

# Vsebina JANUAR

## Intervju

- 10 **Slava Suhač, profesorica športne vzgoje**

Pa vi se čisto preveč obremenjujete z nami!

10



## V središču

- 16 **Mladi danes**

Čakajoč na priložnost



16

## ZDRAVA ONA

- 24 **Anina Derkovič, terapevtka**

Ko se začneš zavedati, kaj res hočeš

## Biološka ura

- 28 **Manj kot odstotek žensk si otrok ne želi**

## Alya

- 30 **Hrano ločujem že šest let**

## Lepota danes za jutri

- 32 **Sem krasna in uživam sama s sabo**

## Čas za modo

- 34 **Poslovna moda**

Zadetek v polno

## Ona potuje

- 42 **Pri kirgiških nomadih**

Počitnice v jurti

## Najhitrejšje poti do sonca

- 46 **Zbogom, mraz in sivina!**

## Onina preobrazba

- 48 **Sonja**

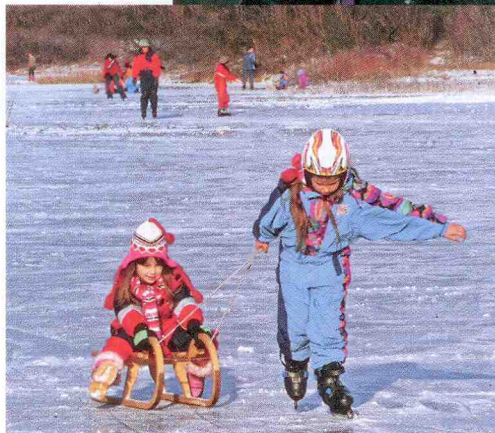
Živahna sprememba

## Zdravje

- 56 **Dan brez cigarete**

Ženske manj odločne kot moški

24



40

**Slava Suhač**, profesorica športne vzgoje

# Pa vi se čisto preveč obremenjujete z nami!

Vrsto let je bila profesorica športne vzgoje na ljubljanski bežigraski gimnaziji, potem je odšla. Skrbi za mlade pa se ni odpovedala, njena misija se je še poglobila. Nekdanji učenci jo opisujejo kot strogo in hkrati svetovno frajerko, ki zna prisluhniti. O tem priča tudi zajetna spominska knjiga z iskrenimi osebnimi sporočili in čudovitimi risbami, ki so ji jo podarili ob slovesu. Zadnja tri leta se kot certificirana licencirana trenerka Adler Social Coaching trudi za dvig zelo slabe motiviranosti slovenskih dijakov pri učenju. Izobražuje se iz nevrolingvističnega programiranja in transakcijske analize čustev. Slava Suhač je tudi mama treh uspešnih, že odraslih otrok.

Piše: **Katja Cah Švarc**

Foto: **Roman Špič**

**V šolstvu ste bili trideset let, od tega zadnjih trinajst na gimnaziji Bežigrad, prej še na treh osnovnih šolah. Ali lahko danes po bogatih poklicnih izkušnjah potegnete kakšno rdečo nit, pomembno ugotovitev, morda vodilo?**

Ves čas je bil moj osnovni predmet športna vzgoja, najprej za šolarje od prvega do osmega razreda, pozneje pa tudi dijake vseh štirih letnikov. Tako sem bila s strokovnega vidika priča celostnemu osebnostnemu razvoju od otroka do mladostnika, kar me je vedno bolj zanimalo. Zelo kmalu sem začela prebirati najsodobnejše knjige s to tematiko in si sama plačala kopico dragih izobraževanj pri nas in v tujini. Že pred dvajsetimi leti sem si denimo plačala se-

minar o »time managementu«, o tem, kako si urediti svoj čas tako, da ga je dovolj za družino in zase. Tukaj seveda ne gre le za urnike, ampak še za bistveno več. Takrat sem si po lastni intuiciji začela urejati zapiske.

**Nabral se vam je kak meter velik kup samih zapisov o učencih in okoliščinah, ki so se dogajale v šoli. Pravite, da ste se zato zelo veliko ukvarjali s seboj, češ, je bil moj odnos pravi, bi bil lahko še boljši. Ali je za profesorja nujno, da je zmožen samorefleksije?**

Je nujno, ni pa bilo obvezno. Tudi svojim učencem in dijakom sem dajala pisne »feedbacke« (povratne informacije, op. a.). Kolegi so me spraševali: »Pa kaj si delaš

toliko dela?« Ni mi bilo težko. Recimo moji dijaki na gimnaziji so vsako leto na koncu letnika dobili moje osebno pismo. V enem delu je bil vključen skupinski pristop k razredu, kaj je tisto, kar je bilo dobro, in kaj bi lahko še izboljšali, poleg tega pa je bilo še na roko napisano popolnoma osebno sporočilo.

**Kaj konkretno ste zapisali v takšna pisma, je šlo za kritike dijakov?**

No, tudi njihovi starši so dobili svoje pismo, predvsem o vrednotenju posameznih ocen. Vsako je bilo pozitivno. V svoji dolgoletni karieri nisem imela niti enega učenca in dijaka, ki bi bil slab. Le enkrat samkrat sem doživela skrajno odklonilen odziv na pismo, ki je bil skrb vzbujajoč, vendar še vedno verjamem, da je bil otrok

