39 %	18 %	43 %
Dobro bi bilo, da se v šoli poleg vsebine ocenjuje tudi oblika.	52 %	21 %	27 %
Ne vem, zakaj bi pisal(a) z roko, če pa lahko pišem s pomočjo tipkovnice.	20 %	19 %	61 %
Rad(a) pišem z roko.	70 %	13 %	17 %
Nihče mi še ni pojasnil, zakaj je pisanje z roko koristno.	30 %	19 %	51 %
Društvo Radi pišemo z roko naj izvaja v šolah predavanja o pomenu pisanja z roko.	56 %	25 %	18 %
Smiselno je sodelovati v aktivnostih, ki spodbujajo pisanje z roko.	65 %	19 %	16 %

Na vprašanje, kateri ukrepi bi po vašem mnenju spodbudili pisanje z roko, smo dobili veliko izvirnih odgovorov. Najpogostejši so bili:
Ocenjevanje oblike pisave (po sposobnostih učenca). Nagrajevanje.
Lepopis kot izbirni predmet.
Manj delovnih zvezkov in učnih listov, več prepisovanja, narekovanja, povzetkov, spisov, zapiskov.
Ozaveščanje javnosti, učiteljev. Predavanja, delavnice za starše, učence.
Učenje kaligrafije.
Zmanjšanje uporabe računalnika.
Pisanje z nalivnim peresom.
Dobri zgledi: pisanje voščilnic, oglaševanje v medijih.
Manj hitenja, vztrajanje pri lepopisju.
Razstave rokopisnih izdelkov: dokumenti, prevodi, dnevniki, pisma, knjige ...

Zavedamo se, da nimamo moči spreminjati učnih načrtov in da so učiteljice prve triade naše neposredne ambasadorke, ki v prvih bojnih vrstah poskušajo vnovčiti vse možne potenciale. V društvu bomo spodbujali pisanje z roko in širili dejavnosti, s katerimi se bomo čim bolj približali ljudem.

Vsebinsko je raziskavo zasnovala Marijana Jazbec, tehnično pa Danijela Marolt.

Danijela Marolt

Izraelska študija:

PISANJE Z ROKO IZRAŽA NAŠE RAZPOLOŽENJE

Simona Shemer, NoCamels Oktober 02, 2018
Prevod: Katarina Čepič

Health News Technology News
Ste čustveni, a ne veste, kako to ubesediti? Predlagamo vam, da napišite kaj z roko. Kot ugotavlja najnovejša izraelska študija, način pisanja razkriva naša občutja.

Nova raziskava, ki so jo objavili raziskovalci na Univerzi na Haifi, je ugotovila, kako lahko na podlagi sprememb v pisanju z roko (oblike črk, razmiki med besedami in pritisk pisala na papir ...) prepoznavamo čustveno stanje posameznika.

Problem pri merjenju čustev je uporaba objektivnih indeksov, ki so popolnoma neodvisni od načina pripovedovanja posameznika. Clara Rispler, doktorska študentka z oddelka Human Services Department z univerze v Haifi in ena od avtorjev študije, je izjavila, »da bi neinvazivno in enostavno prepoznavanje čustvenega stanja lahko prispevalo k velikemu napredku v raziskovanju in čustveni terapiji.«

Prof. Rispler, ki je poleg dr. Alon Kahane in prof. Gil Luria vodil študijo, je k sodelovanju še povabil prof. Saro Rosenblum z oddelka za delovno terapijo (Occupational Therapy). Prof. Rosenblum je več let preiskovala povezanost med kognitivno terapijo in pisanjem z roko. »Možgani izvajajo več aktivnosti simultano, pri tem pa so sekundarne dejavnosti (poleg tistih, ki so avtomatizirane) ovirane.«
Prof. Rosenblum se je oprla na to teorijo, da bi razvila programsko opremo, ki bi natančno merila specifične spremembe v pisanju. Programski način ocenjevanja pisanja z roko, ki se imenuje Computerized Penmanship Evaluation Tool (ComPET), je ocenjevalno in mersko orodje, ki uporablja posebno elektronsko podlago, poznano kot »digitizer.« Ta neverjetno jasno analizira pisavo in njene značilnosti ter meri različne elemente v pisavi, kot je na primer razmik med črkami. »Programska oprema ComPET beleži pisanje, ko posameznik piše v zraku ali na posebno podlogo (digitizer). Pisanje je tako naravno,« razloži Rispler. Programski sistem prvič omogoča objektivni pogled na zelo kompleksno področje pisanja z roko. Na ta način želi preučiti, kako pisanje, ki je vsakodnevna

dejavnost, lahko pripomore k preučevanju različnih razpoloženj posameznika.

Rosenblum je odkril še ostale pomembne značilnosti, ki jih program lahko prepozna (npr. laganje, zgodnji znaki Parkinsonove bolezni).

Nova študija je naključno razdelila 62 udeležencev v tri skupine, ki so gledali filme, ki naj bi vzbudili pozitivna, negativna in nevtralna razpoloženja. Vsakega udeleženca so prosili, naj napiše odstavek v programski sistem in pri tem vključi vse črke hebrejske abecede.

Rezultati so pokazali razlike med tremi skupinami v različnih parametrih elementov pisanja z roko. Udeleženci vsake skupine so bili različno razpoloženi, kar je bilo razvidno tudi iz njihove pisave. »Črke, ki so jih pisali negativno razpoloženi ljudje, so bile precej manjše od tistih, ki so bili pozitivno ali nevtralno razpoloženi.« Raziskovalci so tudi ugotovili, da so negativno razpoloženi udeleženci pisali hitreje, pri tem so zapisovali ožje črke kot ostali udeleženci.

»Kot smo seznanjeni, je to prva študija, ki uporablja tehniko the ComPET v povezavi z merjenjem razpoloženj,« pravi prof. Rispler. »V večini primerov se počutje meri subjektivno. ComPET pa omogoča objektivno analizo, saj dokumentira proces pisanja z roko na elektronsko tablico (digitizer), kar omogoča objektivnost.«

Obstajajo statistično pomembne razlike v merjenju pisanja glede različnih skupin, ki se ločijo po razpoloženju.
Medtem ko obstajajo različne tehnike in metode evalvacije za dekodiranje razpoloženj, so psihološki testi kompleksni, dragi in velikokrat prekinejo rutino svetovalnega oziroma terapevtskega odnosa. Oseba, ki se ne zaveda svojega razpoloženja, si lahko tudi napačno razlaga svoje počutje. Raziskovalci trdijo, da je sposobnost razvijanja objektivnega merskega sistema, ki ne povzroča motenj normalnega funkcioniranja, zelo pomembno za terapevtske namene in pomoč terapevtom.

Rezultati raziskave jim lahko pomagajo, da prepoznajo dejansko stanje, kar je zelo pomembno pri njihovem svetovanju. Kot trdi prof. Rosenblum: »Nič ni bolj pomembno kot to, da terapevt vidi, ali terapija izboljšuje čustveno stanje pacienta in da je ta vključen v ustrezen proces. V prihodnosti bomo poskušali raziskati, ali lahko merimo tudi intenzivnost oziroma stopnjo določenega čustva, npr. sreče ali žalosti.«

Rispler trdi, da pravočasno osredotočenje na dnevni funkcionalni deficit lahko preprečuje socioekonomske težave in težave z zdravstvenim stanjem.

Po njegovem mnenju je pomembno »razviti uspešna ocenjevalna orodja, ki bodo zaradi svoje visoke občutljivosti na dnevne dogodke učinkovito odkrivala človeške dejavnosti (npr. pisanje z roko). To bi lahko prispevalo k zgodnji in izboljšani diagnozi. Ta bo omogočala razvoj osredotočenih intervencijskih metod pri ljudeh z razvojnimi problemi in drugimi boleznimi, ki pretijo na nas.«

Katarine Čepič

POSTAVLJANJE CILJEV - ZAPIŠIMO JIH Z ROKO!

Gotovo ste tudi vi že imeli dneve, ko vam ni in ni šlo. Vedeli ste, da bo ne glede na trenutno popolno demotivacijo potrebno nekaj storiti. Ure bežijo, mi pa smo kot prikovani in se ne premaknemo. Iščemo in seveda tudi najdemo 1000 razlogov, zaradi katerih smo še vedno prikovani in se ne premaknemo v smeri nalog, za katere sicer vemo, da jih moramo opraviti.

Takrat je dobro, da začnemo delovati kot gasilci ali pa kot vojaki. Spomnite se, kako delujejo. Preden začnejo akcijo, štejejo obratno: 3, 2 , 1 ... akcija. To deluje namreč psihološko. Ko štejemo nazaj in ko preštejemo od 3 do 1, se intuitivno nimamo več kam umakniti, zato akcija lažje steče.

Ko nam doseganje ciljev ne gre, ko imamo slabe dneve, je najbolje, da se tudi s takimi triki prisilimo k akciji, saj naši možgani potrebujejo za to, da nas odvrnejo od plana, nič več in nič manj kot samo 5 sekund. Prvo pravilo torej je, da moramo v akcijo stopiti najkasneje v petih sekundah.

Dobro je, da cilje zapišemo z roko, saj je pisanje z roko zopet psihološki trik. Kar je zapisano na papir, se nam namreč tudi bolj »zapiše« v naše možgane. Postavljeni cilji se tako hitreje in lažje dosežejo.

Triki, ki nam pomagajo do akcije, ko imamo slab dan

- **Poveznite si klobuk prijatelja**

Vprašajte se, kaj bi naredili, če bi morali svojemu najboljšemu prijatelju konkretno svetovati, kako naj se spravi v akcijo. Na primer: predstavljajte si, da mora vaš prijatelj poklicati kupca in mu predstaviti nov produkt, čeprav ve, da sodi kupec v kategorijo »težavnih strank«. Svetujete mu, da si zapiše na papir kdaj ga bo poklical in da si zapiše bistvo pogovora, s čim ga bo skušal prepričati. Če bi to svetovali svojemu prijatelju, potem to svetujte tudi sebi, in sicer po metodi 5, 4, 3, 2, 1 in pojdite v akcijo. Pomembno je, da si nalogo napišete, da jo boste lažje kontrolirali, če je bila (pravočasno) narejena. đ

- **Novo poglavje**

Zapišimo na papir novo poglavje, ko nam nekaj ne gre, čeprav vemo, da bi nam šlo, če bi se prisilili, pa vendar tega kljub temu ne naredimo. Ko želimo začeti nekaj na novo, še posebej, če nam do sedaj ni uspelo, če z doseženim nismo bili zadovoljni, takrat je najbolje, da sedemo za mizo in zapišemo novo poglavje, ki ga vedno začnemo z enakimi besedami. Če bi začel(a) na novo, bi ... Kaj bi naredil(a), če bi imel(a) ponovno možnost ... Zapišite in nato spet stopite v akcijo.

- **Metoda rezanja salame**

Kadar imamo (pre)velik izziv, kar odlašamo in odlašamo z akcijo. Čeprav vemo, kaj moramo narediti, katere so tiste faze, preko katerih moramo, se nam zdi vse skupaj preobsežno, pretežko, zato odlašamo. Takrat pomaga metoda rezanja salame. Mogoče ste že slišali zanjo. En velik izziv razrežemo na majhne koščke, saj je te koščke lažje prežvečiti kot na enkrat pojesti celo salamo oz. cel izziv. Torej zapišite na papir delčke te velike salame in se nagradite za vsak delček, za vsako nalogo, ki jo boste opravili. Naj bo nagrada sprehod ali dobra kava v

vaši najljubši kavarni, klepet s prijatelji ali šopek rož z bližnjega travnika. Napišite si pohvalo, saj poznate pregovor: »Dobro blago se samo hvali.« Ni treba namreč daleč po zadovoljstvo.

- **Ne iščite težav, iščite rešitve**

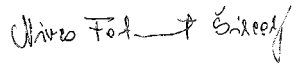
Pravijo, da tisti, ki išče težave, najde težave. Tisti, ki pa išče rešitve, tudi najde rešitve. Pomembno je, da se ne obremenjujemo več s preteklimi dogodki, temveč se usmerimo v prihodnost, da ne iščemo več odgovorov na vprašanja, saj s tem ne pridemo do rešitev, temveč se le vračamo v preteklost, ki nam ne koristi več. Dobro je, da na papir zapišemo samo rešitve, ne pa preteklih dogodkov in vzrokov zanje.

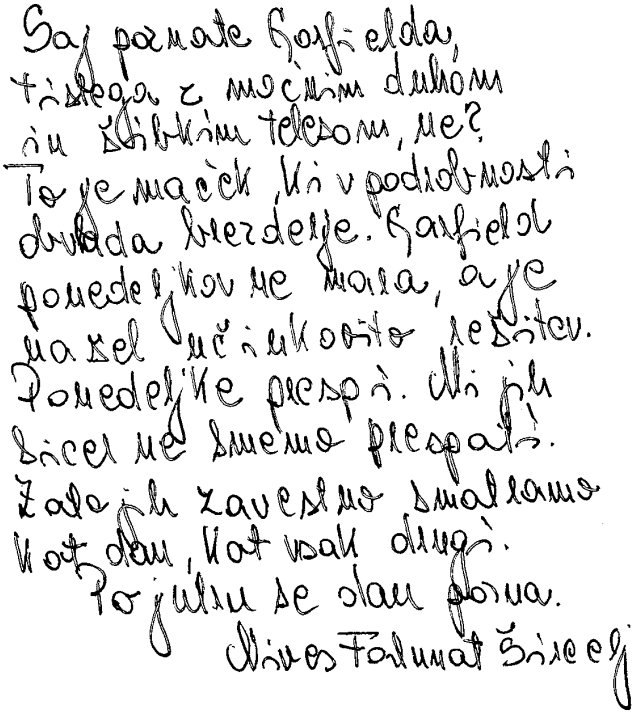
- **Kupite si karte**

Ko imamo slabe dneve, se ni dobro prepuščati malodušju, se držati doma, med štirimi stenami, saj se slabo razpoloženje samo še stopnjuje. Kadar smo slabe volje, smo pogosto pasivni, zato je treba doseči, da bomo odprti za nove ideje. To pa dosežemo samo, če smo zadovoljni sami s seboj. Vsi imamo kdaj slabe dneve, a pomembno je, da se takrat ozremo okrog sebe, se družimo s prijatelji ali gremo zgolj na sprehod s svojimi najbližjimi. Zapišite si, kaj bi v tistem tednu vse lahko počeli, nato pa seveda tudi kontrolirajte, kaj od zapisanega ste realizirali.

Želim vam veliko pisanja z roko.

Nives Fortunat Šircelj




Saj poznate Garfielda,
tistega z mocnim duhom
in šibkim telesom, ne?
To je maček, ki v podobnosti
dvoda brezdelje. Garfield
ponedeljkov ne mara, a je
našel učinkovito rešitev.
Ponedeljke prespi. Ni jih
šicer ne smemo prespati.
Zato jih zavestno smalamo
kot dan, kot vsak drugi.
Po jutru se dan gorna.
Nives Fortunat Šircelj

PISANJE Z ROKO PRI SPECIFIČNI MOTNJI PISANJA - DISGRAFIJI

UVOD

Grafomotorika je sposobnost in spretnost pisanja (oblikovanja črk, števil in drugih pisnih znamenj) ter je del splošne motorike. Del grafomotorike je tudi pisanje, ki je nadzorovano, hoteno gibanje. Pri pisanju obvladujemo obliko ter velikost črk v predvidenem prostoru, natančneje v črtovju. Kako držimo in uporabljamo pisalo ter kako zapisujemo ali rišemo, pa je odvisno od razvoja grobe motorike, zrelosti mišičnega tonusa ter načina drže, ki smo se jih naučili. Dozorevanje mišic poteka v kranio-kavdalni ter medio-lateralni smeri. Zaradi težav v integraciji posturalnih in dinamičnih refleksov otroci pogosto ne vzpostavljajo pravilne drže telesa, zato na pisalni mizi ležijo, si pri učenju podpirajo glavo, so nenehno utrujeni ter imajo tudi krčevit prijem pisala. Pogosto povedo, da jih pri pisanju boli roka, zlasti ob hitrem tempu in večji količini pisanja. V zvezkih je viden premočan pritisk. Pogosto pišejo nečitljivo ali grafomotorično okorno. Črke so neenakomerno oblikovane, različnih velikosti in oblik. Pogosto ne prepoznamo, katero črko je želel otrok napisati. Večje težave se pojavljajo tudi z obliko in organizacijo zapisa. Pogosto otrok ne piše v ravni liniji ter se težko osredotoča na zapis v vrstici ali črtovju. Nekatere besede zapisuje v vrstico, nekatere čez spodnji rob vrstice, zopet tretje pa »stojijo« v zraku. Otrok ne sledi prepisu s table, se izgublja, pozablja, kaj je žele napisati, ne sledi tempu nareka ter ima večje težave pri organizaciji zapisa v zvezku.

DISGRAFIJA

Motnja pisanja (disgrafija) pa se kaže že v predšolskem obdobju, ko otrok vztrajno napačno drži pisalo, je grafomotorično okornejši ter manj motiviran za risanje, barvanje, pisanje oziroma se tem dejavnostim upira. Disgrafija se pojavlja od 6 do 7 % otrok, od tega je 80 % fantkov.

Pisanje z roko se ob blažji obliki disgrafije sčasoma izboljšuje z vajami, ki spodbujajo razvoj temeljnih motoričnih, finomotoričnih in grafomotoričnih spretnosti ter vsebujejo učenje z vsemi čutili, kar je zanimivo zlasti za mlajše učence in je v skladu z njihovo razvojno potrebo. Zato je pomembno, da vaje upoštevajo otrokovo potrebo po igri in raziskovanju. V nadaljevanju vam bomo predstavili nekaj vaj, ki so motivacijsko ugodne, časovno neprezahtevne ter pri katerih lahko uporabljate materiale, ki jih najdete doma.

- **Vaje za razvoj velikih gibov v kranio-kavdalni ter medio-lateralni smeri**

Velike gibe iz rame navzven naj otrok izvaja najprej s prednostno roko (to je roka, s katero piše), potem z neprednostno in kasneje z obema. Izvaja naj kroženje, valovanje, risanje zank in polžkov po zraku, papirju ali hrbtu sošolca. Lahko uporablja debela pisala, ki puščajo mehko sled in spodbujajo tekočnost gibanja roke. Z očmi naj sledi gibanju roke, saj vzpostavlja vidno-motorično koordinacijo, ki je pomembna za učenje pisanja in branja.

- **Vaje za sproščanje roke**

Pred in med pisanjem naj sprošča roki. Ogreje naj dlani, masira prste, stresa dlani in celotno roko. Nekateri otroci se sprostijo,

ko si roke umivajo, brišejo ter mažejo s kremo.

- **Vaje za tekočnost pisanja**

Svetujemo pisanje po površinah, ki spodbujajo tekočnost gibanja roke. To so: folija, ogledalo, balon, celofan, plastificiran prt, veliki papirji od starih koledarjev, mivka ali koruzni zdrob. Otrok naj uporablja vodene barvice, vodoodporne flomastre, prste barve, kreme ali brivsko peno.

- **Vaje za razvoj taktilne občutljivosti**

Svetujemo risanje po ogledalu in po foliji ter z zaprtimi očmi ter s tipom razločevanje lesenih ali keramičnih ploščic ter gumbov različnih oblik in velikosti. Taktilna občutljivost je pomembna finomotorična spretnost, ki vpliva na zavedanje in občutenje ustrezne drže pisala.

- **Vaje za orientacijo** vplivajo na preglednejši in bolj organiziran zapis, na pravilno smer zapisa ter na usvajanje zapisa smeri simbola. Primer: Otroci, ki imajo usvojeno smer pisanja npr. male tiskane črke b, je ne bodo obračali ter zamenjevali z malo tiskano črko d. Spodbujamo razvoj orientacije na sebi, na drugem človeku, v prostoru, na ploskvi in na listu. Primer: Otroka pogosto vprašamo, kateri predmet je na levi strani v sobi, kateri za njim, s katero roko pišemo, ali je zajček na sliki zgoraj, levo ipd. Otroci lahko uporabljajo slikovne in barvne oznake, ki jih spomnijo na levo ali desno stran prostora, papirja ali telesa. Primer: na levi roki ima otrok uro ter hkrati napisano L.
- **Vaje za avtomatizacijo oblike črk** Pri pomnenju oblike črk so otrokom na voljo različni materiali in dejavnosti. Svetujemo, da oblikuje velike črke/številke z vrvjo na tleh in po njih hodi bos. Lahko jih oblikuje s telesom, nekatere sam, druge v paru. Lahko jih izdeluje iz različnih materialov (pena, karton, valovita lepenka, žica, krompirjeve štampiljke) ali jih riše na velike plakate. Svetujemo tudi lepljenje slik predmetov k ustrezni črki, zabijanje žebljev v obliki črke ter nizanje volne nanje ali pisanje črk po zraku z odprtimi in zaprtimi očmi.
- **Vaje za vidno pozornost** Svetujemo vaje prerisovanja, zaključevanja manjkajočih delov slik, risanje vzorcev in oblik, barvanje mandal, iskanje razlik med slikama, potovanje po labirintih ter povezovanje točk v sliko.
- **Grafomotorične vaje** vključujejo vaje za lahkotnost in tekočnost pisanja, za utrjevanje elementov posameznih pisanih črk preko vzorčkov, ki jim otrok sledi najprej s prstom, potem pa jih riše in nazadnje prerisuje oblike. V začetni fazi naj riše velike vzorce, v kasnejši, ko je velike že osvojil in ko je gibanje roke lahkotno, pa manjše. Vaje naj izvaja v treh pozicijah: sede za mizo, stoje ob mizi ter stoje ob steni, na katero je prilepljen papir. Z različnimi pozicijami telesa vpliva na raznolike motorične izkušnje, ki pripomorejo k avtomatizaciji drže telesa in drže pisala ob pisanju.
- **Uporaba ustreznih pisal ali nastavkov** ob nepravilni drži pisala. Svetujemo uporabo pisal s tremi ploskvami ali barvic z vdolbinami, ki spodbujajo pravilen prijem. Svetujemo uporabo različnih nastavkov za pisala, ki so na prodaj tudi v naših trgovinah. Avtomatiziran ustrezen prijem pisala namreč vpliva na hitrejši zapis, ki je tudi čitljivejši, ob tem pa so aktivni tudi višji, kompleksnejši miselni procesi.

Pri otrocih s težjimi oblikami disgrafije pa zgoraj navedene vaje in aktivnosti niso dovolj, saj otrok pisanja na roko tudi ob rednem izvajanju vaj posebej ne izboljša. Pri njih se poslužujemo naslednjih strategij.

- Otroka učimo oblikovanja miselnih vzorcev, zapisovanja po alinejah ali pisanja povzetkov.

- Učimo ga strategij izdelovanja zapiskov: beleženje učne snovi (točno beleženje, dopolnjevanje manjkajočih podatkov, preverjanje negotovih podatkov) ter urejanje podatkov (podčrtovanje, povezovanje, izpiski, skice, simboli).
- S podvprašanji in uporabo ključnih besed ga učimo, kako naj svoje misli organizira ter sporoči, kar želi.
- Svetujemo, da manjkajočo učno snov v šoli dopolni in prepiše od sošolca.

- Obsežnejšo manjkajočo snov fotokopiramo ali se za fotokopiranje dogovori v šoli.
- Pisanje na računalnik priporočamo v primeru težje oblike disgrafije ali razvojne dispraksije (motnje koordinacije), zlasti pri starejših otrocih. V začetni fazi naj uporablja računalnik za zapis domačih nalog ali seminarskih nalog, kasneje lahko tudi za pisanje učne snovi. Pisanje na računalnik pa je otroku v pomoč le takrat, ko osvoji hitro ali desetprstno slepo tipkanje. Svetujemo udeležbo na tečaju ter izvajanje vaj, ki so dostopne preko svetovnega spleta.
- Kljub uporabi računalnika svetujemo, da otrok pri nekaterih šolskih predmetih učno snov zapisuje z roko. Raziskave so pokazale, da si otroci, ki zapisujejo učno snov z roko, to bolje in trajneje zapomnijo. Poleg tega se aktivirajo deli možganov, ki vplivajo tudi na zmožnost branja.

ZAKLJUČEK

Digitalizacija izobraževanja ne izboljšuje spretnosti branja, bralnega razumevanje in pisanja, temveč ju lahko siromaši, saj otrok ne pridobi izkušnje taktilnosti, haptičnosti, ne razvija empatije, ne pridobi socialno-kulturne izkušnje branja ter preko razvoja pisanja ne vpliva na razvoj branja. Nevroznanstvene in nevroedukacijske raziskave kažejo, da pisanje z roko v primerjavi s tipkanjem intenzivneje spodbuja bralno zmožnost. Prav tako vpliva na tekočnost branja, na zapomnitev učnega gradiva, usvajanje šolskih pojmov, razvoj refleksivnega mišljenja, višjenivojskega znanja, na razvoj finomotorike, koordinacije oko-roka, specializacije ter spominskih in izvršilnih funkcij. Pisanje z roko je zlasti pomembno pri otrocih z lažjo in zmerno obliko disgrafije, saj so ob pisanju aktivni in pozorni ter si učno snov globinsko zapomnijo. Pri otrocih s težjo in težko obliko disgrafije pa se je poleg pisanja z roko potrebno posluževati tudi zapisa na računalnik, prilagoditev v šoli in po Zakonu o usmerjanju otrok s posebnimi potrebami tudi pridobiti dodatno strokovno pomoč. O tej temi pa v prihodnji številki.

VIRI

Černe T. (2002). Obravnava otroka in mladostnika s specifično motnjo branja in pisanja. V N. Končnik Goršič in M. Kavkler (ur.), Specifične učne težave otrok in mladostnikov. Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše, Ljubljana.

Reid G. (2002). Nekaj v prijateljsko pomoč, Ljubljana, Društvo Bravo.

Tancig, S. (2014). Kako branje spreminja možgane in kaj izgubimo, če pisanje nadomestimo s tipkanjem? V M. Orel (ur.), Zbornik prispevkov na mednarodni konferenci EDUvision 2014, 27.–28.november 2014 (str. 11–19).

Žerdin T. (2003). Motnje v razvoju jezika, branja in pisanja, Ljubljana, Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše Ljubljana in Društvo Bravo.

Fotografija nastavka za pisalo dostopna preko: https://www.google.com/search?q=nastavki+za+pisala&client=firefox-b&tbm=isch&tbo=u&source=univ&sa=X&ved=2ahUKEwjXktSNqrndAhUCFiwKHcnPCFoQsAR6BAgGEAE&biw=1280&bih=617#imgrc=0e01DffidcoXyM:

Tanja Černe je prof. defektologije v Svetovalnem centru za otroke, mladostnike in starše Ljubljana

Tanja Černe

ABECEDA KALIGRAFIJE

Beseda kaligrafija ima grški izvor. V prevodu kallos pomeni lepota in grafi pisanje. Tako bi jo lahko slovensko imenovali tudi lepopisje.

Kadar se pri pisanju še posebej potrudimo s svojim rokopisom, največkrat uporabimo besedo lepopisje, kaligrafijo pa povezujemo s posnemanjem starih pisav. V obeh primerih želimo pisavi dodati estetski učinek, ki daje vabilom, čestitkam, priznanjem, naslovom, listinam in različnim okrasnim predmetom poseben čar in lepoto.

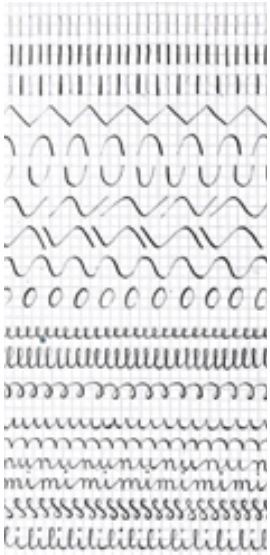
Najprej bomo poskušali polepšati našo lastno pisavo. Z izvajanjem preprostih vaj bomo povečali ročne spretnosti in dosegli, da bo naš rokopis dobil umetniško komponento. Pri tem bomo izboljšali še našo koncentracijo, pozornost, umirjenost in ustvarjalnost.

Pripravite (nizki karo ali brezčrten) papir in svinčnik ali barvico s čim mehkejšo konico. Vsako vajo ponovite tolikokrat, da boste s svojim delom zadovoljni. Ne hitite. Vzemite si čas in se opazujte. Bodite zadovoljni z vsakim napredkom. Ko postanete utrujeni, odnehajte, jutri je nov dan. Bodite potrpežljivi. Ne pozabite, da profesionalni kaligrafi namenijo učenju nove pisave po več ur dnevno več mesecev, preden preide v avtomatizem.

Želim vam veliko zadovoljstva pri delu.

Vaje:

1. črte navzgor – tanke; rahel pritisk pisala
2. črte navzdol – debele; močan pritisk pisala
3. menjaje: gor – tanka, dol – debela ...
4. cik-cak
5. hribčki
6. doline
7. val 1 (začetek navzgor)
8. val 2 (začetek navzdol)
9. valovanje
10. krogi (črka o)
11. male zanke (pisana črka e)
12. velike zanke (pisana črka l)
13. zanke navzdol (pisana črka e obrnjena na glavo)
14. girlande (pisana črka u)
15. arkade (pisana črka m ali n)
16. nununu ...
17. mimimi ...
18. vezane osmice
19. lililili ...
20. huhuhu ...
21. sesese ...



Danijela Marolt

KAJ DELA LEVIČARJE DRUGAČNE OD DESNIČARJEV

To so različne sposobnosti in lastnosti, ki so pri njih močneje izražene. Ne pojavljajo se enako pri vseh, temveč v različnih kombinacijah in različni jakosti..

INTUITIVNOST
Kaže se v presojanju situacij in reševanju problemov. Z njo preskočijo stopnje konvencionalnega razmišljanja in najdejo nepričakovane rešitve (Aleksander Veliki, I.Newton, H.Ford). V težnji prilagajanja desničnim informacijam se bolj zavedajo sami sebe.

EMPATIČNOST
Ta sposobnost se javlja pri levičarjih, ki se skušajo asimilirati v desničarsko družbo. Lahko je krinka za pretirano ambicioznost (Bill Clinton in Charlie Chaplin).

VIZUALNO – PROSTORSKO ZAZNAVANJE
Je najbolj nevrološka od vseh levičnih sposobnosti , pomembna je za ustvarjanje na umetniškem področju ter znanosti in vojskovanju.

LATERALNO RAZMIŠLJANJE
Levičarju svet v katerem živi ne ustreza popolnoma. Ko se prilagaja, ustvarja spremembe na sebi in okolici. Lateralno razmišljanje omogoča vzpostavljanje nenavadnih povezav. Levičarji razmišljajo širše, saj so sposobni videti eno stvar tudi na drugačen način((A.Veliki, I.Newton, Napoleon)

V življenju se prilagajajo okoliščinam, igrajo vloge in ni čudno, da je med igralci levičnost bolj prisotna.

VROČEKRVNOST
Je pogosto prisotna in hitro opazna. Lahko gre za otročje izbruhe ali pa se pojavi kasneje v konfliktih in razočaranjih. Možno je, da jo povzroči soočanje z nenehnimi ovirami.

SAMOTARSTVO
V težnji izogibanju nenehnim zahtevam za prilagajanje, se levičarji raje umaknejo v samoto (Beethoven, Nietzsche, Michelangelo, Newton,...).

IKONOKLASTIČNOST
Levičarji se radi upirajo omejitvam, izogibajo se tradicijam in zakonom. S tem raste njihova individualnost.

NEFORMALNO IZOBRAŽEVANJE
Levičarji dajejo prednost izkušnjam pred formalnim izobraževanjem. Učijo se iz dejanj, manj iz knjig. Mark Twain, Henry Ford, Charlie Chaplin niso bili šolani. Marie Curie je navduševalo eksperimentiranje, teorijam se je upirala.

INOVATIVNOST
»Kaj bi bilo, če...?« je značilno ramišljanje levičarjev, ki so nekakšni samouki. Izogibajo se pravilom in raje sami preizkušajo, kar je odraz njihove težnje spreminjanja sveta okoli sebe.

VIZIONARSTVO
Levičarji, ki vidijo svet v ogledalu (kar je desno, je levo in obratno), vidijo stvari širše in s svojim vizionarstvom uspešno uresničujejo nemogoče. Vse spremembe sicer niso mogoče, dajejo pa drugačen pogled na svet in dogajanje.

(povzeto po knjigi: Ed Wright, Levični velikani svetovne zgodovine, Založba Narava, 2012)

Marika Mihelčič

MISLI O JESENI

Jabolka, hruške, grozdje. Se kaj bi brez jesenskega sadja!

11 let

Jesen: tople barve dreves in gozdičkov; mislim, da je to najlepši čas.

37 let

Želim ti lepo jesen.

9 let

Komaj čakam da pirnese jesen brojče drevc. Takrat se moj delo

18 let

Upam, da bodo dolgi jesenski ~~večeri~~ večeri

jabolke, hruške, grozdje, le

18 let

kaj bi brez jesenskega sadja

81 let

Jesen imam od vsega najraje trgatev.

42 let

Jesen tople barve dreves in gozdičkov, mislim, da je to najlepši čas

40 let

Moja jesen je zlata. To je barva dozdžkov, uspeha in zmagoslavja.

64 let

M. Demšar

Zbrala: Marija Demšar

KAKO PISANJE Z ROKO PRIBLIŽATI UČENCEM, KI ODRAŠČAJO Z RAČUNALNIKI

Pisave in njihovi lastniki iz podružnične šole Mestinje

OŠ Šmarje pri Jelšah med prvimi kolektivnimi člani Društva Radi pišemo z roko

Generacije, ki odraščajo z računalniki, so zelo vešče uporabe digitalne tehnologije, medtem pa učitelji v šolah opažajo, da imajo mnogi učenci težave že s pravilnim držanjem pisala. Učni načrti posameznih predmetov spodbujajo uporabo informacijsko-komunikacijske tehnologije s ciljem razvijati digitalno zmožnost, navajajo pa tudi cilje, povezane z učenjem pisanja. Če pisanje z roko postavimo ob bok novejši tehnologiji, bi rekli, da je zastarelo, morda nepomembno, vsekakor pa vedno bolj odrinjeno. V medijih namreč slišimo, da v finskih in nekaterih ameriških šolah učenje pisanja malih in velikih pisanih črk ni več obvezno; odločitev je prepuščena učitelju. Pojavlja se vprašanje, ali bo tipkanje na tipkovnico in drsanje po zaslonih v celoti nadomestilo pisanje z roko. Glede na znanstvena dognanja o pomenu pisanja z roko bi opuščanje te spretnosti lahko imelo velike posledice pri razvoju kognitivnih funkcij, kot so razmišljanje, spomin, pozornost idr. Zato je pomembno, da ga čim bolj spodbujamo in opozarjamo na njegov pomen, pri čemer pa ima šola izredno pomembno vlogo. Na OŠ Šmarje pri Jelšah smo pobudo Radi pišemo z roko prvič podprli maja 2017 v Tednu vseživljenjskega učenja. Ker se zavedamo, da je širše ozaveščanje izrednega pomena, smo k podpori poleg učiteljev povabili tudi starše in znane osebnosti iz lokalne skupnosti. Mnogi starši in stari starši so se v svojih zapisih nostalgično spominjali svojih šolskih let, ko so učitelji v šolah še ocenjevali lepopis oziroma t. i. »obliko«, predvsem pa se strinjali, da je tudi danes ta spretnost velikega pomena. Pobuda je bila dobro sprejeta, zato sem se v naslednjem šolskem letu odzvala povabilu, da postanem članica novoustanovljenega Društva Radi pišemo z roko. Tako sem spoznanja s pomočjo gradiva, ki nam ga je posredovalo društvo, še bolj zavzeto širila v kolektiv, veliko podporo pobudi je izrazil tudi ravnatelj. Tako sem lahko na sestankih učiteljskega zbora predstavila akcijo in sodelavce nagovorila k sodelovanju.

Z nekaj manj kot 1000 učenci smo ena večjih osnovnih šol v Sloveniji, zato smo se še posebej potrudili, da je tako pomembno sporočilo, kot ga posreduje Teden pisanja z roko, doseglo vsakega med njimi. Marca 2018 smo Teden pisanja z roko obeležili na centralni šoli in vseh šestih podružnicah. Ker lahko največ naučimo z zgledom, so svoje poglede na pisanje z roko prispevali tudi učitelji, ravnatelj pa nas je na pedagoško konferenco povabil z »drugačnim«, ročno napisanim vabilom. Razredniki so z učenci o pomenu pisanja z roko spregovorili na razrednih urah in jih spodbujali k sodelovanju v predlaganih aktivnostih, kot so pisanje receptov, voščil in misli, opazovanje raznolikosti pisav, prepoznavanje pisav učiteljev, zbiranje starih rokopisov, sooblikovanje razstave rokopisov, ročno pisanje knjig ... Pri pouku so bili še posebej pozorni na pisanje s pisanimi črkami, torej povezano pisavo, predvsem pa so učence spodbujali, da skrbijo za čitljivost in estetskost pisave, kar med cilji navaja tudi učni načrt za slovenščino. Pri različnih

Učenci prepoznavajo pisave svojih učiteljev.

predmetih so pisanje z roko učitelji samoiniciativno povezali z učnimi vsebinami. Tako smo v Tednu pisanja z roko na vsakem koraku opozarjali na to pomembno motorično spretnost, naš glas pa se je slišal tudi v lokalnih medijih.

Naša šola je bila med prvimi, ki je podprla pobudo, letos je postala še kolektivna članica Društva Radi pišemo z roko in s tem izrazila podporo vsem prizadevanjem za ohranjanje pisanja z roko. Pomembno je oboje – da učenci postanejo digitalno in klasično pismeni. Gotovo pa se kot kolektivni član veselimo tudi brezplačnih razglednic s čudovitimi zimskimi motivi.

Trudimo se, da sporočilo Tedna pisanja z roko presega teden in se razširja na mesec, leto ..., torej na prav vsak dan v šoli in doma, ko stojimo pred izbiro, ali pisati z roko ali z računalnikom.

Monika Javornik

NASTAVKI ZA PRAVILNO DRŽO PISALA

Nastavek za pravilno držo pisala je pripomoček za pisanje, ki omogoča pravilen oprijem pisala in zmanjša pritisk na prste. To barvito, mehko gumijasto držalo so oblikovali zdravniki, da bi pomagali majhnim prstom pravilno držati svinčnik.
Nastavki za pisanje:

- spodbujajo pravilno držo pisala,
- preprečujejo bolečine pri pisanju,
- zmanjšujejo utrujenost,
- zagotavljajo lepšo pisavo.

Otrok drži pisalo med tremi prsti - palcem, kazalcem in sredincem, prsti pa morajo biti od konice oddaljeni približno dva centimetra.

Nastavke lahko v različnih barvah naročite v društvu Radi pišemo z roko, po e-pošti info@pisemozroko.si.

Ljiljana Vojnović

NAŠA ČLANICA: MARJANA CMAGER

Sninčnik in tipkovnica

"Ve bož me dobe med spomine,
tipkovnica, čeprav vse mine,
sem prej kot ti prišel na svet,
a ti si tu le nekaj let!"

"Vem, da sem in, moj sninčnik dragi,
a tudi ti dobivaš na veljavi,
vse več jih je, ki te častijo,
ki s tabo pisati želijo!

Svetova dva, res čuden par,
človeku sva edinstven dar,
na mene, s tabo, kot želi,
piše moj sok, se ne jezi!"

Marjana Cmager

REPUBLIKA SLOVENIJA
MINISTRSTVO ZA IZOBRAŽEVANJE, ZNANOST IN ŠPORT

Društvo Radi pišemo z roko

Zavod Republike Slovenije za šolstvo

Teden pisanja z roko 2019
od 21. januarja do 25. januarja 2019

PODPORNIKI DRUŠTVA RADI PIŠEMO Z ROKO:

KOLEKTOR ZORN

LUKA KOPER Port of Koper ZOBOZDRAVNIK Tomaž Rotar AKRAPOVIČ DOMEL EGAL POŠTA SLOVENIJE