Spis treści

Aktualne tematy

4 **Ten wygrał, kto potrafił przegrać**
• rozmowa z prof. Zofią Żukowską

6 **Manifest Międzynarodowego Klubu Fair Play 2011**

7 **Sport to zdrowie – prawda czy złudzenie?**
• Katarzyna Pankowska-Koc

9 **Do boju, Polsko czyli jacy są polscy kibice**
• Bartłomiej Maślankiewicz

14 **Obcy – decydujące starcie!**
• Tomasz Garstka

A, B, C, to już wiem

19 **Droga do sukcesu** • Jacek Dąbrowski

23 **Nigdy nie będę taka jak mój brat!**
• Justyna Zaremba

25 **Pozytywnie o sporcie** • Małgorzata Plichcińska

28 **Mieć milion? Jakie to proste...**
• Magdalena Sędkiewicz

A to ciekawe

29 **Polskie rodzaje gościnności** • Janusz Żmijski

Strefa rodzica

31 **Konformizm**
• Magdalena Goetz

36 **Współpraca czy rywalizacja czyli czego potrzebuje uczeń**
• Anna K. Kiełczewska

41 **Pół roku zmagań** • Małgorzata Jarnuszkiewicz

Pytania do...

44 **Pochłonięta przez sektę** • Tomasz Gartka

47 **Sport, kibice i odpowiedzialność**
• Daniel Więckowski

Szkoła i wychowanie

49 **Warsztaty. Mechanizmy uzależnienia jako choroby** • Marta Makowiecka

Ten wygrał, kto potrafił przegrać

W tym roku możemy uczestniczyć w wielkich wydarzeniach sportowych: Euro, letnia olimpiada. O fenomenie współczesnego sportu, który zawładnął masową wyobraźnią, rozmawiam z **prof. Zofią Żukowską**.

Po co nam kibicowanie?

Kibicowanie jest potrzebne tym, którzy kibicują, bo chcą przeżywać emocje związane z ulubioną dyscypliną. Bardzo im zależy na tym, żeby ich ulubieńcy zwyciężyli. Poza tym kibicowanie jest potrzebne tym, którzy walczą. Najwspanialszymi kibicami mogą pochwalić się polscy siatkarze, wszystkie mecze polskiej siatkówki są prawdziwym widowiskiem, widowiskiem, które tworzą głównie kibice. To wielka satysfakcja być na takim meczu, ja często na nie chodzę, bo ogromnie mnie cieszy, jak widzę, jak to inspiruje zawodników i jednocześnie daje dużo radości kibicom. I to właśnie kibice, tacy kibice, potrafią śpiewać Małyszowi, że to nic, że przegrał, „jutro będzie lepiej".

Ja również miałam okazję być na takim meczu i było fantastycznie. Miałam też okazję być na meczu piłki nożnej. I zastanawia mnie, dlaczego te dwa spotkania tak diametralnie się różniły, jeśli chodzi o zachowania kibiców. Kibice piłki nożnej znani są z agresywnych zachowań nie tylko na trybunach, ale i poza nimi. Z czego to wynika?

Piłka nożna rządzi się swoimi prawami. To dyscyplina ogromnie popularna w Europie. Interesują się nią głównie chłopcy. Football wiąże się z chęcią pokazania się, sprawdzenia się. W piłce nożnej liczy się wszystko, liczy się strój, który przywdziewa kibic, liczy się słownictwo, liczy się doping, bardziej lub mniej kulturalny. Są to popisy indywidualne i grupowe. Kibice przygotowują się do meczu. Często ich zachowanie zaprzecza kulturze kibicowania. W każdym przejawie życia jeśli zabraknie nam kultury życia rodzinnego, kultury interakcji nauczyciel – uczeń, kultury zachowania się na ulicy, to cierpimy z tego powodu. I dotyczy to też powszechnego zjawiska kibicowania drużynom piłkarskim. Ale są kraje, które dopracowały się wspaniałego klimatu kibicowania tej dyscyplinie, mimo że wcześniej też miały problemy z łamaniem zasad prawidłowego funkcjonowania. Myślę o Anglii. Polskie stacje telewizyjne często transmitują brytyjskie mecze i mam możliwość przyjrzenia się trybunom. I wszystkie te mecze odbywają się przy pełnej widowni, na mecze przychodzą całe rodziny, siedzą obok zagorzałych fanklubowych kibiców i potrafią wspólnie się bawić. Tam w tej chwili bardzo rzadko zdarzają się awantury, a wynika to z ogólnej dezaprobaty społecznej dla agresywnych zachowań. Wiele książek napisano na temat agresji w sporcie. Nie ma dyscypliny sportowej, w której agresji by nie było. Zresztą każdy sportowiec, który nie jest agresywny w pozytywnym tego słowa znaczeniu, nie będzie miał też woli walki do końca. Agresja jest nieodzowna w sporcie.

A czy u kibiców ta agresja jest również nieodzowna?

Emocje są nieodzowne. Ale nie agresja. Emocje do pewnego poziomu, który nie przekracza poziomu agresji. Nie można kibicować bez emocji. Po to idzie się na widowisko sportowe, żeby je przeżywać. Z najgorszą sytuacją mamy do czynienia wtedy, kiedy to przeżywanie zamienia się w agresję wobec kibiców drużyny przeciwnej, która wygrywa. Często agresja koncentruje się na osobie sędziego, którego obrzuca się różnymi epitetami. Ta nienawiść przenosi się też na ulice, gdzie kibice umawiają się na bardzo niebezpieczne pojedynki. I to jest przerażające. Bo to już nie jest kibicowanie, to jest zwykłe chuligaństwo w najordynarniejszym wydaniu. Dlatego że atakuje się człowieka za to, że ma inne poglądy, ma inny system wartości, kibicuje innej drużynie. Przekreśla się tym samym wszelkie prawa demokracji.

Czy jest coś, co skutecznie może tę sytuację zmienić? Wygląda na to, że tzw. kibole nie boją się żadnej kary.

Wierzę w kluby kibiców. Sama miałam kiedyś okazję chodzić na spotkania Klubu Kibica Legii Warszawa. I z tymi ludźmi ogromnie się zaprzyjaźniłam. Myślę, że jeśli kibic ma świadomość, że szanuje się go jako człowieka, szanuje się wybór drużyny, za którą on optuje, i się tego nie podważa, to może nauczyć się przeżywania swoich emocji w odpowiedni sposób. I wtedy nie czyni przedmiotem agresji trenera, zawodnika, sędziego czy innego kibica. Dla mnie walki kibiców to brak zasad wyniesionych z domu, szkoły czy środowiska rówieśniczego, gdzie prawo pięści, prawo siły decyduje o wszystkim. W opanowaniu atmosfery na stadionie może pomóc spiker. To on decyduje w dużej mierze o tym, co krzyczą kibice, jak się zachowują, jak dopingują sportowców. Dobrzy spikerzy powinni wpajać kibicom zasady kibicowania według zasad fair play. Spiker jest w stanie kontrolować tłumy. Nagrodą Komitetu Fair Play zostali docenieni komentatorzy gry w piłkę siatkową. Tworzyli niezapomniany klimat widowiska sportowego.

Prof. dr hab. Zofia Żukowska – od wielu lat związana z warszawską AWF. Opublikowała ok. 400 prac naukowych z zakresu pedagogiki zdrowia i kultury fizycznej oraz socjologii sportu. Od 45 lat działa w polskim i międzynarodowym ruchu olimpijskim. Przewodnicząca Klubu Fair Play Polskiego Komitetu Olimpijskiego. Otrzymała m.in. Honorowy Wawrzyn Olimpijski i Trofeum UNESCO Fair Play im. Pierre'a de Coubertina oraz nagrodę MKOl za promocję sportu i olimpizmu na świecie, a także order Ecce Homo za niestrudzone krzewienie zasad fair play zarówno w sporcie, jak i w życiu codziennym, kształcenie w duchu humanizmu wielu nauczycieli i trenerów.

Trzeba nagradzać takie postawy i w ten sposób ludzi uczyć grać fair.

Czy faktycznie możemy podzielić dyscypliny sportowe na te, które u kibiców wyzwalają więcej agresji, i na te, które robią to w znacznie mniejszym zakresie?

Zdecydowanie piłka nożna ma najagresywniejszych kibiców. Na to składa się wiele czynników. I jej popularność, i masowość, wielkość boiska – to też ma znaczenie. Ważne jest przemieszczanie się zawodników, wszyscy widzą, kto fauluje, gdzie i jak. Od razu wyzwala to taką niekontrolowaną, pozamerytorycznie uzasadnioną agresję. Innym sportem, bardzo pobudzającym, ale mniej popularnym, jest żużel.

Jak się zachowuje taki wzorowy kibic?

Przede wszystkim ma wiedzę na temat dyscypliny, której kibicuje. Umie interpretować przepisy, zna je. Zna zawodników nie tylko swojej drużyny, ale także tej, której jego drużyna stawia czoła. Wie, czego po przeciwnikach można się spodziewać. Takiemu kibicowi zależy, aby widowisko przebiegało w atmosferze inspirującej do walki, a nie wykroczeń. Poza tym to człowiek, który kibicuje w grupie, nie jest sam, ale też nie przeszkadza kibicować zwolennikom przeciwnika. Szanuje reakcje grupy, która kibicuje innej drużynie. Ja na przykład podziwiam to, w jaki sposób zachowywali się brazylijscy kibice, którzy w piękny i kulturalny sposób cieszyli się ze zwycięstwa na mundialu w Stanach Zjednoczonych w 1994 roku. Zwycięzcy też potrafią dewastować przestrzeń publiczną po meczu. A Brazylijczycy chcieli się podzielić swoją radością z innymi. I dzięki temu przegrani też czują się lepiej. W sporcie trenerzy powinni uczyć nie tylko tego, jak wygrywać, ale też – a może przede wszystkim – tego, jak przegrywać. Już Epikur mówił: „Ten wygrał spór, kto potrafił przegrać spór". Każda przegrana powinna inspirować i zawodnika, i kibica do tego, żeby w następnym meczu było lepiej. A każde niewłaściwe reakcje przekreślają szanse drużyny przegranej i wygranej.

A co z tymi kibicami, którzy nie mieli w swoim życiu styczności z nauczycielami czy trenerami, którzy nauczyliby ich, jak odpowiednio zachowywać się na boisku? Chodzi mi na przykład o dzieci i młodzież.

Wtedy powinni się uczyć od starszych kibiców, którzy mają te zachowania opanowane, lub od rodziców, jeśli ich tego uczą, chodzą z nimi na mecze.

A jaka jest w tym wychowaniu rola nauczyciela?

Nauczyciela wychowania fizycznego bardzo duża. Powinien on uczyć młodzież odbioru widowiska sportowego. Profesorowie zwracają na to bardzo dużą uwagę, przygotowując studentów do roli nauczycieli WF-u. To wychowanie przez aktywny udział. Nauczyciel idzie z klasą na mecz i daje im zadania podczas tego meczu, na przykład obserwowanie konkretnych zawodników. I potem omawia z uczniami, jak drużyna grała, co ewentualnie można by poprawić. Nauczyciel merytorycznie wprowadza ich w odbiór i ocenę zjawisk. Jedyną szansą na uratowanie wartości sportu i wartości kibicowania jest wychowanie. Nie znam innej drogi, która mogłaby być skuteczniejsza.

Czy polscy kibice potrafią dobrze dopingować swoich sportowców?

Potrafią. Zdecydowanie wzorem są kibice piłki siatkowej i skoków narciarskich. Zawodnicy międzynarodowi bardzo chętnie przyjeżdżają na zawody w tych dyscyplinach do Polski właśnie ze względu na wspaniałych kibiców! Ogromny wpływ na kibiców mają także sami zawodnicy. Adam Małysz dostał w Klubie Fair Play nagrodę za promocję wartości fair play. Chodziło o sytuację podczas zawodów w Harrachowie, kiedy polscy kibice, których było tam bardzo wielu, zaczęli gwizdać, gdy Sven Hannawald skakał. Był on wtedy najgroźniejszym rywalem Małysza. Jak nasz najlepszy skoczek to usłyszał, to odebrał dziennikarzowi mikrofon i powiedział do kibiców: „Słuchajcie, nie przynoście mi wstydu. Jeżeli wy nie potraficie docenić człowieka za mistrzostwo w skokach narciarskich, to wy jesteście żadni kibice. Ja nie chcę takich kibiców. Ja was bardzo proszę, żebyście oklaskiwali każdy udany skok bez względu na to, kto go wykonuje". Od tego momentu skoki narciarskie w Polsce są wzorem kibicowania. Polscy kibice za granicą, czy są w Niemczech, Norwegii, czy Austrii, są wzorowymi kibicami. I w tym im pomógł Małysz.

A czy kibice potrafią też wspierać sportowców, których forma aktualnie nie jest najlepsza?

To, że kibice trochę odwracają się od sportowca, który nie wygrywa, to normalna reakcja. W końcu każdy z nas pragnie zwycięstwa. Chodzi tylko o to, żeby nie sprawiać takiemu sportowcowi przykrości. Przecież kiedy Adam Małysz był w gorszej formie, kibice potrafili mu zaśpiewać, że nic się nie stało. I to jest właśnie piękne! Czy nie jest piękne, gdy Małysz zdobywa mistrzostwo świata, a dwóch jego największych rywali wnosi go na rękach na podium? O to właśnie chodzi w sporcie, żeby cieszyć się nie tylko ze swojej wygranej!

Co mogą zrobić rodzice, aby nauczyć dziecko dobrego kibicowania?

Przede wszystkim przekazać zasady odpowiedniego współżycia z innymi ludźmi! Jeżeli się je wyniesie z domu, to procentuje to w każdej dziedzinie życia. Rodzice powinni po prostu wychowywać dziecko. Konsekwentnie, świadomie, nie zabijając jego osobowości, tylko podnosząc jej walory i jednocześnie uczyć je, jak zachować się w każdej sytuacji. To bardzo trudne, ale powinniśmy się tego uczyć. Wszyscy za to musimy mówić więcej o etyce kibica – zachowaniu, które polega na dokonaniu wyboru moralnego. To, że mój idol dzisiaj przegrał, nie znaczy, że będę na niego gwizdać. Biję mu brawo w uznaniu tego, czego dokonał, ale ciągle mam nadzieję, że będzie lepiej. Śpiewając: „Nic się nie stało", czekam na następny sukces.

Czy jest jakiś naród, z którego Polacy powinni brać przykład, jeśli chodzi o kibicowanie?

Myślę, że trudno jest mówić o narodzie. Tu wyzwalają się emocje w bardzo różny sposób. To sprawa kultury człowieka, a nie narodowości. Im więcej wagi będzie się przywiązywało do dokonywania wyborów moralnych, kultury bycia w każdym przejawie swojego życia, to te zachowania na stadionie będą coraz lepsze. Jeśli człowiek potrafi się zachować w domu, w szkole, w tramwaju, to będzie też potrafił się zachować na stadionie.

Czy Pani zdaniem powinno się sprzedawać napoje alkoholowe na stadionie?

Jestem przeciwniczką sprzedawania napojów alkoholowych podczas widowisk sportowych. Wynika to z różnych reakcji organizmów na tego typu napoje. Dla jednego człowieka pół litra piwa to nic, dla drugiego może to być „inspiracją" do agresywnego zachowania. Tu chodzi też o kulturę spożywania napojów alkoholowych, która w Polsce cały czas nie jest taka, jaka być powinna. Jeśli piwo będzie dostępne na stadionach, na pewno nie sprzedawałabym go pijanym.

Dziękuję za rozmowę.

Rozmawiała
Agnieszka Pomianowska

Manifest Międzynarodowego Klubu Fair Play 2011

Wierzymy, że sport jest aktywnością, w której ludzie uczestniczą dobrowolnie dla przyjemności i radości, której on dostarcza. Co więcej, w jakiejkolwiek swojej formie – sport masowy, rekreacyjny, sport dla niepełnosprawnych czy elitarny, nawet gdy jego elementem jest rywalizacja i konfrontacja z innymi, ze sobą lub z siłami natury – zaletą sportu jest jego zdolność do jednoczenia ludzi, a nie ich poróżniania.

Wierzymy, że na sportowych arenach Fair Play, stojąc na straży lojalności i szlachetnego zachowania, uosabia jednocześnie ducha sprawiedliwości, mogącego inspirować zawodnika do zakwestionowania błędnej decyzji sędziego, która dałaby mu niezasłużoną przewagę (...). Bez cienia wahania deklarujemy: Fair Play przemawia do naszego sumienia. Jest to świadomy wybór moralny.

Wierzymy, że sport musi kategorycznie powiedzieć nie przemocy, kłamstwu i podstępowi (...).

Wierzymy, że współzawodnicy nie są wrogami. Agresja, ściśle odróżniana od ducha walki, nie może być tolerowana. (...) Po zawodach przegrani są równie ważni jak zwycięzcy: czy nie oznacza to równowartości?

Wierzymy głęboko, że sport nie może sprowadzać się do obsesji wygrywania lub tylko zdobywania medali i nagród. Charakterystyczną cechą Fair Play jest odmowa osiągnięcia zwycięstwa za wszelką cenę. (...) Czy nie jest lepiej koncentrować się na samym uprawianiu sportu zamiast tylko na wyniku?

Wierzymy, ponieważ jesteśmy świadomi, że Fair Play jest wartością ani nie wrodzoną, ani nie osiągniętą raz na zawsze, Fair Play wymaga nieustannego i nieustępliwego działania, perswazji oraz – co najważniejsze – edukacji na wszystkich poziomach i we wszystkich grupach sportowej społeczności: zawodników, trenerów, których rola jest najważniejsza, działaczy, pracowników technicznych, klubów, federacji, lekarzy, kibiców na stadionach i przed telewizorami. Wszyscy jesteśmy w to zaangażowani. (...)

Wierzymy, że dzieci w wieku szkolnym i młodzi sportowcy leżą w sercu walki o Fair Play. Powinno być jednym z podstawowych zadań ich wychowawców i trenerów wpajanie tego wymiaru sportu młodzieży, biorąc zawsze pod uwagę jej wrażliwość. (...) Fair Play może mieć dla młodych ludzi specjalny potencjał edukacyjny w zakresie międzyludzkich i społecznych relacji i nieść im pomoc w budowaniu swojego życia z zastosowaniem tej wiedzy.

Wierzymy bez fałszywej skromności, że nie jest utopią propagowanie naszej wizji kreowania ludzkiej egzystencji wokół doświadczeń wyniesionych z rzeczywistości Fair Play w sporcie. Gdy zawodnik poświęca się sportowi, istnieje on jednocześnie w zawodach i realnym życiu. Fair play może więc stać się zasadą na drodze życia, przykładem zachowania dla wszystkich, dla młodych, dorosłych i seniorów, wpływając na ich zachowania na arench sportowych i poza nimi (...).

I na zakończenie, wierzymy, że jest zadaniem sportowej społeczności, a w szczególności Międzynarodowego Komitetu Fair Play, w harmonijnej współpracy z UNESCO i Ruchem Olimpijskim, dzielenie się naszymi doświadczeniami z przedstawicielami wszystkich społeczności i kultur. To jest przemyślany wybór moralny, wynikający z etycznej filozofii i w zgodzie z powszechnymi wartościami ludzkości.

Sport to zdrowie – prawda czy złudzenie?

Jeszcze nie tak dawno człowiek związany ze sportem (idea olimpizmu) był ideałem zdrowia, witalności, piękna i sprawności. Obecnie wydaje się, że sport to przede wszystkim wysiłek ponad możliwości, ogromny stres, afery dopingowe i walka bez granic.

Fot. Fotolia

Katarzyna **PANKOWSKA-KOC**

Maksyma *Sport to zdrowie* tak często jest używana w języku potocznym. Na przestrzeni lat okazało się, że używamy jej w zupełnie innym – odbiegającym od ideału – znaczeniu. Ludzie mający związek z uprawianiem sportu używają jej sarkastycznie, czując ból przepracowanych mięśni i stawów. Wszystko dlatego, że za sportem idą wielkie, ogromne pieniądze. Stadiony stają się polem dyskryminacji, agresji i braku tolerancji. Zawodnicy ryzykują własne życie tylko po to, żeby odnieść sukces, a związane jest to głównie z wielomilionowymi kontraktami. Kobiety poddają się coraz cięższym ćwiczeniom i aktywnościom. Tak refleksyjnie – być może dzisiejszy świat zmuszający kobiety do ciężkiej pracy zawodowej i jednocześnie domowej sprawia, że niezbędna dla nich staje się wysoka sprawność fizyczna, która daje im siłę i umiejętność poradzenia sobie w każdej sytuacji. Począwszy od lat 80. XX wieku, uznanie psychologów zyskuje koncepcja androgyniczna mówiąca o kombinacji męskich i żeńskich cech osobowości. Dlatego zdaniem Guszkowskiej[1] wraz z postępującą emancypacją i realizacją postulatu równouprawnienia płci kobiety zaczynają uprawiać dyscypliny sportu tradycyjnie uznawane za typowo męskie. Pokonują one w ten sposób, zdaniem autorki, bariery biologiczne i społeczne.

Niewątpliwie wszystkie działania związane ze sportem **przenoszą się do szkół**, gdzie zamiast propagować pozytywne strony sportu, dyrektorzy oczekują sukcesu i pucharów. Wielu z nich twierdzi, że poprzez sport najłatwiej osiągnąć sukces[2]. Nauczyciele wychowania fizycznego oceniani są i postrzegani przez pryzmat swoich osiągnięć na polu sportowym. One są dostrzegane i często nagradzane, a rywalizacja między szkołami pogłębia tę sytuację niekorzystną dla procesu wychowania fizycznego. Rodzi to zniekształcony obraz wychowania fizycznego, które dla młodych ludzi związane jest głównie z fizycznością człowieka, a więc ze sprawnością ciała. Obecnie jednak adresatem oddziaływań nauczyciela powinno być nie tylko ciało ucznia, ale także jego osobowość. Głównym celem natomiast praca nad tym, żeby w przyszłości, po ustaniu stosunku wychowawczego, uczeń zechciał samodzielnie zatroszczyć się o takie wartości, jak: zdrowie, sprawność, uroda – opierając się na wiedzy i umiejętnościach zdobytych w trakcie szkolnej edukacji fizycznej[3]. Nie ma już miejsca na nauczyciela-kierownika ćwiczeń fizycznych, pragnącego doprowadzić wychowanków do osiągnięcia mistrzostwa, który własny sukces upatruje w liczbie zdobytych medali czy pucharów[4].

Czy można jednak kształtować prawidłową osobowość poprzez sport? W literaturze spotykamy się ze sprzecznymi analizami dotyczącymi tej kwestii. Trześniowski[5] dowodzi, że propagowanie form sportowych wiąże się nie tylko z jednostronnością bodźców rozwojowych – przede wszystkim chodzi o to, że w blasku sportowców szarzeją wyniki **słabych i przeciętnych**. Za jedną z przyczyn, dla których tak mało jest osób aktywnie uczestniczących w kulturze fizycznej, można uznać ograniczenie dotychczasowego wychowania fizycznego do nauczania kilku dość skomplikowanych dyscyplin sportowych. Jak piszą Demel i Wroczyński[6]: „Nieporozumieniem jest bowiem liczyć na przetrwanie przez ca-

1 M. Guszkowska, *Czy płeć stanowi uwarunkowanie procesu wychowania fizycznego*, „Kultura Fizyczna" 2006, nr 9/12.
2 D. Dębicki, *Ocena pracy nauczyciela wychowania fizycznego w opinii dyrektorów szkół oraz uczniów*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne" 2002, nr 4; za: D. Dębicki, *Świadomość i działanie nauczyciela wf w propagowaniu zdrowego stylu życia*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne" 2003, nr 12.
3 G. Kosiba, *Warsztat pracy nauczyciela wychowania fizycznego w aspekcie ewolucji celów tego procesu*, „Kultura Fizyczna" 2000, nr 9/10.
4 M. Gębora, *Sylwetka nauczyciela w trzech wersjach teorii wychowania fizycznego*, „Kultura Fizyczna" 2003, nr 1/2.
5 R. Trześniowski, *Wychowanie fizyczne w osobistym rozwoju człowieka*, GKKFiS, Warszawa 1981; za: W. Osiński, *Zarys teorii wychowania fizycznego*, Wyd. AWF, Poznań 2002, s. 166.
6 M. Demel, R. Wroczyński, *Tendencje rozwojowe wychowania fizycznego w Polsce na tle założeń reformy szkolnej*, „Wychowanie Fizyczne i Sport" 1961, nr 4; za: J. Litwiński, *Rzeczywista aktywność ruchowa a postawa wobec aktywności ruchowej*, „Wychowanie Fizyczne i Sport" 1984, nr 3/4.

łe życie nawyków ruchowych wysoce skomplikowanych (…), dlatego słuszna wydaje się tendencja do poszerzenia zakresu form ruchowych, z których wychowanek będzie mógł wybrać te, które odpowiadać będą zmniejszającym się z wiekiem potrzebom aktywności ruchowej".

Przewęda[7] z kolei właśnie w usportowieniu programów widzi szansę na uatrakcyjnienie zajęć i zwiększenie zainteresowania aktywnością ruchową uczniów. Nowocień[8] uważa, że czysty sport wraz ze swoją szlachetnością rywalizacji może swoimi wartościami oddziaływać pozytywnie na rozwój i wychowanie młodego pokolenia. Potrafi pobudzać aktywność jednostki, pozwala jej zrozumieć siebie i żyć w wolności oraz podejmować śmiałe decyzje.

Sport może pozytywnie wpływać na młodego człowieka, przyczyniając się do jego zdrowego i wszechstronnego rozwoju. Nie rywalizacja, lecz współpraca, nie puchary, lecz wdrażanie zasad fair play, nie sukces za wszelką cenę, lecz zaszczyt udziału w zawodach. Poprzez sport możemy stworzyć podwaliny właściwego rozwoju człowieka. Zasady fair play młodzież powinna stosować nie tylko w sali sportowej czy na boisku, ale również w każdym innym miejscu. Chodzi dokładnie o przeniesienie tego wzoru postępowania z boiska sportowego na realne życie[9]. Nauczy to właściwego postępowania w życiu dorosłym, zdrowych relacji interpersonalnych, umiejętności rozwiązywania konfliktów, budowania właściwej komunikacji.

Delegaci z dziewiętnastu krajów europejskich uczestniczący w II Generalnym Zgromadzeniu EFPM, które odbyło się 14 września 1996 roku w Warszawie, stwierdzili, że fair play, sportowy duch walki, tolerancja i zachowania pozbawione agresji są jednymi z najważniejszych przesłanek wychowania młodzieży.

Fair play w sporcie szkolnym to nie tylko wyeliminowanie przemocy, ale także[10]:

- posiadanie równych szans;
- współzawodnictwo z innymi o zbliżonych warunkach fizycznych;
- równe zaangażowanie wszystkich uczestników.

Stosowanie zasad fair play jest osobistą odpowiedzialnością uczestników i dotyczy:

- fizycznego i psychicznego kontaktu z przeciwnikami;
- troski o dobre samopoczucie własne i innych;
- starań o osiągnięcie sukcesu na możliwie najwyższym poziomie, bez krzywdzenia innych;
- akceptowania decyzji sędziego i przestrzegania reguł gry;
- samokontroli w przypadku zwycięstwa lub porażki, unikania nadmiernego demonstrowania reakcji emocjonalnych, szczególnie w przypadku porażki.

Warto przytoczyć w tym miejscu **Kodeks Fair Play**[11], który powinien być podstawą szeroko rozumianych oddziaływań wychowawczych. Stosowanie się do zasad fair play jest warunkiem właściwego funkcjonowania psychospołecznego.

O skutecznym oddziaływaniu pedagogicznym mówi również Gawlina[12]. Autor ten uważa, że niezbędne jest powiązanie pedagogiki nie tylko z wątkami związanymi z rozwojem wartości, ale również z socjologią. W sporcie bowiem mamy do czynienia zarówno z jednostką, jak i z całą zbiorowością. Wskazane jest położenie większego nacisku na współdziałanie i współpracę. Realizuje się w ten sposób potrzebę bycia częścią grupy.

Główny cel powinien koncentrować się na kształtowaniu odpowiedniego nastawienia, bo jak słusznie zauważa Grabowski[13]: „ukształtowane w młodości przekonania na temat tego, co warto, a czego nie warto robić, utrzymują się często przez całe życie". Najważniejszym celem jest więc ukształtowanie osobowości zdolnej do samodzielnej aktywności na rzecz ciała. Środkiem do realizacji tego celu mogłaby być każda forma aktywności fizycznej, która przynosi zadowolenie i radość. Dla niektórych będzie to **sport**, dla innych gry i zabawy, turystyka, rekreacja, taniec itp. Chodzi o to, żeby każdy uczeń, a potem dorosły człowiek – zarówno ten zdolny, jak i ten o bardzo niskim ogólnym poziomie sprawności fizycznej – mógł zaspokajać swoje potrzeby ruchowe. Ważne są przekazywane treści i ich wpływ na wychowanka. Istotna jest również równoległa edukacja zdrowotna jako element warunkujący przyszłość polskiego społeczeństwa.

Kodeks Fair Play

1. Fair play to pomysł na sukces w życiu i w sporcie, ale nie za wszelką cenę.
2. Fair play to radość ruchu i współzawodnictwo, szacunek dla lepszego.
3. Fair play to mój sposób na bycie sobą w życiu i w sporcie, w kontakcie z innymi.
4. Fair play to życzliwość dla ludzi, pomoc i współdziałanie w sporcie oraz w życiu mojej klasy, szkoły, mojej rodziny.
5. Fair play to równość szans w grze, w zabawie, w zawodach, w rywalizacji koleżeńskiej.
6. Fair play dotyczy nas wszystkich.
7. Fair play to przestrzeganie reguł gry i przepisów na co dzień – w życiu i w walce sportowej.
8. Fair play to troska o zdrowie moje i moich kolegów, mojej rodziny i przyjaciół, w czasie pracy i wypoczynku.
9. Fair play to poszanowanie ludzi, przyrody i środowiska.
10. Fair play to walka z nielojalnością, niesprawiedliwością i oszustwami w życiu i w sporcie.

Katarzyna Pankowska-Koc
doktor nauk o kulturze fizycznej, psycholog, nauczyciel konsultant, specjalizuje się w wychowaniu zdrowotnym i interwencji kryzysowej

7 R. Przewęda, *Zadania i tendencje sportu szkolnego*, SiT, Warszawa 1974; za: W. Osiński, *Zarys teorii wychowania fizycznego*, Wyd. AWF, Poznań 2002, s. 166.
8 J. Nowocień, *Sport i olimpizm w systemie dydaktyczno-wychowawczym współczesnej szkoły*, Wyd. AWF, Warszawa 2001.
9 H. Grabowski, *O niektórych uwarunkowaniach fizycznego wychowania*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne" 2000, nr 1.
10 K. Pankowska-Koc, K. Szczepkowska, *Edukacja zdrowotna w wychowaniu fizycznym. Scenariusze lekcji dla gimnazjów*, Wyd. Althea Design, Warszawa 2011.
11 www.maraton.net.pl/fair_play.htm [dostęp: 5.04.2012]
12 B. Gawlina, *Współczesny człowiek wobec autorytetów moralnych* [w:] *Pedagogika ogólna. Problemy aksjologiczne*, pod red. T. Kukołowicz, M. Nowaka, Wyd. KUL, Lublin 1997; za: S. Sulisz, *Niekonwencjonalne podstawy metodyczne realizacji procesu edukacji fizycznej*, Wyd. Korepetytor, Płock 2008, s. 43.
13 H. Grabowski, *O wychowaniu fizycznym – poważnie*, „Kultura Fizyczna" 2003, nr 11/12.

Do boju, Polsko, czyli jacy są polscy kibice

Fot. Fotolia

Bartłomiej **MAŚLANKIEWICZ**

Przy pierwszym gwizdku nastawieni na wielkie widowisko i wierzący w zwycięstwo. Nerwowo wyczekują przerwy. Hymn śpiewają w 83. minucie, nie czekając na zakończenie meczu… A gdy milknie doping, przestrzeń wypełnia lament niezadowolenia, krytyki i rozczarowania. Bo miało być tak pięknie, bo mieli grać lepiej, bo nie potrafią podawać, zdobywać punktów i walczyć do końca. Czy tak niewierni i niesprawiedliwi są polscy kibice? Czy małyszomania była fenomenalnym ewenementem? Czy może czeka nas wielki renesans trzymania kciuków za naszych?

Wielkie odliczanie

Tego nikt się nie spodziewał. Kiedy w 2007 roku nad Wisłę dotarła informacja o przyznaniu Polsce organizacji Mistrzostw Europy w Piłce Nożnej 2012, po chwilowym bezdechu dezorientacji i osłupienia nastąpiła nagła refleksja. Na pewno nam się nie uda. Nie ma stadionów ani dróg. Kadra w rozsypce. Lepiej sprzedajmy Euro. Pomysł, choć dziś może bawić, wtedy powtarzało wiele osób obawiających się o nasze możliwości. O to, że nie uda się nic zbudować przez kilka lat i że na pewno przed samą imprezą będziemy musieli poprosić Niemców o pomoc. Ten sposób myślenia nie jest nieuprawniony, tym bardziej że przez wiele lat mogliśmy zorganizować co najwyżej międzynarodowe zawody dla krajów bloku wschodniego Przyjaźń ‘84 w judo albo hokeja na trawie kobiet, a nie poważną imprezę sportową. Był to też okres powolnego dogorywania wielkich pożarów emocji, jakie targały całym krajem jeszcze kilka lat wcześniej, kiedy Piechniczek ze swoją jedenastką zdoby-

wał trzecie miejsce na mistrzostwach świata. O Orłach Górskiego wspomnienia też zacierał czas, a kolejne pokolenia wychowywały się bez obgryzania paznokci i nerwowego nasłuchiwania nowych wieści z murawy, bieżni, pływalni czy kortu.

Sportowy patriotyzm

Kariera Adama Małysza rozpoczęła się na przełomie 1994 i 1995 roku. Wtedy po raz pierwszy reprezentuje Polskę, po raz pierwszy startuje w zawodach Pucharu Świata w Skokach Narciarskich i po raz pierwszy staje na podium tych zawodów. Niedługo stanie się najpopularniejszym sportowcem w historii Polski i pierwszym, który spowoduje manię. Małyszomanię.

Nie da się jednoznacznie odpowiedzieć na pytanie, dlaczego akurat ten niewysoki chłopak z nieśmiałym uśmiechem, noszący charakterystyczny wąs urzekł miliony. Bez wątpienia przyczyny należy szukać w sukcesach, które odnosił, w radości, której dostarczał, i satysfakcji, że wreszcie pobiliśmy Niemca (Adam Małysz rywalizował m.in. ze skoczkami zza Odry, Martinem Schmittem i Svenem Hannawaldem). Czarował też brakiem pychy, samokrytyką i skłonnością do pięknych gestów. Polacy oszaleli na jego punkcie. Co weekend przed telewizorami w domach siadały miliony widzów (do dziś utrzymuje się rekordowy wynik oglądalności, finałową serię konkursu olimpijskiego w Salt Lake City w 2002 roku oglądało 14,5 mln widzów!), a po świecie rozjeżdża się wierna, biało-czerwona, rozśpiewana rzesza fanów. Prawdziwych kibiców, na dobre i na złe. Prawdziwych, bo skandujących: „Adam, Adam, Adam", zawsze z taką samą siłą. Zawsze bez względu na pogodę, na odległość, jaka dzieliła skocznie od domu, czy wynik osiągnięty przez skoczka. Upadek, gorszy start czy nawet sromotną porażkę Adama można było przemilczeć, można było nie znęcać się nad sportowcem za to, że był gorszy od innych. Doceniano poświęcenie i starania. Nikt nie krytykował, bo wiara w Małysza była silniejsza niż strach przed powrotem do czasów, kiedy nie było czym się w polskim sporcie ekscytować. Wentylem bezpieczeństwa byli też piłkarze.

Kadra, kadra…

Od 1982 roku nie zdobyli nic. Odkąd trener Antoni Piechniczek wywalczył z Bońkiem, Smolarkiem, Matysikiem i Buncolem trzecie miejsca na mundialu, nikt nie śpiewał już za Bogdanem Łazuką: „Entliczek, pentliczek, co zrobi Piechniczek". Nikt o zdrowych zmysłach nie zedrze sobie gardła na „Polskaaaa, biało-czerwoni…". Nie ma sensu, skoro i tak przegramy. Chociaż w 2002 i 2006 roku Polacy pojadą na mistrzostwa świata, to wrócą szybko z podkulonymi ogonami i dodatkowo podsycą antypiłkarskie nastroje. Jeszcze przed wylotem do Korei i Japonii głośno mówiono o tym, że klasą nie dorastamy innym drużynom do pięt, że lecimy tylko jako przystawka. Czarę goryczy przelała informacja, że trener Jerzy Engel fotografował się z pucharem, jakby wiedział, że nie będzie mógł go dotknąć jako zwycięzca całej imprezy. Kibice poczuli się oszukani. Dodatkowo sytuacja w polskiej piłce robi się naprawdę nieciekawa. Kadra zawodzi, a w rozgrywkach klubowych na boisku dzieją się dziwne rzeczy. Jak się później okaże, liga jest przeżarta korupcją tak głęboko, że CBA rozpracowując tzw. mafię piłkarską, wsadzi do aresztu ponad 150 osób. Ustawiane było wszystko, a kupić mecz można było tak łatwo, jak dekoder potrzebny do oglądania ekstraklasy. Rak, który toczył zawodników i środowisko sędziowskie, przeniósł się też na trybuny. Czynne kibicowanie na stadionie od lat budziło dreszczyk emocji, ale teraz już nawet zagorzali fani serdecznie dziękują za takie widowiska. Spotkania ogląda garstka, porównując liczby do tych notowanych np. za Odrą. W Niemczech każdą kolejkę na żywo, na stadionie, ogląda kilkaset tysięcy kibiców. U nas kilkanaście lub kilkadziesiąt. Polska piłka potrzebuje renesansu, a polscy kibice potrzebują idola.

Kocha, lubi, nie kocha…

Przez lata w polskim sporcie zmieniało się niewiele. Po transformacji kolejne stadiony zapadały się i zarastały trawą jak warszawska Skra, a nowe obiekty powstawały tylko tam, gdzie były duże pieniądze i sponsorzy. Największe nadzieje pokłada się w piłkarzach i najwięcej osób ogląda mecze reprezentacji narodowej właśnie w tej dyscyplinie, ale coraz częściej Polacy ekscytują się też innymi konkurencjami. Piłkarze ręczni, którzy największe sukcesy święcili też w latach 70. i na początku 80. (trzecie miejsce na igrzyskach olimpijskich i mistrzostwach świata), w wielkim stylu wracają dopiero w 2007 roku. Pod okiem trenera Bogdana Wenty szczypiorniści zajmują na mistrzostwach świata drugie miejsce i są na ustach wszystkich w Polsce. Nazwiska zawodników odmienia się przez wszystkie przypadki. Bramkarza, który nie kapituluje w żadnej sytuacji, kocha cały kraj, a zawodnika, który rzuca i trafia z każdej pozycji, nazywa się najlepszym w swoim fachu na świecie. Wygląda na to, że miłością obdarowujemy bardzo szybko, ale równie szybko zapominamy o uczuciu, kiedy sukces nie ma kontynuacji. Trzecie miejsce na mistrzostwach w 2009 roku odbieramy jako porażkę. Rok wcześniej po igrzyskach, na których ręczni zajmują ósmą lokatę, odwraca się od nich cała rzesza kibiców.

Podobny los spotkał siatkarki. Złotka, bo tak nazywano zwycięski zespół z Małgorzatą Glinką i Agatą Mróz na czele, które dwa razu z rzędu (w 2003 i 2005 roku) wygrywały mistrzostwa Europy, były traktowane jak prawdziwe gwiazdy. Tysiące fanów witały kadrowiczki na lotnisku po powrocie do domu, by w kolejnych, suchych latach przestać interesować się tym sportem. Zainteresowanie wróciło w 2009 roku, kiedy zespół znów wywalczył medal na mistrzostwach Europy. Walkę o brąz oglądało wtedy w telewizji ponad 4,5 mln osób. Na co dzień jednak zawodową ligą kobiecej siatkówki interesuje się garstka kibiców. W zakończonym sezonie 2011/2012 średnio na trybuny przychodziło około 1300 osób, frekwencja telewizyjna także nie poraża. Wygląda więc na to, że jesteśmy narodem sezonowych kibiców. Nasz entuzjazm podsycają sukcesy, ale o wiele szybciej gaszą go nawet najmniejsze potknięcia czy porażki. To prawdziwa przestroga dla sportowców z Orłem Białym na piersi, by nie wznieść się zbyt wysoko na fali radości wzniecanej przez fanów. Upadki z niej są bowiem bardzo gwałtowne i bolesne.

Czy grozi nam kolejna mania?

Rozpatrując ten wątek, uznałem, że należy postawić pewną cezurę i podzielić historię polskiego sportu i kibicowania

na czasy przed Małyszem i po nim. Mój naiwny sposób myślenia szybko skonfrontował z rzeczywistością Wojciech. Kibic z wieloletnim stażem, pamiętający czasy Wyścigu Pokoju i emocje związane z występami bokserów w połowie ubiegłego stulecia.

– Współczesny sport i kibicowanie możemy tak przedzielić, ale nie polski w ogóle. Wystarczy wspomnieć popularność lekkoatletów i zapełniony po brzegi stutysięczny Stadion Dziesięciolecia podczas meczów z USA, tłumy kibiców podczas Wyścigu Pokoju, popularność bokserów w latach 50. i 60., czy choćby zawody żużlowe pod koniec XX wieku.

Od razu sprawdzam, czy podobnie myślą młodsi kibice. Rozmawiam z Tomkiem dwudziestopięciolatkiem, wiernym kibicem jednego ze stołecznych klubów piłkarskich.

– Szewińska? Tak, słyszałem. Kulej też, teraz komentuje boks. Wiem sporo o sporcie, ale nie potrafię powiedzieć, w jakich latach ci sportowcy odnieśli sukcesy.

Tomek lekko się denerwuje, ale z twarzy nie schodzi mu uśmiech. Rozmawiamy o kibicowaniu, więc przyjmuje pozę oddanego fana.

– Dziś liczy się piłka nożna. Dzięki telewizji, promocji, dzięki tym wszystkim pieniądzom, które są pompowane w football, wszyscy chcą to oglądać. I piłka jest najbardziej widowiskowa. Mecz nie może trwać 5 sekund, jak pojedynek bokserów. To 90 minut albo i więcej, ciężkiej harówki na trawie, biegania, pojedynków indywidualnych, strzałów, bramek i krwi. Dlatego kibice tak bardzo kochają piłkę, bo tych emocji nie da się z niczym innym porównać. Do tego dochodzi atmosfera na stadionie. Nie wszyscy to rozumieją, nie dla każdego spotkanie z kolegami na trybunach to takie przeżycie jak dla mnie. Kiedy jesteśmy razem, wierzymy, że nasz doping może pomóc drużynie wygrać. Trzeba w to wierzyć, bo nie bez powodu mówi się o nas 12. zawodnik. Identyfikujemy się z klubem na co dzień, ale jesteśmy też kibicami reprezentacji czy innych sportów. Ty pewnie też.

Tomek patrzy na mnie wzrokiem inkwizytora, kiedy pokazuję mu kartę kibica.

– No właśnie. Masz nawet na to papier. To pozwala człowiekowi wejść na stadion, ale nie świadczy o byciu kibicem. Jest dużo ludzi, którzy są wiernymi

Fot. Fotolia

fanami np. Barcelony, a nigdy nie byli na żadnym jej meczu. Ich kibicowanie polega głównie na słownych przepychankach z kolegami, którzy są fanami Realu, i zasiadaniu przed telewizorem, kiedy Barca gra w Lidze Mistrzów. Już nawet oglądanie hiszpańskiej ligi to pewnie za duży wysiłek. Są też przypadki odwrotne. Ludzie chodzą na wszystkie mecze np. ulubionej drużyny siatkarskiej. Malują twarze, walą w bębny, jeżdżą na wyjazdowe spotkania. Mnie wystarczy szalik, koledzy…

I piosenka na ustach – wtrącam – a Tomek wybucha na szczęście śmiechem.

– Tak, i piosenka, dziwnie to może brzmi, ale faktycznie dużo śpiewamy tych naszych klubowych kawałków. To ciekawe, ale niektóre wymyślamy sami, inne kopiujemy od różnych drużyn. Jest trochę przekleństw, ale coraz rzadziej. Na wielu meczach, jak np. ostatnio na nowym Stadionie Narodowym, po kilku minutach naszego udziału spiker poprosił o wyłącznie kulturalny doping, bez wulgaryzmów. Na trybunach było mnóstwo rodzin z dziećmi, świetnie się bawili, my też to rozumiemy, chociaż myślimy sobie, że bardziej my jesteśmy u siebie, bo na co dzień przychodzimy na mecze, to potrafimy to uszanować. Już do końca było kulturalnie.

Ale race ktoś odpalił, petardy waliły jak podczas kanonady.

– Tak, ale na kilka tysięcy kibiców było to kilka petard i chyba dwie race. Szybko je ugaszono. Dla nas to się nazywa „oprawa". Flagi, hasła, race, petardy i przyśpiewki – to ma nas wprowadzić w nastrój, ale też zmobilizować drużynę. Druga sprawa to odstraszenie przeciwników. Można się z tego śmiać, ale dziś, kiedy mamy w Polsce stadiony z prawdziwego zdarzenia, kilkadziesiąt tysięcy gardeł może zmiażdżyć pewność siebie każdego zawodnika. Jeśli usłyszy gwizdy albo przerażający śpiew rywali, nie strzeli karnego, nie uda mu się drybling, nie wyjedzie od nas zadowolony. My to piłka, piłka to my.

Tomek nie może odpowiedzieć na moje kolejne pytania, tym razem o historię polskiego kibicowania. Śpieszy się na mecz ukochanej drużyny w finale Pucharu Polski. Może tylko się wykręca, a może naprawdę się śpieszy, ale na odchodne rzuca jeszcze, że dziś jest inaczej, a o dawnych czasach lepiej rozmawiać z ludźmi, którzy to pamiętają.

– My jesteśmy fanatykami. Kibicuj albo giń, jak w Legii Cudzoziemskiej. Dawniej sportowe przeżycia dawały jakieś nadzieje albo patrzyło się w telewizor, bo nie było nic innego. Tysiące na trasie jakiegoś wyścigu też mnie nie dziwią, skoro w telewizji można było zobaczyć tylko start i metę i jeszcze trzeba było na słowo wierzyć.

Wracam do Wojtka. On na co dzień nie myśli o kibicowaniu i sporcie. Jest już na emeryturze i „dobre mecze ogląda", ale nie żyje sportem.

– Teraz każdy będzie kibicem, bo zbliżają się mistrzostwa w Polsce, ale to zro-

zumiałe, że generalnie nie jesteśmy oddanymi fanami. Faktycznie, kiedyś było inaczej. Przeżywało się wielkie sukcesy, bo one były po części sukcesami każdego z nas. Polaków, którzy wiele świata nie widzieli, a tu nagle zostają mistrzami świata. To było coś. Kibice lekkiej atletyki, którzy zapełniali Stadion Dziesięciolecia w liczbie 100 tys. podczas zmagań Wunderteamu pod koniec lat 50. Nawet w połowie lat 70. na stadion Skry przychodziło po 30–50 tys. widzów, kiedy rekordy świata biła Szewińska, Sukniewicz, Rabsztyn. Wcześniej ekscytowaliśmy się biegaczami. Kazimierz Zimny, Zdzisław Krzyszkowiak, później Bronisław Malinowski, a pięściarze – z Jerzym Kulejem na czele, a ciężarowcy – Waldemar Baszanowski, a szablista Jerzy Pawłowski, a kulomiot Władysław Komar.

Może to propaganda tak dobrze działała. Nie od dziś wiadomo, że każdemu aparatowi zależy na sukcesach sportowych, bo to dobrze łagodzi obyczaje.

– Pewnie tak, ludzie dawali się nakręcać władzy, która puszczała w telewizji to, co trzeba, ale dziś dają się nakręcać wielkim koncernom, prywatnym stacjom i menadżerom piłkarskim, którzy za swoje pensje mogliby utrzymać małe państwo. To taka symbioza, potrzebujemy tych emocji, bo one pozwalają nam na chwilę oderwać się od rzeczywistości, a z drugiej strony są w stu procentach rzeczywiste. Czy jest coś bardziej rzeczywistego niż facet biegnący przez 100 metrów? Wygrywa szybszy. Esencja sportu amatorskiego. Wygrana dla satysfakcji. Dziś są w tym wielkie pieniądze i to pewnie dobrze, bo – jak widać – wyniki są coraz lepsze, ale zmienili się też kibice. Na przykład moja córka.

Ania ma 35 lat i dwie córeczki. Na co dzień nie kibicuje nikomu.

– Matka, żona, w głowie ma wszystko, ale na pewno nie jakieś tam zawody. Kiedy podczas ostatnich mistrzostw świata nasi piłkarze grali w finałach, zamieniła się w biało-czerwonego demona. Oglądała z nami mecze na telebimach w strefie kibica, śpiewała, krzyczała, skakała. Malowała twarz w biało-czerwone flagi, zakładała kapelusz w narodowych barwach. Szał. Następnego dnia wychodziła do pracy, zostawiając te emocje za sobą. Z jednej strony pewnie pozwalało jej to przeżyć te dni razem z nami, dobrze się bawić, z drugiej dawało szansę na wyładowanie się. Już się boję co będzie teraz, do Euro pozostały już tylko dni.

Wojtek śmieje się, ale za chwilę robi się całkowicie poważny.

– To dla nas duży sprawdzian. Dla nas, dla Polaków. Jakimi jesteśmy kibicami? Czy przyjmiemy z otwartymi ramionami swoich rywali? Czy będziemy potrafili przełknąć gorycz porażki? Czy nie damy się sprowokować? Ludzie w moim wieku podchodzą do kibicowania inaczej. Dla młodych to kwestia honoru, być albo nie być i niestety czasem przeradza się to w bić albo nie bić. Ale wierzę, że nie przyniesiemy sobie wstydu, potrafimy kibicować, co pokazują trybuny siatkarskich i koszykarskich aren. Nie ma też co demonizować, różne rzeczy działy się podczas meczów żużlowych, hokejowych, piłka nożna nie jest jedynym ogniskiem kibicowskiej nienawiści, tylko jest największym. Wszędzie są dobrzy i źli kibice, a żeby więcej było tych dobrych, to wystarczy samemu takim zostać. Dziś na mecze piłkarskie chodzą ludzie z kilkuletnimi dziećmi. Jeszcze kilka lat temu było to nie tyle nieodpowiedzialne, co bardzo ryzykowne. Nie trzeba sięgać pamięcią daleko, by przypomnieć sobie, jak podczas spotkania Wisły Kraków z AC Parmą w 1998 roku jeden „Misiek" (Paweł M. znany szerzej jako „Misiek" – przyp. autora) rzucił w zawodnika gości nożem. Na szczęście trafił rękojeścią. Dziś nie ma się czego bać, kibice są identyfikowani, wiedzą, że mogą odpowiadać za to, co robią, na stadionie są stewardzi, patrzą nie na boisko jak ciecie, tylko na kibiców, pomagają, wskazują miejsca. Stadion stał się teatrem zmagań sportowych, dlatego też staje się coraz bardziej cywilizowany. Jak się kibic źle zachowuje, to zaraz go ktoś doprowadzi do porządku. Przeważnie krzywym spojrzeniem, jednym komentarzem. Ludzie nie boją się podczas meczu interweniować, bo jeśli są w takich samych koszulkach, to bardziej czują, że są jednością, że się znają. To jest właśnie piękne w sporcie, że on zbliża ludzi.

Ostatecznie nie mogłem podzielić polskiego kibicowania na czasy przed Małyszem i po nim, ale prawdopodobnie gdyby nie on, współcześni kibice nigdy nie dowiedzieliby się, na co ich stać jako fanów. Czy wiedzielibyśmy, jak wysoko potrafimy wznieść się w ekstatycznej radości, gdy nasz zawodnik jest pierwszy, najlepszy, niepokonany i to tak długo, że niektórym to już zbrzydło? Jak mocno potrafimy kochać i wylewać łzy szczęścia podczas odsłuchiwania *Mazurka Dąbrowskiego* i wciągania na maszt biało-czerwonej flagi? Tylko dzięki sukcesom i porażkom tego najbardziej utytułowanego polskiego sportowca odkryliśmy w sobie niewiarygodnie obfite pokłady życzliwości. Nauczyliśmy się na nowo, po latach pookrągłostołowej sportowej mizerii, przeżywać razem uniesienia, które kiedyś wyzwalał w Polakach Kozakiewicz, Fortuna czy nieznany prawie współczesnemu kibicowi Janusz Sidło. Ten oszczepnik został przez prestiżowy magazyn „Track & Field News" uznany za najlepszego lekkoatletę w historii. Był dwukrotnym (1954 i 1958) mistrzem Europy, rekordzistą świata, pierwszym obywatelem Starego Kontynentu, który rzucił ponad 80 metrów, i wielokrotnym mistrzem Polski. Krótko przed sportową emeryturą potrafił posłać oszczep na ponad 86 metrów. Dziś nowoczesnymi, ale latającymi trochę bliżej oszczepami Polacy z trudem rzucają na 80 metrów i zdrowo odstają od światowej czołówki tej dyscypliny. O kibicach oszczepu w ogóle chyba nie można mówić, bo prawdopodobnie są to rodziny zawodników i trenerów plus zagorzali fani kibicowania czemukolwiek, czyli tzw. niedzielni eksperci. Tu jednak znów dochodzimy do momentu, w którym okazuje się, że wystarczy przywieźć medal, by Polacy chociaż na chwilę otoczyli nas glorią.

Szymon Ziółkowski, młociarz, i Kamila Skolimowska także uprawiająca tę dyscyplinę, na chwilę, zawładnęli przestrzenią publiczną, gdy w 2000 roku z Sydney przywieźli po złotym krążku olimpijskim. Jednocześnie pozwolili nałożyć na siebie brzemię zwycięzcy. Na kolejne igrzyska mieli jechać jako faworyci, już zaliczani do tych, którzy pozwolą podreperować beznadziejną statystykę medalową. Nie udało się. Cztery lata olimpiady pozwoliły jeszcze na sukcesy na mistrzostwach Europy (Ziółkowski zdobył też złoto na MŚ), ale już na igrzyskach tak dobrze nie było. Kamila na pierwszych stronach gazet zagościła ponownie w lutym 2009 roku. Niespodziewanie odeszła z tego świata podczas zgrupowania w Portugalii. Lekarze orzekli, że powodem zgonu był zator tętnicy płucnej i nierozpoznana zakrzepica. Szymon szykuje się do igrzysk w Londynie, ale jeśli nie udowodni, że wciąż jest w stanie rywalizować z najlepszymi na świecie, nie może liczyć na pobłażliwość kibiców i tłumy przed telewizorami.

Fot. Fotolia

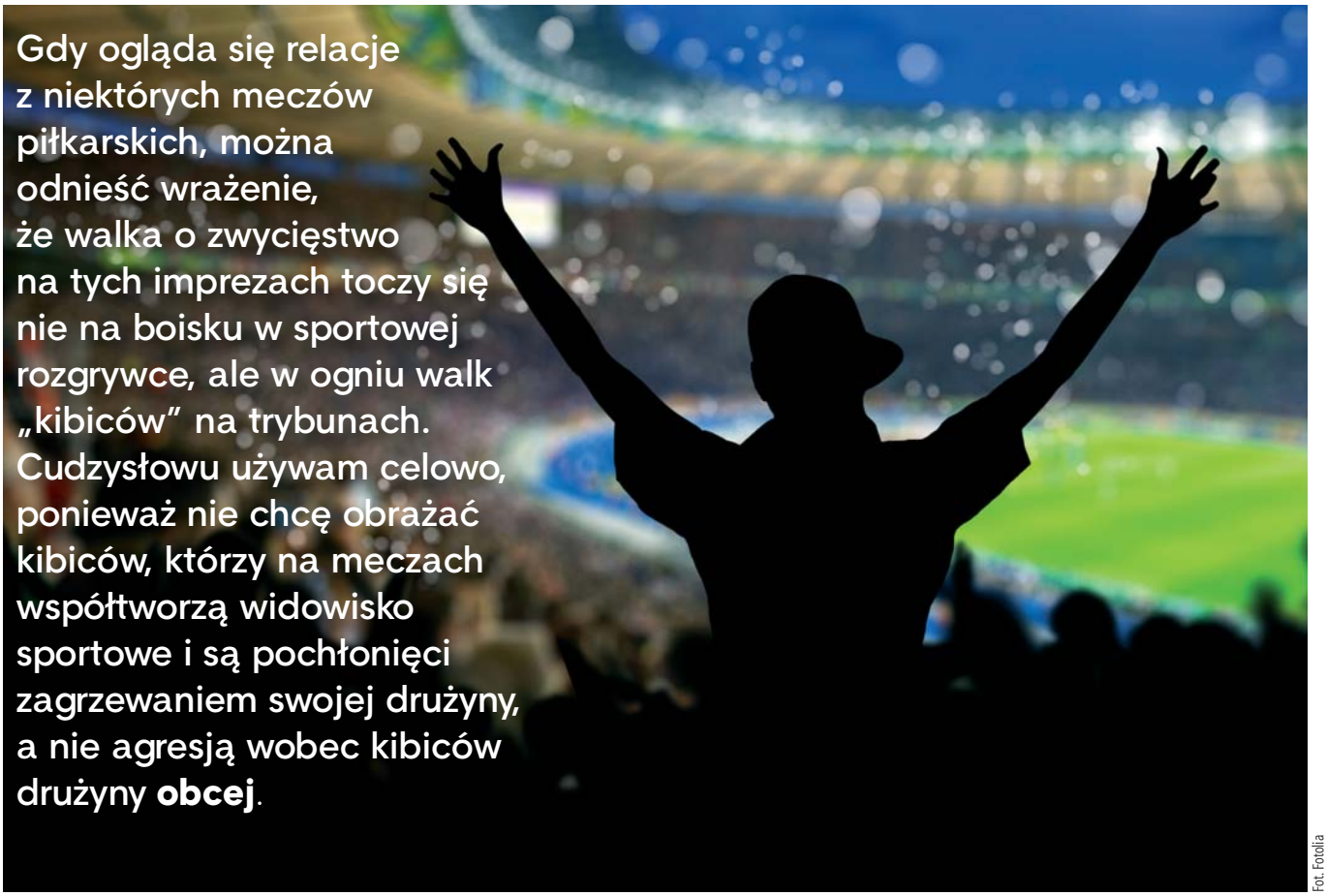
O pociągach i samolotach ciągnących na Wyspy z biało-czerwonymi kibicami też morze raczej pomarzyć.

Tłumów skandujących po polsku nie było też nigdy na trybunach wokół torów Formuły 1. Abu Zabi w Zjednoczonych Emiratach Arabskich, São Paulo w Brazylii, Melbourne w Australii, nawet Monte Carlo są nieosiągalne dla szerszej rzeszy fanów sportów motorowych. Robert Kubica musiał więc poradzić sobie bez dopingu. Kibicom natomiast nie przeszkadzało wcale to, że zawodnik jest polskim rodzynkiem, jeśli chodzi o tak prestiżowe wyścigi, i pokładali w nim ogromne nadzieje. Szeptem prawie mówiło się o przejściu Kubicy do zespołu Ferrari, wymarzonego teamu każdego kierowcy, i kolejnych wygranych wyścigach jako reprezentant Polski. Niestety emocje trzeba było odłożyć na półkę. Po tragicznym wypadku, do którego doszło poza torem Formuły 1, w czasie rajdu Ronde di Andora we Włoszech, Robert trafił na wiele miesięcy do szpitala. Prawie całkowicie odciął się od kibiców. Przeszedł serię operacji ratujących życie i zdrowie, ale na razie nie ma szansy na powrót do pełnej sprawności. Czy kiedykolwiek spełni oczekiwania ogromnej rzeszy fanów i zostanie pierwszym polskim mistrzem świata w tym najdroższym sporcie na świecie? W przeciwieństwie do wielu innych sportowców Kubica nigdy nie rozczarował swoich kibiców. Zawsze walczył do końca, jeździł mądrze, choć momentami na granicy ryzyka. Wychodził z sytuacji nie do przeżycia i zaraz wsiadał znów do samochodu, by walczyć o kolejne punkty w klasyfikacji generalnej. Na razie nie słyszy się głośnego utyskiwania, że Robert pozbawił nas, Polaków, szansy na ekscytowanie się Formułą 1, że ukradł nam marzenia o mistrzu świata w tej dyscyplinie. Jest też w o tyle komfortowej sytuacji, że kiedyś nie myśleliśmy o tym wcale, bo grono zawodników ścigających się w tych rozgrywkach to zaledwie grupa 20 osób. Nie da się jednak nie zauważyć, że gros kibiców oglądało zmagania Kubicy tylko ze względu na polski akcent. Oglądalność od czasu wypadku spadła o połowę, a przed telewizorami z trudem zbiera się milion osób.

Przeciwnie wygląda krzywa frekwencji, jeśli chodzi o tenis. Ostatnio zanotowano rekord oglądalności, gdy Agnieszka Radwańska ogrywała Marię Szarapową w finale turnieju w Miami. Przed ekranem usiadło prawie 1,3 mln polskich widzów, czyli kilka razy więcej niż podczas najciekawszych spotkań w historii. Od czasów Wojciecha Fibaka, nazywanego przez dziesięciolecia najlepszym polskim tenisistą, wreszcie przyszły nowe czasy. Nie znaczy to, że Fibak złym sportowcem był, ale raczej że rozpamiętywanie jego sukcesów, które trudno dziś sukcesami nazwać (trzecie miejsce podczas Australian Open w 1978 roku i zwycięstwo w grze podwójnej w tym samym turnieju), jest bez sensu, zwłaszcza że bardziej niż sportem Fibak zajmuje się dziś kolekcjonowaniem dzieł sztuki i zapełnianiem rynku prasowego nowymi tytułami. Tymczasem pod nosem wykiełkowała nam zawodniczka, która rakietą włada lepiej niż niejeden mężczyzna i która może poszczycić się mianem czwartej rakiety świata, czyli czwartej najlepszej tenisistki w tym sezonie[1]. Jej umiejętności docenili już kibice, którzy – choć krakowianka do najbardziej pokornych nie należy – polubili Isię (tak pieszczotliwie nazywana jest Agnieszka Radwańska) i już zapowiadają, że będzie pierwszą Polką i pierwszym Polakiem, który wygra turniej wielkoszlemowy w grze pojedynczej. Jeśli tak się stanie, niewykluczone, że czeka nas isiomania, tym bardziej że sport indywidualny daje w tej materii większe pole do popisu. Szans na rozwinięcie fascynacji sobą może nie dać sama Radwańska. Jak ostatnio zdradziła po powrocie do Krakowa po wygranym turnieju w Miami, w Polsce jest kilkanaście dni w roku, a na dodatek na krajowych imprezach prawie się nie pojawia. Pojawiają się natomiast plotki, że niedługo na stałe wyprowadzi się do Monako, by uciec przed fanami i przede wszystkim przed polskim fiskusem. Pozostanie wpatrywanie się w telewizor.

Bartłomiej Maślankiewicz
dziennikarz, wierny student tegoż kierunku, urodzony newsman, reporter i radiowiec

1 Źródło: http://www.wtatennis.com/page/RankingsSingles/0,,12781~0~1~100,00.html



Gdy ogląda się relacje z niektórych meczów piłkarskich, można odnieść wrażenie, że walka o zwycięstwo na tych imprezach toczy się nie na boisku w sportowej rozgrywce, ale w ogniu walk „kibiców" na trybunach. Cudzysłowu używam celowo, ponieważ nie chcę obrażać kibiców, którzy na meczach współtworzą widowisko sportowe i są pochłonięci zagrzewaniem swojej drużyny, a nie agresją wobec kibiców drużyny **obcej**.

Fot. Fotolia

Obcy – decydujące starcie!

Tomasz **GARSTKA**

Jak można rozumieć punkt widzenia kiboli („obcy kibice to nasi wrogowie"), ich emocje i postawy (duma, radość, wściekłość, pogarda, poczucie bezradności) oraz zachowania (wybryki chuligańskie, wyzywanie, poniżanie i ataki na obcych, groźby, zastraszanie, prowokacje i bijatyki)? Psychologiczna perspektywa może być pomocna w planowaniu działań wychowawczych wobec młodych ludzi od najmłodszych lat – profilaktyki stadionowej agresji i promowania kibicowania fair[1].

Mit oczyszczenia (katharsis)

Ciągle powszechne jest przekonanie, że popęd śmierci (Tanatos) jest wrodzony i jest on realizowany poprzez działania destrukcyjne. Według Sigmunda Freuda, twórcy psychoanalizy, można rozładować rodzące agresję pobudzenie i doświadczyć oczyszczenia (katharsis) trzema drogami. Po pierwsze, poprzez samo zachowanie – dokonanie aktu agresji, ataku, zniszczenia (katharsis właściwe). Po drugie, przez obserwowanie cudzej agresji (katharsis zastępcze). Po trzecie wreszcie, poprzez aktywność substytucyjną wobec agresji,

1 Por. *Fair play w sporcie i olimpizmie. Szansa czy utopia = Fair play in sport and olimpism. Opportunity or utopia*, pod red. Z. Żukowskiej, R. Żukowskiego, Polski Komitet Olimpijski – Klub Fair Play, Wydawnictwo ESTRELLA, Warszawa 2010; *Fair play – Sport – Edukacja. Europejski Kongres Fair Play – II Generalne Zgromadzenie Europejskiego Stowarzyszenia Fair Play w Warszawie 2010*, pod red. Z. Żukowskiej, R. Żukowskiego, Polskie Towarzystwo Naukowe Kultury Fizycznej, Warszawa 1997.

np. aktywność fizyczną, gry sportowe czy fantazje na temat przemocy (katharsis pomocnicze). Zachowania agresywne pseudokibica miałyby więc zostać wyjaśnione jego destrukcyjnym popędem, który uwalnia i odreagowuje na stadionach i poza nimi, w walkach z kibicami obcych drużyn.

Takie psychoanalityczne tezy nie mają jednak charakteru teorii naukowych i nie były poddawane rzetelnej weryfikacji. Wyniki badań przeczą takim interpretacjom mechanizmów wzbudzania i rozładowania agresji. Okazuje się, że same akty agresji powodują tylko czasowy spadek poziomu fizjologicznego napięcia u agresorów, a potem jego wzrost na skutek stymulacji. Sam udział w ostrej rywalizacji sportowej, oglądanie scen agresji w mediach i sytuacji napastliwości na boisku (między zawodnikami lub zawodników wobec sędziów) zwiększa poziom agresji w przejawianych zachowaniach zawodników i kibiców. W umysłach aktywizuje się bowiem schemat walki oraz wzbudzane są silne emocje („zarażanie się emocjami"). Zarówno u agresorów, jak i u obserwatorów nie dochodzi do rozładowania agresji, ale do nasilenia wrogości wobec samej ofiary ataków („wroga") i uogólniania jej na innych, obcych kibiców. Efektem jest nasilenie skłonności do dalszej agresji.

Stereotyp obcego kibica

Badania pokazują, że w prawie 80% przypadków polscy kibice postrzegają jako wrogów kibiców drużyny przeciwnej. Na drugim miejscu jest policja (blisko 30%). Za nią dopiero lokują się na liście wrogów zawodnicy drużyny przeciwnej (niecałe 20%)[2].

Co sprawia, że kibic drużyny przeciwnej jest postrzegany jako obcy lub wróg? Możemy tu wziąć pod uwagę dwie grupy czynników. Pierwszy zbiór czynników – indywidualnych – dotyczy psychologicznych mechanizmów postrzegania społecznego (czyli tego, jak widzi się innych ludzi). Drugi zbiór dotyczy czynników interpersonalnych, grupowych i społecznych.

Każdy człowiek w swoim umyśle buduje poznawcze schematy rzeczywistości (pojęciowe i „obrazowe"). Także rzeczywistości społecznej. Podkreślam, że myślenie **schematowe nie oznacza schematycznego**. Po prostu w rozwoju gatunkowym nasz umysł wyewoluował do odzwierciedlania i porządkowania rzeczywistości (ujętego w pojęcia, wyobrażenia, skrypty sytuacji i ról, narracje). Te schematy następnie uruchamiane są w procesie postrzegania rzeczywistości i na ten proces wpływają. Niektóre z nich są bardzo uproszczone, automatyczne, niepoddające się modyfikacji pod wpływem napływu nowych informacji i poszerzania wiedzy. Aktywizacja takich schematów poznawczych dopiero składa się na to, co nazywamy myśleniem schematycznym. Na nie składają się m.in. **stereotypy**. One właśnie są zakodowanymi w umyśle schematami poznawczymi, które w sposób uproszczony, nadmiernie uogólniający, sztywny i odporny na zmiany odnoszą się do jakiejś kategorii społecznej. Dotyczą wyglądu, zachowań, kompetencji i cech przedstawicieli określonej grupy, np. obcych kibiców. Oczywiście te poznawcze stereotypowe schematy wpływają na postrzeganie danej grupy jako całości oraz jej członków[3]. O **stereotypie społecznym** mówimy, gdy to wyobrażenie podziela pewna grupa ludzi. Gdy zaś stereotyp przesycony jest negatywnymi emocjami, mówimy o **uprzedzeniu**.

Również u każdego młodego kibica powstają w toku jego rozwoju i doświadczeń określone umysłowe reprezentacje relacji: „moja grupa kibiców – obce grupy kibiców" i poznawcze schematy obcych. W zależności od tego, jak funkcjonują jego struktury poznawcze i jakie procesy oceny są uruchamiane w umyśle, człowiek ma tendencję do budowania obrazów uproszczonych, stereotypowych lub – przeciwnie – bardziej złożonych, lepiej odzwierciedlających rzeczywiste cechy kibiców obcych drużyn.

Czynniki poznawcze w postrzeganiu obcych kibiców

Im bardziej osoba jest zamknięta na wiedzę o innych i nowe informacje społeczne, tym silniejsza jest u niej tendencja do tworzenia stereotypów i trzymania się ich w postrzeganiu i ocenianiu innych. Nazywa się to **zamknięciem struktur poznawczych umysłu**[4]. Kibice, którzy nie znajdują i/lub nie przyjmują do wiadomości informacji o ludziach kibicujących innym drużynom, a co za tym idzie – niewiele o nich wiedzą, będą postrzegać obcych w uproszczony sposób.

Z kolei **konkretność struktur poznawczych**[5] oznacza, że ktoś buduje „prototypy" osób danej kategorii na podstawie pierwszych, fragmentarycznych doświadczeń. Tym samym łatwo wpada w pułapkę stereotypizacji. Można powiedzieć, że młody człowiek na bazie silnie nasyconych emocjami doświadczeń łatwo zbuduje stereotyp obcego kibica i nie będzie to miało nic wspólnego ani z procesem abstrahowania i tworzenia definicji kibica, ani z tworzeniem zbioru różnorodnych jednostkowych obrazów osób, które są kibicami.

Na to, jak odbiera się inne osoby, wpływa również **stopień złożoności poznawczej**[6]. Im bardziej uproszczona jest wiedza o świecie i innych ludziach (mała złożoność poznawcza), tym silniejsza jest tendencja do ich stereotypowego postrzegania w konkretnych sytuacjach. Ponadto w postrzeganiu społecznym (w przeciwieństwie do postrzegania rzeczy) w ogromnym stopniu wychodzimy poza odbierane dane („to, co widzimy"). Na ich podstawie w niebezpośredni sposób wnioskujemy o cechach innych ludzi. Na dodatek emocje zaangażowane są w nasze oceny. Gdy w rzeczywistości mało wie się o obiekcie (kibicu obcej drużyny, którego się przecież nie zna tak naprawdę), gdy ma się nastawienie oceniające (a nie rozumiejące), a sytuacja jest angażująca emocjonalnie i wymaga szybkiego reagowania, tak jak dzieje się na trybunach imprez sportowych – wtedy

2 H. Sekuła-Kwaśniewicz, *Ludzie sportu wobec systemu wartości* [w:] *Wartości a struktura społeczna*, pod red. S. Marczuka, Wyd. Wyższej Szkoły Pedagogicznej, Rzeszów 1990, s. 207–232.

3 Por. E. Aronson, *Człowiek – istota społeczna*, PWN, Warszawa 1995; I. Kurcz, *Zmienność i nieuchronność stereotypów*, Instytut Psychologii PAN, Warszawa 1994; *Stereotypy i uprzedzenia*, pod red. Z. Chlewińskiego, I. Kurcz, Instytut Psychologii PAN, Warszawa 1992.

4 Wg Z. Milska, *Otwartość struktur poznawczych* [w:] T. Szustrowa, *Osobowość jako przedmiot diagnozy psychologicznej*, Wydawnictwo UW, Warszawa 1993.

5 Wg J. Trzebiński, *Stopień abstrakcyjności struktur poznawczych jako osobowościowa determinanta zachowań* [w:] T. Szustrowa, *Osobowość jako przedmiot diagnozy psychologicznej*, Wydawnictwo UW, Warszawa 1993.

6 Wg J. Czapiński, *Złożoność poznawcza* [w:] T. Szustrowa, *Osobowość jako przedmiot diagnozy psychologicznej*, Wydawnictwo UW, Warszawa 1993.

dominują **afektywne reguły wnioskowania** o innych ludziach. Są szybkie, upraszczające, emocjonalne i mają znaczenie głównie wartościujące, a nie opisowe (dobry – zły, wartościowy – bezwartościowy).

Na pewno też bardziej podatny na postrzeganie „obcego kibica" jako wroga będzie ten młody człowiek, który ma **dogmatyczny system przekonań**[7]. Dlaczego? Ponieważ będzie miał tendencję do wyolbrzymiania różnic i pomniejszania podobieństw postaw i poglądów akceptowanych przez siebie i odrzucanych. Nie będzie dostrzegał oczywistych analogii między kulturą swojej drużyny a kulturami innych drużyn. Kulturami, na które składają się zawsze: zbliżony styl życia, zwyczaje i symbole (dopingowanie, szaliki, flagi, czasopisma i ziny, ubiory, przyśpiewki, slang, gadżety, wlepki, graffiti i murale, a nierzadko też nadużywanie alkoholu). Nie będzie się interesował tym, co nie dotyczy jego przekonań o wyższości swojej drużyny. Będzie akceptował u siebie poglądy wzajemnie sprzeczne, np. „Zwyciężają lepsi – jeśli zwyciężyli obcy, to i tak nasi są lepsi". Zwykły, prawdziwy (nie destrukcyjny) kibic uzna porażkę swojej drużyny i nie wycofa się z jej wielbienia. Pseudokibic porażki drużyny nie może zaakceptować. Odreagowuje lub mści się na kibicach zwycięzców, tak jak wcześniej atak na nich miał dawać mu poczucie dominacji i wyższości.

Wpływ grupy i społeczności

W wyniku obserwacji, obcowania i identyfikacji z grupami kibiców uznawanymi za własne i obserwacji, stykania się i konfrontacji z grupami obcych w umyśle dokonują się tzw. **kategoryzacje społeczne**. Związane są z nimi dwie powszechne tendencje:

- **tendencyjność wewnątrzgrupowa**, która polega na bezkrytycznym faworyzowaniu członków własnej grupy i postrzeganiu ich jako lepszych, atrakcyjniejszych, sprawniejszych i tych, którym należy się więcej niż innym;
- **homogenizacja zewnątrzgrupowa**, która polega na postrzeganiu grup obcych jako jednolitych, bez brania pod uwagę różnorodności indywidualnej jednostek składających się na te grupy (przyczyniają się do tego również wspólne działania, podobny wygląd członków grupy obcej, która podkreśla swą spójność i jednorodność, a nie wewnętrzne zróżnicowanie).

Do czynników z drugiego zbioru, wpływających na postrzeganie kibiców innej drużyny jako obcych czy wrogów, trzeba zaliczyć mechanizmy grupowe i społeczne. Po pierwsze, to regularna **„propaganda"** przeciw obcym (od okrzyków dewaluujących przeciwnika do wulgarnych obelg, od materiałów internetowych do haseł pisanych na murach).

Po drugie, w toku interakcji w tłumie własnych kibiców **wyłaniają się nowe normy**, które mogą być sprzeczne z normami ogólnospołecznymi obowiązującymi poza tłumem podczas imprez sportowych. „Ralph Turner sformułował teorię wyłaniania się norm społecznych w tłumach. Pokazuje on, jak w toku spontanicznego i chaotycznego zachowania w tłumie następuje jakby wzajemne *ucieranie się uczestników*, upodabnianie ich działań, aż wreszcie pojawiają się bardzo proste, rudymentarne reguły postępowania, do których wszyscy zaczynają się stosować i które zaczynają być przez innych egzekwowane i sankcjonowane. Dalsza standaryzacja takich reguł czyni je trwałymi składnikami kultury typowej dla dużych zbiorowisk ludzi"[8]. Tak może być ze zwyczajami werbalnej i fizycznej agresji wobec kibiców obcych drużyn. „To już nie jest działanie spontaniczne, lecz regulowane wcześniej skrystalizowanym ze spontanicznych reakcji wzorem. Przekona się o tym każdy, kto chciałby zachować się inaczej. Dozna z pewnością owego poczucia presji społecznej (…)"[9].

Po trzecie, wśród agresywnych kibiców często zauważa się bezwzględne podporządkowanie, zaufanie i **uleganie autorytetowi** liderów własnej grupy. Osoby w funkcji autorytetów grupowych nie tylko stają się wzorami pewnych zachowań, za którymi idą inni, ale także są obiektami identyfikacji.

Po czwarte wreszcie, tak jak w wielu innych grupach, gdzie ma to być może mniej destrukcyjne skutki, działa tu **efekt konformizmu i obawy przed odrzuceniem** przez członków danej grupy. Dlatego bojowi pseudokibice w ocenach innych uwzględniają, jaki jest stosunek tych osób nie tylko do drużyn, którym kibicują, ale także do własnej grupy kibiców i uznawanych w niej symboli i autorytetów (liderów).

Cóż zatem robić?

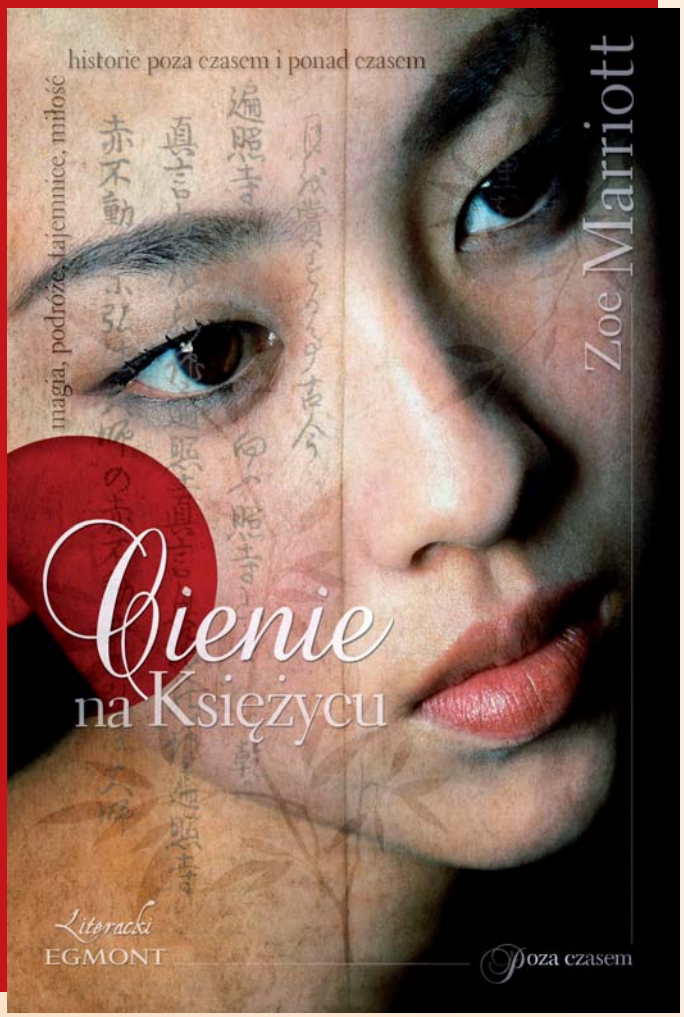
Wychowywanie młodych kibiców i profilaktyka pseudokibicowania powinna zacząć się od mementu, gdy dzieci przejawiają zainteresowanie sportem. Pierwsze działanie to wspólne (rodzinne i grupowe) wyjścia na imprezy sportowe z dorosłymi i **modelowanie** zaangażowanego dobrego kibicowania.

W szkole warto tworzyć kodeksy kibica. Nie powinny oczywiście składać się z opisu tego, czego nie wolno na trybunach i/lub czego nie powinien robić prawdziwy kibic, lecz z **pozytywnych zaleceń** dotyczących np.:

- dobrej znajomości przepisów dyscypliny sportowej, w której kibicuje się swojej drużynie;
- znajomości rozwoju tej dyscypliny i historii własnej drużyny (czy to reprezentacji narodowej, czy drużyny klubowej);
- umiejętności analizy mocnych stron gry zwycięzców i doceniania jej jakości niezależnie od tego, czy zwycięzcą jest drużyna własna, czy przeciwna;
- umiejętności analizy słabych stron i błędów gry pokonanych oraz ich konstruktywnego, merytorycznego omówienia niezależnie od tego, kto jest zwycięzcą;
- okazywania radości ze zwycięstwa, dumy i uwielbienia dla własnej drużyny na wszelkie możliwe sposoby, które nie wiążą się z szyderstwem czy pogardą wobec przegranych;
- potępiania i zwalczania wszelkich form nieuczciwości i oszustw w grze;
- promowania zasad dobrego kibicowania i uczciwej rywalizacji sportowej w ulubionej dyscyplinie.

A jak wykorzystać wiedzę o mechanizmach poznawczego postrzegania obcych

7 Wg M. Rokeach, *The open and closed mind*, Basic Books, New York 1960. Por. A. Malewski, *Nietolerancja, dogmatyzm, lęk. Analiza teorii M. Rokeacha*, „Studia Socjologiczne" 1961, nr 1.
8 P. Sztompka, *Socjologia. Analiza społeczeństwa*, Wydawnictwo Znak, Kraków 2002, s. 250.
9 Tamże.



Hamletyczny Kopciuszek

Co by było, gdyby Kopciuszek nie był ofermą? To pytanie było dla brytyjskiej pisarki Zoë Marriott punktem wyjścia do napisania powieści „Cienie na Księżycu". Książka jest jednak czymś znacznie poważniejszym niż zmodernizowaną wersją Kopciuszka w japońskich dekoracjach: łączy wątki szekspirowskiej tragedii z opowieścią o upadku i podniesieniu się z najgłębszego dna.

„Cienie na Księżycu" to narracja nastoletniej Suzume żyjącej w Krainie Księżyca przypominającej feudalną Japonię. W dniu swoich 14. urodzin dziewczyna staje się świadkiem śmierci ojca i kuzynki, z którą łączyła ją siostrzana przyjaźń. Sama przeżywa atak zabójców dzięki swoim niezwykłym umiejętnościom tkania iluzji, które po raz pierwszy ujawniają się w chwili zagrożenia.

Dalej akcja rozgrywa się niczym w prequelu Hamleta: na miejsce zbrodni przyjeżdżają matka dziewczyny i przyjaciel jej ojca - lord Tarayama, który przygarnia obie kobiety. Suzume obserwuje, jak jej matka pozwala przyjacielowi męża na adorację. Wkrótce, pomimo żałoby, wdowa zostaje żoną lorda. Dziewczyna czuje się coraz bardziej marginalizowana, opuszczona i zdradzona, a z czasem odkrywa, że zleceniodawcą śmierci jej ojca był właśnie Tarayama.

Rozpacz, pragnienie zemsty, ucieczka i upadek na samo dno społecznej hierarchii to dalsze koleje losu Suzume. Niczym Siddartha Hessego, który musiał utracić wszystko, by zacząć dążyć do doskonałości i harmonii, Suzume odbija się od dna i ostatecznie osiąga spełnienie: spokój i miłość. Po drodze zaś, niczym Kopciuszek, napotka Księżycowego Księcia, który nie okaże się tym jedynym i wybranym, choć pomoże osiągnąć ważny cel: ukaranie zbrodni.

Czytelnicy obserwują świat powieści oczami Suzume. Wraz z nią przeżywają traumę gwałtownej śmierci najbliższych i najbardziej kochających ją ludzi, odrzucenie przez matkę, depresję i próby uciszenia bólu duszy. Mimo pozornie oddalonej od naszej rzeczywistości świata baśniowej Japonii, stają się świadkami życia nastolatki duchowo bardzo bliskiej współczesnym młodym ludziom. Samotność, odrzucenie, brak bliskości, poczucie utraconego sensu istnienia i wewnętrznego bólu, który udaje się wyciszyć jedynie kolejnymi ranami zadawanymi samej sobie to doświadczenia nieobce wielu dzisiejszym nastolatkom.

Na szczęście historia Suzume nie kończy się na upadku. To punkt zwrotny na drodze do osiągnięcia dojrzałości, rozwijania talentu, którym została obdarowana i budowania poczucia własnej wartości. Pragnienie zemsty przekształci się w potrzebę dążenia do sprawiedliwości, a poznawanie samej siebie pozwoli otrząsnąć się z traumy i odkryć możliwości podążania własną drogą.

Ta niełatwa i mocna jak na powieść dla młodzieży historia inicjacyjna, choć umieszczona w egzotycznych baśniowych dekoracjach, została napisana w sposób fascynujący. Czytamy kolejne strony i ten świat nas pochłania. Bardzo szybko identyfikujemy się z bohaterką. T Od książki da się oderwać dopiero po przewróceniu ostatniej kartki Zaiste bardzo obiecujący początek serii „Poza czasem".

Magdalena Walusiak

kibiców oraz mechanizmach grupowych i społecznych w zapobieganiu agresywnemu pseudokibicowaniu? Metody te można wykorzystać w pracy ze starszymi uczniami i uczennicami (nastolatkami), gdyż niektóre będą wymagać pewnego poziomu refleksji.

Pokazywanie w mediach zamieszek na stadionie i bójek między kibicami różnych drużyn nie ma charakteru profilaktycznego. Po pierwsze, modeluje takie zachowania wśród młodych ludzi. Po drugie, dla wielu pseudokibiców (i „kandydatów" na pseudokibiców) pokazanie ich samych i/lub ich grupy w mediach stanowi swoiste wynagrodzenie, pozytywne wzmocnienie. Dlatego warto wywierać nacisk na media, by prezentowały **przykłady** dobrego kibicowania (a na pewno należy je pokazywać w szkole).

Wskazałem wcześniej, że zachowania agresywne między zawodnikami lub zawodników wobec sędziów stanowią często wyzwalacze agresji kibiców. Warto więc formułować oczekiwania wobec zawodników (od juniorów poczynając) i działaczy sportowych, by okazywali sobie szacunek, wykonywali wobec siebie **gesty życzliwości** i potrafili gratulować zwycięzcom w sytuacji własnej przegranej.

Ważna jest psychoedukacja młodych ludzi, by rozumieli to, co znają z doświadczenia lub obserwacji. **Kontrola poznawcza** (rozumienie) zachowań destrukcyjnych pseudokibicowania może być podstawą do uczenia osobistego dystansu, budowania poczucia przewagi dzięki zdolności oceny burd jako patologii oraz dumy z nieulegania presji włączania się w nie.

Agresywni kibice uzasadniają często swoje zachowania prowokacją drugiej strony. Należy więc budować zdolność autokrytycznej refleksji i wskazywać, że to przekonanie – wykorzystywane jako usprawiedliwienie – jest często złudne. Warto też traktować **wytrzymałość na prowokację jako wartość** i promować ją. Do tego zaś przydaje się ćwiczenie asertywności.

Kolejne ważne działanie to **trening empatii**. Od najmłodszych lat warto rozbudzać nie tylko wyobraźnię („Jak może poczuć się obrażana, atakowana osoba?"), ale też coś więcej – wczuwanie się w doświadczenie innych („Jak byś się poczuł, gdyby cię obrażano i atakowano?").

Warto też wychowywać asertywnych liderów grup kibiców i budować zwarte, spójne grupy kibicowskie. Czasem jedna, dwie osoby, które przeciwstawią się prowokacjom, ułatwiają innym oparcie się impulsowi reagowania niezgodnego z zasadami dobrego kibicowania.

Zmiana postrzegania obcych

Czy zapraszać członka drużyny przeciwnej lub ważnego przedstawiciela (lidera?) środowiska kibiców tej drużyny, by pokazać, że to taki sam człowiek jak my? Jest to mało skuteczny środek profilaktyczny. Nawet jeśli osoba taka zostanie zaakceptowana, to często w umyśle tworzona jest dla niej „szufladka" – wyjątek potwierdzający regułę[10]. Logicznie jest to absurdalne, ale umysł radzi sobie w ten sposób z różnymi sprzecznymi treściami: „Nie lubię kibiców tej drużyny, a ten kibic to tylko wyjątek". Jak zatem przybliżać do siebie kibiców traktujących się wzajemnie jako obcych i wrogów? Sposobem na to jest **wspólne działanie** – współpraca na rzecz osiągania celu ważnego dla obu stron – i poznawanie się, gdy stereotypy nie są zaktywizowane. Niech będzie tu przykładem wspólna organizacja jakiejś imprezy sportowej przez wrogich sobie kibiców albo akcji charytatywnej.

By kibice innych drużyn nie byli widziani jako obcy, warto poznawać ich historię, analogie między kulturą własnego środowiska a innych środowisk kibicowskich. Warto też podważać dogmatyczne przekonania na temat swojej drużyny i obcych grup. Ponadto zaś wzbudzać refleksję i trenować przewidywanie, do czego może doprowadzić nieustanna konfrontacja z obcymi. Dyscypliny sportowe alternatywne do „dzielącej" mogą również przyczyniać się do zmiany utrwalonego skryptu „sportowej" rywalizacji.

Wrogość w postrzeganiu obcych kibiców nasila się w wyniku samej ekspozycji nacechowanych emocjonalnie słów (np. *pokonać*, *przeciwnik*, *snajper*, *strzał*, *atak*, *mur obronny*, *gol samobójczy*, *wojna*, *bitwa*, *starcie*, *wróg*, *obrona*, *dobitka*)[11]. Czy można zmienić język opisujący rywalizację sportową? Pewnie nie do końca, ale można używać poczucia humoru i tworzyć nieagresywne hasła do dopingowania.

Doktor Konrad Maj ze Szkoły Wyższej Psychologii Społecznej zaproponował program mający rozwiązać problem chuligaństwa stadionowego za pomocą metod psychologicznych[12]. Obejmuje on m.in. takie działania, jak:

- promowanie modelu dobrego kibica;
- uświadomienie piłkarzom i trenerom wpływu ich zachowania na zachowanie kibiców;
- indukowanie na stadionie pozytywnego nastroju odpowiednią muzyką;
- organizacja konkursów na stadionach;
- modelowanie wzorów pozytywnego dopingowania na telebimach, ulotkach;
- oferowanie smacznych przekąsek dostarczanych przez miłą obsługę;
- tworzenie nastroju zabawy, karnawału;
- likwidacja przedmiotów, którymi można by miotać;
- zapewnienie przyjaznych patroli policji nawiązujących rozmowy z kibicami (siły interwencyjne niewidoczne).

Trzeba powiedzieć na koniec, że wychowanie nowego kibica i zmiana myślenia o organizacji imprez sportowych, najpierw w szkole i na spotkaniach międzyszkolnych, to nowe zadanie dla nauczycieli wychowania fizycznego, promotorów zdrowia i wychowawców klas. Konieczna wydaje się też współpraca z rodzicami, którzy muszą być świadomi celów takiego podejścia i tego, co utrudnia ich osiągnięcie.

Tomasz Garstka
psycholog, pracuje w Lecznicy Prosen-SMO w Warszawie

10 Por. B. Wojciszke, *Procesy oceniania ludzi*, Wydawnictwo Nakom, Poznań 1991, s. 210.
11 D.L. Wann, N.R. Branscombe, *Person perception when aggressive or nonaggressive sports are primed*, „Aggressive Behavior", Volume 16, Issue 1, 1990, s. 27–32.
12 K. Maj, *Rozwiązanie problemu chuligaństwa stadionowego za pomocą metod psychologicznych*, prezentacja z 15 września 2011.

Droga do sukcesu

No dobra. Skupienie, szybkość.
Jestem szybki. 43 chętnych, a pierwsze miejsce tylko jedno. (...)
Jestem Zygzak, jestem piorun, jestem syn burzy.
Auta

Fot. Fotolia

Jacek **DĄBROWSKI**

Kiedyś wszystko było proste. Słuszności własnych poglądów dowodziło się siłą. Kiedyś naprzeciwko siebie stawali rywale, wykrzykiwali bojowe hasła i przystępowali do walki. Rację miał: silniejszy jaskiniowiec, wojownik, rycerz; większa armia, państwo, koalicja sojuszników. Jednak z biegiem wieków ludzie stawali się „coraz bardziej" *Homo sapiens*. Zobaczyliśmy, że zbyt dużo tracimy, a za mało zyskujemy, skupiając się wyłącznie na tym, aby zniszczyć rywala. Poza tym zyskiwali głównie dowódcy, królowie, władcy. Po każdej ze stron najbardziej cierpieli „prości ludzie". Świadomie lub nieświadomie zaczęliśmy bardziej o siebie dbać.

Rozwój filozofii, psychologii i innych nauk społecznych zaczął uwrażliwiać nas na potrzeby drugiego człowieka. Z drugiej strony nie mieliśmy wyjścia, bo niechybnie zmierzalibyśmy ku samozagładzie. Zresztą w latach 30. i 40. XX wieku byliśmy już całkiem blisko krawędzi. Ogólnoświatowa masakra jednak czegoś nas nauczyła. W słynnej deklaracji zapisaliśmy prawa człowieka i obywatela, a w ślad za nimi stworzyliśmy wiele regulacji prawnych mających jakoś ucywilizować międzyludzkie stosunki. Jednak animozje, podziały, pamięć o wcześniejszych krzywdach pozostały. Musieliśmy jako ludzie znaleźć sposób na pokojowe, aczkolwiek – co nie bez znaczenia – spektakularne udowadnianie swoich racji. Okazało się, że wszystkie społeczeństwa potrzebują wentyla bezpieczeństwa.

Krótka historia sportowej rywalizacji

Jak uważają socjologowie, wentyl bezpieczeństwa jest środkiem rozwiązywania konfliktów, na który przenoszone są negatywne emocje, np. z jakiejś grupy, w celu ich rozładowania[1]. Jednym z takich wentyli są zawody sportowe. Najstarszą i największą międzynarodową imprezą sportową są igrzyska olimpijskie. Międzynarodowy Komitet Olimpijski organizuje je co 4 lata, a hasłem przewodnim jest „szlachetne współzawodnictwo i braterstwo wszystkich narodów". Tradycja organizowania igrzysk sięga starożytnej Grecji, kiedy to w Olimpii na cześć boga Zeusa zorganizowano święte igrzyska olimpijskie. Już w starożytności dużą wagę przykładano do zasad fair play. Każdy uczestnik uroczyście przysięgał, że nie będzie oszukiwał podczas zawodów oraz że będzie uczciwie przykładał się do ćwiczeń je poprzedzających. Kary dla oszustów były surowe – łotr musiał postawić Zeusowi pomnik, na którym wyryte było jego imię i nazwisko oraz łajdactwo, którego się dopuścił. Co ważne, na okres igrzysk zawierano pokój boży – zawieszano konflikty, wstrzymywano kary śmierci oraz procesy sądowe.

Cywilizowana wojna

Można powiedzieć, że idea pokoju bożego przetrwała do dziś. Globalna rywalizacja polegająca na fizycznej eliminacji przeciwnika, miejmy nadzieję, minie bezpowrotnie. Wciąż jednak musimy sobie jakoś radzić z agresją, frustracją i rozładowywać ją. Koniec XIX wieku i początek XX to

1 J.H. Turner, *Struktura teorii socjologicznej*, PWN, Warszawa 2004.

wielkie narodziny różnego rodzaju sportowych dyscyplin, w których możemy indywidualnie lub grupowo ze sobą rywalizować. Od tego czasu staramy się w miarę „ludzki" sposób udowadniać sobie nawzajem, kto jest lepszy.

Zupełnie niezwykłym zjawiskiem, bijącym wszelkie rekordy popularności, jest piłka nożna – prosta gra sportowa oparta na rywalizacji 11 zawodników, polegająca na umieszczeniu piłki w bramce przeciwnika. Na czym polega jej fenomen? Posłużę się tutaj słowami Gustawa Holoubka, wybitnego aktora i wielkiego fana piłki nożnej: „Piłkarski mecz daje nam okazję do oglądania z bliska bitwy, bitwy w pełnym znaczeniu tego słowa, bo rządzącej się zasadami strategii wojennej. Wszystko w niej jest. Wstępne harce służące do zbadania możliwości bojowych przeciwnika, próby ataków małymi siłami, wypady w głąb linii obronnej wroga, generalne ofensywy podjęte z pewności przewagi albo determinacji w obliczu klęski, dbałość o zabezpieczenie własnych tyłów, od krycia poszczególnych napastników do skomasowanej defensywy. I broń zasadnicza – strzały – tak właśnie się nazywają i mają miejsce po wypracowaniu najdogodniejszej pozycji dla ich celności (...)"[2]. Czym innym jak nie próbą ucywilizowania wojny i rozładowania agresywnych skłonności jest rywalizacja piłkarska? Dlatego tyle w tym emocji.

Niestety niekiedy emocje wychodzą poza stadion i zdrowy rozsądek, a najgorszym tego przykładem są kibicowskie wojny. Widać wtedy wiele zachowań grupowych wynikających z praw rządzących tłumem, opisywanych przez socjologów i psychologów. Dwa ważne mechanizmy, o których warto wspomnieć, to ucieczka od wolności opisana przez Ericha Fromma oraz kompensacja małej wartości opisywana przez Alfreda Adlera. Siła i moc płynąca z przebywania wśród grupy ludzi podobnych do siebie, silna identyfikacja, anonimowość, „rozpłynięcie się w grupie" oraz brak konieczności podejmowania decyzji (jak również w wielu przypadkach ponoszenia odpowiedzialności) sprzyjają patologicznym zachowaniom. Fanatycy mają własne zasady i potrafią zracjonalizować swoją agresję. Jednakże to temat na osobny artykuł. Zapewniam, że większość kibiców uczęszczających na mecze piłkarskie to zupełnie normalni ludzie, chcący spędzić miło czas.

Nie ma już wspólnego

W okresie PRL-u sukces rozumiany był nieco inaczej niż dziś. Polacy dość szybko zapomnieli o kilometrowych kolejkach po ocet, wielogodzinnym oczekiwaniu na „coś", co miało być przywiezione do sklepu – często nie wiadomo było, co „rzucą". Popularne były dowcipy typu: jak brzmi sklep mięsny po chińsku? „Nagiehaki" itp. W biedzie i niedostatku kuły w oczy przywileje, które otrzymywali ludzie władzy i ci, którzy ich popierali. Osobom o innych poglądach niż oficjalnie przyjęte groziły poważne sankcje – utrata pracy lub nawet więzienie. Sukcesem dla ludzi w tamtych czasach było więc zapewnienie podstawowych warunków do życia – jedzenia i dachu nad głową. O specjalnych atrakcjach większość mogła tylko pomarzyć. Jednak z perspektywy czasu, jak wspominają niektórzy, mieliśmy coś, o co dziś nie zawsze umiemy zadbać, czyli wolny czas dla siebie nawzajem. Kiedyś nie było zbyt dużego wyboru, szczególnie w zakresie pracy zarobkowej. Później zachłysnęliśmy się wolnością i prawie nieograniczonymi możliwościami zarobkowania – jeśli tylko ktoś miał odwagę i głowę na karku. Teraz dopiero zauważamy, że zyskując pieniądze, tracimy coś ważnego. Powoli staramy się radzić sobie z tym.

Po okresie pięćdziesięcioletniej przymusowej współpracy z innymi krajami „miłującymi pokój", w którym dobro ogółu było lepsze niż dobro jednostki, odzyskaliśmy wolność. Trochę z rozpędu odrzuciliśmy wszytko to, co było do tej pory, czyli kolektywizm i zapatrzyliśmy się w tzw. indywidualizm[3] rozumiany błędnie jako postawa egocentryczna i egoistyczna. Popularne stały się hasła: „Każdy sobie rzepkę skrobie" oraz „Umiesz liczyć, licz na siebie". Sprzyjały temu możliwości, jakie dawał wolny rynek. Przedsiębiorczość i samodzielność były nagradzane również finansowo.

Jeśli przestało być „wspólne", trzeba było zacząć walczyć o swoje. Na początku lat 90. XX wieku, pod wpływem realnych możliwości stwarzanych przez odradzające się państwo oraz wzorców z cywilizacji zachodnich, wielu ludzi zaczęło myśleć o tzw. sukcesie.

Moda na sukces

Trudno o jedną spójną definicję słowa *sukces*, na którą wszyscy byśmy się zgodzili. Z pewnością kojarzy się nam on ze spełnianiem naszych marzeń i pragnień. Jednak każdy marzenia i pragnienia ma inne, różnimy się pomysłami na życie.

Potocznie słowo *sukces* kojarzy się po prostu z bogactwem – dobrobytem, tym, co na wierzchu, co obserwowalne. Rzadko kiedy przychodzi nam na myśl, że zwykle jest on efektem pracowitości, zaangażowania oraz determinacji. Szczególną rolę w kreowaniu uproszczonej wizji sukcesu odgrywają media. Lansowane wartości można streścić w trzech słowach: *fura*, *skóra* i *komóra*. Takie podobno są oczekiwania widzów i taką też misję spełnia telewizja. Zbliżoną ideę prezentuje popularny, niekończący się serial *Moda na sukces*. Bohaterami są bogaci właściciele rywalizujących ze sobą domów mody oraz modele i modelki. „Śmiali i piękni" (oryginalny tytuł) to ludzie, którzy prawdopodobnie – w zamyśle autorów – mają wszystko. Choć właściwie można powiedzieć, że mają tylko pieniądze. Wątki romansowe w serialu doprowadzone są do absurdu. Jeden z głównych bohaterów, Ridge Forrester, np. uczestniczył w kilkunastu ślubach, w tym kilku z tą samą kobietą oraz kilku niestety nieudanych. Sami aktorzy gubią się w zawiłościach swoich

2 R. Stec, *Wspaniała zabawa dla chłopców – rozmowa z Gustawem Holoubkiem o piłce nożnej*, „Gazeta Wyborcza" z 26 września 2002.
3 Indywidualizm w rozumieniu wielu filozofów jest terminem podkreślającym wagę jednostki ludzkiej w społeczeństwie. W takim ujęciu, aby społeczeństwo mogło się rozwijać, należy stwarzać możliwości rozwoju poszczególnych ludzi.

Fot. Fotolia

losów i mnogości relacji. Ronn Moss (grający właśnie Ridge'a) w jednym z wywiadów zażartował, że nie wie, kto jest obecnie jego żoną i czy w ogóle taką ma[4]. Fenomen popularności tego serialu można tłumaczyć chyba jedynie zazdrością i chęcią współuczestniczenia w życiu „ludzi sukcesu".

Wyścig szczurów

Wielu ludzi rozumie sukces wyłącznie jako pozytywny wynik rywalizacji z kimś innym. Innymi słowy, jeśli nie jesteśmy lepsi od innych, jeśli ich nie pokonamy, ponosimy porażkę. Kluczową kwestią jest także bycie postrzeganym jako człowiek sukcesu. Bycie na świeczniku, „ogrzewanie się" w świetle reflektorów, błysków fleszy. Ciągłe porównywanie się z innymi i dążenie do ich dyskredytacji i pokonania. Zwykle w takich sytuacjach zastanawiam się, czego tacy ludzie musieli doświadczyć jako dzieci. Czy po powrocie ze szkoły do domu słyszeli pytania: „Co dostałeś?", „Czemu nie piątkę (szóstkę)?", „A co dostali inni?". Czy byli porównywani z innymi dziećmi? Czy byli zawstydzani z tego powodu, że nie są dostatecznie dobrzy? Czy miłość rodziców była uwarunkowana szkolnymi sukcesami? Pytania zostawiam bez odpowiedzi.

Zmiany w naszym społeczeństwie, większy indywidualizm i nasilenie rywalizacji nie ominęły środowiska oświatowego. Rankingi szkół, rankingi klas, konkursy uczniów, konkursy nauczycieli. Do tego wyścigu szczurów (czy raczej owczego pędu) dołącza również wielu rodziców, a co za tym idzie – także ich dzieci. Trzylatki w sobotę rano chodzą na język angielski, rodzice z dziećmi w szkole podstawowej wiele godzin spędzają na odrabianiu lekcji, mali uczniowie mają kilka godzin tygodniowo dodatkowych zajęć, na które wcale nie mają ochoty chodzić, zmuszeni są uczyć się w ferie, wakacje, weekendy i kiedy tylko się da, zawsze mogą przecież więcej się uczyć, więcej umieć, być bardziej zdolni. Pewien smutny chłopiec w gabinecie pani pedagog na pytanie: „W co się bawisz?" odpowiedział: „Proszę pani, ja nie mam czasu się bawić...". Wszystko to w imię lepszej przyszłości, pracy, „życiowego sukcesu". Uczymy dzieci, jak być pracoholikami, a czy uczymy je, jak być szczęśliwymi ludźmi?

Oczywiście w samych zajęciach pozalekcyjnych nie ma nic złego. W końcu kolejne pokolenie dostało możliwość rozwijania swoich pasji, jakiej nigdy wcześniej nie mieli rodzice tych młodych ludzi. Ważne jest, aby racjonalnie z nich korzystać bez szkody dla dziecka. Zapisując pociechę na dodatkowe zajęcia, zastanówmy się nad tym, dlaczego to robimy. Sprawdźmy naszą motywację. Chcę, żeby moje dziecko było szczęśliwe, czy realizuję swoje ambicje? A może kieruje mną strach, brak wiary w młodego człowieka – jeśli teraz nie będę w niego dostatecznie „inwestować", to nic w przyszłości nie osiągnie, nie poradzi sobie w życiu?

Udowodnij, że możesz być lepszy

Rywalizacja i pęd do sukcesu dotyczą nie tylko uczniów. Wewnątrz szkoły mają one jednak specyficzny charakter. Od nauczycieli oczekuje się obecnie wszystkiego – bycia fachowcem z danego przedmiotu, wychowawcą, specjalistą od diagnozy psychologiczno-pedagogicznej, prawa nie tylko oświatowego, bycia mediatorem, terapeutą itp. Rozwój osobowy i zawodowy jest zawsze na miejscu, często jednak nie stwarza się im do tego warunków. Na studiach nauczyciele nie otrzymują potrzebnej i wymaganej później wiedzy i umiejętności, a po podjęciu pracy zawodowej niejednokrotnie utrudnione jest doszkalanie. Zdarza się, że pojawiają się sprzeczne i niejasne oczekiwania: „Jako szkoła musimy byli najlepsi, ale ty, nauczycielu, nie próbuj być wśród nas najlepszy". Prowadzi to do narastającej złości i frustracji. Efekty edukacji i wychowania, jak wiadomo, zależą od warunków, w jakich się oba procesy odbywają, od potencjału ucznia, zaangażowania i współpracy rodziców oraz samych nauczycieli. Wielu ambitnych pedagogów bierze jednak wszystko na siebie, wierząc w swoją omnipotencję i nie walcząc o siebie i swoje prawa. W jakich warunkach wielu nauczycieli musi wciąż pracować, wszyscy wiemy. Ciągłe oszczędności i brak środków na wszystko. A co gorsza, fatalna w wielu szkołach atmosfera w gronie pedagogicznym i zarządzanie prowadzące do całkowitej

4 *Ronn Moss: „Moda na sukces" nigdy mnie nie znudziła*, „Gazeta Telewizyjna" z 12 maja 2007.

dysfunkcjonalności wielu placówek oświatowych. Cierpią na tym uczniowie, ale obrywają też nauczyciele.

W piekle diabły Polaków nie pilnują

Na jednym z forów poświęconych rywalizacji wśród nauczycieli emocje wzbudził następujący wpis: „(…) chodzi o zazdrość. Czasem nawet o zawiść. Kto więcej zarabia, kto ma większe przywileje, komu wyszedł jakiś sukces widoczny już poza szkołą. Jest taka presja, żeby równać w dół. Nie zawyżać, pracować minimum, nie wykazywać się inicjatywą (bo, nie daj Boże, jeszcze inni tak będą musieli…)". I kolejny smutny wpis: „Rywalizację (taką prawdziwą) zauważam jedynie wśród młodych nauczycieli po studiach. Oni jeszcze coś próbują robić, są naiwni i myślą, że za dobrą pracę dostaje się nagrodę albo że ktoś ich doceni. Wystarczy rok, dwa i uczą się, że nie warto. Zaczyna się równanie w dół"[5].

Podobno w piekle diabły nie pilnują Polaków, żeby nie uciekali z kotła, bo co tylko jeden się wychyli, to kilka rąk ściąga go w dół…

Wewnętrzne źródło sukcesu

Sukces nie jest uwarunkowany wyłącznie zewnętrznymi czynnikami, takimi jak władza, prestiż i pieniądze. Dużo zależy od tego, w jaki sposób postrzegamy samych siebie. Innych ludzi nie zmienimy, przynajmniej nie szybko. Jedyne, co możemy starać się robić, to zająć się sobą. Kluczem do sukcesu, jakim jest szczęśliwe życie, jest pozytywna samoocena. Jest ona znacznie trwalsza niż przemijający blichtr i daje dużo więcej satysfakcji. Poza tym wyposażyć w nią możemy nasze dzieci niezależnie od zasobów finansowych.

Psychoterapeuta i pisarz Nathaniel Branden w książce *6 filarów poczucia własnej wartości* szczegółowo opisuje umiejętności, które należy praktykować, aby „dobrze o sobie myśleć". Zalicza się do nich: świadome życie, samoakceptacja, odpowiedzialność za siebie, asertywność, celowe życie i prawość.

Wielu ludzi utożsamia pozytywną samoocenę z tzw. pozytywnym myśleniem. Jednak nie tak łatwo jest oszukać samego siebie. Własne sądy na nasz temat muszą mieć odzwierciedlenie w rzeczywistości. Nie wszystko można zapakować w kolorowy papierek. Często musimy podejmować trudne, ale zbieżne z naszą hierarchią wartości decyzje, które pozwolą nam zachować szacunek dla nas samych.

Do tematu samooceny z pewnością wrócimy, jednak muszę się podzielić z Państwem jeszcze moim ulubionym cytatem z książki Nathaniela Brandena: „Osoba o wysokiej samoocenie nie potrzebuje wywyższać się; nie musi udowadniać swojej wartości, porównując się ze standardem. Radość daje jej to, kim jest, a nie to, że jest lepsza od innych". Następnie autor opisuje spostrzeżenia dotyczące swojego psa, który biegał i skakał po podwórku, bawił się i ganiał wiewiórki. Okazywał „wielką radość z faktu, że żyje. Nie myślał, że jest bardziej zadowolony z życia niż pies sąsiadów. Po prostu zachwycał się swoim istnieniem"[6].

Jeszcze raz o szczęściu

Całkiem dobrym pomysłem wydaje się wprowadzenie do szkół przedmiotu uczącego ludzi, jak być szczęśliwym. Razem z nim w szkołach powinni pojawić się też szczęśliwi nauczyciele. Na świadectwie mielibyśmy: język polski, matematykę, szczęście (oczywiście nie na ocenę)… Przydałyby się także inne potrzebne w życiu umiejętności.

Jakiś czas temu moja dobra znajoma powiedziała mi, że przez dalszą część życia będzie starała się uczyć innych, jak być szczęśliwym. Uważa, że z takimi ludźmi jest najmniej problemów. Trudno się nie zgodzić, z pewnością nie będą chcieli się dowartościować cudzym kosztem, chętniej będą nas wspierać i współpracować, nie będą nam zazdrościć, bo i czego? Mają wszystko, czego potrzebują. Cieszą się swoim szczęściem. Tylko nieszczęśliwi ludzie będą chcieli zrobić z naszego życia piekło…

Najczęstsze życzenia, jakie sobie składamy nawzajem, to „szczęścia, zdrowia, pomyślności". Możemy w związku z tym wnioskować, że tego właśnie większość z nas pragnie i uważa za prawdziwy sukces. Dlaczego więc tak rzadko o nich mówimy, tak mało się o nie staramy i tak dramatycznie ich nie doceniamy?

– Co ty robisz, synu?
– Król musi ukończyć ostatni wyścig.
– Mogłeś wygrać ten Złoty Tłok.
– Wie pan, co mi kiedyś powiedział jeden wredny dziadyga? To tylko trochę złomu.

Auta

Jacek Dąbrowski
psycholog, wspiera dzieci, rodziców i nauczycieli, prywatnie szczęśliwy mąż i tata Kubusia

Bibliografia i polecane pozycje:

- *Auta* (*Cars*), reż. J. Lasseter, J. Ranft, Pixar/Disney, 2006.
- Branden N., *6 filarów poczucia własnej wartości*, Wydawnictwo Ravi, Łódź 2003.
- Łanowski J., *Święte igrzyska olimpijskie*, Wydawnictwo Poznańskie, Poznań 2000.
- Stec R., *Wspaniała zabawa dla chłopców – rozmowa z Gustawem Holoubkiem o piłce nożnej*, „Gazeta Wyborcza" z 26 września 2002.
- Turner J.H., *Struktura teorii socjologicznej*, PWN, Warszawa 2004.
- *Ronn Moss: „Moda na sukces" nigdy mnie nie znudziła*, „Gazeta Telewizyjna" z 12 maja 2007.
- http://www.45minut.pl/forum/topics29/rywalizacja-miedzy-nauczycielami-w-szkole-vt3592.htm [dostęp: 18.04.2012]

5 http://www.45minut.pl/forum/topics29/rywalizacja-miedzy-nauczycielami-w-szkole-vt3592.htm [dostęp: 18.04.2012]
6 N. Branden, *6 filarów poczucia własnej wartości*, Wydawnictwo Ravi, Łódź 2003.

Nigdy nie będę taka jak mój brat!

O zmorze rywalizacji w relacjach siostrzano-braterskich

Justyna **ZAREMBA**

Wyobraź sobie taką sytuację. Jesteś w szczęśliwym związku z mężczyzną twojego życia. Dba o ciebie, z zachwytem reaguje na to, co zrobisz. Mówi innym, jaka jesteś cudowna, na co wszyscy przytakują ze szczerym uśmiechem. Ma dla ciebie czas, słodkości i pieszczoty. Nagle z dnia na dzień, mimo że nawet coś wspominał o tym, jak jeszcze wspanialsze będzie wasze życie, wszystko się zmienia.

Któregoś dnia on przyprowadza do domu inną kobietę i mówi: „Kochanie, to jest Ania, będzie ci niczym siostra, będziemy teraz razem mieszkać, cieszysz się? A, kocham ją tak samo jak ciebie! I dbaj o nią, bo jest tu nowa i czuje się zagubiona".

Mogłyby wtedy paść takie argumenty, jak: „Będziesz miała z kim spędzać czas, kiedy ja jestem w pracy", „Im więcej ludzi, tym raźniej na starość" czy „Wreszcie ci ktoś pomoże w codziennych obowiązkach…".

A zaraz potem okazuje się, że ukochany nie ma już tyle czasu i cierpliwości dla ciebie. Uśmiech na twarzy zastąpił grymas niedospania, a w całym domu słychać ciągłe rozmowy, ustalenia, pytania… Chcesz spędzić z nim czas tylko we dwoje? Zapomnij, teraz właśnie ona czegoś potrzebuje. A wujkowie i ciocie rozmawiają z wypiekami na twarzy wyłącznie o nowym członku rodziny. Zachwytom nie ma końca…

I jaka jest twoja reakcja? Co czujesz? Co myślisz? Na zrobienie czego masz ochotę?

A czego oczekują od ciebie inni?

Tak mniej więcej wygląda sytuacja dziecka, któremu rodzi się rodzeństwo. Pojawienie się kolejnej pociechy to wielka radość dla rodziców, jednak z perspektywy dziecka to sytuacja pełna mieszaniny różnych uczuć. Radość oczekiwania na małą siostrzyczkę czy braciszka, który wydaje się nową zabawką, szybko ustępuje miejsca rozczarowaniu wynikającemu z niemożności realizacji wspólnej zabawy czy z poczucia odsunięcia.

Dzieci są pełne sprzecznych odczuć

To nie jest sielanka. Jeśli chcemy lepiej wspierać dzieci w budowaniu dobrej relacji siostrzano-braterskiej, warto zrozumieć emocjonalny klimat owych wspólnych początków.

Zrozumienie tego, że starsze dziecko może czuć złość, zazdrość mieć, poczucie odrzucenia wtedy, kiedy poświęca się czas młodszemu, może uchronić rodziców przed wypowiadaniem zdań: „Przecież widzisz, że usypiam Jasia! Nie bądź samolubem, zajmij się sobą".

Od pierwszych chwil kontaktu powstają podwaliny przyszłej relacji. Z tego powodu rodzice starają się już w szpitalu zaznajamiać starsze dzieci z maluchami, a w momencie przyjazdu do domu robią coś, co nie pozwala odczuć starszemu straty czy braku zainteresowania ze strony dorosłych. Na przykład kupują mu jakiś prezent albo organizują atrakcyjny dla dziecka czas z dorosłym.

Naturalne jest to, że uwaga dorosłych będzie się głównie koncentrowała na najmłodszym, jednak nie należy tracić z oczu potrzeb pozostałych dzieci.

Szczególnie w tym pierwszym okresie wspólnego życia warto akceptować różne uczucia starszych dzieci, starając się wzmacniać to, co pozytywne, i dawać znać dzieciom, że mimo nowego potomka ciągle są dla nas ważne.

Z upływem czasu, jak dzieci dorastają, dochodzi między nimi do sprzeczek, kłótni i bardziej lub mniej wprost ujawnianej rywalizacji o zainteresowanie dorosłego.

Sytuacja, w której nie występowałyby żadne z wymienionych zjawisk, wcale nie byłaby idealna. Mogłaby świadczyć o tym, że tak naprawdę między tymi ludźmi nie ma żadnej relacji. Tam, gdzie są emocje, nawet trudne, tam jest kontakt, rozwój i mobilizacja do działania. Sama rywalizacja może mieć też swoje dobre strony, jednak wszyscy chcieliby uniknąć jej niszczących aspektów: zawiści, braku wzajemnego wspierania się, nieliczenia się z drugim.

Co może robić rodzic, a czego nie powinien, jeśli chce wspierać dzieci w budowaniu zdrowej relacji?

Akceptuj uczucia dziecka, gań nieakceptowane zachowania

Co to znaczy? Dziecko musi wiedzieć, że jego uczucia są istotne, ma do nich prawo i może je bezpiecznie wyrażać. Warto pamiętać, że przeżywanie czegoś to jedno, a zachowanie pod wpływem tego uczucia to inna sprawa. A więc: „Możesz się złościć na Janka, bo zabrał ci twoją zabawkę, ale nie możesz go ciągnąć za włosy. Jesteś na niego zły? Powiedz mu to". W takich sytuacjach nie warto mówić: „Nie przejmuj się", „Nie to jest ważne, on jest malutki", „To nieprawda". Takie komentarze dzieci odbierają jako zaprzeczanie ich uczuciom.

Im dzieci młodsze, tym bardziej rodzic pełni funkcję osoby, która pomaga im zrozumieć siebie samych w relacjach z bra-

tem, perspektywę drugiej strony, a także meandry relacji. To rodzic uczy dziecko empatii i liczenia się z drugim człowiekiem, dlatego dzieci będą wzorowały się przede wszystkim na tym, co on sam robi, a nie jedynie na tym, co mówi.

Ona to potrafi zrobić, a ty nie?!

Porównania. Potrafią zepsuć najlepszy humor nawet dorosłemu człowiekowi, a co dopiero istocie wrażliwej na sygnały otoczenia. Należy unikać porównań, które przedstawiają jedno z dzieci w niekorzystnym świetle. A tym bardziej sytuacji, w których jedno z rodziców w komitywie z bratem naśmiewa się z siostry: „Ty to zawsze wymyślisz coś głupiego! Janek nigdy by tak nie zrobił!".

Jakoś tak się dzieje, że dzieci szybciej poczują w takich sytuacjach niechęć do Janka, niż zezłoszczą się na dokuczające zachowanie ze strony dorosłego. I powodów do lubienia Janka jest coraz mniej… Co zamiast porównywania i oceny? Pomaga opisanie sytuacji. Na przykład dziecko opóźnia się z wyjściem z domu, a jedziecie razem do kina. Zamiast: „Twój brat nigdy się tak nie guzdrze, a ty jak zwykle" można powiedzieć „Czekam już 10 minut, a mamy za kwadrans seans, spóźnimy się".

Warto też wyrazić swoje uczucia, bo przecież nie jest nam do śmiechu: „Złoszczę się, jak nie wychodzisz z domu na czas, i denerwuję się, że się spóźnimy".

A co zrobić, żeby zminimalizować prawdopodobieństwo wystąpienia takiej sytuacji w przyszłości? Powiedz dziecku wprost o swoich oczekiwaniach: „Następnym razem oczekuję, że będziesz gotowa na czas". A z komentarzy typu: „Jesteś ślamazarą", „Z tobą to tak zawsze…" warto zrezygnować.

Należy rozmawiać z pociechą na temat jej zachowań, a nie wzmacniać w niej myślenie typu: „No tak, ja jestem do niczego. Liczy się dla nich tylko Janek. Jego się tak nie czepiają. Laluś".

Ustąp Ali, jest młodsza. Ty powinnaś być mądrzejsza

Dla starszego rodzeństwa to istna zmora. Nie dość, że ten komunikat zawiera w sobie podstępną ocenę, to na dodatek może utrwalać poczucie niesprawiedliwości i wykorzystywania u dzieci. Ile to razy właśnie ten „młodszy, słabszy" tak dokuczył owemu „mądrzejszemu i starszemu", że zrozumiała jest jego gwałtowna reakcja? Nie warto kierować się stereotypami: starszy to powinien, młodszy, to mu wolno. Raczej należy patrzeć na potrzeby i możliwości dzieci w danym momencie rozwojowym. Małe dzieci też powinny oswajać się z sytuacją, że nie zawsze dostaną to, czego pragną, ponieważ inni mają prawo do odmowy.

Kocham was tak samo!

Czyżby? Dzieci mają wątpliwości i słusznie. Nie sposób rozdzielić miłości po równo. Zresztą w każdym kochamy i doceniamy inne jego zalety. Wielu rodziców, próbując zapobiec rywalizacji między rodzeństwem, dzieli wszystko po równo. Jak lizak, to dla jednego i drugiego, nowe ubrania – jedno i drugie, jedno nad morze na wakacje to drugie też nad morze. A może to drugie lubi góry, a nie morze? Kiedy rodzic bierze pod uwagę to, co czuje i czego potrzebuje dziecko, to ono czuje się ważne i wyjątkowe.

I nie trzeba wcale dostawać tego samego po równo, żeby nie czuć się pomijanym przez rodzica. Co więcej, dzieci uczą się rozumienia, że każdy ma swoje potrzeby. Brat może mieć inne niż ja, i rodzice rozumiejąc to, na nie odpowiadają, ponieważ zauważają i respektują naszą indywidualność. A więc zamiast: „Kocham was tak samo" lepiej powiedzieć: „Każdy z was jest dla mnie wyjątkowy. Ty jesteś moją Anią i kocham cię jak Anię, a ty moim Jasiem i kocham cię jak Jasia".

Podobnie mają się sprawy z dostępem do przywilejów. Młodsi często uskarżają się: „Jemu na to pozwoliłaś, dlaczego mi nie!?", „Jego bardziej kochasz!". A więc: „Jankowi pozwalam samemu jechać do cioci, ponieważ ma tyle lat, ile ma, i potrafi poradzić sobie w podróży. Jak będziesz w jego wieku i będziesz potrafił zachować się tak, abym była o ciebie spokojna, też będziesz mógł to zrobić".

Córeczka tatusia, synek mamusi

Czasem bywa tak, że rodzice „dzielą się" dziećmi. Niby to niemożliwe, a jednak spotykane w życiu. Dzieci odczuwają, że brat czy siostra są faworyzowani przez jedno z rodziców, do którego oni nie mają takiego dostępu. Powoduje to ranę w sercu i niezrozumiały żal do brata czy siostry. Po latach ludzie ci odkrywają, że tak naprawdę nie znają swojego rodzeństwa, bo nie mieli szansy poczuć z nimi wspólnoty i byli jakby po dwóch stronach niewidzialnej barykady. Nawet jeśli tak jest, że jedno dziecko ma szczególny klucz do serca rodzica, warto nie zapominać o drugim i jego potrzebie posiadania obydwojga rodziców.

Drużyna dzieci – drużyna rodziców

Dzieci będą miały możliwość wzmacniania relacji między sobą, jeśli będą musiały razem coś zrobić, razem za coś odpowiadać: czy to będzie opieka nad królikiem, prace w ogrodzie, czy przygotowanie niespodzianki imieninowej dla mamy. Uczą się wtedy polegania na sobie i razem odpowiadają przed rodzicami za zrealizowane zadania. Tak jak w zgranej drużynie. Liczy się praca zespołowa. A kiedy coś pójdzie nie tak, rodzice nie ustalają ewentualnych winnych, a raczej konfrontują dzieci z własnymi oczekiwaniami. Lepiej, żeby złościły się na was, niż walczyły pomiędzy sobą, jeśli nie sprostają jakiemuś zadaniu.

Nieocenione jest nazywanie i docenianie tego, co dzieci robią w imię współpracy, wzajemnej troski i liczenia się ze sobą. Warto, żeby otrzymały jasny przekaz od rodziców dotyczący wzajemnego szacunku, który nie wyklucza różnych potrzeb czy występowania konfliktów.

Niełatwo jest żyć z tym drugim, ale o ile przyjemniej jest czerpać radość z bliskiej relacji i łatwiej dzielić trudy w przyszłości, wiedząc, że obok jest ktoś, kto może ci pomóc.

Justyna Zaremba
psycholog, pracuje w Specjalistycznej Poradni OPTA w Warszawie, prowadzi terapię rodzinną, warsztaty i konsultacje dla rodziców i nastolatków

Pozytywnie o sporcie

Sport jest częścią dziedzictwa każdego człowieka i nic nigdy go nie zastąpi.
Pierre de Coubertin

Małgorzata **PLICHCIŃSKA**

Sport jest związany z człowiekiem od zawsze, a historia wielu jego dyscyplin, mająca początek w zamierzchłej przeszłości, wywodzi się z czynności utylitarnych. Ale zmagania starożytnych Greków i Rzymian oraz późniejsze gry i zabawy będące elementem wychowania rycerskiego są już ograniczone pewnymi regułami. W wieku XIX dokonuje się kolejny krok w rozwoju sportu, powstają formy organizacyjne – kluby (najpierw w środowisku elit, a później wśród mieszczaństwa) oraz przystępuje się do opracowywania przepisów określających warunki rozgrywania poszczególnych konkurencji. Od tej chwili, a zwłaszcza od wskrzeszenia pierwszych nowożytnych igrzysk olimpijskich (Ateny, 1896 rok) rozpoczyna się szybki rozwój sportu – przybywa klubów i towarzystw sportowych, powstają narodowe związki skupiające owe kluby oraz międzynarodowe federacje.

Współcześnie sport jest uprawiany przez rzesze ludzi i stanowi ważną dziedzinę życia społecznego. Jest uznawany za jeden z najpopularniejszych i najbardziej wpływowych ruchów społecznych, a czasem jest traktowany jako fenomen cywilizacyjny. Jerzy Nowocień uważa, że sport jako dynamicznie rozwijające się zjawisko społeczne i wytwór kulturowy stanowi wyraźne znamię wszystkich współczesnych społeczeństw[1].

Fot. Fotolia

Czym jest sport?

Należy więc postawić pytanie: czym jest sport i jaki jest jego cel? Samo słowo *sport* wywodzi się od łacińskiego *desportare* i oznacza: „odprężyć się, rozerwać, oddawać się rozrywkom". Stanisław Judycki, podejmując próbę zdefiniowania sportu jako aktywności różnej od innych działań ludzkich, podaje trzy koncepcje[2]. W koncepcji ludycznej sport jest przede wszystkim zabawą. Koncepcja agonistyczna uznaje sport za walkę, ale taką, w której wszystkie czynności odbywają się zgodnie z obowiązującymi regułami zapewniającymi równość szans i której założeniem jest szacunek dla przeciwnika. Koncepcja pedagogiczna natomiast zakłada, że sport jest działalnością człowieka, której celem jest wychowanie, a ćwiczenia fizyczne służą wykształceniu wielu cech ważnych również w życiu pozasportowym. Aby nie narazić się na zarzut jednostronności, należałoby – podczas opisywania współczesnego sportu

1 J. Nowocień, R. Warda, *Zasada fair play – licealiści wobec czystej gry*, „Wychowanie Fizyczne i Zdrowotne" 2011, nr 6.
2 S. Judycki, *Filozofia sportu*, http://www.kul.pl/files/57/wydzial/judycki/filozofia_sportu.pdf [dostęp: 5.04.2012].

– te trzy koncepcje traktować razem. Podobnie jak Józef Lipiec, który uważa, że sport „stanowi kolejne ogniwo w nieprzerwanej ciągłości przeplatających się wyników ludycznych, obyczajowych, rywalizacyjnych i instrumentalnych"[3].

Studiując literaturę przedmiotu, można znaleźć wiele różnych definicji sportu. Według Rady Europy[4] sport to „wszelkie formy aktywności fizycznej, które poprzez uczestnictwo doraźne lub zorganizowane, stawiają sobie za cel wypracowanie bądź poprawienie kondycji fizycznej i psychicznej, rozwój stosunków społecznych lub osiąganie wyników sportowych na wszelkich poziomach". Nie jest to definicja doskonała (choćby z tego powodu, że całkowicie pomija tak ważny w sporcie aspekt przestrzegania obowiązujących reguł), ale na potrzeby naszych rozważań wydaje się wystarczająca.

Sport a wartości

Biorąc pod uwagę definicję i podstawowe funkcje sportu (zdrowotną, wychowawczą, integralno-społeczną oraz widowiskowo-sportową), nie mamy wątpliwości, że jest on nośnikiem wielu pozytywnych i powszechnie akceptowanych wartości. Jednocześnie zdajemy sobie sprawę z tego, że w dyskusji o sporcie nie można uciekać od związanych z nim zjawisk negatywnych takich jak: doping, dehumanizacja, komercjalizacja, agresja czy dyskryminacja. Jest to jednak temat na osobny tekst – dziś zwrócę uwagę wyłącznie na pozytywne strony sportu.

Kofi Annan powiedział kiedyś, że „sport – mądrze wykorzystany – zbliża ludzi, niezależnie od ich pochodzenia etnicznego i społecznego, wyznawanej religii czy statusu ekonomicznego. Kiedy młodzi ludzie uczestniczą w sporcie lub mają dostęp do wychowania fizycznego, przeżywają prawdziwą radość, także wtedy, gdy uczą się tolerancji i zasad pracy w zespole"[5]. Dlaczego? Ponieważ sport we wszystkich swoich odmianach odgrywa znaczącą rolę w życiu każdego, a zwłaszcza młodego człowieka – uczy wartości i ważnych umiejętności życiowych oraz kształtuje właściwe postawy. Należą do nich: ambicja, wola walki, samodyscyplina, obowiązkowość, odwaga, odpowiedzialność, systematyczność, opanowanie, przezwyciężanie bólu, radość ze zwycięstwa i umiejętność przegrywania, pewność siebie, komunikowanie się, umiejętność pracy w zespole, poczucie wspólnoty, solidarność, koleżeństwo, szacunek dla przeciwnika itp.

Aktywność sportowa wpływa również na psychikę, bo poprawia koncentrację i rozwija zdolność uczenia się. „Młodzi ludzie uczą się lepiej, gdy bawią się i są aktywni" – uważają Z. i R. Żukowscy[6]. Oprócz tego sport wpływa na poczucie estetyki (bo czymże jest widowisko sportowe, jeśli nie swoistym teatrem) i pobudza uczucia patriotyczne w skali mikro i makro (poczynając od barw klubowych, a kończąc na narodowych).

Janusz Bielski, odnosząc się do aktywności dzieci i młodzieży, pogrupował wartości tkwiące w sporcie według następujących kategorii[7]:

- **wartości poznawcze:** uczestnicy sportu poznają zasady, reguły, przepisy występujące w konkurencjach indywidualnych i zespołowych, zdobywają podstawową wiedzę z zakresu rozwoju fizycznego i motorycznego, hartowania organizmu, zachowania się poszczególnych układów pod wpływem wysiłku fizycznego;
- **wartości estetyczno-artystyczne:** sport poprzez specyficzne ćwiczenia przyczynia się do rozwijania poczucia piękna, harmonii, rytmu, dokładności;
- **wartości społeczne:** grupa, drużyna, zespół sportowy to doskonały teren występowania różnorodnych procesów, więzi i relacji społecznych zachodzących pomiędzy jednostką a zbiorowością;
- **wartości moralne:** poprzez zajęcia sportowo-rekreacyjne, udział w rozgrywkach i zawodach sportowych należy dążyć do rozwoju takich cech, jak: braterstwo, honor, przyjaźń, odpowiedzialność, sprawiedliwość, uczciwość. Jednak w tym miejscu należy podkreślić szczególną rolę i odpowiedzialność, jaka spoczywa na osobach dorosłych (nauczycielach, instruktorach, trenerach, sędziach, organizatorach i działaczach sportowych), ponieważ wszelkie błędy i zachowania pozostające w sprzeczności z przyjętymi normami moralnymi mogą prowadzić do negatywnych skutków wychowawczych;
- **wartości witalne:** aktywność sportowa przyczynia się do pomnażania dóbr związanych z rozwojem fizycznym, motorycznym i zdrowiem człowieka;
- **wartości pragmatyczne:** systematyczne zajęcia sportowe, udział w zawodach sportowych oraz trening indywidualny mogą przygotowywać do rzetelnej i solidnej pracy, pozwalają rozwijać talent, uczą zaradności;
- **wartości materialne:** sport dzieci i młodzieży traktowany jako zaplecze i podłoże sportu wyczynowego czy zawodowego może być dla wielu osób szansą na zrobienie kariery, zdobycie sławy i majątku;
- **wartości hedonistyczne:** sport zaspokaja potrzeby związane z rozrywką, zabawą i radością.

Fair play

Nie ulega jednak wątpliwości, że jest jedna wartość sportu, która spina je wszystkie i stoi jakby ponad – mowa o fair play. To wartość stanowiąca główny warunek rozwoju sportu. Bo „bez fair play sport przestaje być sportem – traci to, co w nim podstawowe – prawdę" – pisze Marcin Czechowski[8]. Warto jednak dodać, że idea fair play będzie spełniać wychowawczą funkcję wtedy, gdy jej istota będzie

3 J. Lipiec, *Filozofia olimpizmu*, Warszawa 1999, s. 73.
4 *Biała księga na temat sportu*, Bruksela, 11.07.2007. COM (2007) 391. Wersja ostateczna.
5 Z. Żukowska, R. Żukowski, *Fair play jako szczególna wartość w sporcie i w życiu młodzieży*, dodatek specjalny do „Magazynu Olimpijskiego" 2009, nr 3.
6 Tamże.
7 J. Bielski, *Wartości źródłem celów wychowania fizycznego*, „Lider" 2004, nr 9.
8 M. Czechowski, *Fair play w sporcie i codziennym życiu uczniów szansą edukacyjną* [w:] *Fair play w sporcie i olimpizmie. Szansa czy utopia*, pod red. Z. Żukowskiej, R. Żukowskiego, Polski Komitet Olimpijski – Klub Fair Play, Wydawnictwo ESTRELLA, Warszawa 2010.

prawidłowo rozumiana nie tylko w rywalizacji sportowej, ale również podczas kibicowania i w życiu codziennym. Bogdan Misiuna wymienia reguły fair play w sporcie:

- bezinteresowne poszanowanie reguł gry;
- zachowanie równych szans w walce;
- szacunek dla przeciwnika;
- minimalizacja cierpień przeciwnika;
- niewykorzystywanie przewagi losowej;
- rezygnacja z praktycznych korzyści zwycięstwa[9].

Zastanówmy się zatem, czy podobne reguły będą obowiązywały w codziennym życiu uczniów. Wydaje się, że tak, bo idea fair play będąca wykładnikiem równości szans w rywalizacji sportowej przekłada się na równość wszystkich ludzi wobec siebie. Wynika z tego, że sytuacji wykorzystujących wartości, których nośnikiem jest sport oraz idea fair play, można, a nawet należy szukać także poza wychowaniem fizycznym.

Nie trzeba chyba nikogo przekonywać, że znajdziemy je niemal w każdym momencie życia szkolnego: na lekcjach, na przerwach, podczas wycieczek, a zwłaszcza w działalności wolontariackiej, w którą nasza młodzież tak chętnie się angażuje. Czy reguły te będą obowiązywały na sprawdzianie z matematyki (i z każdego innego przedmiotu)? Odpowiedź jest prosta – TAK. W tym przypadku sprawdzian będzie grą, w której każdy ma takie same szanse na zwycięstwo, a ściąganie jest traktowane jako złamanie reguł gry i próba wykorzystania przewagi losowej.

Na boisku sportowym bardzo wyraźnie wytyczona granica między dobrem a złem obowiązuje wszystkich uczestników rywalizacji i nikt nie chce być kojarzony z zachowaniami nie fair. W rzeczywistości szkolnej bywa różnie. A może warto przenosić te dobre wzory na wszystkie obszary życia młodych ludzi, zwłaszcza że wielu z nich zgłasza zapotrzebowanie na obecność w ich życiu wartości fair play?

Sportowcy są inni

Jako nauczyciel, sędzia sportowy i rodzic dorastającego sportowca już dawno zwróciłam uwagę na to, że młodzi ludzie uprawiający sport zachowują się nieco inaczej niż ich rówieśnicy – zarówno w szkole, jak i poza nią. Po pierwsze: są to niezwykle zorganizowane osoby, które muszą pogodzić codzienny trening z obowiązkami szkolnymi i domowymi. Aby sprostać temu wszystkiemu, wymagają od siebie dużej samodyscypliny, odpowiedzialności i systematyczności.

Opinia sportowca nieuka na szczęście odeszła w zapomnienie – mam nadzieję, że bezpowrotnie, bo była bardzo krzywdząca dla wielu uczniów będących sportowcami. Po drugie: są to osoby, które bardzo szybko potrafią odnaleźć się w każdym środowisku. Jest to również zasługa uprawiania sportu, w który – oprócz treningów – wpisane są obozy, zawody, konsultacje itp., a więc ciągły kontakt z zawodnikami z innych miast (a nawet krajów), trenerami, sędziami. Dodatkowo te kontakty z innymi ludźmi wzmacniają u młodych sportowców pewność siebie oraz umiejętność komunikowania się (nierzadko w obcym języku). A przecież są to pożądane cechy u każdego człowieka, który po ukończeniu szkoły szuka swojego miejsca na rynku pracy. Po trzecie: są to osoby, które doskonale współpracują z innymi.

Uczeń trenujący wie, że sukces sportowy nie jest dziełem jednej osoby i wymaga współpracy. W sportach indywidualnych jest to praca z trenerem, w sportach zespołowych na sukces pracuje cała drużyna. Młody sportowiec również w szkole wysoko ceni sobie poczucie wspólnoty i potrafi swoje osobiste ambicje podporządkować ogółowi, np. potrzebom klasy. Choć często bywa organizatorem, raczej nie narzuca swoich pomysłów, lecz poddaje je pod dyskusję. I wreszcie po czwarte: są to osoby, które potrafią godnie wygrywać i z honorem przegrywać, nie tylko na niwie sportowej. Sportowiec wie, że nie zawsze się wygrywa, i szanuje dokonania innych zawodników, a podziękowanie przeciwnikowi za rywalizację jest tak naturalne jak oddychanie. Uczeń przenosi te zachowania do szkoły i nie chodzi dumny po otrzymaniu szóstki z ważnego sprawdzianu (zwykła to dla mnie sytuacja – dziś ja, następnym razem ty) ani nie robi tragedii z powodu przegranej, czyli np. otrzymania złej oceny. Zdaje sobie sprawę, że trzeba tę ocenę poprawić, a ambicji i woli walki nigdy sportowcom nie brakuje.

Oczywiście nie każdy uczeń uprawiający sport jest wzorem do naśladowania i zdarzają się czasami przypadki złego zachowania młodych sportowców. Niemniej jednak moje obserwacje zostały potwierdzone w licznych dyskusjach nie tylko w gronie nauczycieli wychowania fizycznego. Okazuje się, że te wartości i postawy, których nośnikiem jest sport, są bardzo przydatne podczas przygotowywania się młodych osób do pełnienia różnych ról społecznych.

Może w takim razie warto promować te wartości we wszystkich obszarach życia, zwłaszcza że sport jest dość bliski młodym ludziom i kojarzy się z przyjemnością. Wielu z nich jest zawodnikami, pozostali – mniej lub bardziej aktywnymi kibicami. Fair play w szkole można propagować w każdych warunkach. Na odwoływanie się do zagadnień związanych z wartościami sportu można przeznaczyć dwa zdania (np. podczas sprawdzianu), fragment lekcji (jeśli zaistnieje taka potrzeba), całą lekcję (np. godzinę wychowawczą, lekcję wychowania fizycznego) lub pół dnia (np. podczas wycieczki). Najważniejsze, aby czynić to systematycznie. Sprawmy, aby ideały olimpijskie *Citius, altius, fortius*[10] wspomagane ideą fair play skierowały energię młodzieży we właściwym kierunku nie tylko na boisku sportowym, ale również w zwykłych, codziennych sytuacjach.

Małgorzata Plichcińska
doktor nauk o kulturze fizycznej, nauczycielka wychowania fizycznego w szkole ponadgimnazjalnej, doradca metodyczny; członek Komisji Kultury i Edukacji Olimpijskiej Polskiego Komitetu Olimpijskiego; sędzia Polskiego Związku Tenisowego; autorka wielu publikacji

9 A. Przyłuska-Fiszer, B. Misiuna, *Etyczne aspekty sportu*, Studia i Monografie AWF, Warszawa 1993.
10 Z łac. szybciej, wyżej, mocniej.

Mieć milion?
Jakie to proste…

Czy można upolować lwa na pustyni? Tak! Wystarczy, że łowca otworzy klatkę i zaczeka. Wcześniej czy później lew do niej trafi. Co ciekawe, z punktu widzenia fizyki kwantowej jest to możliwe – choć może się okazać, że czas oczekiwania na nadejście zwierzęcia będzie dłuższy niż życie łowcy.

Magdalena **SĘDKIEWICZ**

Podobnie rzecz ma się z naszym wymarzonym milionem. Czy możemy pewnego dnia mieć na koncie okrągłą sumkę z sześcioma zerami na końcu? Oczywiście! Jednak jeśli będziemy tylko czekać, aż pieniądze same wpłyną do banku, możemy nie doczekać tej wymarzonej chwili. Możliwe jest jednak zwiększenie szansy na to, by stać się milionerem. Jak? O tym w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej opowiedział światowej sławy fizyk kwantowy, prof. Amit Goswami. Spotkanie odbyło się w ramach cyklu rozmów „Horyzonty poznania SWPS".

Prelegent na początku spotkania odniósł się do coraz bardziej znanego filmu *Sekret*, który opisuje prawo przyciągania (według jego autorów to przez nasze myślenie przyciągamy dobre bądź złe rzeczy). Zdaniem prof. Goswamiego samo siedzenie i myślenie nie wystarczy, aby osiągnąć cel. Prawdopodobieństwo, czyli fakt, że dane zjawisko może zaistnieć, to za mało. Trzeba uczynić coś jeszcze – odpowiednio wpłynąć na rzeczywistość.

Profesor przedstawił teorię, według której świadomość to coś więcej niż produkt uboczny aktywności mózgu, jak twierdzą przedstawiciele nurtu naukowych materialistów. Odrzuca również podejście duchowe, które widzi w świadomości jedynie byt duchowy. Goswami przedstawił „drogę środka": podejście zintegrowane, według którego myśl łączy się z energią przekazywaną w niekonwencjonalny sposób.

Teorię tę potwierdza badanie wykonane w Meksyku, podczas którego dwie medytujące osoby zostały zamknięte w klatkach Faradaya (nie przepuszczają one m.in. fal elektromagnetycznych). Kiedy jednej z medytujących osób zaświecono kilka razy latarką w oczy, okazało się, że… wykresy EEG uczestników pokrywały się w 71%! Druga osoba mózgiem niejako „widziała" światło niewidoczne dla oka.

Aby osiągnąć sukces i zostać milionerem, należy skorzystać z tych zadziwiających możliwości mózgu. Potrzebna jest również odpowiednia intencja lub pomysł. Taką intencję – chęć niesienia pomocy – miała na przykład Matka Teresa. W wyścigu o milion liczy się również pomysł – jak w przypadku chociażby Steve'a Jobsa.

Proces zdobywania miliona można podzielić na cztery fazy: przygotowanie, inkubacja, olśnienie, manifestacja. Wspomniany milioner na początku miał tylko pomysł – zmienić oblicze świata elektroniki. Chciał stworzyć komputer łatwy w obsłudze, dostępny dla każdego. Oprócz tego, że miał pomysł, zrobił coś, czego wielu z nas nie robi, zatrzymując się na marzeniach o sukcesie – przygotowywał się i czekał. Bez przygotowań (w tym wypadku nauki, pierwszych prób konstrukcji itd.) czekanie nic nie daje. Moce przerobowe świadomości zamiast koncentrować się na poszukiwaniu odpowiednich rozwiązań, rozpraszają się na rzeczy nieistotne.

Tutaj właśnie z pomocą przychodzi fizyka kwantowa. Jeśli chcemy coś osiągnąć i systematycznie staramy się działać na rzecz tego celu, nasza podświadomość będzie pracować w chwilach, gdy my będziemy zajmować się czymś innym. Fale na jeziorze, które wzbudziła nasza myśl, będą się rozchodzić coraz dalej, sprawiając, że prawdopodobieństwo sukcesu będzie rosnąć.

Z myśleniem jednak nie można przesadzić. Wystarczy, jeśli raz na jakiś czas będziemy dokładać drwa do ogniska, jakim jest nasza chęć zdobycia miliona w konkretny sposób. Proces ten można nazwać słowami Franka Sinatry „dobedobedo", czyli „rób – bądź". Działanie powinno przeplatać się ze zwyczajnym codziennym życiem. Chodzi o to, by z kolei nie „przesterować" i nie koncentrować się nadmiernie na sukcesie – takie „napinanie się" nie pozwala na pojawienie się olśnienia. Jak to w życiu bywa – gdy na czymś nam zależy za bardzo, zwykle tego nie otrzymujemy.

Kiedy proporcje „do" do „be" są odpowiednie, może zaistnieć doświadczenie „aha!", czyli olśnienie. Nagle do głowy wpada nam pomysł, na który czekaliśmy i który może stać się podstawą przyszłej kariery. Wtedy nie pozostaje nam nic innego jak działać, czyli sprawić, by myśl stała się rzeczywistością.

Teorie zaprezentowane przez prof. Goswamiego brzmią zachęcająco. Z drugiej jednak strony pod koniec wykładu gość zachęcał do wzięcia pod uwagę energii przepływającej przez nasze ciało, która gromadzi się w czakramach, a której zablokowanie powoduje różnego rodzaju choroby. Podkreślił również rolę bioenergoterapeutów m.in. w leczeniu nowotworów oraz zbawienne skutki homeopatii.

Może jednak zamiast chwalić fizykę kwantową, warto poszukać ciekawych rozwiązań w psychologii? Ktoś, kto jest optymistą, będzie bardziej skłonny do działania i otwarty na nowe możliwości. Z kolei przerwy pozwalające oderwać się myślami od rozwiązywanego problemu mogą pomóc w lepszym ich „przetrawieniu" przez mózg (chociażby podczas snu). Brzmi nieco mniej spektakularnie, ale również pomaga osiągnąć sukces.

Magdalena Sędkiewicz
studentka SWPS, kierunku Psychology in English. Oprócz psychologii interesuje się także teologią, ornitologią oraz dziennikarstwem (współpracuje z Radiem WNET)

Polskie rodzaje gościnności

Janusz **ŻMIJSKI**

Nasz kraj stał się dzięki Euro punktem docelowym wędrówki zarówno pojedynczych gości z całego świata, jak i wielotysięcznych kibicowskich plemion przybywających w poszukiwaniu rozrywki, emocji i wrażeń. *Gospodarz* to słowo pierwotnie oznaczające osobę przyjmującą i obdarowującą gości. Jak zatem przyjmiemy gości z różnych stron świata? Czym obdarujemy? Czy polska gościnność to mit, czy rzeczywistość?

Gościnność?

Przeglądam posty na jednym z kibicowskich forów. Duża część z nich zawiera wojownicze zapowiedzi. Przykładowo: *Niech tylko jakieś bydlaki z Niemiec czy Francji za bardzo będą się szarogęsić w klubie czy w pubie, w którym będę się bawić z kolegami, to ich będą wynosić nogami do przodu. Cóż poradzić, taka natura Polaka.*

Natura Polaka… A co z szacunkiem dla gości uważanym przez wielu za ważną część owej polskiej natury? Ruszam ze swoimi wątpliwościami do mojego byłego ucznia, Radka, który od wielu lat należy do lokalnej grupy tzw. kiboli.

Tak dokładnie będzie. Będziemy się bili z Niemcami, Anglikami, a z Ruskimi to na sto procent. Trzy tysiące pseudokibiców z Rosji ma zamieszkać tu, w Łodzi. Nie ma cudów, ktoś rzuci kamieniem, krzyknie tak albo inaczej, wepchnie się przed kogoś w kolejkę i się zacznie zadyma – wyjaśnia nieco podekscytowany Radek.

Dodaje: *Przy odrobinie szczęścia wybuchnie tu prawdziwa polsko-ruska wojna. Jak się da, zrównamy ich z asfaltem za Katyń i Smoleńsk. I rozbiory.*

A Anglików to mianowicie za co będziecie bili? Oni byli w historii raczej po naszej stronie…

Na Anglików wszyscy w Europie polują, bo zadzierają nosa. Taka już dola Anglika kibica.

A co z naszą rolą gospodarza, szacunkiem dla gości?

To goście, którzy szukają walki, zadymy, emocji. My jako gospodarze dajemy im to, czego chcą.

Zatem uważasz, że nienawiść może być motywem gościnności?

Nie nienawiść. Prawdziwa honorowa walka. We mnie obrzydzenie budzi, jak sklepikarze, hotelarze, prostytutki czy kieszonkowcy uśmiechają się do gości, a chodzi im tylko o to, by wycyckać ich do gołego.

Gościnność tradycyjna

O Radkowym pojęciu gościnności opowiadam mieszkającej w przysiółku pod Wołkowyją pani Anastazji, która niedawno skończyła dziewięćdziesiąt lat. Staruszka jest wciąż całkiem sprawna i rezolutna. Macha rękoma obruszona na pomysł, że bijatyki z gośćmi mogą być przejawem gościnności.

Na wojnę to przyjeżdża wojsko, a nie goście. Gościa się szanowało, bo był daleko od swoich i bez pomocy nie dałby sobie rady. Matula mi opowiadała, jak w pierwszą wojnę dezerter Moskal pół roku u nas pomieszkiwał. Czas ciężki był i dla dzieciorów nieraz chleba brakowało, ale gość w potrzebie, choć nieproszony, rzecz święta. Wstyd przed Bogiem i całą wioską było mu jeść nie dać i spania w chałupie.

W tym, co mówi pani Anastazja i nieliczni już ludzie z jej pokolenia, pobrzmiewają archaiczne echa dodające wiarygodności przekonaniom o szczególnej gościnności Polaków. Niewątpliwie była ona rzucającą się w oczy cechą staropolską, a właściwie znamieniem całej dawnej Słowiańszczyzny. Słowianie bowiem obok Hiszpanów uchodzili za najbardziej przyjaznych obcym wędrowcom w całej Europie.

Gościnność dawnych Polaków nie była z pewnością mitem. W wielu pisanych źródłach pojawia się konstatacja, że nasi przodkowie byli gościnni aż do zgorszenia. Kradzież czegoś dla gościa nie była postrzegana jako przestępstwo, wręcz przeciwnie – uchodziła za zaszczyt. Prawo gościa obejmowało niegdyś nie tylko dach nad głową, jedzenie i alkohol oraz prezent na drogę (zwany gospodą), ale i seks z gospodynią. Odbicie tego ostatniego zwyczaju można dostrzec jeszcze we fraszkach Jana Kochanowskiego, np. w utworze *O flisie*.

Z czasem gruntujące się chrześcijańskie obyczaje wykreśliły żonę gospodarza z menu gościa. Odnosi się wrażenie, że w to miejsce tytułem rekompensaty pojawiła się podwojona danina z alkoholu. Wspomniany Kochanowski opisywał to tak: *W Polszcze ślachcic jakoby też na karczmie siedział, / Bo kto jedno przyjedzie, to z każdym pić musi, / A żona, pościel zwłócząc, nieboga się krtusi.* Od średniowiecza szlachta we własnym gronie kultywuje na potęgę starodawną gościnność, a nietrzeźwiejący gospodarz i żona sprzątająca wymiociny to jej „sarmackie" przejawy, które gdzieniegdzie obserwować można jeszcze dzisiaj.

Choć żal serce ściska, gdy myślimy o tradycyjnej gościnności – czasem rozbuchanej, a nawet szkodliwej dla zdrowia gościa, ale zawsze szczerej – nie pasuje ona nijak do naszej współczesnej indywidualistycznej mentalności. W jej pierwotnej formule obcy był gościem szerszej wspólnoty, nie danej osoby czy rodziny. Nie miało znaczenia, kim był osobiście i czy gospodarz ma do niego pozytywne nastawienie. Plemienny nakaz sakralny oparty na tabu zabraniał obcemu czynić krzywdę, nakazywał dać mu

schronienie i go nakarmić, a uchybienie gospodarskim powinnościom uchodziło za największą zbrodnię, której zbiorowość nie puszczała płazem. My jednak wolimy dobierać sobie gości wedle osobistych upodobań i samemu decydować o tym, jak ich podejmiemy. Tradycyjna polska gościnność przechodzi zatem do narodowej mitologii i tam będzie egzystowała. Jak portret sarmackiego przodka na ścianie – piękny, choć pod wieloma względami egzotyczny.

Gościnność zadekretowana

Emilia, nauczycielka z Poznania, twierdzi, że choć niespecjalnie sympatyzuje z feminizmem, zgadza się zasadniczo z opinią Kazimiery Szczuki: euroigrzyska piłkarskie oznaczają kłopoty dla zwykłych ludzi oraz korzyści dla alfonsów, prostytutek i asocjalnych kiboli, którzy uwielbiają demolować przystanki i bić kogo popadnie.

Dla ich dewiacyjnej przyjemności będę miała tutaj eurokoszmar. Już jest ciężko, bo całe miasto w remoncie, a będzie tylko gorzej. Jestem wściekła, bo w te dni dziecka do szkoły nie będzie można doprowadzić i do pracy dojechać. Pobliskie ulice będą wyłączone z ruchu, przychodnia osiedlowa pewnie się zamknie, kto wie, czy nie piekarnia. Nic, tylko wyjechać na urlop, ale zmian w kalendarzu szkolnym nie przewidziano.

Emilia ubolewa, że zwykli obywatele – tacy jak ona – nie mieli żadnego wpływu na decyzję o zorganizowaniu w Polsce wielkich zawodów. Nie zgadza się, gdy z jej podatków ktoś finansuje kosztowne potrzeby gości, których nie zna i których styl życia i system wartości są jej kompletnie obce.

Mam gdzieś taką… zadekretowaną gościnność. A jak i kiedy ci rzekomi „goście" mi się odwdzięczą? Zorganizują u siebie dla mnie podobne igrzyska? Wolne żarty…

Jej zdaniem rachuby na zyski są wyssane z palca i nie sprawdzą się. Zanosi się na to, że przyjedzie gości mniej niż zakładano, a optymistyczne biznesplany w odniesieniu do stadionów prawie na pewno przyjdzie zweryfikować. Mało komu na świecie udało się zarobić na wielkich igrzyskach. Pozostanie duma z tego, żeśmy pokazali kraj na dorobku, całkiem nieźle już zagospodarowany. Emilia retorycznie pyta, czy warto za tę dumę i parę wypasionych stadionów zapłacić grube miliardy, na których nam przecież nie zbywa.

Gościnność obywatelska

Wielu do dziś pamięta fantastyczną atmosferę, jaką stworzyła lokalna społeczność podczas olimpiady zimowej w kanadyjskim mieście Calgary w 1988 roku. To sztandarowy przykład gościnności obywatelskiej. Mieszkańcy tego miasta po długiej wewnętrznej debacie podjęli olimpijskie wyzwanie, po czym z entuzjazmem oraz niesłychanym wkładem własnej pracy społecznej urządzili swoje miasto na przyjęcie gości. Ich gości. Państwo pomogło, ale tylko w niezbędnych kwestiach. Na relacji z otwarcia igrzysk cały świat zobaczył miejscowych, którzy witali przybyszów z dumną prostotą, jakiej nigdzie dotąd przy podobnych okazjach nie widziano.

Maciek, uczeń ostatniej klasy liceum, podaje przykład Calgary jako źródło swojej decyzji, by włączyć się do warszawskiego wolontariatu miejskiego w trakcie turnieju UEFA Euro 2012. Wolontariusze wraz z miastem gospodarzem będą odpowiadali za różne aspekty wielkiej sportowej imprezy pod hasłem „Wszyscy jesteśmy gospodarzami". Ochotników podzielono na grupy, w których będzie pracować mniej więcej 10 osób. Każda będzie miała do wykonania zadania w różnych obszarach. Pierwsze grupy zaczną działać już w maju. Niektóre będą czynne przez cały okres turnieju, inne tylko w dni meczowe.

To wszystko jest dość wykalkulowane, ja wiem. Ale nie zmienia to fantastycznego uczucia, że będziemy do czegoś potrzebni, znajdziemy się w samym sercu wydarzeń, poznamy ludzi z całego świata. Że jesteśmy gospodarzami. Moja grupa będzie wspierać opiekę medyczną, gdyż wszyscy mamy za sobą kurs pierwszej pomocy. Szkoda, że nas tak mało i że tak wielu woli ponarzekać niż cokolwiek zrobić.

Maciek podkreśla, że dopiero kiedy włączył się w działania organizacyjne, poczuł, że zbliżająca się impreza jest jego sprawą, a przybysze będą jego gośćmi.

Gościnni na różne sposoby

Jak to jest zatem z polską gościnnością? Można mówić raczej o różnych jej odmianach. Stajemy się gościnni na różne sposoby.

Przyszłość należy do gościnności zindywidualizowanej oraz obywatelskiej. Czyli takiej, której podstawą jest wolny wybór. To my jako jednostki i mniejsze lub większe wspólnoty decydujemy, kogo chcemy gościć – a czasem decydujemy, kogo gościć nie chcemy. Zapewne trzeba będzie się pogodzić z tym, że będziemy postrzegani jako emocjonalnie chłodniejsi, a zapraszanych gości być może będzie mniej. Trochę można to porównać z sytuacją demograficzną. Współcześnie w Polsce dzieci rodzi się mniej, ale za to te, które przychodzą na świat, są w zdecydowanej większości chciane i otaczane staranną opieką. Przez analogię – współcześnie nie wystarczy zaproszonego gościa nakarmić i przenocować. Trzeba mu pokazać coś z dziedziny kultury, kawałek codziennego życia, zawieźć w ciekawe miejsca czy przedstawić ciekawych ludzi. Nie codziennie i nie w stosunku do każdego można sobie na to pozwolić.

Zindywidualizowana gościnność niesie jednak ze sobą pewne niebezpieczeństwo. Gdyby Polacy zapraszali gości, kierując się tylko sympatią, mile widziani byliby u nas mówiący podobnym językiem sąsiedzi, którzy nas w historii nie skrzywdzili zanadto, oraz przedstawiciele narodów, którym się w naszej ocenie powiodło. Taka jest wymowa badań przeprowadzonych przez CBOS w czerwcu 2011 roku. Najbardziej lubiani w Polsce są Czesi i Słowacy, potem Włosi, Anglicy, Hiszpanie, Francuzi, Norwegowie i Szwajcarzy. Najmniej sympatii mamy natomiast do Turków, Libijczyków, Rumunów, Romów i Arabów. Zaprosilibyśmy zatem do siebie tych, którzy są do nas podobni, i tych, którym trochę zazdrościmy. Ci, którym się nie powodzi zbyt dobrze albo są od nas różni, nie są jednak mile widziani. Powstaje zatem pytanie, co zrobić, by bogacząca Polska pozostała krajem otwartym na uchodźców politycznych i ekonomicznych – takim, jakim bywała w najlepszych okresach naszej wspaniałej i burzliwej historii. Odpowiedź na to pytanie to jednak temat na osobną opowieść.

Janusz Żmijski
nauczyciel i dyrektor w różnych szkołach, wykładowca, autor oraz redaktor licznych publikacji edukacyjnych

Słyszymy czasem, że szkoła uczy konformizmu. Czy jest się czym martwić i czy można jakoś temu przeciwdziałać?

Fot. Fotolia

Konformizm

Magdalena **GOETZ**

Konformizm, czyli co?

Konformizm najczęściej rozumiemy jako tendencję do dopasowywania przez ludzi ich własnych postaw, sądów i zachowania do tego, w co wierzy lub co robi większość. Nie należy jednak kojarzyć tego zjawiska pozytywnie – konformizm to coś znacznie więcej niż tylko zwykła niechęć do konfliktów.

Zarówno z punktu widzenia społeczności, jak i z naszej jednostkowej perspektywy najwłaściwsza postawa to z jednej strony umiejętność harmonijnego ułożenia sobie kontaktów z innymi, ugodowość, tolerancja dla odmienności, z drugiej strony jednak także autonomia w sferze własnych zachowań i postaw, samodzielność myślenia i decydowania oraz umiejętność obrony swoich przekonań. Postawa konformistyczna zaś oznacza nie kompromis, ale rezygnację z własnej opinii, nie samodzielność, ale podporządkowanie woli innych, nie tolerancję, ale bezkrytyczność. Człowiek konformistyczny często nie myśli samodzielnie; płynie z prądem utartych w jego środowisku przekonań, a nawet jeśli jest samodzielny w myśleniu, nie okazuje tego na zewnątrz, dostosowując swoje zachowanie do grupy.

Konformizm nie jest jednolitym zjawiskiem. Może przybierać różne formy w różnych sytuacjach i u różnych osób. Czasem jest zupełnie niegroźny, czasem niebezpieczny. To, jaką będzie miał postać i siłę, zależy od kilku czynników. Jednym z nich jest obecność autorytetu – może on bardzo silnie wzmacniać konformistyczne tendencje (takim autorytetem bywa nauczyciel dla uczniów). Kolejny czynnik to przyczyna, dla której człowiek przejawia konformistyczną postawę – ludzie są konformistami, ponieważ pragną mieć trafny ogląd świata i/lub pragną być lubiani przez innych (boją się odrzucenia).

Pierwsza z przyczyn to pragnienie, by mieć rację, posiadać prawdziwe informacje na temat jakiejś kwestii. Osoby niepewne swoich racji czy wiedzy może to doprowadzić do postawy tzw. konformizmu informacyjnego, czyli sytuacji, w której opinie innych stają się dla nas kryterium prawdy i poprawności. Wyobraźmy sobie, że zaproszono nas na uroczystą kolację do wykwintnej restauracji. Nie tylko podano nam kilka kompletów różnorodnych noży i widelców, ale jeszcze homara, a my nigdy w życiu nie jedliśmy homara. Co robimy? Człowiek pewny siebie w takiej sytuacji mógłby powiedzieć półżartem: „Ojej, wygląda przepysznie, ale nigdy czegoś takiego nie jadłem! W jaki sposób dobrać się do środka?" lub w jakikolwiek inny sposób poprosić o pomoc, wierząc, że przecież nie musi znać się na wszystkim. A co zrobi konformista? Prawdopodobnie będzie zwlekał z rozpoczęciem posiłku, by najpierw przyjrzeć się, jak zabierają się do niego inni, bardziej doświadczeni i lepiej poinformowani. A później będzie ich naśladował.

Opisane wyżej zachowanie konformistyczne nie jest niebezpieczne czy niepokojące, a nawet może okazać się właściwe. Są sytuacje, w których zachowanie konformistyczne (lub po prostu taktowne) się sprawdza. Problem leży w tym, że zdarza się, że ktoś jest konformistą także wtedy, kiedy nie należy nim być. Stosunkowo niewinnym przykładem takiej sytuacji jest słynny eksperyment Ascha z 1955 roku, później wielokrotnie powtarzany przez różnych badaczy.

Asch pokazywał ochotnikom dwie tablice. Na jednej była narysowana pojedyncza pionowa linia (odcinek) X, na drugiej były trzy odcinki różnej długości: A, B i C. Odcinek C był tej samej długości co X, A był od niego krótszy,

natomiast B – dłuższy. Badacz prosił ochotników, aby przyjrzeli się liniom i zdecydowali, która jest najbardziej podobna do X. Poprawnej odpowiedzi (C) udzieliło 98% badanych, co świadczy o tym, że linie były na tyle różne, że wskazanie właściwej nie sprawiało problemów. Sytuacja przybrała jednak inny obrót, kiedy badani mieli tej samej oceny dokonywać w grupach. Asch posłużył się sprytną manipulacją eksperymentalną – zatrudnił 7 aktorów, by grali rolę badanych, i do ich grupy dołączył ósmą osobę – prawdziwego ochotnika. Teraz mieli oni udzielać odpowiedzi po kolei: najpierw aktorzy, później ochotnik (nieświadomy faktu, że pozostali to aktorzy). Kiedy 7 ochotników celowo podawało niewłaściwą odpowiedź, aż 2/3 (a czasem nawet 3/4) badanych powtarzało ją także, choć początkowo myśleli inaczej. Część z nich robiła to, bo nie chciała odstawać od grupy. Jeszcze inni zaczynali naprawdę wierzyć, że musieli się pomylić i racja leży po stronie reszty grupy! Takie tendencje mają szczególnie osoby o niskiej samoocenie.

Konformizm informacyjny nieszkodliwy w zaciszu sali eksperymentalnej czy restauracji może źle skończyć się w prawdziwym życiu. Przykładem takiej sytuacji jest mijanie na ulicy leżącego człowieka. Obserwujemy innych, którzy go ignorują, i nabieramy nieuzasadnionego przekonania, że oni z jakiegoś powodu wiedzą, że nie trzeba mu pomagać. Myślimy sobie: to pewnie pijak, nie warto. Tymczasem człowiek ten może mieć atak serca lub być ofiarą pobicia. Nasza wiara w słuszność obojętności innych może kosztować tę osobę życie.

Drugi rodzaj konformizmu, wynikający z potrzeby akceptacji ze strony innych, to konformizm normatywny. Jak sama nazwa wskazuje, polega on na dostosowaniu się do norm zachowań, o których sądzimy, że są udziałem członków grupy, na której sympatii nam zależy. Kiedy ktoś trafia do nowej grupy i aby się dopasować, zmienia np. styl ubierania się, mamy do czynienia z konformizmem normatywnym. Podobnie jak wówczas, gdy na posiedzeniu rady pedagogicznej dyrektor zapyta, czy są jeszcze jakieś pytania, a my, zanim zadamy swoje, zastanawiamy się, jak odbiorą je inni i czy nie zniecierpliwią się, że przedłużamy spotkanie. Jeśli człowiek o negatywnym stosunku do kradzieży daje się grupie kolegów podpuścić i kradnie sweter ze sklepu, to również będzie konformizm normatywny. W skrajnym przypadku efektem takiej postawy może być współudział w pobiciu czy zbiorowym gwałcie. Jak zatem widać, konformizm może mieć różne twarze, od całkiem niewinnej, po takie, które mogą stanowić zagrożenie dla innych osób. Konformizm informacyjny i normatywny często też występują wspólnie.

Test

Czy zachowujesz się konformistycznie?

Zdarza się to w zasadzie każdemu z nas, ale w różnym stopniu i z różną częstotliwością. Jeśli chcesz sprawdzić, czy jesteś konformistą, wykonaj poniższy test. Pamiętaj jednak, że warunkiem uzyskania wiarygodnego wyniku jest udzielanie szczerych odpowiedzi na każde pytanie. Wybierz tę wersję odpowiedzi, która jest najbliższa prawdy.

1. Wśród ludzi czuję się...
   a) raczej niepewnie
   b) zwykle bez skrępowania
   c) dobrze, o ile wiem, że panuję nad sytuacją

2. Gdy nie zgadzam się z jakąś konkluzją czy decyzją...
   a) potrafię wyrazić sprzeciw w wielu różnych sytuacjach, także w obliczu autorytetów
   b) potrafię wyrazić sprzeciw wobec osób mi znanych, którym ufam
   c) krępuję się przeciwstawiać nawet bliskim

3. Chcę, aby inni mnie lubili...
   a) za to, jaki/jaka naprawdę jestem
   b) nie ma to dla mnie większego znaczenia
   c) ponieważ jest to dla mnie bardzo ważne

4. Kiedy mówię do kogoś coś ważnego...
   a) sprawia mi przyjemność, że słucha mnie z uwagą; lubię się dzielić swoimi przemyśleniami
   b) martwię się, jakie wrażenie zrobię na rozmówcy, i staram się do niego dopasować
   c) nie bardzo interesuje mnie opinia tej osoby, ważne, że mam rację

5. Inni ludzie w moim otoczeniu są zdolniejsi lub bardziej kompetentni ode mnie:
   a) raczej tak
   b) tylko niektórzy
   c) przewyższam wszystkich

6. Kiedy ktoś ma odmienne zdanie na interesujący mnie temat...
   a) często się zdarza, że zmieniam zdanie pod wpływem argumentów tej osoby i przyznaję jej rację
   b) nawet jeśli zostaję przy swojej opinii, rzadko wypowiadam ją głośno; wolę mieć spokój, a i tak robię swoje
   c) dyskutuję i prezentuję swoje racje; bywa, że czasem wdam się w sprzeczkę, jeśli wiem, że mam rację

7. Kiedy wiem, że robiąc coś, mogę się ośmieszyć...
   a) decyduję się spróbować, jeśli pójdzie źle, jakoś dam sobie radę
   b) robię to, najwyżej wszystkim będzie wesoło
   c) raczej rezygnuję, nawet jeśli mam na to ochotę – nie chcę zrobić z siebie pośmiewiska

8. Kiedy wiem, że ktoś czegoś ode mnie oczekuje, ale nie mówi mi tego wprost...
   a) staram się dostosować do tych oczekiwań

Jak już wiemy, zdarza się, że zachowujemy się konformistycznie, mimo że mamy inną opinię – jednak nie ujawniamy jej i decydujemy się podporządkować. Jest to konformizm zewnętrzny, zachowanie na pokaz. Ludzie nie lubią jednak świadomości, że wyrzekają się swoich przekonań i są uległym przedmiotem wpływu innych. Konformizm zewnętrzny stopniowo zmienia się więc w wewnętrzny, kiedy to zaczynamy naprawdę wierzyć, że ulegamy innym, ponieważ mają oni rację. Nietrudno sobie wyobrazić, że w ten właśnie sposób mogło się kształtować poparcie dla niejednego dyktatora...

Kiedy siła jest po stronie mniejszości?

Konformizm to potężna siła. Historia pokazuje jednak, że czasem zwycięstwo odnosiła mniejszość, która potrafiła pociągnąć za sobą większość i zmienić obowiązujące normy czy tradycje. Badacze pochylili swe mądre głowy nad tym zjawiskiem i doszli do wniosku, że większość może ulec mniejszości, kiedy ta mówi jednym głosem – jest konsekwentna, a jej sądy są spójne. Może wówczas zwrócić uwagę większości na fakty, sytuacje czy przesłanki, które normalnie umknęłyby uwadze jej członków.

Zdolność mniejszości do wywierania istotnego, prowokującego zmiany wpływu jest często motorem społecznego rozwoju, może być jednak także zjawiskiem niebezpiecznym, kiedy np. w grzecznej klasie pojawi się nagle dwoje rozrabiaków, którzy rozrabiając konsekwentnie i jednomyślnie, pociągną za sobą resztę naszych podopiecznych. Ulegać można wszak zarówno pozytywnym, jak i negatywnym wzorcom.

Nonkonformizm

Gdyby nasi uczniowie byli nonkonformistami, nie daliby się łatwo przekabacić rozrabiakom. Postawa nonkonformistyczna jest przeciwieństwem konformizmu. Oznacza odporność na wpływ i naciski ze strony jednostek lub grupy, a także ograniczone zaufanie wobec autorytetów i utartych zasad. Nonkonformizm jest efektem odmiennego wyniku starcia między pragnieniem, by być lubianym, a dążeniem do tego, by... czuć się kimś wyjątkowym i lepszym od innych. U konformisty wygrywa dążenie do sympatii grupy, nonkonformista wyżej ceni sobie poczucie niezależności, decydowania o sobie i wrażenie bycia ponadprzeciętnym.

Większość osób, które można by określić mianem nonkonformistów, mieści się w ramach przyjętych społecznie norm. Wyrażają one poglądy nieco odmienne od większości, ale jednocześnie takie, które nie

Test

b) biorę to pod uwagę, ale dostosowuję się jedynie, kiedy te oczekiwania są uzasadnione
c) korci mnie, żeby zachować się dokładnie odwrotnie, a czasem nawet tak robię

9. Staram się żyć w zgodzie z ludźmi:
a) z większością, jednak nie chcę rezygnować z moich zasad
b) tylko z najbliższymi, ale nie za wszelką cenę
c) zależy mi na zgodzie z prawie wszystkimi, nawet na ich zasadach

10. Gdy nie zgadzam się z większością...
a) mówię o tym otwarcie
b) przede wszystkim staram się dokładnie zrozumieć ich punkt widzenia, słucham, zamiast mówić; bardzo możliwe, że to ja jestem w błędzie
c) staram się znaleźć kompromis, szczególnie jeśli sprawa jest ważna

Interpretacja wyników

10–16 pkt: Możesz mieć tendencję do poddawania się naciskom i oczekiwaniom otoczenia. Często obawiasz się formułować własne zdanie i nie doceniasz swoich kompetencji, obawiasz się, że brakuje Ci siły przebicia. Bardzo zależy Ci na sympatii innych i na dobrej atmosferze w grupie. To faktycznie bardzo ważne, warto jednak czasem pomyśleć także o sobie, swoim samopoczuciu, pragnieniach i ambicjach. Popracuj nad swoją samooceną, bo może być ona zbyt niska. Doceń siebie. Twoje zdanie także może wzbogacić wiedzę grupy lub pomóc w znalezieniu rozwiązania, nawet jeśli zdaje Ci się, że jest inaczej.

Tabela wyników

Odpowiedź	Numer pytania										Suma
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
A	1	3	2	2	1	1	2	1	2	3	
B	3	2	3	1	2	2	3	2	3	1	
C	2	1	1	3	3	3	1	3	1	2	

17–23 pkt: Potrafisz odnaleźć się w wielu sytuacjach i postąpić dyplomatycznie – jeśli uznasz, że gra jest warta świeczki, asertywnie komunikujesz swoje opinie, nawet jeśli spodziewasz się, że nie będą zbyt popularne. Starasz się znaleźć konstruktywny kompromis i jednocześnie nie narażać się na zbyt silną krytykę. Jeśli sprawa jest mało ważna, potrafisz odpuścić i nie wchodzisz w spór. Upewnij się wówczas, czy faktycznie odpuszczać należy, bo może to jednak kwestia ważniejsza, niż Ci się początkowo zdawało.

24–30 pkt: Słowo *kompromis,* delikatnie mówiąc, nie budzi w Tobie pozytywnych skojarzeń, podobnie jak *konformizm*. Zwykle masz jasno sprecyzowane poglądy i własne zdanie na każdy temat. Często uważasz, że racja leży po Twojej stronie i nawet jeśli potrafisz uszanować i zrozumieć rację drugiej strony, to w obronie swoich przekonań możesz wdać się nawet w długi i burzliwy spór. Twoja zdecydowana postawa może przynosić Ci szacunek otoczenia, ale także być przyczyną konfliktów. Im bliżej wyniku 30 pkt, tym większe masz przekonanie o swojej nieomylności i bezkompromisowości, tym mniej zależy Ci na opinii otoczenia, ponieważ wyżej cenisz własną. Pamiętaj jednak, że nie zawsze musisz mieć rację i warto wysłuchać argumentów drugiej strony.

narażą ich na całkowite odrzucenie. W gruncie rzeczy jest to postawa konstruktywnego kompromisu – jednostka pozwala sobie na głoszenie swoich przekonań, pozostając jednocześnie w dobrych relacjach z innymi. Osoby bezkompromisowe stanowią mniejszość i mogą być przez otoczenie postrzegane jako „dziwacy". Nonkonformizm sprzyja jednak działaniom twórczym. Osoba, która unika wytartych szlaków (także myślowych), ma większe szanse na opracowanie nowatorskiego, wartościowego rozwiązania czy pomysłu.

Bycie nonkonformistą jest łatwiejsze w sferze gustów niż opinii. Porzekadło głosi, że o gustach się nie dyskutuje i ludzie są skłonni wybaczać innym różnice w upodobaniach. Z tego powodu zdradzenie się z oryginalnym gustem jest postrzegane jako bezpieczniejsze niż zdradzenie się z odmienną opinią. Ludzie są bowiem często przekonani, że przy różnych opiniach jest tylko jedna właściwa i zgodna z prawdą. Zdradzenie się z opinią odmienną od zdania większości naraża człowieka na uznanie go za głupca, odszczepieńca, kiepskiego fachowca. Wszędzie tam, gdzie zdaje się, że tylko jedna osoba (czy grupa) może mieć rację, sprzeciwienie się większości może wymagać dużej pewności siebie, odwagi i umiejętności radzenia sobie z krytyką czy popsutą atmosferą. Z tego powodu wielu z nas czasem odpuszcza sobie, uznając, że gra niewarta jest świeczki i że koszty wyrażenia odmiennej opinii przeważą nad korzyściami. Czasem tak jest.

Konformizm w szkole

Uczniowie w szkole uczą się nie tylko przez świadome przyswajanie wiedzy, ale także przez modelowanie (szczególnie dzieci) – przyglądają się nauczycielowi i mogą przejmować od niego pewne postawy czy zachowania. Nauczyciel prezentujący konformistyczną postawę może zaszczepić ją także uczniom. Tymczasem od lat zwraca się uwagę na to, że konformizm hamuje rozwój twórczości i zdolności samodzielnego, logicznego myślenia, analizy faktów – czyli tego, czego powinna uczyć szkoła i co jest bardzo ważne w dorosłym życiu.

Konformistyczni uczniowie pozornie są dla nauczyciela ułatwieniem w pracy. Klasa taka może być mało zainteresowana tematem lekcji, ale przynajmniej siedzi spokojnie i nie zadaje podchwytliwych pytań. Naprawdę jednak nie ma się z czego cieszyć. Konformizm oznacza niesamodzielność myślenia, uległość, która może stać na drodze do samorealizacji i szczęścia, podatność na manipulację, a w skrajnych przypadkach także akceptację lub bierność wobec negatywnych zjawisk społecznych czy krzywdy innych.

Wiele szkół, nie tylko w Polsce, uczy dzieci i młodzież konformizmu. Częściowo jest to efektem starań o ich prawidłowe przystosowanie do życia społecznego, czyli wspomnianą wcześniej skłonność do kompromisu i unikania konfliktów, co samo w sobie jest celem słusznym. Problem leży jednak w tym, jak to się odbywa. Czasem wydaje się nam, że najlepiej jest uczniom narzucić zasady, a później je egzekwować, niezależnie od sytuacji. Okazuje się, że jest to zgoła błędne podejście. Owszem, może nam się zdawać, że szybko poradziliśmy sobie z problemem – powiedzieliśmy i już, załatwione; dyskusja ciągnęłaby się godzinami. W życiu jednak zdarzają się przeróżne sytuacje, do których trzeba się dopasować, znaleźć odpowiednie, elastyczne rozwiązanie. Narzucanie uczniom reguł spowoduje, że będą się później kierować sztywnymi zasadami, niezdolni do adekwatnej reakcji na nowy, skomplikowany problem.

> „Konformizm oznacza niesamodzielność myślenia, uległość, która może stać na drodze do samorealizacji i szczęścia, podatność na manipulację, a w skrajnych przypadkach także akceptację lub bierność wobec negatywnych zjawisk społecznych czy krzywdy innych.

Narzucanie uczniom zasad skutkuje stereotypowością ich zachowań, natomiast sztywne przekazywanie wiedzy – schematycznym myśleniem i mechanicznym zapamiętywaniem faktów, a nie ich rozumieniem. W tym zakresie nauczyciele ponoszą tylko częściową odpowiedzialność. W warunkach polskiej szkoły i jej przeładowanych programów schematyczne prowadzenie lekcji czasem po prostu pozwala nadążyć z programem. Nie ma dziś czasu na dyskusje z uczniami, przedstawianie jakiegoś zagadnienia z różnych punktów widzenia czy osadzanie go w szerszym kontekście. Nauczyciel musi często pędzić z materiałem i zadowolić się (i uczniów) jedynie prezentacją w pośpiechu podyktowanych do zeszytu faktów lub utartych opinii, np. na temat analizy wiersza.

Mimo tych trudności jest bardziej niż wskazane, aby czasem znaleźć możliwość poprowadzenia lekcji w sposób nieszablonowy, dający pole do popisu dla kreatywności i samodzielności uczniów; czasem może dać im to znacznie więcej niż kolejna porcja faktów. Dziecko, któremu nikt nie pokazał, że na świat można patrzeć z różnych punktów widzenia, raczej samo nie odkryje tej możliwości. A stąd już prosta droga do konformistycznej postawy – zwyczajnie nie przyjdzie mu do głowy, że można postępować inaczej.

Wykorzystywanie siły swego autorytetu oraz dziecięcej tendencji do konformizmu może być niemałą pokusą. Jest też szczególnie łatwe wobec najmłodszych dzieci, które poważnie traktują wszystko, co wiąże się ze szkołą, a na nauczyciela mogą patrzeć z bezkrytycznym uwielbieniem. Nie dopuszczają myśli o zakwestionowaniu jego słów, tym bardziej że rodzice także nakazują im posłuszeństwo wobec wychowawcy. Choć w toku dojrzewania do dorosłości człowiek powinien „wyrosnąć" z tej postawy i osiągnąć autonomię, niekiedy jest ona tak mocno zakorzeniona, że konformizm towarzyszy mu także w życiu dorosłym.

Konformistyczną klasę łatwiej utrzymać w ryzach, będzie jednak też bardziej podatna na wpływ osób prezentujących negatywne wzorce zachowań, np. kolegów sprawiających kłopoty wychowawcze. Z kolei niezależny uczeń może sprawiać nam kłopoty (prowokować, stawiać trudne pytania, wciągać nas w dyskusję). Warto jednak

pamiętać, że wspierając w uczniach niezależną, samodzielną postawę, wyświadczamy im bezcenną przysługę, pomagając im na wielu płaszczyznach – twórczego rozwoju, wiary w siebie, logicznego myślenia, samodzielności. My sami także rozwijamy się w kontakcie z nimi.

„Nie" dla konformizmu

Kiedy już dojdziemy do wniosku, że konformizm jest postawą niepożądaną – zarówno z jednostkowego, jak i ze społecznego punktu widzenia – pojawia się pytanie: co w takim razie robić? Nie każdy z nas wie, jak zmienić swoje postępowanie i uniknąć wtłaczania uczniów w ramy narzuconych zasad i schematów. Zdarza się, że popadamy w rutynę. Warto zauważyć też, że według badań nauczyciele szczególnie konformistycznych postaw oczekują od dziewczynek, chłopcom pozostawiając więcej swobody. Ten podwójny standard wynika ze stereotypu kobiety jako osoby bardziej uległej i jest w istocie działaniem na szkodę dziewcząt.

Pierwszym etapem powinno być odpowiedzenie sobie na pytania: czy zachowuję się konformistycznie (czasem, często)? Czy nagradzam konformistyczne postawy? Czy ich oczekuję? Nie jest przyjemnie odpowiedzieć sobie na te pytania twierdząco, ale jeśli chcemy coś zmienić i udoskonalić, musimy zdawać sobie sprawę z sytuacji wyjściowej. W pozbywaniu się konformistycznych nawyków bardzo pomocne jest obserwowanie i analizowanie swoich zachowań i uczuć. Jeśli trwa rada pedagogiczna i chcemy zadać pytanie, ale oglądamy się na innych, pomyślmy sobie: czy moje zachowanie jest uzasadnione, czy może to zwykły konformizm? Jeśli uczeń chce o coś zapytać lub ma wątpliwości, a my próbujemy zbyć go jakimś frazesem, przypomnijmy sobie zdanie: „Słowacki wielkim poetą był" i zastanówmy się, czy nie zmierzamy w stronę zachowań nauczyciela ze słynnej książki *Ferdydurke*.

Bardzo pomocna jest zatem samoświadomość – dzięki niej możemy sobie powiedzieć *stop* w odpowiednim momencie. Do pełnego sukcesu potrzeba nam jednak wiedzy o tym, jakie zachowania i na jakie inne je zmienić. Jeśli mam poprawić swoje metody wychowawcze czy dydaktyczne, to na jakie.

Podstawową zasadą jest umożliwienie uczniom swobodnego formułowania własnych opinii, także tych, które my lub podręcznik uważamy za nietrafne, oraz podejmowanie z nimi dialogu (zamiast dominującego w szkole przekazu jednostronnego). Powinno to dotyczyć zarówno sfery zasad, jak i samego procesu nauczania. Jeśli w szkole czy klasie wprowadza się jakąś zasadę, należy umożliwić uczniom jej zrozumienie. Jeśli np. chcemy, aby starsi opiekowali się pierwszoklasistami, mniej czasu zajmie nam narzucenie im tego („Ty i ty od jutra opiekujecie się tym i tym, ma to polegać na tym i na tym – nie ma dyskusji"), ale dużo lepszy skutek odniesiemy, jeśli podejmiemy próbę wyjaśnienia starszym, że pierwszaki mogą być zagubione w szkolnej rzeczywistości, że starszy kolega (koleżanka) może im bardzo pomóc, dać poczucie bezpieczeństwa i czegoś ich nauczyć. Jeśli człowiek zrozumie, dlaczego coś jest potrzebne, będzie znacznie chętniej podejmował działania w tym kierunku, niż kiedy usłyszy: „Bo ja mówię, że tak ma być". Jest jeszcze druga strona medalu. Jeśli nie wyjaśnimy uczniom zasad, mogą oni przestrzegać ich jedynie na pokaz, ale – ponieważ nie będą w nie wierzyć – kiedy nikt nie będzie patrzył, będą zachowywać się zupełnie inaczej, często w sposób niepożądany.

Pytania uczniów

Wróćmy do uczniowskich pytań. Zdarza się, że nauczyciel je lekceważy, ale bywa też tak, że z „głupiego" pytania śmieje się klasa. Jeśli to zignorujemy lub, jeszcze gorzej, przyłączymy się do żartów, prawdopodobnie nie tylko dany uczeń straci zapał do zadawania pytań, ale także odbije się to na innych (teraz się śmieją, ale później nie będą chcieli sami stać się obiektem rozbawienia kolegów i koleżanek). Jeśli pytanie było zadane w dobrej wierze, to nawet gdy my sami uważamy je za głupie, lepiej powiedzieć, że nie ma głupich pytań, i potraktować ucznia poważnie – w ten sposób wyślemy pozytywny przekaz całej klasie, motywujący do zadawania pytań. Jest to o tyle istotne, że stawianie pytań świadczy o wątpliwościach, a wątpliwości – o myśleniu.

Jeśli chcemy, aby uczniowie i uczennice brali czynny udział w lekcji, powinniśmy stworzyć sprzyjającą atmosferę opartą na wzajemnej akceptacji i zrozumieniu. Wymaga to traktowania wychowanków z szacunkiem i otwartością, traktowania ich jako podmiot, a także słuchania ich. Uczeń, który dostrzega autentyczne zainteresowanie nauczyciela, sam może stać się bardziej zaangażowany. Wspieraniu nonkonformistycznej postawy sprzyja także podkreślanie wyjątkowych zalet uczniów. Wystarczą rzucone czasem uwagi („Marysiu, znalazłaś wyjątkowo oryginalne rozwiązanie", „Maćku, masz bardzo interesujące hobby"). Dobrym pomysłem jest umożliwienie uczniom zaprezentowania ich unikatowych talentów i uzdolnień – ale, to ważne: wszystkim uczniom. Naszym zadaniem jest znaleźć w każdym coś wyjątkowego.

Zasady, zasady

Jeśli chcemy ustanowić jakieś zasady, pamiętajmy, że ludzie najchętniej przestrzegają tych reguł, do których ustanowienia się przyczynili. Oczywiście w szkolnych warunkach nie da się ustanowić demokracji – w końcu ostatecznie odpowiedzialność i tak ponosi nauczyciel; można jednak spytać uczniów o zdanie, przedyskutować pewne kwestie i choćby w minimalnym stopniu uwzględnić ich uwagi. Wzbudzenie w dziecku przekonania, że coś od niego zależy i że jego zdanie ma znaczenie, wzmacnia jego samoocenę, tendencję do formułowania i wyrażania własnej opinii oraz, w efekcie, jego autonomię.

Warto dać też uczniom czasem możliwość podejmowania działań, których celem nie jest ocena, choćby udziału w dyskusji bez ocen. Lęk przed oceną bowiem wyzwala mechanizmy obronne kierujące ucznia w stronę konwencjonalnych, konformistycznych zachowań.

Jeśli chcemy coś zmienić, ale nie czujemy się pewnie w swoich kompetencjach, warto poszerzyć wiedzę, może skonsultować się ze szkolnym psychologiem lub zaproponować dyrekcji zorganizowanie szkolenia. Wsparcie autonomicznych, nonkonformistycznych postaw wymaga od nas starań i uwagi, czasem też zdobywania nowych umiejętności czy wiedzy, ale z pewnością jest warte zachodu – bardzo pomożemy w ten sposób uczniom, sami podniesiemy swoje kompetencje i dołożymy cegiełkę do budowy świadomego, wartościowego społeczeństwa.

Magdalena Goetz
pedagożka, trenerka, koordynatorka Grupy Edukatorów, psycholożka, doktorantka Uniwersytetu Gdańskiego. Zajmuje się psychologią pracy, społeczną i wychowawczą

Współpraca czy rywalizacja, czyli czego potrzebuje uczeń

Wielu nauczycieli nadal uznaje rywalizację za jedyny skuteczny sposób motywowania uczniów do nauki. Dzieje się tak dlatego, że wartość ich pracy mierzona jest za pomocą wyników, jakie ci otrzymują na koniec semestru lub roku szkolnego oraz na egzaminach. Do walki o najlepsze wyniki chętnie włączają się sami uczniowie oraz ich rodzice.

Anna **K. KIEŁCZEWSKA**

Parlament Europejski i Rada Unii Europejskiej, które pragną wspierać rozwój wszystkich obywateli Unii Europejskiej, wyrównać ich szanse oraz wspomóc ich w osiąganiu sukcesów w życiu prywatnym i zawodowym, zalecają państwom członkowskim UE rozwijanie oferty kompetencji kluczowych dla wszystkich w ramach ich strategii uczenia się przez całe życie (ang. *life long learning*).

W zaleceniu z 2006 roku[1] kompetencje kluczowe są definiowane jako połączenie wiedzy, umiejętności i postaw odpowiednich do sytuacji. Na liście kompetencji kluczowych w polskiej oświacie znalazło się **efektywne współdziałanie w zespole**. Uczniowie mogą zdobyć tę umiejętność, pracując w małych grupach, w których pełnią różne role (np. partnera, przełożonego, podwładnego). Podczas wykonywania zadań poznają zasady wspólnego działania, współpracy oraz współodpowiedzialności za przebieg i efekty pracy całej grupy. Jest to jedna z najważniejszych i najbardziej pożądanych na rynku pracy kompetencji.

Tyle teorii. A jaka jest rzeczywistość? Czy we wszystkich szkołach kładzie się nacisk na rozwijanie umiejętności współpracy i współdziałania? Czy polski absolwent pasuje do profilu pracownika poszukiwanego na rynku pracy? Przyjrzyjmy się temu zagadnieniu.

Jak napędzamy rywalizację?

Nauczanie w polskich szkołach powinno być realizowane z zastosowaniem metod aktywizujących uczniów, a więc takich, które umożliwiają im rozwijanie różnorodnych umiejętności, w tym także umiejętności współpracy. Nauczyciele stosują je coraz chętniej i coraz szerzej, a mimo to wielu z nich nadal uznaje rywalizację za jedyny skuteczny sposób motywowania uczniów do nauki. Dzieje się tak dlatego, że wartość ich pracy mierzona jest za pomocą wyników, jakie ci otrzymują na koniec semestru lub roku szkolnego oraz na egzaminach. Do walki o najlepsze wyniki chętnie włączają się sami uczniowie oraz ich rodzice. Jak można napędzać rywalizację? Oto kilka sprawdzonych sposobów.

Sposób pierwszy: wyścig umiejętności

W każdej szkole istnieje system oceniania postępów uczniów. Nauczyciele wykorzystują go do projektowania i wdrażania przedmiotowych systemów oceniania. Podopieczni są informowani, za co i w jaki sposób będą oceniani. Jeśli nauczyciel wyznaje zasadę, że tylko najlepsi mogą dostać bardzo dobre oceny, celem edukacji staje się zdobycie jak największej liczby punktów podczas wykonywania zadań (w tym także na klasówkach). Aby być najlepszym, trzeba jednak pokonać konkurentów. I tu zaczyna się wyścig umiejętności, w którym inni członkowie klasy stają się przeszkodą na drodze do osiągnięcia sukcesu. Walka przyjmuje różne formy: od zwykłego ścigania się podczas wykonywania zadań, poprzez próby udowadniania, że konkurenci są głupsi, aż do sabotowania ich wysiłków (np. przetrzymywanie lub wykradanie lektur ze szkolnej biblioteki, wyrywanie z książek najważniejszych stron, aby utrudnić innym zrozumienie tekstu; ta praktyka jest rozpowszechniona w szkołach średnich i na studiach)[2].

Największym przeciwnikiem w tej walce jest nauczyciel, który ustala regu-

1 *Zalecenie Parlamentu Europejskiego i Rady Unii Europejskiej z 18 grudnia 2006 r. w sprawie kompetencji kluczowych w procesie uczenia się przez całe życie* (2006/962/WE).
2 M.V. Covington, *Motywacja do nauki*, GWP, Gdańsk 2004, s. 26.

Fot. Fotolia

ły, według których grają uczniowie, a jego relacja z klasą jest oparta na władzy. To on decyduje, kto jest dobry, a kto nie. On dzieli uczniów na lepszych i gorszych (np. przydzielając im do wykonania zadania na wybranym przez siebie poziomie: Janek dostaje zadania na piątkę, a Tomek tylko na dopuszczający, bo z innym i tak sobie nie poradzi). Taka postawa nauczyciela wpływa niekorzystnie na poczucie własnej wartości podopiecznych, które zaczyna zależeć od jego oceny oraz od tego, jak uczniowie wypadają w porównaniu z innymi członkami klasy[3].

Najważniejsze cechy szkolnego wyścigu umiejętności:

- Miarą sukcesu są dobre oceny i wyniki wyższe od wyników innych członków klasy.
- Dużą wagę przykłada się do wąskiego zakresu zdolności i umiejętności, a nie do wysiłku wkładanego w proces uczenia się.
- Źródłem dumy staje się bycie lepszym od innych.
- Inni uczniowie są przeciwnikami, przeszkodą na drodze do sukcesu.
- Nauczyciel jest sędzią.
- Błędy i pomyłki są traktowane jako oznaka głupoty[4].

Sposób drugi: niewłaściwe ocenianie

Chociaż istnieją placówki bez ocen, większość polskich szkół stosuje system oceniania w postaci stopni (punktów). Oceny powinny być obiektywne i stanowić informację o postępach podopiecznych, stopniu opanowania przez nich umiejętności. Ale często stopnie stają się narzędziem oceny samych uczniów: ten jest dobry – piątka, ten jest słaby – więc najwyżej trójka. Wkład pracy i poczynione postępy są nieistotne. Nauczyciel wie już na początku semestru, jakie noty końcowe uzyskają jego podopieczni. Czasami oceny są uzależnione od sympatii, jaką nauczyciel darzy różnych uczniów: tego lubię, więc spytam go, kiedy sam się zgłosi (bo na pewno będzie dobrze przygotowany) – znów piątka, tamtego nie lubię, więc spytam go z najtrudniejszego materiału, którego na pewno nie opanował – jedynka.

Oceniani są pojedynczy uczniowie i to nie za indywidualne postępy, ale raczej za to, jak wypadli na tle klasy. Takie stronnicze traktowanie uczniów i manipulowanie ocenami prowadzi do powstania animozji w klasie. Dzieci zaczynają postrzegać siebie nawzajem jako przeciwników, a nawet wrogów. Jeśli zależy im na dobrych ocenach (lub muszą je poprawić, bo tego oczekują rodzice), podejmują rywalizację z tymi uczniami oraz z samym nauczycielem.

Sposób trzeci: źle pojęta samodzielność

Samodzielność jest ważną potrzebą rozwojową dziecka. Wzmacnia jego poczucie własnej wartości i sprawstwa, uczy zaradności, a także dodaje mu odwagi w podejmowaniu decyzji i pokonywaniu trudności. Jest więc jak najbardziej pożądana. W szkole oczekuje się od uczniów samodzielności podczas wykonywania zadań, co w praktyce przekłada się często na pracę indywidualną, której uwieńczeniem jest ocena za wykonanie zadania. W pracy samodzielnej nie ma miejsca na wymianę poglądów, uczenie się od siebie nawzajem czy otrzymywanie wsparcia, nie ma więc także mowy o współpracy. I nie ma w tym nic złego, jeśli ta forma pracy jest tylko jedną z wielu stosowanych w szkole. Tymczasem wielu nauczycieli wciąż przydziela uczniom prawie wyłącznie zadania indywidualne. Pozwala im to zaoszczędzić czas potrzebny na ich przygotowanie i sprawdzenie (to samo zadanie i te same kryteria oceniania dla wszystkich).

Jak wpływa to na podopiecznych? Jednostki zdolniejsze radzą sobie z zadaniami, ale te mniej zdolne, mające braki w wiedzy i umiejętnościach albo zaległości, skazane są na niepowodzenie, chyba że znajdą sposób na zaliczenie zadania, np. oszukując. I nawet jeśli nie dostaną dobrego stopnia, a tylko lepszy niż ktoś inny, odczuwają satysfakcję. Bo jeśli nie można być najlepszym, to trzeba chociaż spróbować nie być najgorszym.

Sposób czwarty: rankingi

Rankingi szkół istnieją od zawsze. Są placówki renomowane, a więc takie, do których trafiają dzieci i młodzież z najlepszymi wynikami w nauce, nastawione na sukces, hodujące olimpijczyków i przyszłych studentów najlepszych uczelni. Uczniowie takich szkół są „lepsi" od całej reszty. Ich celem jest otrzymanie ocen celujących i bardzo dobrych, najle-

3 Tamże, s. 26.
4 Tamże, s. 27.

piej ze wszystkich przedmiotów. Znajdziemy wśród nich dzieci wybitnie uzdolnione, ale także wiele takich, które naukę traktują zadaniowo – jako inwestycję: „Jak skończę dobrą szkołę, to dostanę się na elitarne studia, a później zrobię karierę i zarobię dużo pieniędzy. Będę wieść dostatnie życie i nie dotknie mnie bezrobocie". Dla nauczycieli praca z nimi jest stosunkowo łatwa, wykonują bowiem wszystkie zadania bez narzekania, choć niekoniecznie samodzielnie. I – co najważniejsze – odnoszą sukcesy na egzaminach. A im wyższe osiągają wyniki, tym więcej chętnych zgłosi się do szkoły podczas kolejnego naboru do klas pierwszych. Uczniowie mają zapewnione solidne wykształcenie, nauczyciele – etaty, a rodzice uczniów – święty spokój.

Co roku rankingi szkół podają: ta szkoła ma najwięcej absolwentów z ocenami bardzo dobrymi, tamta najlepiej przygotowuje do egzaminów końcowych (najwyższa zdawalność), uczniowie innej z kolei najszybciej znajdują pracę. Aby się do nich dostać, trzeba spełnić określone kryteria, najczęściej mieć udokumentowane osiągnięcia w jakiejś dziedzinie, np. w postaci wysokich wyników, potwierdzonego udziału w wolontariacie i innych formach aktywności. Dzieci biegają więc na korepetycje, kursy i inne zajęcia, aby zdobyć potrzebne punkty. Ponieważ jednak ilość miejsc w najlepszych szkołach jest ograniczona, podejmują rywalizację z rówieśnikami.

A na co dzień tworzone są w szkołach i klasach rankingi ocen: dla uczniów, ich rodziców i do szkolnych sprawozdań. Powstają listy najlepszych uczniów, klas i… nauczycieli, których jakość pracy mierzona jest właśnie wynikami osiąganymi przez ich podopiecznych. Dobry nauczyciel to ktoś, kto potrafi zmotywować klasę do nauki, czyli do osiągania dobrych wyników. Dobra szkoła to placówka, której absolwenci mają wysoką zdawalność na egzaminach. A dobry uczeń to ktoś, kto stosuje się do reguł gry określonych przez nauczyciela lub szkołę i ściga się, żeby być najlepszym, niekiedy za wszelką cenę.

Sposób piąty: ambitni rodzice

Rodzice, pragnąc zapewnić dzieciom jak najlepszą przyszłość, traktują edukację jak inwestycję. Posyłają dzieci na korepetycje, kursy, warsztaty, obozy naukowe, zmuszają do wielogodzinnej nauki w domu i wymagają dobrych stopni w szkole. Ciągle podnoszą im poprzeczkę, bo konkurencja nie śpi. Motywują je do wyścigu szczurów, stosując różne metody: od zastraszania („Masz się uczyć, bo jak nie, to…") do przekupstwa („Jak dostaniesz się do szkoły X, kupimy ci…"). Uczniowie nastawieni na rywalizację nie słyszą od rodziców: „Chcemy, żebyś był szczęśliwy, zdobył wymarzony zawód i zrealizował marzenia". Zamiast tego słyszą: „Musisz być lepszy od innych, bo inaczej nie poradzisz sobie w życiu". Rezygnują więc z własnych marzeń zajęci spełnianiem oczekiwań rodziców.

Rodzice trenują dzieci w rywalizacji, porównując je do innych osób: dzieci sąsiadów, kuzynów, kolegów z podwórka czy klasy, wreszcie do samych siebie („Kiedy byłem w twoim wieku…"). Dzieci nie słyszą już: „Kochamy cię takim, jaki jesteś. Akceptujemy cię bezwarunkowo". Słyszą za to: „Zobacz, syn Kowalskich ma najlepsze świadectwo w klasie". Albo: „Piotrek jest lepszy od ciebie z matematyki. Nie wstyd ci?". Uderzają tym samym w ich poczucie własnej wartości, które zaczyna zależeć od osiąganych wyników.

Negatywne skutki rywalizacji

Rywalizacja szkodzi wszystkim członkom społeczności, w której się pojawia, także tym, którzy są jedynie jej obserwatorami. Dla uczestników gry jest szczególnie niekorzystna, ponieważ:

- prowadzi do wykształcenia negatywnych postaw interpersonalnych – rywalizując, stajemy się nieufni, podejrzliwi, a nawet wrogo nastawieni do konkurentów, otoczenie zaś postrzega nas jako osoby niesympatyczne i ogólnie mniej atrakcyjne;
- sprzyja pojawieniu się agresji – podział na „ja" i „oni" lub „my" i „oni" nastawia uczniów wrogo, a walka o wyniki wyzwala agresywne zachowania;
- zmniejsza efektywność pracy – utrudnia uczenie się i zmniejsza kreatywność, opóźnia rozwój intelektualny i hamuje postępy;
- obniża poczucie własnej wartości – skoro są wygrani (lepsi), to muszą być i przegrani (gorsi); wartość ucznia jest wprost proporcjonalna do jego wyników;
- niszczy motywację wewnętrzną – podopieczni przestają się uczyć dla siebie, z ciekawości, dla przyjemności; zawsze wygrywa jedna osoba bądź niewielka grupa; szczególnie motywacja uczniów słabszych spada drastycznie, bo nie wierzą w możliwość odniesienia sukcesu;
- jest szkodliwa dla zdrowia – wpływa negatywnie na samopoczucie psychiczne, wywołuje silny stres i lęk przed porażką, może prowadzić do depresji, zaburzeń neurotycznych i wrogości, a to negatywnie wpływa na pracę układu krążenia; osoby nastawione na rywalizację częściej skarżą się na problemy ze zdrowiem, mają zawały serca i częściej chorują na nadciśnienie.

Fot. Fotolia

Dlaczego warto uczyć współpracy?

Absolwent na rynku pracy

Nakreślony powyżej obraz polskiej szkoły nie jest optymistyczny. Wielu absolwentów opuszcza szkołę w przekonaniu, że umieją i potrafią wystarczająco dużo, aby zdobyć wymarzoną pracę i odnieść sukces zawodowy. Wytrenowani w upartym dążeniu do celu, nawet kosztem innych, żywią przekonanie, że muszą być lepsi od innych osób. Gdy podejmują pracę, są rozczarowani: indywidualizm

nie jest mile widziany, a szef nie rozdaje codziennie nagród. Za to trzeba ciężko pracować, wykonywać zadania wspólnie z innymi pracownikami i uczestniczyć w integracji zespołu.

Pracodawcy oczekują, że kandydat na pracownika będzie posiadał umiejętności społeczne, potrafił skutecznie się komunikować i współpracować, a także będzie z oddaniem pracował na sukces całego zespołu. Oto fragmenty ofert pracy na różne stanowiska[5]:

RESOLUTIO Doradztwo Personalne
ASYSTENT/ASYSTENTKA BIURA
WARSZAWA

Zakres zadań:
- Czuwanie nad obiegiem poczty tradycyjnej i ***współpraca*** z firmami kurierskimi
- ***Wspieranie pracy Zespołu*** poprzez bieżącą realizację zadań asystenckich

Nasze oczekiwania:
- ***Wysoko rozwinięte umiejętności komunikacyjne i interpersonalne***
- Poczucie humoru, pozytywne nastawienie do życia i ludzi

Obecnie poszukujemy pracowników do marketu OBI w Krakowie na stanowisko:
Kierownik Działu Sprzedaży

Zakres obowiązków:
- zapewnianie wysokiego poziomu obsługi klienta w dziale
- ***nadzorowanie, kierowanie i motywowanie swojego zespołu***
- ***współpraca*** z kierownikami pozostałych działów oraz dyrekcją marketu

Profil idealnego kandydata:
- ***umiejętność zarządzania personelem***
- uprzejmość i ***zorientowanie na klienta***

Grafton Recruitment
Manager zespołu księgowego
Miejsce pracy: Bielsko-Biała

Zakres obowiązków:
- ***nadzór merytoryczny nad zespołem*** księgowym…
- bezpośrednia ***współpraca z*** niemieckojęzycznym ***klientem***…

Wymagania:
- ***umiejętność zarządzania zespołem i efektywnego przekazywania wiedzy***

LG Electronics
Brygadzista Produkcji
(Fabryka Telewizorów)
Miejsce pracy: Biskupice Podgórne

Obowiązki:
- ***Koordynacja pracy podległego zespołu***
- ***Współpraca*** z Mistrzem

Wymagania:
- ***Wysoka umiejętność pracy w zespole***

Firma FUJI SEAL POLAND SP. Z O.O.
Pracownik Logistyki
Miejsce pracy: Kutno

Wymagania:
- ***Umiejętność pracy w zespole***
- ***Komunikatywność***

Zostań:
Konsultantem telefonicznym w prestiżowym Call Center
Miejsce pracy: Warszawa-Ursynów

Wymagania:
- ***Zdolności komunikacyjne***
- ***Umiejętność przekonywania do własnego zdania***

Jak widać, praca w zespole, budowanie dobrych relacji i umiejętności komunikacyjne są wymieniane najczęściej. Nabywamy je, ucząc się współpracy.

Korzyści płynące ze współpracy

Współpraca to umiejętność pracy w grupie na rzecz wspólnych celów, zespołowego wykonywania zadań oraz rozwiązywania problemów. Zaliczamy ją do kompetencji emocjonalnych i społecznych warunkujących jakość relacji z innymi ludźmi. Tam, gdzie ludzie współpracują, nie ma miejsca na rywalizację.

Zalety współpracy:
- pomaga zaspokajać potrzeby jednostki, takie jak: potrzeba bezpieczeństwa, przynależności, akceptacji, afiliacji, uznania i wsparcia;
- uczy prawidłowych zachowań społecznych – podopieczni doskonalą umiejętności interpersonalne (skuteczniej się komunikują), lepiej rozumieją innych, pogłębiają więzi społeczne, ćwiczą umiejętności dyskusji, negocjacji, kompromisu itp., przestrzegają norm, szanują poglądy innych;
- promuje takie wartości, jak: uczciwość, lojalność, pracowitość, konsekwencja;
- umożliwia pełniejsze wykorzystanie potencjału jednostki i wzmacnia jej poczucie własnej wartości – każdy członek grupy może coś wnieść, przyczyniając się tym samym do sukcesu zespołu;
- uczy odpowiedzialności za swoje słowa i czyny oraz współodpowiedzialności za pracę grupy;
- pozwala sprawdzić się w różnych rolach społecznych – uczniowie mogą spojrzeć na zadanie (problem, opinie kolegów) z innej perspektywy, przećwiczyć różne umiejętności, odkryć swoje mocne strony;
- pobudza kreatywność – praca zespołowa generuje więcej pomysłów, zwiększa elastyczność myślenia i twórcze podejście do rozwiązywania problemów; w grupie podopieczni mają więcej odwagi, chętniej próbują, więcej eksperymentują;
- wzmacnia wewnętrzną motywację do nauki – celem aktywności przestaje być zdobycie oceny (która teraz rozkłada się na wszystkich członków grupy); zastępują je ciekawość, poszukiwanie, różne sposoby dochodzenia do rozwiązań;
- blokuje rywalizację – członkowie grupy stają się sojusznikami, bo mają wspólne cele i razem wykonują zadania;
- przeciwdziała występowaniu gier i zachowań agresywnych – wspólnota interesów sprawia, że ustaje potrzeba oszukiwania, manipulowania, umniejszania wartości konkurentów (tych zresztą już nie ma);
- każdy może otrzymać wsparcie – w grupie rozwija się koleżeńskość, empatia, chęć pomocy: uczniowie lepsi, bardziej ambitni dzielą się swoją wiedzą i umiejętnościami ze słabszymi kolegami (stają się ekspertami), ci zaś mogą uzupełnić braki, lepiej roz-

5 Oferty pochodzą z: www.gazetapraca.pl oraz www.pracuj.pl.

wijać umiejętności kluczowe, a tym samym zwiększają swoje szanse na powodzenie.

Jak zatem uczyć podopiecznych współdziałania i przekształcać rywalizację we współpracę, aby odnieśli sukces w szkole i w życiu zawodowym?

Sposób pierwszy: uczenie umiejętności społecznych

Współpraca jest możliwa wtedy, gdy uczniowie potrafią spotkać się w zespole i wspólnie wykonywać zadania. Pomagają w tym umiejętności społeczne, czyli takie kompetencje, które dotyczą naszych relacji z innymi ludźmi. Obejmują umiejętność nawiązywania kontaktu, podtrzymywania pozytywnych relacji, wyrażania siebie, prezentowania swojego zdania oraz zaangażowania w działania wspólnotowe. Usprawniają komunikację, umożliwiają budowanie dobrych relacji w klasie, wzmacniają zaufanie, uczą uważnego słuchania tego, co inni mają do powiedzenia oraz szacunku dla ich pracy. Uświadamiają podopiecznym, że każdy członek klasy jest tak samo ważny i wartościowy.

Dla nauczycieli oznacza to konieczność systematycznego diagnozowania uczniów pod kątem posiadanych umiejętności społecznych, pomaganie im w przezwyciężaniu trudności (np. z integracją) oraz uczenie poprawnych zachowań i korygowanie niepoprawnych. Warto stosować metody pracy ćwiczące umiejętności społeczne nie tylko podczas zajęć dydaktycznych, ale także, a może przede wszystkim, podczas zajęć wychowawczych.

Sposób drugi: gra równych szans

Gra równych szans to stwarzanie wszystkim uczniom takich samych możliwości wykazania się, zapewnienie im równego dostępu do nagród oraz zaprzestanie porównywania ich. Nauczyciel stara się rozbudzać ciekawość podopiecznych, dostrzega i docenia ich dociekliwość, gotowość do rozwiązywania problemów, odkrywania tajemnic, rozwiązywania zagadek. Mniejszą wagę przywiązuje się do schematycznego wykonywania zadań czy abstrakcyjnego myślenia, z którymi wielu uczniów ma trudności. W ten sposób każdy może odnieść sukces i zostać doceniony. To wzmacnia wiarę we własne siły (a więc także poczucie własnej wartości), podnosi poziom motywacji wewnętrznej i umożliwia odkrywanie posiadanego potencjału. Ocena przestaje być główną formą nagradzania. Ważniejsze stają się aprobata, uznanie i pochwała.

Nauczyciel powinien traktować wszystkich uczniów jednakowo, zwracać uwagę na ich możliwości i dostosowywać do nich rodzaj i poziom zadań, aby wszyscy mieli równe szanse (czyli np. zdążyli wykonać zadanie w określonym czasie, mogli w pełni wykorzystać swoje umiejętności), chwalić próby podejmowane przez uczniów słabych, zachęcając ich tym samym do podejmowania kolejnych. Musi unikać emocjonalnego traktowania podopiecznych i swojej pracy oraz nie oceniać osoby, lecz jej wiedzę i umiejętności (np. dziewczyna z mocnym makijażem powinna mieć taką samą szansę na zdobycie dobrego stopnia jak jej nieumalowana koleżanka).

Sposób trzeci: stosowanie metod aktywizujących uczniów

Metody aktywizujące zwiększają czynny udział uczniów w zajęciach dydaktycznych i ograniczają rolę nauczyciela do pomagania im w realizacji celów kształcenia i kontroli postępów. Metody te wymagają najczęściej pracy zespołowej, doskonale więc uczą umiejętności współpracy. Zamiast grać przeciwko innym, uczniowie wykorzystują potencjał grupy do osiągnięcia celu. Poczucie wspólnoty, które rodzi się podczas takiej aktywności, skutecznie zniechęca do rywalizacji. Sukces grupy jest jednocześnie sukcesem każdego z jej członków. Wszyscy wygrywają.

Metody te można stosować na pojedynczych lekcjach (także fragmentach lekcji, np. kilkuminutowa burza mózgów jako wstęp do dyskusji), w cyklu zajęć w obrębie jednego działu (z wykorzystaniem różnych metod pracy na kolejnych lekcjach), podczas realizacji projektów międzyprzedmiotowych, na lekcjach wychowawczych oraz podczas wykonywania różnych aktywności klasowych (np. na wycieczce klasowej).

Sposób czwarty: ocenianie kształtujące

Ocenianie kształtujące to „częste, interaktywne ocenianie postępów ucznia i uzyskanego przez niego zrozumienia materiału, tak by móc określić, jak uczeń ma się dalej uczyć, jak najlepiej go nauczać"[6]. Polega na przekazywaniu uczniom informacji zwrotnych dotyczących ich pracy: co już potrafią, a nad czym jeszcze powinni popracować. Sprzyja procesowi uczenia się przez całe życie. Uczy, jak się uczyć poprzez:

- modyfikację procesu uczenia się i włączanie uczniów w jego kształtowanie;
- przygotowanie uczniów do oceny koleżeńskiej i samooceny;
- zrozumienie przez uczniów tego, jak się uczą;
- pomaganie im w wypracowaniu własnych strategii uczenia się, jak się uczyć[7].

Ocenianie kształtujące pozwala indywidualizować nauczanie, wyrównując tym samym szanse edukacyjne uczniów (znowu gra równych szans), którzy koncentrują się na własnych dokonaniach, a nie na porównywaniu siebie z innymi, jak to ma miejsce w przypadku rywalizacji.

Sposób piąty: promowanie współpracy

Dzieci mają naturalną skłonność do współdziałania, która dopiero pod wpływem presji nauczycieli i rodziców przekształca się w pęd do rywalizacji. Dlatego tak ważna jest postawa nauczycieli, którzy powinni stać się orędownikami współpracy. Ich zadaniem jest pokazywanie podopiecznym jej zalet oraz korzyści, jakie jednostka osiąga dzięki niej w szkole, życiu zawodowym i prywatnym, a także docenianie przejawów współpracy we wszystkich obszarach działalności dzieci. Warto uwzględnić oceny za współpracę w przedmiotowym systemie oceniania i uczynić z nich ważny element oceny końcowej. Nie wolno natomiast nagradzać uczniów za zachowania nieakceptowane.

Nauczyciele powinni sami stosować zasady współpracy i stanowić tym samym wzór dla podopiecznych. Jednocześnie muszą stanowczo występować przeciwko wszelkim przejawom rywalizacji wśród uczniów i wewnątrz własnego zespołu. Nie należy stwarzać sytuacji, w których uczniowie będą zmuszani lub zachęcani do konkurowania ze sobą nawzajem. Należy demaskować tych

6 J. Strzemieczny, *Dlaczego ocenianie kształtujące?*, „Dyrektor Szkoły" 2005, nr 5, s. 15.

uczniów, którzy grają nieczysto lub mają na celu wyłącznie osiąganie korzyści jednostkowych, zaliczają dla oceny, chcą być za wszelką cenę najlepsi. Trzeba również uświadamiać uczniom i ich rodzicom, że to współpraca, a nie rywalizacja znajduje się na liście oczekiwań pracodawców.

Sposób szósty: edukowanie rodziców

Predyspozycje do współpracy lub rywalizacji dzieci wynoszą z domu rodzinnego. Wszyscy rodzice mają określone wyobrażenia dotyczące swoich dzieci i oczekiwania wobec nich. Jest to zjawisko naturalne i korzystne, pod warunkiem że oczekiwania te służą dzieciom. Szkoła powinna podjąć z rodzicami dialog na temat uczenia dzieci współpracy i zapobiegania rywalizacji we wszystkich sferach ich życia. Można organizować dla nich zajęcia warsztatowe, grupy wsparcia, angażować ich w życie szkoły (udział w różnych formach aktywności także uczy umiejętności współpracy).

Uczeniu współpracy sprzyjają:

- bezwarunkowa akceptacja dziecka;
- dawanie mu właściwej dla jego wieku swobody;
- uznanie jego prawa do wyboru i realizacji zainteresowań;
- wspieranie go w jego wyborach.

Refleksja na zakończenie

Człowiek jest istotą społeczną i przebywając w grupie, zaspokaja znacznie więcej swoich potrzeb niż wtedy, gdy działa sam. Uczeń nastawiony na pracę zespołową, współpracę ma możliwość doskonalenia praktycznie wszystkich umiejętności kluczowych w ramach uczenia się przez całe życie. Gdy podejmujemy rywalizację, zawsze są wygrani i przegrani, lepsi i gorsi. A przecież każdy człowiek jest wartościowy, każdy posiada ogromny potencjał. Naszym zadaniem jest ten potencjał odkryć i uruchomić. Nie pozwólmy naszym podopiecznym zmarnować szansy na sukces tylko dlatego, że aby nauczyć ich współpracy, musimy się trochę więcej napracować (przygotować ciekawe materiały, zaprojektować zadania grupowe, zmienić system oceniania). I sami nie rywalizujmy z innymi nauczycielami o lepsze klasy czy lepsze wyniki nauczania. Niech naszym celem stanie się wykształcenie absolwenta otwartego na innych ludzi, sprawnie komunikującego się i nastawionego na współdziałanie w zespole. Bo tylko taki wygra. W pracy i w życiu.

Anna K. Kiełczewska
wychowawca i nauczycielka w szkołach tradycyjnych i eksperymentalnych. Autorka innowacji dydaktycznych i wychowawczych. Propagatorka szkolnictwa humanistycznego

7 Tamże, s. 15.

Pomoc psychologiczno-pedagogiczna

Pół roku zmagań

Małgorzata **JARNUSZKIEWICZ**

Od września 2011 roku w szkołach gimnazjalnych i przedszkolach pracują zespoły pomocy psychologiczno-pedagogicznej, które organizują pomoc dla dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych. Zadanie to realizowane jest zgodnie z *Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z 17 listopada 2010 roku* ***w sprawie zasad udzielania i organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach***. Rozporządzenie nakłada na publiczne przedszkola, szkoły i placówki obowiązek udzielania i organizacji pomocy psychologiczno-pedagogicznej uczniom i ich rodzicom oraz nauczycielom.

Pomoc psychologiczno-pedagogiczna udzielana uczniowi polega na rozpoznawaniu i zaspokajaniu jego indywidualnych potrzeb rozwojowych, możliwości psychofizycznych i edukacyjnych, wynikających w szczególności:

1) z niepełnosprawności;
2) z niedostosowania społecznego;
3) z zagrożenia niedostosowaniem społecznym;
4) ze szczególnych uzdolnień;
5) ze specyficznych trudności w uczeniu się;
6) z zaburzeń komunikacji językowej;
7) z choroby przewlekłej;
8) z sytuacji kryzysowych lub traumatycznych;
9) z niepowodzeń edukacyjnych;
10) z zaniedbań środowiskowych związanych z sytuacją bytową ucznia i jego rodziny, ze sposobem spędzania czasu wolnego i z kontaktami środowiskowymi;
11) z trudności adaptacyjnych związanych z różnicami kulturowymi lub ze zmianą środowiska edukacyjnego, w tym związanych z wcześniejszym kształceniem za granicą.

Rozporządzenie wskazuje również, że do udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej zobowiązani są nauczyciele, wychowawcy grup wychowawczych oraz specjaliści, w szczególności psycholodzy, pedagodzy, logopedzi i doradcy zawodowi.

Pomoc psychologiczno-pedagogiczna jest organizowana i udzielana we współpracy z:

1) rodzicami uczniów;
2) poradniami psychologiczno-pedagogicznymi;
3) placówkami doskonalenia nauczycieli;
4) innymi przedszkolami, szkołami i placówkami;
5) organizacjami pozarządowymi oraz innymi instytucjami działającymi na rzecz rodziny, dzieci i młodzieży.

Rozporządzenie określa formy i sposoby udzielania pomocy oraz nakłada na zespół nauczycieli i wychowawców obowiązek planowania i koordynowania działań mających na celu zapewnienie dziecku pomocy psychologiczno-pedagogicznej. Główne zadania zespołu dotyczą objęcia opieką dzieci mających orzeczenie o potrzebie kształcenia specjalnego lub indywidualnego, orzeczenie o potrzebie obowiązkowego rocznego przygotowania przedszkolnego lub opinię psychologiczną/pedagogiczną. Jednocześnie ustawodawca umożliwia nauczycielom i wychowawcom zgłoszenie do zespołu dzieci, u których zaobserwowali dysfunkcje lub nieprawidłowości rozwojowe, a nie posiadają wymienionych dokumentów.

Zadania zespołu

Do zadań zespołu należy:

1) ustalenie zakresu, w którym uczeń wymaga pomocy psychologiczno-pedagogicznej z uwagi na indywidualne potrzeby rozwojowe i edukacyjne oraz możliwości psychofizyczne, w tym szczególne uzdolnienia;
2) określenie zalecanych form, sposobów i okresu udzielania uczniowi pomocy psychologiczno-pedagogicznej, z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych oraz możliwości psychofizycznych ucznia, a w przypadku ucznia mającego orzeczenie lub opinię, także z uwzględnieniem zaleceń;
3) zaplanowanie działań z zakresu doradztwa edukacyjno-zawodowego i sposobu ich realizacji dla uczniów szkół gimnazjalnych i ponadgimnazjalnych.

Tyle rozporządzenie. Śledziłam losy powstawania zasad organizacji i udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej od jesieni 2010 roku z nadzieją, że zapewnienie indywidualnego podejścia do ucznia, wychowanka stanie się w naszych szkołach standardem, nie zaś zapisem w szkolnych czy przedszkolnych statutach. O indywidualizacji procesu edukacyjnego mówiło się od lat. Niektóre szkoły, korzystając ze wzorców krajów europejskich, próbowały przenosić na swoje podwórka różne elementy oddziaływań wychowawczych, dydaktycznych, budowania wzajemnych relacji, metod i form pracy. Znam wiele szkół, które chętnie podejmowały działania innowacyjne i z dużym powodzeniem zmieniały swój wizerunek. Wprowadzały nowe zasady oddziaływań wychowawczych, programy psychoedukacyjne, ciekawe metody nauczania. Nagrodą za ich trud była doskonała opinia i duża popularność w środowisku.

W wielu szkołach od dawna działały zespoły wychowawców i nauczycieli uczących w jednej klasie. Spotkania zespołów były poświęcone m.in. omawianiu problemów poszczególnych uczniów oraz organizacji dla nich różnego rodzaju terapii. Znam szkołę integracyjną, gdzie od lat działa taki zespół. Wszystkie dzieci mają tam dobrą opiekę, zostały dla nich zorganizowane potrzebne do ich rozwoju zajęcia korekcyjno-kompensacyjne i wyrównawcze. Postępy są monitorowane, plany edukacyjno-rozwojowe dostosowywane do potrzeb. Miałam przyjemność przez wiele lat pracować w podobnej szkole. Nowe rozporządzenie otworzyło dla wszystkich szkół i placówek jednolite, ustrukturalizowane podejście do dzieci o specjalnych potrzebach edukacyjnych. I chociaż nie znam nauczyciela, który by ocenił negatywnie potrzebę indywidualnego traktowania potrzeb dzieci, to natychmiast rozpoczął się krzyk w środowisku, że „znowu dokładają nam pracy". „Przecież widzimy każde dziecko – mówili nauczyciele – uczymy na różnych poziomach, dostosowujemy formy i metody pracy do ich potrzeb. Po co jeszcze jakieś zespoły, kolejne papiery, będziemy pisać plany, zamiast zajmować się dziećmi".

Praca zespołowa

Uczestniczyłam w wielu spotkaniach, podejmowałam próby pokazania nauczycielom dobrych stron takiego przedsięwzięcia. Starałam się pokazać problem w skali całego kraju. Przytaczałam przykłady mówiące, że poza dużymi aglomeracjami dopiero rozwija się opieka psychologiczno-pedagogiczna, nauczyciele coraz częściej widzą potrzebę organizacji dla uczniów zajęć terapeutycznych. Szkoły nie mają specjalistów, a więc mają ogromne problemy w organizowaniu takich zajęć. Organ prowadzący nie ma środków finansowych na powiększanie w szkołach bazy pracowników specjalistycznych.

Pokazywałam wartość pracy zespołowej, możliwości wieloaspektowego podejścia do problemu ucznia oraz wykorzystania energii grupy, która napędza do działania, z dużą uwagą i niepokojem słuchałam różnego rodzaju uwag. Udało mi się zaangażować pracowników mojej poradni w sprawy reformy. Zespoły psychologów, pedagogów i terapeutów przez prawie rok pracowały nad tym, by wydawane opinie były ułatwieniem dla nauczycieli w wypełnianiu dokumentacji, jasno wskazywały przyczynę problemu oraz pomagały zaprojektować potrzebne zajęcia.

Zaprosiliśmy do siebie koordynatorów zespołów. Spotykaliśmy się co 3–4 miesiące. Omawialiśmy trudne sytuacje dziecięce, szukając najlepszych rozwiązań. Wspólnie uczyliśmy się pisania planów wspierających, programów terapeutycznych, zakładania karty potrzeb.

Pierwsze refleksje

Niedawno spotkaliśmy się, by podsumować pierwsze pół roku działania zespołów psychologiczno-pedagogicznych w szkołach gimnazjalnych i przedszkolach. I tu pojawiły się ciekawe refleksje.

1) Nauczyciele biorący udział w pracach zespołów stwierdzili, że lepiej poznali potrzeby swoich podopiecznych. Uczestnictwo w spotkaniach zespołów, w trakcie których omawiane są problemy dziecka, zakładana jest karta potrzeb i opracowywany plan działań wspierających, uświadamia często nauczycielom zakres potrzeb wychowanka. Często na twarzach nauczycieli pojawiało się zdziwienie, że uczeń ma problemy w jakimś zakresie, co utrudnia mu uczenie się. Pokazywało to potrzebę zmiany metod i form pracy. Nauczyciele mogli również dostrzec skalę i różnorodność deficytów i dysfunkcji występujących w ich szkole. Od specjalistów uzyskiwali wiedzę na temat pojawiających się problemów.
2) Ważnym elementem stało się planowanie uczestnictwa dzieci w zajęciach. Podstawą udziału w zajęciach stały się bardzo konkretne potrzeby rozwojowe, edukacyjne, społeczne. Każda godzina jest znacznie efektywniej wykorzystana i dostosowana do autentycznych potrzeb uczniów.

3) Niezwykle istotnym elementem pracy zespołu stało się włączenie rodziców. Wspólnie z nauczycielami opracowywali plan pomocy dziecku, uzyskali informacje o możliwościach szkoły w zakresie pomocy, rodzajach organizowanych zajęć, instytucjach organizujących różnego rodzaju terapię oraz o sposobach korzystania z oferty. Mieli poczucie, że ich dziecko traktowane jest indywidualnie, wyjątkowo. Włączenie do pracy zespołu rodziców skutkuje znacznie większym zainteresowaniem sprawami własnego dziecka.
4) Szkoły zmagają się z wieloma problemami:
   - Pierwszy z nich dotyczy dużej ilości czasu potrzebnego na spotkania zespołów. Spotkania odbywają się w ramach godzin pracy pozadydaktycznej. Oprócz przygotowania do lekcji, opracowania i sprawdzania prac klasowych czy sprawdzianów, przeglądów zeszytów i prac domowych, indywidualnych konsultacji, organizacji spotkań pozalekcyjnych nauczyciele muszą znaleźć czas na zespołowe omawianie potrzeb swoich podopiecznych. Jest to trudne, ale pokazuje wymierne korzyści dla dziecka.
   - Zasady sporządzania i przechowywania dokumentacji są jednym z ważniejszych problemów. Gdzie przechowywać karty indywidualnych potrzeb uczniów, plany działań wspierających, arkusze przebiegu zaleconej terapii? Co zrobić z dokumentami uczniów objętych pomocą, którzy za kilka miesięcy ukończą szkołę? Logistyka działań w tym zakresie generuje wiele pytań i wątpliwości. Ważną sprawą jest też sposób zawiadamiania rodziców o posiedzeniach zespołu i planach wobec dziecka.
   - Następny problem, pojawiający się najczęściej w szkołach gimnazjalnych, dotyczy opuszczania przez młodzież zajęć terapeutycznych oraz niechęci do wszelkiego rodzaju zajęć dodatkowych, wynikających z PDW. Często rodzice rozkładają ręce, nie mogąc zachęcić własnych dzieci do korzystania z zajęć oferowanych przez szkołę. Mimo że cytowane wyżej rozporządzenie zapewnia dobrowolność korzystania z pomocy psychologiczno-pedagogicznej, nauczyciele dążą do wspierania jak największej liczy uczniów w ich problemach.
   - Największą trudnością jest jednak niewystarczająca liczba godzin przeznaczonych na zajęcia korekcyjno-kompensacyjne oraz wyrównawcze. Zagospodarowanie godzin „karcianych" nie rozwiązuje problemu, ponieważ tylko nieliczni nauczyciele mają kwalifikacje do prowadzenia terapii pedagogicznej czy grup socjoterapeutycznych. Często też dyrektor musi wybierać między indywidualnymi konsultacjami a zajęciami wyrównawczymi czy kompensacyjno-korekcyjnymi. Rezygnacja z jakiejś formy jest stratą dla ucznia. Warto zatem apelować do organów prowadzących, by znalazły dodatkowe środki na rozszerzenie liczby godzin pracy pedagogów, psychologów czy innych specjalistów. Warto też zachęcać nauczycieli do podnoszenia kwalifikacji, szczególnie w aspekcie wspierania deficytów rozwojowych uczniów.
5) Zespoły działają sprawniej, gdy dyrektor traktuje ich pracę jako proces, akceptuje proponowane zmiany wynikające z ewaluacji. Jeśli dyrektor angażuje się w pracę zespołów, jest uważnym obserwatorem, pochyla się nad problemem poszczególnych uczniów, nauczyciele czują się bezpieczniej, gdyż czują z jego strony wsparcie i zrozumienie. Bardzo dobrze działają zespoły, w których dyrektorzy jasno określili kompetencje koordynatorów, np. sposób zależności członków zespołu od koordynatora. Ważne, by nauczyciele uczestniczyli w specjalistycznych szkoleniach dotyczących specyfiki pracy z dziećmi o specjalnych potrzebach edukacyjnych. Daje to gwarancję dobrego zrozumienia potrzeb dziecka. Szkoły rozwiązują problemy wszelkimi dostępnymi sposobami, korzystają ze wsparcia ośrodków doskonalenia nauczycieli, poradni psychologiczno-pedagogicznych oraz firm niepublicznych oferujących wsparcie merytoryczne.

Przykładem dobrej praktyki jest przyznanie przez dyrektora zwiększonego dodatku motywacyjnego dla koordynatora zespołu.

Wygląda na to, że pomimo początkowej niechęci ze strony środowiska nauczycielskiego rozporządzenie o organizacji i udzielaniu pomocy psychologiczno-pedagogicznej na dobre zagościło w naszych gimnazjach, szkołach specjalnych oraz w przedszkolach. Towarzysząca mu idea indywidualnego traktowania ucznia nabiera kolorów. Obliguje do głębokiej analizy potrzeb każdego dziecka, do rozważnego planowania działań, które pomogą eliminować pojawiające się problemy. We wrześniu tego roku zmiany w obszarze pomocy psychologiczno-pedagogicznej wchodzą obligatoryjnie do szkół podstawowych i ponadgimnazjalnych.

Pisząc o problemach związanych z wprowadzeniem zmian, nie chciałam podsuwać gotowych rozwiązań. Pragnę natomiast, aby te przemyślenia posłużyły jako przewodnik w organizacji pracy zespołów szkołom, które będą podejmować zadanie utworzenia zespołów w nadchodzącym roku szkolnym.

Małgorzata Jarnuszkiewicz
dyrektor Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Warszawie

PRENUMERATA „Emocji"
wejdź na www.edupress.pl/formularz-prenumeraty/

Pochłonięta przez sektę

Rozmowę z Magdą, która kilka lat funkcjonowała w grupie o cechach sekty, przeprowadził psycholog Tomasz Garstka.

Tomasz **GARSTKA**

Życie w grupie

T.G.: *Jaki był skład grupy?*

M.: Oprócz Piotra było nas kilkoro. Niektórzy „zdradzili" wcześniej. Byli też inni, mniej mi znani. Widziałam ich zaledwie raz czy dwa razy.

T.G.: *Powiedziałaś, że wszystkie osoby z grupy widywały się podczas wyjazdów i przy okazji świąt, ale dochodziło też do kontaktów lub spotkań w mniejszych podgrupach. O czym rozmawialiście? Co robiliście?*

M.: Innych poznałam głównie podczas wyjazdu, tego, w czasie którego złożyłam wstępną przysięgę. Potem dołączyła do nas jeszcze jedna dziewczyna ode mnie ze studiów i druga – znajoma innej z dziewczyn. Osoby, które były przede mną w grupie, wydawały mi się bardzo tajemnicze. Czułam, że łączy je z Piotrem niepowtarzalna więź. Były tak blisko z nim i ze sobą. Było to zupełnie coś innego niż na uczelni. One utożsamiały się z Piotrem. Nie istniały samodzielnie. Podczas wyjazdu i konsultowały z nim wszystko. Informowały, kiedy wrócą i o czym rozmawiały. Po przysiędze ja też tak zaczęłam robić. Piotr miał z każdym z nas „ważne sprawy", o których nie rozmawiało się z innymi członkami grupy.

O sobie nawzajem wiedzieliśmy niewiele. Zawsze dominował punkt widzenia Piotra. Rozmawiało się o nim i o tym, co dla niego zrobić. Mieliśmy, co prawda, pseudonormalne życie i rozmawialiśmy o rodzinie, studiach itp., ale trzeba było bardzo ważyć słowa, żeby nie powiedzieć czegoś, co było tajemnicą wyłącznie Piotra i tej konkretnej osoby. Dzisiaj widzę, że prawdziwej komunikacji między nami właściwie nie było. Nawet jeśli coś mówiłam prywatnie, to i tak wiedziałam, że Piotr się o tym dowie. My wiedzieliśmy niewiele, za to on wszystko. Czasami kazał mi np. pilnować którejś z dziewczyn, czy nie robi niczego złego, i ja zapewne też byłam pilnowana. Czuło się to napięcie. Ale jemu ufałam bezgranicznie, więc uważałam to za normalną rzecz.

T.G.: *Bardzo podobne metody stosowane są w Kościele Scjentologicznym. Tam regularnie śledzi się osoby, co do których istnieje podejrzenie, że po opuszczeniu Kościoła mogłyby ujawnić jakieś tajemnice. Zwróć uwagę, że każda osoba w waszej grupie miała poczucie wyjątkowego traktowania i nie zastanawiała się nad tym, że być może Piotr podobnie traktuje pozostałych. Stwarzanie wrażenia elitarności oraz wzbudzanie poczucia, że dostaje się coś, czego nie mają inni, to jeden ze sposobów manipulowania ludźmi. Do tego należy dodać Twoje uczucia miłości i uwielbienia, o których powiedziałaś. Gdy Piotr łaskawie zwracał na Ciebie uwagę, a Ty chciałaś wierzyć, że Cię lubi, zyskiwał możliwość wywierania na Ciebie wpływu. Bardzo wiele badań w psychologii pokazało, że ktoś, kogo lubimy, ma na nas większy wpływ niż inni. I to niekoniecznie wtedy, gdy jest prawdziwym przyjacielem. Może działać po prostu „zjawisko aureoli", czyli na podstawie tego, że ktoś nam się podoba, wnioskujemy o przymiotach jego charakteru… A jak wyglądały rytuały czy obrzędy w waszej grupie?*

M.: To Marta, razem z Piotrem, układała zaklęcia i rytuały na spotkania. Towarzyszyły im świece, magia ognia i powtarzane sekwencje słów. W czasie takich rytuałów nie myślało się o świecie zewnętrznym, że np. można coś zniszczyć, spalić. Zaklinaliśmy osoby i zdarzenia. Rozumiesz, takie magiczne myślenie życzeniowe. Na co dzień np. powtarzaliśmy ciągi wyrazów, żeby coś się zdarzyło.

Pamiętam, jak raz rzucaliśmy zaklęcie na jedną z dziewczyn – Agatę. Wtedy nie uczestniczyłam w ceremonii, ale dostałam na przechowanie zamrożony kamień z runami, który symbolizował uczucia Agaty. Kamień nie mógł się rozmrozić. Biegłam z nim do domu, żeby włożyć go do zamrażarki. Gdyby rozmarzł, życie Agaty byłoby skończone. Mój dziadek wyrzucił kamień. Strasznie płakałam. Chciałam wtedy złamać krzyż będący symbolem tego, w co wierzył dziadek. Życzyłam mu śmierci. Ryszarda powiedziała mi, że omal nie zabiłam Agaty, a ponadto gdyby ona próbowała zrobić sobie krzywdę, to ja będę winna temu, że zaklęcie przestało działać. I w związku z tym to ja jestem odpowiedzialna za jej życie lub śmierć. Od tej pory nie spuszczałam Agaty z oka. Mimo zakazu dziadków robiłam wszystko, żeby mogła u mnie jak najczęściej nocować.

T.G.: *Wzbudzanie poczucia winy. Kolejna metoda wykorzystywana przez manipulatorów. Wspominana już przeze mnie Denise Winn napisała, że poczucie winy dość łatwo wywołać ze względu na pragnienie bycia w porządku, charakterystyczne dla każdego człowieka przejawiającego wrażliwość moralną, a jednocześnie ze*

względu na utrudniającą racjonalną ocenę chwiejność umysłu, pojawiającą się w warunkach stresu. A taka była sytuacja oskarżania Cię. Na dodatek odwołano się do Twojego poczucia odpowiedzialności, które przejawiałaś w życiu. Co jeszcze?

M.: Wolno nam było czytać i poważnie traktować tylko to, co Piotr nam zalecił. Czytaliśmy książki i pisaliśmy wypracowania na zadane pytania. Dopiero jeśli zaakceptował wypracowanie, mogliśmy iść dalej w literaturze. Jeśli nie mogłyśmy zrozumieć choć jednej książki z sagi, czytało się wszystko od początku.

***T.G.:** Zobacz, w jaki sposób można zaangażować człowieka w pewną ideologię… Można to sprowokować poprzez nakłonienie go, by uzasadniał słuszność tej ideologii. Kiedy robi to nie dla zysku finansowego czy nagrody rzeczowej, które mogłyby usprawiedliwiać go przed samym sobą, zaczyna odczuwać dyskomfort związany z dysonansem poznawczym. To wewnętrzna niespójność. Po co znajduje przekonujące argumenty? Po co przyjmuje czyjeś poglądy?… I wtedy, w celu likwidacji dysonansu, zaczyna wierzyć w tworzone przez siebie argumenty. Psychologowie wykazali w badaniach i opisali, z jaką siłą może działać mechanizm wywołanego zaangażowania oraz dążenia człowieka do spójności i konsekwencji. I jak może być wykorzystywany w manipulacjach dokonywanych przez innych.*

M.: Do tego ubieraliśmy się w określony sposób, nosiliśmy określone fryzury, które odpowiadały temu, kim byliśmy, np. pasemko. Słuchaliśmy określonej muzyki, nawet podczas wyborów głosowało się tak, jak życzył sobie tego Piotr. Nie było obiektywnego dobra i zła. Decydował o tym Piotr. On mówił, co jest właściwe, a co nie. Używał dokładnie tego słowa – *właściwe.*

***T.G.:** Takie nieokreślone i trudne, by zacząć dyskusję o kryteriach.*

M.: Tak. On ustalał zasady. Mieliśmy swój wewnętrzny język, który był niezrozumiały dla osób spoza grupy. Piotr oraz zasady panujące w Innym Świecie były uzasadnieniem i wytłumaczeniem dosłownie wszystkiego. Realny świat był mało ważny, był jedynie namiastką Innego Świata. Naszą misją było uratowanie otaczającego nas świata przed zniszczeniem, jak to się stało w przypadku tego Innego, jednocześnie zdawaliśmy sobie sprawę, że dopóki nie mamy władzy, jest on mało ważny. W tym świecie tak ciężko było używać mocy, kreować rzeczywistość. Tak bardzo tęskniliśmy do lekkości tamtego Innego Świata.

Piotr nie musiał nas do niczego przekonywać. Po prostu robiło się to, co kazał. Sprzeciw nie istniał. Zresztą ani nie potrafiliśmy, ani nie chcieliśmy… A może niektóre osoby, tak jak ja w późniejszym okresie, bały się mu odmówić.

Zobowiązania finansowe

***T.G.:** Powiedziałaś mi, jeszcze przed zgodą na naszą rozmowę, że życie w tej sekcie doprowadziło Cię do znacznych zobowiązań finansowych. Czy chcesz powiedzieć coś na ten temat?*

M.: W tej chwili ja jestem już „czysta". Musiałam sprzedać mieszkanie, by spłacić te zobowiązania poczynione na moje nazwisko na polecenie Piotra. To samo robiły inne osoby z grupy, głównie dziewczyny.

***T.G.:** Rozumiem, że elementem „misji" sekty było zdobywanie pieniędzy, mówiąc delikatnie, bez liczenia się z prawem „tego świata".*

M.: Tak. Ktoś, kto poznał moją historię, powiedział, że udaję niewinną dziewczynkę, a przecież doskonale wiedziałam, co robię, wchodząc w to bagno… Może i wiedziałam, że biorę na siebie zobowiązania finansowe, ale byłam przekonana, że gdyby coś nie wyszło, to będę w stanie je spłacić z własnych środków. Poza tym ustaliliśmy wspólnie z Piotrem, że gdyby go zabrakło, to będziemy sobie pomagać i żadne z nas nie zostanie samo… Wierząc w to, co ustaliliśmy, nie zastanawiałam się nad tym, co będzie w przyszłości… Przyszłość nie istniała. Było tylko tu i teraz. I żeby Piotr był zadowolony. Nie myślało się nad tym, co tak naprawdę się robi… Co do zaciągania tych zobowiązań, padały nawet jakieś pytania, ale i tak z góry było wiadomo, że wszyscy się zgodzimy. Odmowa zostałaby zinterpretowana jako dowód na to, że nam nie zależy. Oznaczałaby zerwanie kontaktu, wykluczenie, a w końcu stwierdzenie złamania przysięgi. Konsekwencje były zatem oczywiste – śmierć…

Załatwienie środków finansowych to nie było takie zwykłe zaciągnięcie zobowiązań… To była Misja, którą należało wypełnić. Piotr podawał powody. Zarówno ze świata zewnętrznego, takie jak otwarcie działalności, zdobycie funduszy na wspólne miejsce, jak i wewnątrz grupy. Było to sprawdzenie siły osoby, jej mocy. Za dobrze wykonaną Misję można było dostać awans. Stąd to moje białe pasemko na włosach – „symbol pierwszego stopnia" i jedności z Piotrem. W pewnym momencie wszystko stało się Misją… i nie było już zabawy, teraz walczyliśmy i istnieliśmy na poważnie.

***T.G.:** Zobacz, jak wykorzystano tu efekt „stopy w drzwiach". To znaczy zgoda na jeden mały krok wywołuje poczucie zobowiązania do uczynienia następnego – znacznie większego. Nie trzeba nikogo zmuszać. Osoba taka sama czuje się zaangażowana i dąży do konsekwencji w swoim postępowaniu.*

M.: Tak było. A gdy czasami ktoś się buntował, to Piotr wzywał go do siebie „w imię przysięgi". Na takie wezwanie nie wolno było nie odpowiedzieć.

***T.G.:** Uruchamiał dysonans poznawczy. „Przyrzekałaś – bądź konsekwentna"…*

M.: Dlatego sprzeciwu właściwie nie było. A jak się pojawiał, to wtedy zostawało wezwanie „w imię przysięgi". Jeśli ktoś nie pojawił się u Piotra, to znaczyło, że złamał przysięgę. Tak właśnie „zdradziła" Marta, kiedy znalazła chłopaka. Piotr skreślił ją. Już nie istniała, nie mówiło się o niej. A jeśli już, to o tym, że należy ją zniszczyć. Wtedy zaczęłam się poważnie bać, co stałoby się ze mną, gdyby stwierdzono moją zdradę.

***T.G.:** A co działo się z pieniędzmi?*

M.: Do końca tego nie wiem. Pewnie część szła na nasze wyjazdy?

***T.G.:** Ale przecież płaciliście za noclegi… Czy nie było to finansowe wykorzystanie was przez Piotra?*

M.: Na pewno z tych pieniędzy kupił sobie swój czarny, markowy wóz. Mam poczucie, że tyle pieniędzy załatwiłam dla naszej grupy, że tak naprawdę zafundowałam mu ten samochód… Ale przecież nie mieliśmy księgowości, więc nie wiem, co działo się z pieniędzmi.

Ocena z perspektywy czasu

T.G.: *Jakie korzyści przyniosła Ci przynależność do tej sekty? Co to dawało Tobie i innym członkom grupy? Pytam o Twoje ówczesne odczucia.*

M.: Na początku przynależność do grupy była bardzo przyjemna. Mieliśmy własne miejsce, swój świat, wspólne cele, dobrze się bawiliśmy. Trochę przypominało to dobrą paczkę znajomych. Sprawiało mi przyjemność, że idziemy grupą i z daleka widać, że coś niezrozumiałego nas łączy. W tamtym okresie osobiście czułam się wyjątkowa i wiedziałam, że wszyscy jesteśmy wyjątkowi, że choćby się waliło i paliło, to przetrwamy.

Był to czas, kiedy w końcu czułam się zrozumiana, akceptowana, czułam się na 100% człowiekiem. Czułam się jak ryba w wodzie. Miałam nadzieję na wspólną przyszłość, wspólną pracę, dom. Nie musiałam się już bać, że ktoś odejdzie, że zostanę sama. Czułam się bezpieczna. Chyba każdy z nas najbardziej sobie cenił właśnie to poczucie bezpieczeństwa, bliskości i wyjątkowości. Kiedy było dobrze, Piotr spędzał z nami czas, słuchał nas, doradzał nam, uspokajał… W gorszym czasie wiązała mnie wdzięczność, wiara w moc przysięgi, siła Piotra i wiara w Inny Świat, z którego pochodził on i pochodziłam ja.

T.G.: *A jak dziś widzisz to, co działo się w grupie? Jakie formy manipulacji stosował Piotr? Jakich nadużyć się dopuszczał?*

M.: Trudno jest mi scharakteryzować formy manipulacji, gdyż wciąż nie do końca umiem zachować dystans, kiedy myślę o Piotrze i całej tej grupie. Jedno wydaje mi się kluczowe – on zniszczył moją umiejętność samodzielnego podejmowania decyzji i poważnie ograniczył zdolność do… bycia niezależną. Czułam się w najwyższym stopniu od niego uzależniona: emocjonalnie, fizycznie i duchowo. Nie było mnie bez niego. Byłam zakochana, bałam się go, ale jednocześnie pragnęłam, żeby był blisko. Byłam w stanie wszystko mu wybaczyć, wszystko zaakceptować. Nic poza Piotrem się nie liczyło, w niczym nie było życia. On się nazywał Czarodziejem Życia i w tamtym okresie czułam, że mi to życie dawał. Dla niego mogłam nie jeść, mogłam nie spać i mogłam zabić… Kogo on nienawidził, nienawidziłam i ja. Chyba najważniejszym mechanizmem, od którego wszystko się zaczęło, była więź, przysięga na śmierć i życie oraz moja wiara w jej prawomocność. Reszta jakoś sama wyszła.

T.G.: *Czyli – mówiąc językiem psychologii – zadziałały mechanizmy: zobowiązania, spójności w przekonaniach, konsekwencji w działaniu i redukowania dysonansu poznawczego w wewnętrznych treściach.*

M.: Mam nadzieję, że zerwanie z tą grupą oznacza, że mogę już mówić „była więź". Wtedy dostrzegałam działanie i wpływ Piotra nie tylko na mnie, ale także na świat. Wierzyłam, a właściwie miałam pewność co do sprawczości Piotra, jego mocy. Kiedy Piotr mówił, że coś się wydarzy, to miało to miejsce. Na przykład twierdził, że ktoś się źle czuje, a potem dowiadywaliśmy się, że ta osoba jest w szpitalu. Niestety, w dużej mierze zarówno jego, jak i nasze przewidywania i działania sprawdzały się. Miałam wrażenie, które czasami powraca, że on na pewno znał moje myśli i poczynania poprzez więź, która nas łączyła. Z tej pseudosprawczości do dzisiaj najtrudniej mi się wyrwać, gdyż powraca niepewność – a jeśli jednak coś w tym było, a jeśli miał rację?… Chyba nie udało mi się dorosnąć, skoro wciąż się zdarza, że jakaś część mnie wierzy w ten świat.

T.G.: *Po tkwieniu w tego typu układzie takie wdzierające się czasem myśli nie są niczym dziwnym. Wszystko bierze się z silnego wówczas przekonania, że Piotr zna, a nawet tworzy rzeczywistość. Kiedy za ramy interpretacji zdarzeń przyjmuje się silne przekonania, to informacje filtruje się pod tym kątem. Załóżmy, że liczba jego czarów i proroctw byłaby na tyle duża, że można by je było przeanalizować, czy nie są przypadkowe. Wówczas należałoby poddać analizie efektywność tych czarów lub trafność proroctw i zapewne okazałoby się, że liczba jego „sukcesów" nie jest istotna statystycznie. To znaczy działa przypadek, a nie moce Piotra. Jednak Ty i inni „wyznawcy" Piotra już na wstępie mieliście tendencję do przeceniania jego oraz własnej, grupowej mocy, a następnie do zauważania tylko „trafień" i do pomijania, minimalizacji lub przypisywania złym mocom przypadków, gdy czary Piotra nie zadziałały lub jego proroctwa się nie spełniły. Łatwo przecież można było powiedzieć, że ktoś w grupie w nie dość zaangażowany sposób powtarzał magiczne zaklęcia czy odprawiał rytuały. I popsuł efekt. Albo że przyczyniła się do tego czyjaś zdrada lub niedowiarstwo.*

I jeszcze dwie kwestie. Po pierwsze, istnieją zdarzenia, które nie są całkiem nieprzewidywalne. Na podstawie danych – dostępnych, łatwych do ustalenia lub po prostu domyślenia się – można przewidywać. Myślę, że Piotr może być inteligentną osobą, która wykorzystuje takie częściowe informacje. Mógł uzyskiwać różne informacje na temat waszego życia podczas rozmów z wami. Potem na ich podstawie formułował przepowiednie lub sugerował niby-zaklęcie rzeczywistości. Jeśli jego proroctwo się spełniło, traktowaliście to jako wynik działania mocy, a nie efekt rozumowego przewidywania na podstawie danych z mniejszym lub większym prawdopodobieństwem.

Tyle jeśli chodzi o zdarzenia, na które nie mieliście bezpośredniego wpływu. A jeśli taki wpływ posiadaliście, to własne sukcesy chętniej interpretowaliście jako wynik magicznego rytuału, a nie własnego wysiłku. Tak jak powiedziałaś wcześniej: „wszystko widziane przez pryzmat Piotra". Niezależnie od jego realnego wpływu.

A co jeszcze potrafisz poddać dziś krytycznej ocenie?

M.: Przemoc psychiczna i fizyczna. To strach, niespanie, całkowita dyspozycyjność, zamykanie w domu, durne polecenia, którym nie można było się sprzeciwić, obserwacja agresywnych zachowań – zazwyczaj słownych – wobec własnych psów, własnych bliskich oraz innych osób z grupy… Piotr pisał do mnie np., że jak zdradzę, złamię przysięgę, to „obym żyła jak najdłużej, bo jak Cię dorwiemy"… I ta jego cholerna sprawczość.

Ciąg dalszy nastąpi.

Tomasz Garstka
psycholog, pracuje w Lecznicy Prosen-SMO w Warszawie

Wywiad przedrukowano za zgodą autora i rozmówczyni ze strony Klubu Sceptyków Polskich: www.sceptycy.org

Dane mojej rozmówczyni, jak i opisywanych przez nią osób, a także niektórych miejsc, po konsultacji z prawnikiem zostały zmienione. Wszystko poza tym moja rozmówczyni zdecydowała się zrelacjonować możliwie najwierniej.

Sport, kibice i odpowiedzialność

Fot. Fotolia

Zasady odpowiedzialności karnej i wykroczeniowej za czyny popełnione w związku z imprezami masowymi

Daniel **WIĘCKOWSKI**

W ostatnim czasie coraz częściej słyszy się o niepokojach towarzyszących masowym imprezom sportowym. Przykład z ostatniego roku: zamieszki podczas finału Pucharu Polski w piłce nożnej, zamieszki w Wilnie z udziałem pseudokibiców Legii Warszawa czy oplucie i popchnięcie spokojnych kibiców przez „Litara" – nieformalnego szefa kibiców Lecha Poznań. To tylko kilka przykładów z ostatnich miesięcy.

Trzeba mieć jeszcze w pamięci zamieszki z roku 1998 w Słupsku związane ze śmiercią jednego z kibiców Czarnych Słupsk, które trwały od 10 do 14 stycznia 1998 r. i zostały wygaszone dopiero po sprowadzeniu do miasta ponad 1000 funkcjonariuszy.

Przykłady można mnożyć. Zasadniczo problem przestępczości stadionowej funkcjonuje od wielu lat i można szukać jej śladów nawet w starożytnym Rzymie i Bizancjum (np. powstanie Nika z 532 r. n.e.).

W polskim prawie od 20 marca 2009 r. funkcjonuje ustawa o bezpieczeństwie imprez masowych (DzU z 2009 r. nr 62, poz. 504 ze zm.). Definicja imprezy masowej zawarta jest w art. 3 pkt 1. W rozumieniu ustawy:

1) masowa impreza sportowa to impreza mająca na celu współzawodnictwo sportowe lub popularyzowanie kultury fizycznej, organizowana na:
   a) stadionie lub w innym obiekcie niebędącym budynkiem, na którym liczba udostępnionych przez organizatora miejsc dla osób, ustalona zgodnie z przepisami prawa budowlanego oraz przepisami dotyczącymi ochrony przeciwpożarowej, wynosi nie mniej niż 1000, a w przypadku hali sportowej lub innego budynku umożliwiającego przeprowadzenie imprezy masowej – nie mniej niż 300,
   b) terenie umożliwiającym przeprowadzenie imprezy masowej, na którym liczba udostępnionych przez organizatora miejsc dla osób wynosi nie mniej niż 1000;
2) mecz piłki nożnej to masowa impreza sportowa mająca na celu współzawodnictwo w dyscyplinie piłki nożnej, organizowana na stadionie lub w innym obiekcie sportowym, na którym liczba udostępnionych przez organizatora miejsc dla osób, ustalona zgodnie z przepisami prawa budowlanego oraz przepisami dotyczącymi ochrony przeciwpożarowej, wynosi nie mniej niż 1000.

Jak widać, jednym z warunków, aby zakwalifikować imprezę jako imprezę masową, jest liczba udostępnionych miejsc – musi być ona nie mniejsza niż 1000.

Ważne miejsce w ustawie zajmują przepisy związane z odpowiedzialnością za naruszenie zasad bezpieczeństwa. Katalog przestępstw i wykroczeń związanych z imprezami masowymi jest określony w rozdziale 9 ustawy, zatytułowanym *Przepisy karne.*

Wykroczenia opisane są w art. 54–57a ustawy.

Niezastosowanie się do polecenia porządkowego, wydanego na podstawie ustawy, regulaminu obiektu (terenu) lub regulaminu imprezy masowej przez służby porządkowe lub służby informacyjne, **jest wykroczeniem** i podlega karze ograniczenia wolności albo grzywny nie niższej niż 2000 zł.

Tej samej karze podlegają osoby, które w czasie trwania imprezy:
1) przebywają w miejscu nieprzeznaczonym dla publiczności;
2) przebywają w sektorze innym niż wskazany na bilecie wstępu lub innym dokumencie uprawniającym do przebywania na imprezie masowej i nie opuszczają tego sektora mimo wezwania osoby uprawnionej.

Wykroczenia te dotyczą zatem spraw porządkowych związanych z imprezą masową.

Analogiczny jest kolejny artykuł ustawy, który dotyczy niezastosowania się do polecenia funkcjonariusza policji lub Żandarmerii Wojskowej.

Na imprezie masowej nie można spożywać alkoholu poza wyznaczonymi do tego miejscami. Za niezastosowanie się do tego wymagania grozi kara ograniczenia wolności albo grzywny nie niższej niż 2000 zł.

Ciekawym przepisem jest art. 57a ustawy. Jest on próbą zapobiegania celowemu ukrywaniu wizerunku przez pseudokibiców. W myśl tego przepisu „kto

w miejscu i w czasie trwania masowej imprezy sportowej używa elementu odzieży lub przedmiotu w celu uniemożliwienia lub istotnego utrudnienia rozpoznania osoby, podlega karze ograniczenia wolności albo grzywny nie niższej niż 2000 zł". Przepis ten został wprowadzony jako reakcja na bardzo częste zasłanianie twarzy przez uczestników sportowych imprez masowych. Można zauważyć, że zakres wskazanego przepisu wydaje się zbyt szeroki.

Dokonując ścisłej wykładni przepisu, można dojść do wniosku, że karane będzie również zakrywanie części twarzy czy inne czynności, które powodują trudności w ustaleniu tożsamości osób, które nie mają złych intencji. Zachowania takie mogą wynikać chociażby z warunków atmosferycznych (np. śnieg, wiatr, deszcz, mróz) czy specyfiki ubioru (np. duży kaptur, duże okulary przeciwsłoneczne, czapka z daszkiem, szalik).

Dodatkowo w razie ukarania za wykroczenie, o którym mowa w art. 50 (niezastosowanie się do nakazu opuszczenia zbiegowiska), art. 51 (zakłócanie spokoju publicznego), art. 52a (nawoływanie do popełnienia przestępstwa), art. 124 (zniszczenie rzeczy o wartości do 250 zł) lub art. 143 (niszczenie aparatów telefonicznych, urządzeń sygnalizacyjnych itp.) kodeksu wykroczeń bądź o którym mowa w art. 54–56 niniejszej ustawy, popełnione w związku z masową imprezą sportową, w tym meczem piłki nożnej, sąd oprócz kary wydaje sprawcy wykroczenia zakaz wstępu na imprezę masową na okres **od 2 do 6 lat**.

Z uwagi na błędy legislacyjne za ukrywanie twarzy nie może być wydany zakaz wstępu na imprezę masową. Orzekając zakaz wstępu za czyn popełniony w związku z masową imprezą sportową, sąd może dodatkowo zobowiązać ukaranego do stawienia się w czasie trwania określonej imprezy masowej w komisariacie lub komendzie policji.

Przestępstwa zostały określone w art. 59 (wnoszenie lub posiadanie broni na imprezie masowej), art. 60 (wdarcie się na teren rozgrywanych zawodów) i art. 61 (prowokowanie kibiców do działań zagrażających bezpieczeństwu tej imprezy).

Definicja broni zawarta jest w art. 4 ust. 1 *Ustawy z 21 maja 1999 r. o broni i amunicji* (tekst jedn.: DzU z 2004 r. nr 52, poz. 525 ze zm.). Przez broń należy rozumieć:

1) broń palną, w tym broń bojową, myśliwską, sportową, gazową, alarmową i sygnałową;
2) broń pneumatyczną;
3) miotacze gazu obezwładniającego;
4) narzędzia i urządzenia, których używanie może zagrażać życiu lub zdrowiu:
   a) broń białą w postaci:
      – ostrzy ukrytych w przedmiotach niemających wyglądu broni,
      – kastetów i nunczako,
      – pałek posiadających zakończenie z ciężkiego i twardego materiału lub zawierających wkładki z takiego materiału,
      – pałek wykonanych z drewna lub innego ciężkiego i twardego materiału, imitujących kij bejsbolowy;
   b) broń cięciwową w postaci kusz;
   c) przedmioty przeznaczone do obezwładniania osób za pomocą energii elektrycznej.

Warto pamiętać, że zakaz wnoszenia broni jest niezależny od tego, czy posiadacz broni jest uprawniony do jej posiadania.

W zakresie przestępstwa opisanego w art. 60 ustawy warto zauważyć, że przestępstwo zostaje popełnione w momencie wdarcia się na teren, na którym odbywają się zawody sportowe, albo nieopuszczenia tego terenu. Wdarcie się to wejście na teren obiektu wbrew woli organizatora. Byt przestępstwa jest niezależny od tego, czy sprawca po wdarciu się z własnej woli opuścił obiekt.

Odnosząc się do treści art. 61 ustawy, zakresem tego przepisu objęte jest takie działanie osoby, która poprzez swoje zachowanie zmierza do wywołania u kibiców zachowań zagrażających bezpieczeństwu imprezy masowej. Słowo *prowokacja* należy utożsamiać ze słownikowym znaczeniem tego słowa. Zgodnie ze słownikiem języka polskiego prowokowanie to „podstępne działanie mające na celu nakłonienie kogoś do określonego postępowania, zwykle szkodliwego dla niego i osób z nim związanych"[1]. Jako prowokowanie kibiców można wskazać pokazywanie obelżywych gestów lub znaków.

Zaostrzenie odpowiedzialności karnej przewidziane jest dla notorycznych sprawców wykroczeń i przestępstw związanych z imprezami masowymi. Wobec sprawcy przestępstwa określonego w art. 59 (wnoszenie broni) i art. 60 (wdarcie się na teren) sąd orzeka zakaz wstępu na imprezę masową. Sąd **musi** orzec zakaz wstępu na imprezę masową i obowiązek przebywania w miejscu stałego pobytu w razie **ponownego** skazania sprawcy za przestępstwo popełnione w związku z imprezą masową. Zakaz wstępu na imprezę masową orzeka się na okres od roku do 9 lat. Przedstawiona problematyka bezpieczeństwa imprez masowych jest próbą krótkiego opisu konsekwencji związanych z przestępczością stadionową.

W mojej ocenie, o ile słuszne jest przykładne karanie sprawców przestępstw i wykroczeń, o tyle przepisy te pozostaną martwe, jeżeli reakcja organów ścigania nie będzie szybka i trafna.

Ważne miejsce w „wychowywaniu" kibiców powinny mieć także kluby sportowe, wokół których skupiają się kibice. Nie jest również dobre to, że wykorzystuje się kibiców do własnej gry politycznej, ponieważ wzmacnia to wzajemne animozje między kibicami a funkcjonariuszami policji czy ogólnie przedstawicielami państwa. Przestępczość stadionowa istnieje od zawsze, zmieniła się tylko jej forma. Zawsze gdy w grę wchodzą emocje, podział my, (dobrzy) – oni (źli), będzie dochodzić do ekscesów, które jeszcze nieraz wstrząsną opinią publiczną.

Wszyscy powinniśmy podejmować takie kroki, aby osoby, których jedynym celem jest wszczynanie burd, były eliminowane z grup kibiców, izolowane i spychane na margines. Jedynie wtedy będziemy mogli w spokoju oglądać wszystkie widowiska sportowe.

Daniel Więckowski
adwokat prowadzący indywidualną praktykę w Okręgu Izby Warszawskiej. Główne zainteresowania zawodowe to prawo karne, rodzinne oraz cywilne

1 http://sjp.pwn.pl/szukaj/prowokowanie

Warsztaty

Mechanizmy uzależnienia jako choroby

Marta **MAKOWIECKA**

Cel zajęć warsztatowych – uzyskanie przez uczestników wiedzy o uzależnieniu jako chorobie i jej mechanizmach, a także zdobycie umiejętności ich rozpoznawania.

Przebieg – zajęcia polegają na rozmowie wyjaśniającej istotę mechanizmów choroby oraz na ćwiczeniach, które pomagają w zdobyciu umiejętności ich rozpoznawania.

W poprzedniej części warsztatów omawialiśmy zespół czynników, które ułatwiają wejście w uzależnienie. W tym odcinku skupimy się na samej chorobie i na tym, jak ona działa. Będziemy wymiennie używać terminów *uzależnienie jako choroba* i *alkoholizm*, żeby skonkretyzować przykłady.

Część 1: Mechanizmy uzależnienia jako choroby:

1. Koncentracja życia wokół alkoholu (środka zmieniającego świadomość)

Człowiek uzależniony funkcjonuje inaczej niż ten, który nie jest chory. Wszystkie jego myśli skupione są na tym, co powoduje iluzoryczną ulgę, czyli np. na alkoholu. Duża część uzależnionych świadomie lub nieświadomie planuje swoje picie, koncentrując funkcjonowanie wokół tej myśli. Ich tryb życia wygląda tak, jakby nie liczyło się nic poza alkoholem – i niestety tak właśnie jest. Człowiek uzależniony przestaje wyznawać dotychczasowe zasady czy wartości, to, co było dla niego ważne, przestaje mieć znaczenie. Jego życie toczy się wokół picia i sposobów umożliwiających oddawanie się uzależnieniu. W najcięższej fazie choroby nie istnieje już właściwie nic poza środkiem zmieniającym świadomość – żadna ważna osoba, zajęcie, reguły. Chory zmienia swoje życie tak, żeby nic nie przeszkadzało mu np. w piciu – wybiera pracę, która mu to umożliwia, eliminuje „niewygodnych" znajomych, rezygnuje z bliskich relacji. W jego życiu liczy się tylko jedna rzecz – alkohol czy narkotyk. Chory przestaje normalnie funkcjonować w swoich rolach życiowych, sprzeniewierza się swojemu systemowi wartości.

W terapii uzależnień rozbrajanie tego mechanizmu polega m.in. na ponownym ustaleniu hierarchii wartości i tego, co jest dla danej osoby ważne.

2. Utrata kontroli nad piciem

To podstawowy mechanizm uzależnienia. Człowiek zdrowy nie ma potrzeby kontrolowania picia alkoholu, ponieważ nie wpływa ono destrukcyjnie na jego życie. Uzależniony w początkowym etapie choroby podejmuje próby kontrolowania swojego uzależnienia, ponieważ ma już świadomość, że picie ma wpływ na jego życie. Człowiek, który wychodząc na spotkanie towarzyskie, obiecuje sobie, że wypije np. tylko dwa drinki, ma już zapewne problem z alkoholem i niepełną świadomość tego, że wymyka mu się to spod kontroli. Problem w uzależnieniu polega na tym, że prędzej czy później kończy się to zupełną utratą kontroli. Pijący nie zdaje już sobie sprawy z tego, że nie panuje nad tym, ile wypija alkoholu, choć cały czas ma wrażenie, że to on o tym decyduje.

To, co z boku wygląda na kontrolowanie picia alkoholu – kiedy człowiek mówi, ile planuje wypić, i dotrzymuje słowa – jest w istocie już zachowaniem chorobowym. Polega to na tym, że udowadnianie kontroli jest także mechanizmem chorobowym – służy udowodnieniu, że nie istnieje problem z alkoholem, choć w rzeczywistości jest inaczej. Typowe dla uzależnionych są okresy tzw. wymuszonej abstynencji, która ma na celu pokazanie wszystkim i sobie samemu, że picie nie wymknęło się spod kontroli, skoro można nad tym zapanować. Prawda jest inna – zdrowy człowiek w ogóle nie podejmuje prób udowodnienia, że jest zdrowy, ponieważ nie ma takiej potrzeby.

W terapii uzależnień rozbrajanie tego mechanizmu polega m.in. na całkowitej abstynencji, wyeliminowaniu środka, który wywołuje niepożądane zachowania.

3. Nałogowy system regulowania uczuć

Człowiek uzależniony, może mieć problemy z emocjami, gdy nie został nauczony ich rozpoznawania i wyrażania. Kiedy stłumione uczucia są już tak silne, że człowiek odczuwa wyraźny dyskomfort, może sięgnąć po środek zmieniający świadomość, ponieważ nie wie, jak inaczej się z nimi uporać. Człowiek uzależniony „uzależnił się" również od nieodczuwania uczuć, które są dla niego zbyt trudne. Dotyczy to uczuć nieprzyjemnych, których rozładowanie i wyrażenie w sposób akceptowany jest konieczne dla zdrowego funkcjonowania. Ludzie uzależnieni mają też problemy z uczuciami przyjemnymi. Nie umieją przyjąć ich w takiej formie, w jakiej się pojawiają, ale chcą je „podkręcić", ponieważ jako osoby uzależnione nie mają zbyt wielu okazji do przeżywania przyjemnych stanów emocjonalnych. Człowiek uzależniony pije alkohol, kiedy jest smutny, zły czy wściekły, żeby pozbyć się tych uczuć, ale pije też wtedy, kiedy jest zadowolony czy ogarnięty euforią, żeby przedłużyć odczuwanie tych emocji.

W terapii uzależnień rozbrajanie tego mechanizmu polega m.in. na nauczeniu się rozpoznawania, nazywania i wyrażania emocji na bieżąco, żeby ich nie tłumić i „nie zbierać".

4. System iluzji i zaprzeczeń

Człowiek uzależniony ma rozbudowany system oszukiwania – często jego ży-

cie staje się jednym wielkim oszustwem. Ci, którzy kontaktują się z uzależnionymi, wiedzą, że są oni notorycznymi kłamcami, ludźmi niedotrzymującymi słowa, obietnic, dla których nic nie jest święte. Oszukiwanie innych to tylko część choroby, o wiele bardziej niebezpieczny jest system oszukiwania samego siebie – a uzależnieni są w tym prawdziwymi mistrzami. Celem samookłamywania się jest oczywiście odsunięcie prawdy o niepokojących objawach, mechanizmach czy działaniu choroby. Zmierzenie się z prawdą jest ponad siły człowieka uzależnionego. Specjaliści od uzależnień mawiają, że chory jest zwykle ostatnią osobą, która dowiaduje się, że jest chora. Wszyscy dookoła nie mają już żadnych wątpliwości, a sam uzależniony nadal żyje w iluzji. System iluzji i zaprzeczeń obejmuje wiele mniejszych systemów. Najbardziej powszechne to zaprzeczanie, minimalizacja i racjonalizacja.

Zaprzeczanie to po prostu negowanie oczywistości – przekonanie, że „piję tyle, co wszyscy", „nie jestem pijany", „wypiłem tylko trzy piwa". Najbardziej zdumiewające jest to, że uzależniony naprawdę wierzy w to, co mówi, mimo że fakty są inne. Podobnie działa mechanizm minimalizacji, który ma na celu nie tyle zaprzeczanie faktom, co zmniejszenie ich znaczenia. Racjonalizacja polega na wyszukiwaniu racjonalnych argumentów na uzasadnienie picia. Na przykład „picie piwa pomaga na nerki" czy „wódka z pieprzem dobrze robi na żołądek". Wszyscy wiedzą, że na nerki i żołądek pomagają lekarstwa, a nie alkohol, ale uzależniony naprawdę wierzy w to, co mówi. Twierdzi on także, że nie ma żadnego kłopotu z alkoholem.

W terapii uzależnień rozbrajanie tego mechanizmu polega m.in. na zmierzeniu się z prawdą dotyczącą choroby, faktami i wyeliminowaniu kłamstwa ze swojego życia.

5. System dumy i kontroli

To mechanizm, który ujawnia dezintegrację osobowości uzależnionego, powoduje, że w jednej osobie funkcjonują dwie sprzeczne osobowości. Kiedy chory pije, staje się innym człowiekiem niż wtedy, kiedy nie pije (nie używamy słowa *trzeźwy*, ponieważ czynny alkoholik nawet jak okresowo nie pije, nadal dotyczą go mechanizmy choroby). Normalnie uznaje pewne normy, zasady funkcjonowania, którymi kieruje się w życiu. Potrafi być czułym partnerem, opiekuńczym ojcem czy odpowiedzialnym pracownikiem. Kiedy pije, zmienia się nie do poznania, staje się inną osobą. Sam nie może tego zrozumieć, że po wypiciu alkoholu może się tak diametralnie zmienić. Ogarnia go poczucie winy, wyrzuty sumienia – to dominujące uczucia w życiu człowieka uzależnionego. Nie umie sobie z nimi poradzić i z tym, że pijąc, jest kimś innym, więc pije, żeby nie mieć kontaktu z trudnymi uczuciami. To błędne koło emocjonalne zostało świetnie zobrazowane w *Małym Księciu* w rozmowie z pijakiem: Dlaczego pijesz? Bo się wstydzę. Czego? Tego, że piję.

Elementem tego mechanizmu jest tzw. system wydrążonego „Ja". Polega to na tym, że człowiek uzależniony nie ma środka osobowości, funkcjonuje na skrajnościach. Pod wpływem alkoholu uważa, że jest panem świata, że wymyśli lekarstwo na raka lub zarobi mnóstwo pieniędzy. Następnego dnia ma takie wyrzuty sumienia spowodowane piciem, że uważa się za bezwartościowego, beznadziejnego człowieka. Nie ma adekwatnej samooceny, ponieważ środek zmieniający świadomość i choroba uniemożliwiają mu zetknięcie się z prawdą o sobie samym.

W terapii uzależnień rozbrajanie tego mechanizmu polega m.in. na zbudowaniu adekwatnej samooceny, która jest efektem długiej i trudnej pracy nad sobą.

Część 2: Ćwiczenia na przykładach

Prowadzący warsztaty czyta (lub rozdaje) teksty, które stanowią ilustrację omówionych mechanizmów, a uczestnicy przyporządkowują przykłady do odpowiednich mechanizmów choroby.

1. Wychodząc na przyjęcie, X postanowił, że wypije pięć kieliszków czystego alkoholu. Na miejscu poprosił gospodarza o wódkę z tonikiem i pił drinki przez cały wieczór. Upił się, twierdząc, że gdyby pił czysty alkohol, tak by się nie stało.
   (próba kontroli i utrata kontroli)
2. Y był redaktorem gazety. Następnego dnia miał prowadzić ogólnokrajowe wydanie pisma. Poprzedniego wieczoru pił do późna. Rano zadzwonił do redakcji, mówiąc, że nie przyjdzie, ponieważ jego ojciec miał zawał.
   (system iluzji i zaprzeczeń)
3. C pracowała jako nauczycielka. Z powodu picia zdarzało jej się nie przyjść do pracy, a w pewnym momencie stało się to nagminne. Dyrektorka szkoły wezwała C na rozmowę i powiedziała, że C pracuje do końca roku, a potem ma odejść. C czuła się tak, jakby wszyscy się na nią uwzięli. Przecież jest świetną nauczycielką, a każdemu zdarza się nie przyjść do pracy.
   (system iluzji i zaprzeczeń, system dumy i kontroli)
4. A miał dwie propozycje wieczornego wyjścia. Jednych znajomych lubił bardzo, ale wiedział, że na tym spotkaniu będzie mało alkoholu. Wybrał więc drugą propozycję – spotkał się z ludźmi, za którymi nie przepadał, ale którzy pili dużo alkoholu. (koncentracja życia wokół alkoholu)
5. D, który jest alkoholikiem, miał wizytę u lekarza. Lekarz miał zrobić badania potrzebne do ubezpieczenia. Kiedy padło pytanie o to, czy D pije alkohol, D odpowiedział, że pije tyle, co wszyscy, około butelkę wina tygodniowo.
   (system iluzji i zaprzeczeń)
6. M miał ważny egzamin pisemny. Nie do końca był pewien swoich umiejętności, a po egzaminie był prawie przekonany, że źle mu poszedł. Ponieważ był wściekły na siebie, że poświęcił za mało czasu na naukę, postanowił napić się alkoholu. Następnego dnia okazało się, że egzamin poszedł mu bardzo dobrze. Żeby to uczcić, postanowił się napić.
   (nałogowy system regulowania uczuć)

Można w ramach utrwalenia wiedzy o uzależnieniu poprosić na koniec uczestników, żeby sami przedstawili wymyślone przez siebie historie będące ilustracją poszczególnych mechanizmów choroby.

Marta Makowiecka
absolwentka polonistyki, uczy w warszawskim liceum „Bednarska", gdzie prowadzi także warsztaty profilaktyczne. Kocha zwierzęta, Tomasza Manna i swoją pracę. W wolnych chwilach jeździ na łyżwach, gra w piłkę nożną i ogląda filmy

Prezentowany przez autorkę model jest jednym ze sposobów rozumienia alkoholizmu spotykanym w literaturze.

Przypis redakcji