

sygnał

14,90 zł
(w tym 5% VAT)

magazyn
wychowawcy

nr 8 (032) wrzesień 2015

W SAMO SEDNO!

temat wydania
**Czego oczekują
uczniowie?**
Dzieci mają głos

s. 7

szkoła jutra
Storytelling
Historie
mają moc

s. 42

doskonalenie i rozwój
**Jak dobrze
wybierać**
Artykuł i psychozabawa

s. 48, 24



**CZAS
NA NOWĄ SZKOLĘ!**





Nauka przez zabawę

- ✓ 48 kolorowych kart
- ✓ nagrania mp3
- ✓ program PC



Zamów FISZKI z własnym logo!



FISZKI®

Napisz do nas:
reklamowe@fiszki.pl



Dlaczego na okładce tego numeru nie ma „tematu wydania”? Dlaczego piszemy na niej o „nowej szkole”? Dlaczego niszcymy zdjęcie pokazujące starą szkolną klasę? Odpowiedź jest prosta: rozpoczął się kolejny rok szkolny! Nie mamy więc odwagi zaprezentować Państwu zwykłej okładki – to po pierwsze, a po drugie – stawiamy, że to będzie 10 miesięcy pełnych naprawdę widocznych zmian (nie, nie ma to związku z polityką). Podobnie jak wielu z Was czujemy gdzieś w środku, że w tym roku liczba nauczycieli, którym zależy na nowej, lepszej szkole, będzie już na tyle duża, że w końcu trudno będzie dalej udawać, że nic się nie dzieje. Część z nich możecie zresztą poznać właśnie w tym wydaniu – coraz częściej do nas piszecie, dzielicie się swoją pracą, za co bardzo dziękujemy i czym z przyjemnością się dzielimy.

Jaka jest więc ta „nowa szkoła”? Zarówno uczniowie, jak i nauczyciele chodzą do niej z przyjemnością. Nie ma unieruchamiających ławek, ograniczających rozwój reguł i tłumiących radość uczenia się zakurzonych, starych metod. Jest wiele do zrobienia, dużo planów i nadziei, ale to sam proces osiągania sukcesu daje wiele satysfakcji. Są oceny, od czasu do czasu egzaminy i trudne sprawdziany, ale nie ma „lepszyc” i „gorszych” uczniów – różnią ich zainteresowania i umiejętności, każdy jest pod jakimś względem wyjątkowy, a kadra dba o to, by ta wyjątkowość się nie zmarnowała... Kto się spodziewa, że po tej pięknej wyliczance napiszę, że warto mieć nadzieję, bo pewnie kiedyś tak będzie, tego niestety rozczaruję. To nie marzenia, takie placówki w Polsce już istnieją i będzie ich coraz więcej. **Czas na nową szkołę!**



Redaktor prowadząca

Agnieszka Korcz

Prezent od Oficyny MM



facebook.com/magazynsygnal

Wydawca
Oficyna MM
Wydawnictwo Prawnicze
Sp. z o. o. Sp. k.
ul. Błażeja 10 j/1, 61-608 Poznań
tel. (61) 653 64 30
biuro@oficynamm.pl
www.oficynamm.pl

Nakład
2600 egz. papierowych

Adres redakcji
ul. Błażeja 12 j/2
61-608 Poznań

Redaktor naczelna
Aneta Mizera

Redaktor prowadząca
Agnieszka Korcz
abialachowska@oficynamm.pl

Menedżer Produktu
Agnieszka Korcz
akorcz@oficynamm.pl

Stali współpracownicy
Magdalena Goetz
Monika Gryboś
Paulina Ilksa
Marcin Majchrzak
Joanna Marglarczyk
Jagna Niepokólczycka-Gac
Katarzyna Romanowska
Anna Samsel
Jarosław Szulski
Anna Tulczyńska
Agnieszka Ważny
Małgorzata Wylegała
dr Marzena Żylińska

Korekta
Anna Kaczmarek

Reklama
reklama@oficynamm.pl
tel. (61) 653 64 30

Dział obsługi klienta
bok@oficynamm.pl
tel. (61) 828 49 27
tel. (61) 828 49 72

Zdjęcia
Zbiory własne Oficyny MM,
Dreamstime.com, Fotolia.com

Skład, druk i oprawa
Zakład poligraficzny
Moś i Łuczak sp.j.
psamburski@mos.pl



oficyna mm
Wydawnictwo Prawnicze

Zamówienia na prenumeratę instytucjonalną przyjmuje firma Kolporter Spółka z ograniczoną odpowiedzialnością S.K.A.
Informacje pod numerem infolinii: 0801 40 40 44 lub na stronie internetowej: <http://dp.kolporter.com.pl/>.
Redakcja nie zwraca materiałów niezamówionych, zastrzega sobie prawo do skracania, redagowania oraz zmian tytułów i tekstów
nadesłanych artykułów, nie odpowiada za treść materiałów reklamowych.
Zdjęcie na okładce: Maisna

Kalendarium	5
Aktualności	6

! TEMAT WYDANIA

Czego oczekują uczniowie?	7
---------------------------	---

👤 Z KAŻDEJ STRONY

Ochrona danych osobowych w pracy nauczyciela, cz. I	10
Klucz do oceniania	12
Współczesna rodzina, cz. VII	14
A teraz siadamy w kółeczku...	17

👄 WYWIAD

Rozmowa z dr Lori Desautles	19
-----------------------------	----

😊 ŚWIAT WYJĄTKOWYCH NAUCZYCIELI

Agata Fowles	22
--------------	----

📁 TECZKA NAUCZYCIELA

Psychozabawa	24
Scenariusze lekcji	27
Wzory dokumentów	34

🔍 Z PRAKTYKI PORADNI

Czasami jesteśmy bezsilni	39
---------------------------	----

∞ SZKOŁA JUTRA

Nauka poprzez opowiadanie	42
---------------------------	----

🎓 DOSKONALENIE I ROZWÓJ

Techniki szybkiego uczenia się, cz. VI	46
Decyduj i bądź szczęśliwy!	48

🎨 KRESKĄ ASI

52

🧠 NEURODYDAKTYKA

Materiały dydaktyczne – materiały polemiczne	53
--	----

✍️ FELIETON

Punkt widzenia	55
----------------	----

💬 RECENZJA

56



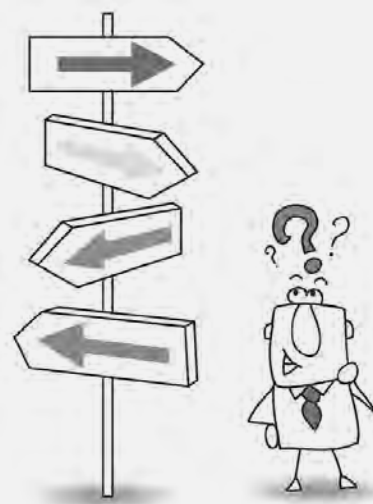
Czego oczekują uczniowie?

s. 7



Sztuka wybierania

s. 48, 24



Kręgi dialogu

s. 17



kalendrium

wrzesień 2015

Data	Zadanie nauczyciela	Podstawa prawna
1 września	Uroczyste rozpoczęcie roku szkolnego 2015/2016: • udział w szkolnych uroczystościach, • rozdanie świadectw uczniom, którzy w sierpniu zdawali egzaminy poprawkowe, • przekazanie uczniom tygodniowego rozkładu zajęć, przydziału sal, informacji o zajęciach dodatkowych, • zapoznanie lub przypomnienie zasad BHP obowiązujących w szkole, • przekazanie kalendarium na najbliższe tygodnie, informacji o zasadach ubezpieczenia, • podanie terminu pierwszej wywiadówki	Dz.U. z 2002 r. Nr 46 poz. 432 ze zm., Dz.U. z 2010 r. Nr 97 poz. 624 ze zm.
Przed 2 września	Przygotowanie dokumentacji przebiegu nauczania na rozpoczynający się rok szkolny: • dzienniki lekcyjne, • arkusze ocen, • indeksy w szkołach dla dorosłych, dzienniki innych zajęć według potrzeb uczniów danej klasy	Dz.U. z 2010 r. Nr 97 poz. 624 ze zm.
Przed 2 września	Zapoznanie się z orzeczeniami i zaświadczeniami o specjalnych potrzebach edukacyjnych, dysfunkcjach, chorobach przewlekłych ucznia i innych, o których powinna być powiadomiona szkoła, weryfikacja danych i przekazywanie informacji odpowiednim osobom, nauczycielom uczącym w klasie	Dz.U. z 2015 r. poz. 843
1–4 września	Złożenie wniosku do dyrektora szkoły o rozpoczęcie stażu zawodowego (nauczyciel kontraktowy i mianowany)	t.j. Dz.U. z 2014 r. poz. 191 ze zm., Dz.U. z 2013 r. poz. 393
Np. 5 września	Przygotowanie projektu planu pracy dydaktycznej i wychowawczej	
Początek września	Przeprowadzenie zebrania z rodzicami (przekazanie i zebranie ważnych informacji) oraz wybór „trójki klasowej”	Dz.U. z 2002 r. Nr 46 poz. 432 ze zm.
Pierwszy tydzień września	Wybór samorządu klasowego i ewentualnie innych funkcji (np. sekretarz klasy)	Statut szkoły lub szkolny program wychowawczy
Początek września	Pomoc w przekazaniu darmowych podręczników oraz materiałów edukacyjnych uczniom, jeśli jest się wychowawcą klasy, która korzysta z bezpłatnych egzemplarzy	t.j. Dz.U. z 2014 r. Nr 256 poz. 2572 ze zm.
Początek września	Opracowanie kalendarza klasowych uroczystości, imprez, ważnych wydarzeń oraz zapoznanie uczniów i ich rodziców z planem pracy wychowawczej wraz z harmonogramem imprez szkolnych	
Przed 15 września	Przygotowanie listy uczniów klasy, którzy mogą być objęci stypendiami szkolnymi, pomoc uczniom/ich rodzicom przy składaniu wniosków o stypendia szkolne	t.j. Dz.U. z 2014 r. Nr 256 poz. 2572 ze zm.
Np. do 18 września	Poinformowanie uczniów o zasadach i terminach egzaminów zewnętrznych, uwzględniając wszystkie najnowsze zmiany prawne dotyczące organizacji i przeprowadzania tych egzaminów	
20 września	Złożenie przez nauczyciela stażystę planu rozwoju zawodowego do akceptacji dyrektora	Dz.U. z 2013 r. poz. 393
Do 30 września	Zgromadzenie deklaracji uczniów swojej klasy, którzy zamierzają przystąpić do sprawdzianu lub egzaminu w języku mniejszości narodowej, mniejszości etnicznej lub w języku regionalnym	t.j. Dz.U. z 2014 r. Nr 256 poz. 2572 ze zm.

Filozofia w szkole

W ramach programu „Edukacja filozoficzna” uczniowie z całej Polski będą mogli wziąć udział w zajęciach z filozofii. Projekt zainicjowany przez resort nauki ruszy w 2016 r.

Nauczyciele akademicy z kilkunastu jednostek naukowych wyłonionych w konkursie poprowadzą zajęcia dla uczniów szkół ponadgimnazjalnych. Program zakłada, że uczelnia nawiąże współpracę ze szkołami, które będą chciały wziąć w nim udział. Zajęcia z filozofii będą dobrowolne. Nowy program zakłada także podniesienie kompetencji nauczycieli. Kadra szkół ponadgimnazjalnych będzie mogła z bliska przyjrzeć się temu, jak wygląda praktyczne nauczanie filozofii i wykorzystanie metod z zajęć na innych szkolnych przedmiotach. – *Filozofia to nie tylko wykłady z jej historii. Edukacja filozoficzna to przede wszystkim zajęcia rozwijające kompetencje i umiejętności związane z argumentowaniem, krytycznym, samodzielnym myśleniem i logiką. To umiejętności potrzebne przyszłym studentom, a także absolwentom na rynku pracy* – podkreśla minister nauki Lena Kolarska-Bobińska.

Serwis Nauka w Polsce – www.naukawpolsce.pap.pl

CHCESZ WIEDZIEĆ WIĘCEJ?

Wejdź na www.sygnał.oficynaamm.pl
Bierz udział w konkursach, pobieraj artykuły, czytaj aktualności



Dopalacze = narkotyki

Dopalacze to rodzaj syntetycznych narkotyków, które mają zmienny skład i nieprzewidywalne działanie. Osoby sięgające po nie (niestety – coraz młodsze) świadomie ryzykują swoje życie i zdrowie. Jak walczyć z dopalaczami?

Stowarzyszenie Monar, które od prawie 40 lat zajmuje się uzależnieniami, uważa, że „poprawa sytuacji (...) w pierwszej kolejności wymaga szerokiej dyskusji na temat przyczyn rosnącej popularności narkotyków”. Zdaniem organizacji w obszarze profilaktyki niezbędne jest m.in.:

- odejście w szkołach i innych placówkach pracujących z dziećmi i młodzieżą od stereotypowych, powierzchownych i nieefektywnych działań edukacyjnych na rzecz nieszablonowych, nowoczesnych i aktywnych form pracy z uczniem, opartych na uniwersalnych wartościach, prawdziwym autorytecie i bliskim indywidualnym kontakcie emocjonalnym. **W profilaktyce mniejsze znaczenie ma to, co się mówi, ważniejsze jest to, kto to mówi,**
- realizowanie na rzecz uczniów długofalowych programów nastawionych na zmianę postaw, rozwój umiejętności osobistych i społecznych, odkrywanie konstruktywnych wartości i operowanie przekonującymi, autentycznymi wzorami osobowymi.

Stowarzyszenie zaprasza do współpracy m.in. szkoły. Dysponuje liczącą ponad 700 osób kadrą specjalistów i własnymi, autorskimi programami. Więcej informacji: www.monar.org.

Gdzie jeszcze można szukać pomocy:

- **800 060 800** – bezpłatna, całodobowa infolinia Głównego Inspektora Sanitarnego,
- **116 111** – Telefon Zaufania dla Dzieci i Młodzieży, dostępny codziennie w godzinach 12.00–22.00, pomoc online dostępna na www.116111.pl/napisz,
- **800 100 100** – linia dla rodziców i nauczycieli dostępna od poniedziałku do piątku w godzinach 12.00–18.00, pomoc online dostępna pod adresem pomoc@800100100.pl,
- **800 12 12 12** – Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka przeznaczony zarówno dla dzieci, jak i dorosłych,
- **112** – numer alarmowy obowiązujący na terenie całej Unii Europejskiej.
- strona www.msw.gov.pl/dopalaczekradnazycie zawierająca pełną listę podejmowanych lub planowanych działań profilaktycznych związanych z walką z tymi niebezpiecznymi substancjami,
- **profil na Facebooku** kampanii „Dopalacze kradną życie”: www.facebook.com/dopalaczekradnazycie

Monar, MEN





Czego oczekują uczniowie?

Więcej swobody i kreatywności w procesie nauczania oraz dyscypliny i egzekwowania zasad obowiązujących na lekcji. Tego uczniowie oczekują od nauczycieli.

Paulina Iliska

Gdy „zapytamy” wyszukiwarke o oczekiwania uczniów wobec nauczycieli, pojawiają się artykuły i badania, ale te dotyczące oczekiwań nauczycieli, ewentualnie rodziców wobec uczniów. Podobnie kończą się poszukiwania w bibliotece. To dziwne, prawda? Udało nam się dotrzeć tylko do jednego badania. Otóż w Żurominie¹ zbadano oczekiwania rodziców, nauczycieli i uczniów wobec szkoły. Ankiety przeprowadzono w szkołach ponadgimnazjalnych wśród 813-osobowej grupy rodziców, 113 nauczycieli i 1275 uczniów. Co wskazali uczniowie?

- wysoki poziom nauczania (prawie 40 proc.),
- zapewnienie poczucia bezpieczeństwa (trochę ponad 20 proc.),
- rozwijanie zainteresowań i wychowanie (prawie 20 proc.),
- rozwijanie samodzielności i inwencji (17,4 proc.),
- zorganizowanie czasu wolnego (27,4 proc.),
- dobre relacje z nauczycielem (prawie 20 proc.).

Uczniowie, zapytani o to, co według nich jest najważniejsze u nauczyciela prowadzącego lekcje, wymienili: przygotowanie, atmosferę, komunikatywność, przebieg (najwięcej osób) i zainteresowanie tematem. Natomiast na pytanie, czy w razie trudnych sytuacji w szkole mogą liczyć na pomoc jej pracowników, zaledwie 9 proc. odpowiedziało „tak”, a 36,6 proc. „nie”. W pytaniu otwartym o silne strony placówek uczniowie wymienili m.in. monitoring, miłą atmosferę, wysoki poziom nauczania i otwartość nauczycieli czy dyrektora. Jako słabsze strony wskazali m.in. nacisk na bardzo dużą ilość nauki, późny powrót do domu, niesprawiedliwe ocenianie i brak wyrozumiałości, przemykanie oczu na negatywne zachowanie uczniów.

Badanie to przeprowadzono w 2009 r. Jego aktualność jest ważna, ponieważ w związku z przemianami społecznymi i kulturowymi oczekiwania wobec nauczycieli, a także i ich rola, ulegają zmianie. Tradycyjny model, którego filarem była komunikacja jednokierunkowa (nauczyciel przekazuje wiedzę, uczniowie notują i uczą się na pamięć), przestaje się sprawdzać w dobie powszechnego dostępu do informacji za pomocą internetu (choćby, czy tak naprawdę kiedykolwiek się sprawdzała?).

Zmienia się też postrzeganie autorytetu nauczyciela, bowiem teraz można go podważać. Uczniowie głośno wyrażają opinie na temat programu szkolnego, sposobu prowadzenia lekcji, a nawet statusu majątkowego czy wyglądu nauczyciela. Pojawia się problem określania granic. Zmienia się nie tylko stosunek do nauczania i nauczyciela jako osoby. Równie niełatwe jest określenie, na ile ma się on zajmować tylko nauczaniem, a na ile organizować uczniom czas poza lekcjami, pomagać w rozwiązywaniu problemów emocjonalnych czy rodzinnych. Cenne jest więc znalezienie odpowiedzi na pytanie: czego oczekują uczniowie?

Proces nauczania

Zmiana oczekiwań uczniów związana z samym procesem nauczania, ściśle wiąże się z rozwojem nowoczesnej technologii. Doktor Anna Hildebrandt² zwraca uwagę, że „mózg młodego człowieka rozwija się inaczej niż nasz, ponieważ podlega innemu rodzaju bodźcom (...). Dzieci sieci wybierają, inicjują, współpracują, organizują, są aktywnymi czytelnikami, komentatorami, autorami, strategami. Po raz pierwszy w historii pokolenie sieci zmienia kulturę kontroli – w domu, szkole, pracy, mediach – na kulturę



możliwości". Temu pokoleniu jeszcze trudniej wytrwać przez 45 minut lekcji. Chcą uczyć się po swojemu, w sposób prawdziwie zindywidualizowany. Potrzebują swobody komunikowania się, działania, eksperymentowania, pracy w zespołach zadaniowych, nastawionych na osiągnięcie efektu. Chcą być wysłuchani, ale też czują, że kontakt między pokoleniami sprawia im trudność. Nie lubią sztywnych procedur, hierarchii obecnej w szkołach. Ale to nie znaczy, że nauczyciel jest nieważny czy niepotrzebny. Młodzi potrzebują mentora, z którym mogliby zbudować prawdziwą relację. Oczekują nieszablonowych działań, cenią autorską pracę nauczyciela. Jest dla nich ważne, by umiał zainteresować tematem i pełnić rolę lidera, czyli kogoś, kto zainicjuje działania i będzie wspierać w procesie zdobywania wiedzy. Uczniowie odbierają szkołę jako instytucję nadmiernie kontrolującą. Bywa, że na presję osiągania wyników i uczestniczenia w wyścigu szczurów reagują nerwicą, depresją, kłopotami zdrowotnymi. Wskazują na potrzebę zmian.

Nauczyciel – kumpel?

Gimnazjaliści, pytani o to, co jest dla nich najważniejsze w szkole, odpowiadali?: „Żeby się nie nudzić na lekcji. (...) Cicho sami z siebie jesteśmy, gdy pani od chemii pokazuje doświadczenia, dymy lecą różowe, albo na matematyce, jak się skupiamy na rozwiązaniu zadań. Ale to rzadko. (...) Hałasujemy, bo jest nudno. (...) Pani stoi i gada. (...) Po trzeciej godzinie można zwariować, a lekcji jest siedem". Co się w związku z tym dzieje? „Wszyscy krzyczą, przeklinają, biją się". Nikt nie reaguje na próby dyscyplinowania, uczniowie odnoszą się do nauczycieli lekceważąco. Gimnazjalista zwraca uwagę, że z zachowania klasy nie są wyciągane konsekwencje. „Sam bat już nie działa. Działa zagrożenie karą i to, że ona na pewno nastąpi. Najgorzej jest, gdy nauczyciele boją się uczniów".

System myślenia, w którym jedynym środkiem wychowawczym jest kara, bez wątpienia jest zły, ale nie oznacza to, że uczniowie nie oczekują od nauczycieli konsekwencji. Według profesora Bogusława Śliwerskiego⁴ nauczyciel ma przyjąć rolę „facylitatora, kogoś, kto ułatwia uczenie się (...) łącznika między światem nauki a środowiskiem życia i osobowością ucznia, który dzięki różnego rodzaju technikom i zabawom ma go wspierać w procesie samokształcenia". Wyjście naprzeciw takim oczekiwaniom uczniów nie jest łatwe. Zdaniem profesora, z poprzedniej epoki został nam „system klasowo-lekcyjny (...) jednorodnie wiekowo klasy (...) sztywny podział na przedmioty (...) kształcenie pamięciowe, kultura ciszy i wyłączania samodzielnego myślenia uczniów i nauczycieli, (...) nieodzowny nadzór, brak zaufania". Nie należy jednak pochopnie bratać się w uczniami, „trzeba mieć twardszą postawę, bo uczniowie łatwo przekraczają wyznaczone granice (...) Współczesny nauczyciel to konsultant, animator (...) Nie myślę rzecz jasna o koleśnictwie, poklepywaniu się czy redukowaniu własnej godności, by przypodobać się uczniom. To byłoby odwrócenie ról, jak w przypadku nauczyciela technikum, któremu młodzież włożyła na głowę kosz na śmieci. Taka osoba nie powinna w szkole pracować".

Spełnienie oczekiwań uczniów, czyli więcej kreatywności, samodzielności i swobody w zdobywaniu wiedzy, a jednocześnie utrzymanie dyscypliny, jest trudne z powodów systemowych. Łatwiejsze jest w miejscach związanych z edukacją alternatywną, działającą według zasad choćby Montessori. Zatem w jaki sposób nauczyciel ma spełnić oczekiwania uczniów – z jednej strony większej swobody w zdobywaniu wiedzy, a z drugiej – utrzymania dyscypliny?

Emilia Gural, psycholog szkolny w gimnazjum, pracownik poradni psychologiczno-pedagogicznej: Warto, by nauczyciel zaczął od opracowania kontraktu na pierwszej lekcji, porozmawiania o formach współpracy i oczekiwaniach uczniów. Ważne, by kontrakt był wspólnie ustalany, a nie podyktowany.

Wtedy uczniowie czują się odpowiedzialni za jego przestrzeganie. Młodzież oczekuje sprawiedliwego traktowania. Jeśli normy i zasady są określone – liczba nieprzygotowań, zachowanie na lekcji itd. – łatwiej współpracować. Ustalone normy trzeba egzekwować, nie ma odstępstw. Popierać działania dialogiem, wyjaśnieniem. Postawa typu „nie, bo nie", „dostałeś jedynkę, bo dostałeś jedynkę" zamyka komunikację. Jeśli powiemy „nie przygotowałaś/przygotowałeś się trzy razy do zajęć, takie





mamy zasady, pozostali są przygotowani, nie byłoby sprawiedliwe, gdybym to zignorowała/zignorował” jest jasne, że ocena nie wynika ze złośliwości nauczyciela, tylko z przyjętych przez wszystkich uczniów zasad.

Poza tym uczniowie cenią autentyczność i wiarygodność, pojmowaną jako spójność człowieka w życiu prywatnym i zawodowym. Oczekują merytorycznego przygotowania i utrzymania porządku na lekcji. Nie szanują nauczyciela, który nie potrafi zająć ich uwagi. Warto wykorzystać koncepcję angażowania wszystkich inteligencji, różnych zmysłów. Pamiętać, że dzieciaki są bombardowane natłokiem informacji, obrazów, często mogą czegoś dotknąć, robić symulacje. Boddźce przyswajane są wielokanałowo, a czas koncentracji krótszy niż kiedyś. Trzeba wyjść naprzeciw potrzebom, wykorzystywać różne formy nauczania: multimedia, wycieczki, eksperymenty.

ZDANIEM UCZNIÓW

Filip, I klasa szkoły podstawowej: Chciałbym, żeby nauczyciel dokładniej tłumaczył. Żeby prowadził miłe lekcje. Na WF-ie trochę zabaw i trochę ćwiczeń, więcej wychodzenia na dwór. Na przerwach chciałbym się bawić w klasie, a jesteśmy na korytarzu. Chciałbym, żeby pani lepiej mówiła po angielsku i wolałbym robić coś na komputerze, a nie malować, robić laurki. I pisać trochę w Wordzie, nie tylko w zeszytach. Jest w naszej klasie dziecko, które bardzo wolno pisze. Pani na nie krzyczała, a jak się bawiło piórnikiem, to mu go zabierała. Chciałbym, by nie krzyczała na nie i wcześniej je ostrzegała. Jak się dzieci kłócą, chciałbym, by to było wyjaśnione i zgłoszone rodzicom. Jak nikt nie chce mówić albo jedno dziecko kłamie i jest mało świadków, pani karze nas wszystkich – nie chcę mieć kary za coś, czego nie zrobiłem.

Mikołaj, III klasa szkoły podstawowej: Nauczyciel powinien zadawać dużo pytań, by uczeń mógł wyrazić swoją opinię. Kiedyś, jak przeczytaliśmy lekturę, pani od polskiego zrobiła z nami przedstawienie. Pisaliśmy scenariusz, ćwiczyliśmy. To było bardzo fajne. Powinno być więcej prac grupowych. Oceny powinny być stawiane w inny sposób. Zdarzy się, że ktoś zrobi dodatkową pracę i mu fajnie wyjdzie, dostanie dobrą ocenę, a on nic nie wie. Powinni też dawać nam więcej czasu na zastanowienie się przy tablicy, a nie po pięciu sekundach jedynka. Nie lubię, gdy nauczyciele krzyczą, są nieprzyjemni. Jednemu chłopakowi to już tak odpuszczają, że może nawet bez plecaka do szkoły przyjść. Chciałbym, by nauczyciele bardziej nas słuchali i byli bardziej otwarci. Jak ktoś przychodzi smutny, pytają, czemu tak jest i trochę pomagają. Chciałbym, by pomagali więcej, np. jak mamy problem rodzinny.

Natalia Gołąbek, III klasa Salezjańskiego Gimnazjum im. ks. Bosko w Łodzi: Priorytetem nauczyciela powinno być „zarażenie” nas pasją do przedmiotu. Powinien

metodą prób i błędów badać, na jakim podłożu najpewniej czują się uczniowie i na tej podstawie wprowadzać materiał. Nowoczesne komunikatory to jedynie udogodnienie, a prawdziwym kluczem jest słowo, niezależnie od sposobu jego nadania. Integracja z nauczycielem i poszerzenie z nim personalnych relacji jest czymś niezwykłym, ponieważ pozwala nam spojrzeć na pedagoga od innej strony. Widzimy, że możemy porozmawiać z nim o tym, co nas dręczy i odnaleźć w nim pomoc.

Robert, 14 lat, II klasa technikum: Chciałbym, by nauczyciel był wymagający, ale też dobrze uczył. Często ma wiedzę, ale nie rozumiemy, co mówi. Trudno nawiązać kontakt, gdy z przedmiotów profilowych mamy godzinę w tygodniu. Chciałbym, by wychowawca organizował nam dodatkowe lekcje, jak czegoś nie rozumiemy. Nie życzyłbym sobie wtrącania się w prywatne sprawy, problemy. Od tego są rodzice.

Katarzyna Łapińska, 18 lat, II klasa liceum czteroletniego: Ważny jest luz, jak ktoś ma pomysł, chce się czymś podzielić, powinien mieć taką możliwość. Ważne, by uczniowie też byli zaangażowani w to, co robi nauczyciel, by była współpraca. Ale uczniowie nie mogą robić wszystkiego, co chcą, potrzebna jest dyscyplina. W ocenianiu istotne jest, na ile uczeń wykorzystał kreatywność, ile włożył pracy, że nie ściągnął z internetu, tylko sam wymyślił, a nie tylko to, czy zrobił zadanie „poprawnie”, według standardów. Nasza grupa francuska spotyka się na śniadaniach na trawie, rozmawiamy po francusku, w szkole organizowana jest noc filmowa, oglądamy filmy. To ważne, by dobrze czuć się w grupie, a zajęcia pozalekcyjne w tym pomagają. Ja mam bliski kontakt z wychowawcą i cenię sobie to, że mam dodatkowe wsparcie. Gdy wychowawca widzi, że jestem smutna, pyta, czy potrzebuję wsparcia, ale nigdy nie naciska.

Przypisy:

- ¹ www.zuromin-powiat.pl/files/2009/wyniki.pdf.
- ² Doktor Anna Hildebrandt, *Portret młodych*, Instytut Badań nad Gospodarką Rynkową, Pomorski Kongres Obywatelski, 2015, www.kongresobywatelski.pl/category/viii-pomorski-kongres-obywatelski/viii-pko-debata-mlodych.
- ³ M. Grzebałkowska, *Żadnej litości*, „Gazeta Wyborcza. Duży Format” 2012, nr 14/972.
- ⁴ E. Pietryga, *Daleko od przedwojennego belfra*, „Rzeczpospolita” 2013, nr 240.

Paulina Iliska

Kulturoznawca, trenerka, nauczycielka terapii pedagogicznej. Specjalizuje się w prowadzeniu szkoleń i konsultacji w zakresie skutecznego uczenia się, treningu twórczości i komunikacji. Prowadziła zajęcia dla młodzieży zagrożonej wykluczeniem społecznym w ośrodkach Monar. Prowadzi firmę edukacyjno-szkoleniową Edukacja. Dziennikarka, pisze teksty o tematyce psychologicznej i kulturalnej



Ochrona danych osobowych w pracy nauczyciela

część I

Szkoły nie są w stanie prawidłowo realizować procesu nauczania bez przetwarzania danych osobowych uczniów i ich rodziców. Najważniejszym czynnikiem sprzyjającym bezpieczeństwu w tej kwestii jest wysoka świadomość m.in. nauczycieli.

Łukasz Zegarek

Popularnym stanowiskiem jest np. opinia, że publikacja na szkolnej stronie internetowej danych osobowych zwycięzców konkursów nie jest uzależniona od spełnienia dodatkowych wymogów. Nic bardziej mylnego! Takie działanie stanowi przetwarzanie danych osobowych i niezbędne jest spełnienie warunków określonych przez *Ustawę z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych* (uodo.). W przeciwnym wypadku działania te będą niezgodne z prawem.

Cykl artykułów poświęconych ochronie danych osobowych w pracy nauczyciela oczywiście nie ma na celu wytykania błędów, lecz wskazanie prawidłowych praktyk w zakresie postępowania z danymi osobowymi. Artykuły poparte są przykładami i skupione wokół zagadnień praktycznych z pewnością będą stanowić ważny poradnik.

Zabezpieczanie dokumentacji

Podstawowym problemem jest niestosowanie odpowiednich środków technicznych i organizacyjnych, które zabezpieczyłyby dane przed ich udostępnieniem osobom nieupoważnionym, zabraniam przez osobę nieuprawnioną, przetwarzaniem z naruszeniem przepisów oraz zmianą, utratą, uszkodzeniem lub zniszczeniem, co stanowi naruszenie art. 36 ust. 1 uodo. Przechowywanie dokumentacji przebiegu nauczania, działalności wychowawczej i opiekuńczej czy

też sprawozdań z posiedzeń rady pedagogicznej w sprawie klasyfikacji na otwartych regałach i w niezamykanych na klucz szafach jest dość częstą praktyką. Zdarza się również, że dokumentację przechowuje się w zamkniętych szafach, lecz klucz pozostawiany jest w zamku, co powoduje jedynie złudne poczucie bezpieczeństwa.

Innym problemem jest kwestia zarządzania kluczami do sal lekcyjnych czy pokoju nauczycielskiego. Zagadnienie to jest dość często zaniedbywane w szkołach, co związane jest najczęściej z brakiem wewnętrznych procedur. Niejednokrotnie zdarza się, że nauczyciele zabierają klucze ze sobą do domu albo przekazują je innemu pracownikowi. Problemem jest też brak ewidencji pobranych i zdanych kluczy oraz brak list osób upoważnionych do pobierania kluczy do określonych pomieszczeń. W konsekwencji prowadzi to do tego, że dostęp do nich może mieć bliżej nieokreślony krąg osób. Rozwiązaniem w tym zakresie jest wprowadzenie jednolitych zasad postępowania, zarówno z kluczami do pomieszczeń, jak i z kluczami do szaf znajdujących się w salach, o co warto zabiegać u dyrekcji placówki.

Szkoły często nie wykorzystują już istniejących rozwiązań w zakresie bezpieczeństwa. Przykładem są kamery przemysłowe, które wykorzystuje się przede wszystkim w celu zapewnienia bezpieczeństwa uczniom. Nic nie stoi na prze-



szkodzie, aby system monitoringu wykorzystać również do monitorowania miejsc, w których przechowuje się dane osobowe.

Nie bez znaczenia jest również tzw. polityka czystego biurka, która oznacza niepozostawianie materiałów zawierających dane osobowe w miejscu umożliwiającym fizyczny dostęp do nich osobom nieuprawnionym. Za realizację tej zasady odpowiedzialny jest każdy z pracowników szkoły.

Ponadto nieprzydatne już wydruki oraz nośniki danych powinny być niszczone w stopniu uniemożliwiającym ich odczytanie (najlepiej w niszczarce dokumentów). Gdy szkoła nie ma możliwości zakupu niszczarki lub gdy chwilowo nie można z niej skorzystać, wyrzucone wydruki powinny być podarte lub pocięte w stopniu uniemożliwiającym ich złożenie i odczytanie.

Wynoszenie dokumentacji

Problem wynoszenia dokumentów zawierających dane osobowe dotyczy zwłaszcza dzienników, klasówek i innych prac napisanych przez uczniów. Obowiązujące przepisy prawa jednoznacznie nie rozstrzygają tego, czy można wynosić np. dziennik lekcyjny poza budynek szkoły. Prawo zobowiązuje szkołę (art. 3 u.o.d.) do właściwego zabezpieczenia dokumentacji, która zawiera dane. Wyniesienie dziennika lekcyjnego poza budynek szkoły może go narazić na zniszczenie, utratę lub udostępnienie danych w nim zawartych osobom nieupoważnionym. Stąd też należy takie przypadki ograniczyć do niezbędnego minimum. Dobrym rozwiązaniem w tej kwestii jest wydawanie przez dyrektora szkoły (jako osobę reprezentującą administratora danych) pisemnych zgód na wyniesienie dziennika lekcyjnego poza teren szkoły.

Sprawa komplikuje się nieco w przypadku e-dziennika. Szkoła, która zdecydowała się na korzystanie z e-dziennika, zobowiązana jest do zastosowania szeregu wymogów dotyczących jego prowadzenia. I tak, należy m.in. odpowiednio zabezpieczyć dane stanowiące dziennik elektroniczny przed zniszczeniem, uszkodzeniem lub ich utratą czy też dostępem osób nieuprawnionych. Ponadto należy wprowadzić możliwość rejestrowania historii zmian i ich autorów. Faktycznie zabezpieczenia te realizowane są przez podmiot obsługujący system informatyczny e-dziennika. Szkoła jednak powinna te aspekty stale kontrolować oraz monitorować sposób obsługi systemu. Ponadto konieczne jest zawarcie umowy powierzenia przetwarzania danych osobowych z takim podmiotem, który dodatkowo powinien złożyć oświadczenie o przestrzeganiu obowiązujących przepisów z zakresu danych osobowych oraz o tym, że przetwarzanie danych będzie odbywało się wyłącznie we wskazanym zakresie i w celu.

Prywatne nośniki danych

Dość częstą praktyką jest korzystanie z prywatnych komputerów i wymiennych nośników danych (takich, jak np. pendrive). Powoduje to znaczne poszerzenie kręgu osób,

które potencjalnie mogą uzyskać nieuprawniony dostęp do danych osobowych. Dotyczy to głównie członków rodziny czy znajomych. Za każdym razem należy wziąć pod uwagę zagrożenie wirusowe oraz ryzyko zgubienia małego przedmiotu, jakim jest np. pendrive.

Innym powtarzającym się naruszeniem bezpieczeństwa danych osobowych jest przysyłanie tego typu danych na prywatne konta mailowe. Taki transfer odbywa się zwykle w formie niezabezpieczonej. Bardzo istotną kwestią w tych zagadnieniach jest również fakt całkowitej utraty kontroli nad sposobem zabezpieczenia danych osobowych przez administratora danych (szkołę reprezentowaną przez dyrektora).

Wszelkie nośniki danych zawierające dane osobowe należy przechowywać w miejscu uniemożliwiającym ich odczytanie przez osoby postronne. Przykładowo: płyty CD, na których nagrano zdjęcia ze szkolnych imprez należy przechowywać w zamkniętej szafce znajdującej się nie w domu nauczyciela, lecz w budynku szkoły.

Podsumowanie

Przetwarzanie danych osobowych w szkole, niezależnie od jej wielkości czy typu, jest jednym z podstawowych procesów w niej zachodzących. Zebrane informacje, zarówno te dotyczące uczniów, jaki i ich rodziców, stanowią fundament jej funkcjonowania. Dlatego niezwykle ważne jest, aby pracując przy tego typu informacjach być świadomym konieczności ich należytego zabezpieczenia. Większość z wymienionych uchybień wynika z ustalonych przez lata pracy przyzwyczajzeń. Podstawową w tym zakresie zmianą powinna być zatem zmiana nawyków.

W kolejnym artykule pozostawimy za sobą zabezpieczenia fizyczne i rutyny pracy z danymi i odniesiemy się m.in. do sytuacji, w których szkoła powinna zbierać zgody na przetwarzanie danych osobowych uczniów, wskażemy, jak powinna wyglądać klauzula zgody w związku z publikacją wizerunku dzieci oraz podpowiemy, w jakich okolicznościach nauczyciel ma prawo udzielić informacji na temat dziecka, a kiedy jest to bezwzględnie zakazane.

Podstawa prawna:

- *Ustawa z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych* (t.j. Dz.U. z 2014 r. poz. 1182 ze zm.).



Łukasz Zegarek

Ekspert kancelarii prawnej Lex Artist specjalizujący się w dziedzinie ochrony danych osobowych. Podczas wieloletniej pracy w kancelarii przeprowadził wiele projektów audytorsko-szkoleniowych z tej tematyki. W trakcie realizacji powyższych projektów miał okazję poznać specyfikę procesów przetwarzania danych osobowych zarówno w sferze publicznej (edukacja, samorząd, spółdzielnie mieszkaniowe), jak i prywatnej



Klucz do oceniania

W ocenianiu holistycznym najważniejsza jest ocena umiejętności ucznia i jego toku rozumowania. Przybliżamy wady i zalety tej metody.

Małgorzata Celuch

W ocenianiu holistycznym bada się stopień zbliżenia się do celu, a nie spełnianie kryteriów zawartych w „kluczu”. Co oczywiście nie oznacza, że nie da się zbudować kryteriów oceny. Gdyby nie istniała taka możliwość, ten sposób oceniania byłby w niewielkim stopniu uniwersalny, a przecież jednolitość zasad oceniania w odniesieniu do oceniania egzaminów zewnętrznych ma wyjątkowo duże znaczenie. W ocenianiu holistycznym, podobnie jak w tym tradycyjnym, tworzy się kryteria, ale są one dużo prostsze i bardziej uniwersalne.

Tworzenie „klucza” nie jest możliwe bez znajomości treści zadania czy polecenia, gdyż jest on oparty na kolejnych krokach wiodących do pełnej odpowiedzi, a punkty przewidziane są za wykonanie konkretnych czynności przez ucznia. Jednak nierzadko bywa tak, że część czynności dobrze wykonanych pozwala uzyskać punkty, ale problem nie zostaje rozwiązany. Często zdarzały się sytuacje, w których uczniowie, nie mając konkretnej wiedzy, działali na zasadzie skojarzeń, np. widząc w temacie hasło, do którego odnosi się kilka zagadnień, pisali o tych zagadnieniach, nie rozumiejąc polecenia, licząc na to, że pisząc o wszystkim, co się wie, trafi się na to, co jest punktowane w kluczu.

W ocenianiu holistycznym sytuacja wygląda zupełnie inaczej. Tutaj też istnieją kryteria, ale są nieporównywalnie bardziej uniwersalne i pozwalają uniknąć ww. sytuacji. Kryteria w ocenianiu holistycznym można w dużym uproszczeniu zawrzeć w kilku krokach. Na przykład dla zadania matematycznego za trzy punkty kryteria będą wyglądać następująco:

Etap rozwiązania	Punktacja
Rozwiązanie bezbłędne	3 punkty
Rozwiązanie, w którym uczeń pokonał zasadnicze trudności zadania, doprowadził rozwiązanie do końca, ale popełnił błędy rachunkowe, inne usterki lub pokonał zasadnicze trudności, ale rozwiązania nie doprowadził do końca	2 punkty

W rozwiązaniu uczeń dokonał istotnego postępu, ale nie pokonał zasadniczych trudności zadania lub pokonał zasadnicze trudności, ale nie doprowadził rozwiązania do końca, a w trakcie pokonywania zasadniczych trudności popełnił błędy, usterki	1 punkt
W rozwiązaniu nie było istotnego postępu	0 punktów

Powyższy przykład dobrze ilustruje, że ocenianie holistyczne pozwala uniknąć nagradzania uczniów za kroki przypadkowe, brak ciągłości rozumowania czy świadomości celu podjętych działań. Nagradza zaś za rozumienie polecenia i sposobu jego wykonania, posiadanie wystarczającej wiedzy do rozwiązania całości oraz umiejętność połączenia kolejnych kroków prowadzących do celu.

Kryteria można zbudować precyzyjniej, np. poprzez podział na siedem poziomów oznaczających etap rozwiązania problemu:

Etap rozwiązania	Punktacja
Rozwiązanie niestanowiące postępu	0 punktów
Niewielki postęp, ale konieczny na drodze do całkowitego rozwiązania	1 punkt
Istotny postęp, ale niepokonanie zasadniczych trudności zadania	2 punkty
Pokonane zasadnicze trudności zadania, ale błędy popełnione w trakcie	3 punkty
Bezbłędnie pokonane zasadnicze trudności zadania, ale rozwiązanie niedokończone lub w dalszej części rozwiązania popełnione poważne błędy merytoryczne	4 punkty
Bezbłędnie pokonane zasadnicze trudności zadania, ale dalsza część rozwiązania zawiera błędy rachunkowe lub inne usterki	5 punktów
Pełne bezbłędne rozwiązanie	6 punktów



W przeciwieństwie do oceniania analitycznego, ocena holistyczna rozwiązania zadania zależy od tego, jak daleko dotarł uczeń w drodze do całkowitego rozwiązania. Niestety, stosując tak ogólne kryteria, bardzo duża decyzyjność zależy od osoby oceniającej rozwiązanie, gdyż kryteria te bazują na trudnych do zdefiniowania pojęciach, takich jak: zasadnicza trudność, pokonanie zasadniczej trudności, niewielki postęp, istotny postęp. Istnieje obawa, że to, co dla jednego nauczyciela będzie niewielkim postępowaniem, przez innego zostanie uznane za istotny. Aby tego uniknąć, do takiego schematu oceniania powinien być dołączony starannie przygotowany opis z przykładami wielu metod rozwiązania, ze wskazaniem punktów krytycznych (pokonanie zasadniczej trudności, pełne rozwiązanie, brak sukcesu).

Zalety	Wady
Pozwala sprawdzić umiejętności ucznia służące do rozwiązywania konkretnych zadań	Trudniej o jednolitość oceny z powodu mniej konkretnych wytycznych
Pozwala stwierdzić rozumienie stosowanej wiedzy, umiejętność zastosowania jej w praktyce	Ocena jest bardziej subiektywna
Pozwala ocenić, jak uczeń wykorzystuje swoją wiedzę i umiejętności do wykonania polecenia	Łatwiej o rozbieżność pomiędzy oceną ucznia a oceną nauczyciela
Pozwala ocenić umiejętność stosowania zintegrowanej wiedzy w sytuacjach typowych i nietypowych	Zastosowanie wyłącznie do zadań otwartych, na które oczekujemy obszerniejszej odpowiedzi, polegającej na zastosowaniu wiedzy i umiejętności ucznia do rozwiązania jakiegoś problemu, wyrażenia własnej opinii, przedstawienia stanu rzeczy
Większe możliwości twórczego działania, niestandardowego podejścia do zadania czy problemu do rozwiązania, przedstawionego zagadnienia	Dodatkową trudnością jest wyjaśnienie oceniającym zasad oceniania
Rozwijają kreatywność, zwiększa szansę na przedstawianie innowacyjnego podejścia, upewnia uczniów w tym, że każda droga jest dobra, jeśli prowadzi do celu, rozwiązuje problem, niekoniecznie musi być taka, jaką proponuje nauczyciel	

Zalety i wady oceniania holistycznego

Właściwe stosowanie zasad oceniania holistycznego daje bardziej wymierną informację zwrotną na temat wiedzy ucznia, umożliwia ocenianie umiejętności praktycznego zastosowania posiadanej wiedzy i umiejętności oraz łączenie

Prowokuj uczniów do myślenia i szukania sposobów na rozwiązanie zadania, zadawaj im pytania



ich w konkretnym celu: rozwiązania problemu, znalezienia właściwej drogi postępowania. W mniejszym stopniu ocenie podlega „sucha” wiedza, a w większym umiejętności i ich wykorzystywanie, co jest przecież najważniejsze w nauce. Jednak by można oceniać te aspekty, trzeba najpierw ich nauczyć. Myślenie o ocenianiu holistycznym powinno się więc rozpocząć na etapie uczenia. Trzeba uświadomić uczniom jak powinni się uczyć i jak będą oceniani. Nie powinno się więc skupiać na encyklopedycznym wpajaniu ogromnej liczby pojęć bez ich zrozumienia i umiejętności zastosowania w praktyce. W ocenianiu holistycznym ocenia się przede wszystkim umiejętność dobierania strategii do istniejących, także nietypowych warunków, wymagających niestandardowych pomysłów, rozwiązań. Żeby tej umiejętności nauczyć, trzeba kształcić rozumowanie wymagające krytycznego myślenia, stosowanie zintegrowanej wiedzy, wykrywanie współzależności procesów, wskazywanie związków przyczynowych. Trzeba więc pracować z dziećmi poprzez ciągłe prowokowanie ich do myślenia, szukania sposobów na wykonanie zadania, zadawanie pytań: Dlaczego tak jest? Jaki masz pomysł? Co byś zrobiła/zrobił w tej sytuacji? Ocenianie holistyczne świetnie komponuje się z ocenianiem kształtującym.



Małgorzata Celuch

Wicedyrektorka w zespole szkół, nauczycielka matematyki i informatyki z 21-letnim stażem pracy, egzaminatorka, współorganizatorka międzyszkolnych zawodów matematycznych



Współczesna rodzina

część VII Dziecko

Dziecko w naszej świadomości przeszło drogę od przedmiotu do podmiotu. Od bycia traktowanym jako niedoskonała wersja dorosłego, do czasu, w którym uważamy dzieciństwo za symbol nieskrępowanej wolności i wrażliwości.

Izabela Czaja-Antoszek

Najpierw przez długie wieki lekceważono dzieciństwo i nie poświęcano mu uwagi. Były takie czasy, gdy dziecko było wcieleniem zła, więc proces wychowawczy miał przede wszystkim wypędzić z dziecięcej duszy diabła. Później dziecko uważano za niedoskonałą miniaturę człowieka dorosłego, więc również nie poświęcano mu zbyt wiele czasu i czekano, aż wyrośnie z wielu zachowań. Wreszcie nadeszła tzw. czarna pedagogika, czyli kultura twardej ręki i dyscypliny. Dziecko miało „wyjść na ludzi”, więc stosowano metodę upokorzenia i kar. Współcześnie coraz częściej mamy do czynienia z traktowaniem dziecka jako podmiotu, który ma swoje potrzeby, opinie, preferencje. Wielu terapeutów twierdzi, że lekceważone dotychczas dzieciństwo to fundament dorosłości. Im więcej w nie zainwestujemy, tym silniejszym i stabilniejszym uczynimy dziecko, a w przyszłości dorosłego. W nowym modelu wychowania:

- czynimy z wychowania i edukacji najwyższą wartość,
- aktywnie uczestniczymy w życiu dziecka,
- dajemy dobre przykłady swoim słowem i czynem,
- uczymy się od dzieci,
- bawimy się razem z nimi.

Zasada walizki

Psychologiczne koncepcje rozwojowe mówią o metaforze walizki i jej pakowaniu, jako symbolu współczesnego wychowania. Rozwijanie dziecka jest jak wieloletnie pakowanie walizki. Dziecko przez mechanizm naśladowania uczy się po-

staw, sposobów reagowania. Im więcej doświadczy w swoim otoczeniu, tym bogatszą będzie miało wiedzę. W walizce jest wszystko to, co do niej włożyliśmy. Jeśli będą tam spójne, konsekwentne zasady, to dziecko będzie ich przestrzegać. Jeśli będziemy używać argumentu siły, to również ono będzie go stosować. Walizka odbija postawy i sposoby działania rodziców. Jeśli nauczyciel prowadzi zajęcia chaotycznie – będzie miał tak reagujących uczniów. Jeśli proces dydaktyczny jest prowadzony „z góry”, a nauczyciel traktuje dzieci jako osoby, które nie powinny się na lekcji odzywać, bardzo szybko jego słowa również przestaną mieć dla nich znaczenie i uczniowie przestaną go słuchać. Wychowanie współczesnego dziecka to inwestycja, która przynosi długotrwałe efekty. Im więcej czasu poświęcimy we wspólne ustalenie z dziećmi obowiązujących zasad, tym większa szansa, że będą z nich bardziej korzystać i je egzekwować.

Autorytet w oczach dziecka

Coraz częściej pojawiają się psychologiczne koncepcje mówiące o tym, że aby zdobyć autorytet w oczach współczesnego dziecka, nie można posługiwać się wobec niego strachem ani siłą, lecz należy wzbudzić szacunek i sympatię. To trudne zadanie. Reakcja z pozycji siły i funkcji („ja ci powiem, bo jestem dorosły”, „jestem mądrzejszy, więc masz mnie słuchać”) jest pierwszą, która nasuwa się dorosłemu, ale jednocześnie jest tylko pozornie skutecznym rozwiązaniem. Dziecko, owszem, posłucha i wykona polecenie, ale



nie zbuduje to autorytetu rodzica/nauczyciela w jego oczach – efekt uzyskany siłą jest doraźny. W realiach szkolnych łatwiej zostać autorytetem naukowym – inspirować, być idolem pewnego obszaru wiedzy. Można być wówczas człowiekiem oschłym lub nudnym, a mimo to i tak podziwianym za swoje zawodowe osiągnięcia. Wydaje się jednak, że poprzez sposób współczesnego wychowywania dzieci w nurcie partnerskim, wyłącznie autorytet naukowy już nie wystarcza. Dzieci szukają wzorca, ale takiego, który będą lubić, który będzie z nimi rozmawiał, zdobywał ich zaufanie, zauważał potrzeby i akceptował indywidualne preferencje w zachowaniu. Ten autorytet buduje się poprzez relację z dziećmi. Autorytet współczesnego nauczyciela oparty jest na obustronnym szacunku i sympatii.

Kary zastąpione logicznymi konsekwencjami

W ostatnich latach wzrosła ochrona prawna dziecka. Kary, które część dorosłego pokolenia wspomina z murów szkolnych, dziś są niedopuszczalne. A przynajmniej nie obyły by się bez konsekwencji prawnych dla nauczyciela. O żadnym biciu linijką po palcach, klęczeniu w koncie czy innych formach fizycznego karania dziecka nie może być mowy. Zarówno psychologia, jak i pedagogika, wyeliminowały takie formy jako szkodzące dziecku oraz nieuczące pożądanego zachowań. Także prawo zaostrzyło konsekwencje w imię ochrony płaszczyzny osobistej ucznia. Zamiast tego typu kar (opartych na argumentach siły) pojawiła się metoda logicznych konsekwencji. Polega ona na zapowiedzeniu dziecku konsekwencji jego zachowania, która będzie spójna z czynem i odbywać się będzie natychmiastowo po jego wykonaniu. Jeśli dziecko nie założy butów, pójdzie na spacer w skarpetkach. Jeśli dziecko nie otworzy zeszytu, nie zapisze notatek i nie zostaną one mu powtórzone. Metoda logicznych konsekwencji wymaga jednak bardzo dokładnego poznania każdego ucznia. A na to często w procesie dydaktycznym nie ma czasu. Wciąż łatwiej też wytłumaczyć pytającym rodzicom, że postawiło się na chwilę dziecko do kąta, niż wyjaśnić, dlaczego wypuściło się je bosą na spacer. Metoda logicznych konsekwencji wymaga też cierpliwości, ponieważ zmiany w zachowaniu dziecka pojawiają się dopiero po pewnym czasie. Nagrodą jest za to ich trwałość. Kiedy się już pojawiają, na ogół utrzymują się przez długi czas.

Kto tak naprawdę dzisiaj uczy?

W kontekście charakterystyki współczesnego dziecka pojawia się pytanie, czy system edukacyjny odpowiada jego potrzebom. Coraz częściej mówi się o potrzebie zmian całego schematu nauczania wiedzy z jej przekazywania na wspieranie w jej poszukiwaniu. Dzieci, które są wychowywane w świecie na pół medialnym i elektronicznym, które mają na wyciągnięcie ręki dostęp do wiedzy internetowej, mają też wyższe wymagania co do formy przekazywania wiedzy przez

Im bardziej proces przekazywania wiedzy zamienimy w doświadczanie jej, tym więcej dziecko z niego wyniesie.

nauczyciela. W wielu szkołach wprowadza się chociażby metodę pracy na projekcie. Zmienia się pozycja nauczyciela. Nie jest już tym, który jako jedyny ma wiedzę i przekazuje ją uczniom. Teraz nauczyciel stwarza lub powinien stwarzać dziecku możliwość samodzielnego zdobywania wiedzy. Słucha jego pytań, podąża za nimi, starając się nie dawać gotowej odpowiedzi, a pokazywać, gdzie ją można znaleźć. Poruszanie się po danej partii wiedzy jest otwarte – nauczyciel jest nawigatorem, a uczeń kapitanem statku. W coraz większej liczbie szkół nauczyciel otrzymuje rolę tutora – opiekuna dziecka na drodze do zdobywania wiedzy. Za potrzebą takich zmian podążają szkoły demokratyczne, szkoły alternatywne, zwolennicy nauczania domowego. Dziecko staje się podmiotem na płaszczyźnie wychowania i również aktywnym udziałowcem w obszarze edukacyjnym. A nauczyciel, który organizuje lekcje w plenerze na kocach, zabiera dzieci w ramach zajęć do muzeum czy galerii (nie tylko jako formę szkolnej wycieczki, ale jako formę prowadzenia lekcji), jest otwarty na korzystanie ze sprzętu multimedialnego, urządza pokazy filmów edukacyjnych na projektorze, zachęca uczniów do aktywnego tworzenia scenariusza lekcji, przestał być, jak kiedyś, dziwakiem, którego bały się zatrudnić szkoły, a stał się nauczycielem nowoczesnym, który rozumie zmiany w podejściu do edukacji i wychowywania.

Jak mówić do współczesnych dzieci

W nowym modelu wychowania bardzo dużo mówi się o potrzebach dziecka, zwłaszcza emocjonalnych. Dziecko nie tylko „doszło” do głosu, ale również prezentuje szereg swoich emocji. W nauce skutecznej komunikacji z nim ważne są więc dwa jej aspekty: treściowy (to, o czym dziecko mówi) i emocjonalny (jakie uczucia są w tym, co mówi, wyraża). Dopiero kiedy nauczyciel odczyta obydwa aspekty, ma szansę na otwartą komunikację z dzieckiem. A ta jest podstawą tworzenia autorytetu opartego na szacunku i sympatii. Kiedy nauczyciel uczy się porozumiewania z dziećmi (nie tylko mówienia do nich, ale też aktywnego słuchania), zauważa ważne zmiany w ich zachowaniu. Dzieci chętniej zwracają się do niego, żeby porozmawiać o swoich zmartwieniach. Ponieważ czują, że są słuchane i rozumiane, częściej kierują się sugestiami nauczyciela. Dzięki gotowości na rozmowę z dziećmi i byciu dobrym słuchaczem można stworzyć atmosferę służącą poczuciu bezpieczeństwa oraz zaufania.



WARTO ZAPAMIĘTAĆ:

- Kiedy dzieci dorastają, otwarta komunikacja staje się najskuteczniejszą metodą wychowawczą.
- Kiedy rozmawiamy z dziećmi, powinniśmy skupiać na nich całą swoją uwagę. Dziecko szybko wyczuje autentyczne zainteresowanie od pozorów.
- Słuchanie to proces aktywny. W jego trakcie dopytujemy dziecko, czy dobrze rozumiemy jego intencje.
- Kiedy to możliwe, wsłuchujemy się zarówno w treści wypowiedzi dziecka, jak i w jego uczucia.

Dziecko nauczycielem

We współczesnym podejściu do dziecka zwraca się szczególną uwagę na wektor oddziaływania. Dotychczas to przede wszystkim dorośli oddziaływał na dziecko – poczynając od pielęgnacji, przez rozwój, wychowanie, po edukację. Coraz częściej mówi się o tym, że to przede wszystkim dzieci mogą być dla nas nauczycielami. Rodzicielstwo staje się pasją, w której rodzic jest aktywnym uczniem. Od dzieci czerpać możemy naturalną radość życia i ciekawość świata. Tak, jak promowane jest tzw. rodzicielstwo przez zabawę, tak samo zaczyna postrzegany być proces edukacyjny i rola szkoły wraz z kadrą pedagogiczną. Włączenie zabawy do zdobywania wiedzy nie oznacza spłylenia idei i uczynienia jej beztroską. Wręcz przeciwnie – edukacja przez zabawę i w taki sposób, żeby nauczyciel uczył się jednocześnie z dzieckiem, wymaga większego zaangażowania, dystansu i umiejętności niż klasyczne wyłożenie wiedzy. Zaproszenie dziecka do procesu tworzenia zajęć dydaktycznych jest trudne, ale długofalowo przynosi lepsze rezultaty edukacyjne. Dziecko poznaje świat zmysłami. Im bardziej proces przekazywania wiedzy zamienimy w doświadczenie jej, tym więcej dziecko z niego wyniesie.

Dziecko

Dziecko w nowoczesnych sposobach wychowywania i edukacji to ważny podmiot, który kieruje wieloma procesami. Rodzice i nauczyciele wciąż mają ważną rolę w procesie rozwoju, ale pełnią raczej funkcję nawigatorów, od których zależą pewne kierunki działań, a decyzję podejmuje ostatecznie kapitan, którym jest dziecko. Edukacja wykorzystuje naturalną ciekawość poznawczą dziecka, jego chęć do zdobywania wiedzy, pasję jej pogłębiania. Nauczyciel tak organizuje proces edukacyjny, żeby dziecko jak najpełniej się z nim utożsaмиło. Wydaje się, że metoda projektowa oraz otwarta komunikacja, prowadzone uważnie i cierpliwie, stanowią solidne fundamenty autorytetu opartego na szacunku. Dodatkowo wówczas metoda logicznych konsekwencji będzie prowadzić nie tylko do zmiany konkretnego zachowania dziecka, ale przede wszystkim do jego wszechstronnego rozwoju. A ten stanowi we współczesnym procesie wychowywania dużą wartość.



Izabela Czaja-Antoszek

Psycholog dziecięcy, pedagog, arteterapeuta, animator dramy i technik teatralnych, instruktor metod rozwoju ruchowego dziecka. Pracuje z małymi dziećmi i ich rodzicami, prowadząc autorskie zajęcia twórcze i ogólnorozwojowe oraz warsztaty z umiejętności wychowawczych. Wykładowca internetowych warsztatów dla rodziców. Recenzuje zabawki i produkty dla dzieci. W swojej pracy wykorzystuje metody terapii zabawą, metaforę i bajkę, ekspresję ruchową. Założycielka grupy edukacyjnej Ideownia oraz stowarzyszenia psychologów i pedagogów Eksperto Centrum Specjalistów Rozwoju. Prowadzi gabinet psychologiczny Pracownia Psychologiczna Razem

REKLAMA



KOLEKCJA

TYLKO DLA KLIENTÓW „NIEZBĘDNIKA DYREKTORA SZKOŁY”

Wyjątkowy prezent – kompendium wiedzy o **uczniach ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi**.

Takiej okazji nie można przegapić!

14

PŁYT

**ze specjalistyczną wiedzą:
artykuły, porady, narzędzia**



A teraz siadamy w kółeczku...

Kręgi dialogu towarzyszyły człowiekowi, odkąd oswoił ogień i pierwszy raz zasiadł wokół ogniska. Są bardzo mocnym narzędziem do pracy w grupie i z powodzeniem mogą być wykorzystywane w szkole.

Agata Fowles

Krąg dawał poczucie bezpieczeństwa i wiązał wspólnotę wokół ognia, o który dbano, by nie wygasł. W kręgu świętowano, dzielono się jedzeniem i historiami, które podtrzymywały tradycję danej grupy społeczeństwa i określały jej tożsamość. Tradycja kręgu dotrwała do dziś w niektórych pierwotnych kulturach plemiennych i została podpatrzona, a następnie wykorzystana jako narzędzie do pracy w grupie.

Jak to działa?

Siadamy w kręgu, jedna osoba trzyma patyk, czyli tzw. talking stick (może nim być dowolny przedmiot wygodny do trzymania w dłoni) i ma prawo głosu, a reszta grupy jej słucha. Osoba trzymająca patyk mówi o tym, co czuje w danym momencie, co ją zajmuje, trapi, porusza. Później patyk wędruje do osoby obok, która może się odnieść do przedmówcy lub przedmówców, ale nie musi. Można wnieść tylko milczenie, oddech, skupienie i ciszę. Krążący po okręgu patyk jest zawsze wymowny, nawet jeśli nic nie mówimy. Jeśli wypowiadamy się, istotne jest, by mówić od siebie i o tym, co nam w duszy gra. Nie mówimy jednak wtedy, gdy ogarniają nas emocje powstałe w odpowiedzi na czyjeś słowa. Mamy wówczas czas na wsłuchanie się w siebie, przeanalizowanie tematu i zapytanie samego siebie, co nam dane emocje sygnalizują. Czasem udaje się znaleźć rozwiązanie, zanim patyk do nas wróci.

Neurobiologia mówi, że czas na przemyślenie, pozbycie swoich odczuć i słów jest ważny dlatego, że daje nam możliwość niereagowania z pozycji emocji i tzw. gądziego

umysłu. Dlaczego tak się dzieje, wyjaśnia prof. Jerzy Vetulani: „Jedną z metod, za pomocą której najłatwiej wywołać agresję, jest jednak również – mowa. Dlaczego? Bo jeśli prześledzimy szlaki, które idą ze ślimaka w ucho do kory mózgowej, to okaże się, że na wysokości wzgórza część z nich się rozdziela i trafia od razu do jądra migdałowatego, odpowiedzialnego za reakcje emocjonalne. Z tego powodu nie tyle sama treść wypowiedzi, ale ton głosu i sposób mówienia może łatwo wywołać w innych zachowania agresywne. Ale mowa aktywuje także korę mózgową, która z kolei bardzo hamuje amygdalę. Dzieje się tak, ponieważ inny szlak wychodzący ze ślimaka kończy się dopiero w korze”¹. Dzięki kręgom uczymy się więc uruchamiać korę mózgową i kształtujemy swoją dojrzałość emocjonalną.

W kręgu każda wypowiedź jest więc jak dorzucanie drzewa do ognia, który ogrzewa i oświetla wszystkich. Siła kręgu bierze się z dobrowolnego dawania i brania tego, czego chcemy i czego nam potrzeba lub na co jesteśmy gotowi.

Siła kręgu bierze się z dobrowolnego dawania i brania tego, czego chcemy i czego nam potrzeba lub na co jesteśmy gotowi.



Z KAŻDEJ STRONY I A teraz siadamy w kółeczku...

Moc kręgu polega też na tym, że jesteśmy wysłuchani i akceptowani z całą złożonością emocjonalną, jaką w nim i dzięki niemu wyrażamy. Krąg daje poczucie bezpieczeństwa i jest w nim miejsce na odkrywanie swoich czułych punktów, na dzielenie się obawami, radościami, bólem, gniewem czy podekscytowaniem. Każda emocja może być wyrażona i przyjęta, co nie oznacza, że forma jej wyrażenia będzie do zaakceptowania dla wszystkich. Jednak jest to ważny czynnik uczenia się tego kim jestem oraz jaki jestem dla siebie i innych. Dzięki temu rozwiązaniu uczymy się wyrażać swoje granice i dostrzegać granice innych, czyli uczymy się do nich szacunku.

„Potrzeba uwagi, bycia zobaczonym, usłyszanym i zrozumianym jest instynktownie wyczuwaną potrzebą wspólną wszystkim ludziom. Logika zatem podpowiada, że wyjście naprzeciw tym potrzebom uwalnia od chęci zaspokajania ich w destruktywny sposób, co rozwiązuje problem, zanim ten się pojawi”. (L.R. Knost)

Podczas pracy w kręgach lepiej poznajemy siebie, odnajdujemy się w relacji z innymi i uczymy się zarządzania swoimi emocjami. Ta ostatnia umiejętność wymaga włożenia nieco wysiłku i w miarę częstych powtórzeń. Warto więc ćwiczyć mózg tak, jak ćwiczy się mięśnie. Krąg jest miejscem dialogu,



Krąg jest miejscem dialogu,
autentycznego spotkania
ze sobą i z innymi

autentycznego spotkania ze sobą i z innymi oraz, nade wszystko, jest miejscem rozwoju. Zofia Milska-Wrzosińska zwraca uwagę, że „rozwój polega na tym, żeby przejść od dziecięcej zależności do dojrzałej wzajemności, czyli stanu, gdy strony coś sobie dają i to coś jest oczekiwane i cenne. Niekoniecznie dają to samo i tak samo, tu nie chodzi o pełnię symetrii. Jednak musi być wzajemne zainteresowanie uczuciami, przeżyciami, pragnieniami drugiej strony, jej planami na przyszłość, jej przeszłością”. Kręgi dialogu warto wykorzystać w szkole – w pracy z uczniami i współpracownikami. Cenne mogą okazać się również w życiu prywatnym.

Przypisy:

¹ Ten zły w nas. Z Jerzym Vetulanim rozmawia Justyna Siemienowicz, „Znak” 2012, nr 690.

Agata Fowles

Nauczycielka, regularnie spotyka się w kręgu kobiecym i raz w roku w dużym kręgu na Fieście Humana, która organizowana jest przez Fundację SieChce powiązaną z ruchem edukacji demokratycznej (www.siechce.pl, www.edukacjademokratyczna.pl). Więcej informacji na jej temat w dziale „Świat wyjątkowych nauczycieli” (s. 22)

REKLAMA



„MIMO WSZYSTKO...”
BAJKI TERAPETYCZNE

**WZMOCNIJ POCZUCIE WIARY
WE WŁASNE MOŻLIWOŚCI
U SWOICH PODOPIECZNYCH**

AUDIOBOOK „MIMO WSZYSTKO...” TO PRAWIE GODZINA FRAJDY
DZIĘKI EDUKACYJNYM BAJKOM OPowiedzianym GŁOSEM

JERZEGO KRYSZAKA!

Nasze bajki uczą:

- jak radzić sobie w trudnych sytuacjach,
- jak pokonywać przeciwności losu,
- jak zrozumieć i docenić „odmienność”,
- jak budować silne poczucie własnej wartości.

Audiobook z bajkami „Mimo wszystko...”
dedykowany jest dzieciom w wieku 3–9 lat!



5 bajek
i ponad 50 min
w świecie
fantazji

Zamów na: www.bajki.oficynamm.pl

Wydawca:

oficyna mm
Wydawnictwo Prawnicze

Partner:


Mimo Wszystko
Fundacja Arty Dymnej

Partner:


Oficyna PROJEKT



„Programy nie zmieniają ludzi. To ludzie zmieniają ludzi. Warto pamiętać, że szkoły pracują w systemie składającym się z międzyludzkich relacji”

O wykorzystywaniu w szkole wiedzy z zakresu neurologii oraz wartości wiedzy na temat tego, jak pracuje nasz mózg, rozmawiamy z dr Lori Desautels z Indianapolis.

Agnieszka Korcz



Agnieszka Korcz: Ma Pani ogromne doświadczenie w edukacji. Była Pani nauczycielką oraz szkolnym pedagogiem. Przez wiele lat pracowała Pani z dziećmi z niepełnosprawnościami. Czego się można nauczyć, pracując z nimi? Proszę opowiedzieć o swoich doświadczeniach.



Doktor Lori Desautels: Cały czas zbieram doświadczenia i wciąż uczę się tego, że dopóki nie zbuduję emocjonalnej więzi z moimi uczniami, uczenie się nie jest efektywne. To może wydawać się proste, a jednak nie jest łatwo, gdy uczniowie ciągle proszą o pomoc lub zachowują się w okrutny sposób. Nauczy-

łam się jednak, że każde dziecko chce „czuć”, że jest dostrzegane. Kiedy siadamy z naszymi uczniami i zadajemy im pytania, to tym samym zapraszamy ich do współodczuwania, sprawiamy, że czują się wysłuchani i zauważeni – łączymy się na głębokim społecznym i emocjonalnym poziomie.

Jak mogę ci pomóc? Czego potrzebujesz? Jak możemy razem jeszcze lepiej pracować? Pytania te wzbudzają ciekawość i odwracają uwagę od zbliżających się konfliktów. Zapraszają do partnerstwa i autonomii, a to ważniejsze niż zwykła nauka.

Jest Pani ekspertem w dziedzinie neurobiologii i neurodydaktyki. Dlaczego wybrała Pani właśnie takie pole działalności?

Z pewnością nie jestem ekspertem w dziedzinie neurobiologii, ale uczę się codziennie od moich uczniów i kolegów. Mam wrażenie, że ta dziedzina nauki wybrała mnie, a nie ja ją, ponieważ zawsze interesowało mnie to, jak myślimy, jak czujemy i jak reagujemy na nasze doświadczenia. Jak nawyk tworzy twarde połączenie w mózgu i dlaczego tak trudno je „zerwać”? Jak młodzież postrzega stres? Co dzieje się z uwagą i procesem uczenia się, kiedy reakcja na stres się nasila? W mojej pracy doktorskiej badałam złożone procesy myślenia i postrzegania u młodzieży, co uczniowie mówią o sobie samych w przypadku wystąpienia negatywnych zdarzeń. Zawsze intrygowało mnie to, jak młodzież myśli i czuje. Ogromny rozwój badań w zakresie neurobiologii ma bezpośredni wpływ na świadomość nauczycieli i rodziców. Odnoszę wrażenie, iż wielu edukatorów nie jest w wystarczający sposób przeszkolonych z wiedzy o rozwoju mózgu dzieci i młodzieży. A to przecież jest niezwykle ważne, musimy zrozumieć, że rozwój młodzieży jest nową nauką!

Około 11 roku życia następuje przyspieszenie wzrostu mózgu. W tym czasie połączenia synaptyczne, których używamy, ulegają wzmocnieniu, a te związane z umiejętnościami oraz doświadczenia, których nie wykorzystujemy, ulegają uspieniu. To my – wychowawcy i pedagodzy

„Kiedy uspokoiimy mózg i skupimy uwagę, wzmacniamy nasz układ odpornościowy, poszerzamy naszą zdolność percepcji, polepszamy naszą pamięć i tworzymy pozytywne emocje”



– możemy kreować w umyśle stany ekscytacji, np. kiedy uczniowie uczą się o własnej neurobiologii, czują się zaangażowani. Wielu nauczycieli realizuje te neurologiczne strategie edukacyjne w swoich programach nauczania już od lat i widzą tego pozytywne rezultaty. A teraz dysponujemy konkretnymi badaniami, które potwierdzają zasadność tej strategii.

Neurodydaktyka jest czymś nowym w Polsce. My dopiero zaczynamy podejmować próbę pracy zgodnie z tą nauką. W jaki sposób możemy wykorzystać tę wiedzę, aby lepiej uczyć nasze dzieci?

Jest wiele sposobów, by zacząć korzystać z neurostrategii edukacyjnej (czyli neurodydaktyki – przyp. red.) w klasie i w naszych szkołach. Warto zrozumieć, że nie jest to tylko kolejny program lub inicjatywa. To zestaw zasad i strategii, które pozwalają nam "być" z uczniami i tworzyć z nimi więzi emocjonalne. Zacznijmy najpierw od nauczania uczniów o ich własnej neurobiologii. Niech uczą się, jak silnie aktywują się znajdujące się głęboko w mózgu dwa małe klastry neuronów o kształcie migdała (ciała migdałowe), gdy jesteśmy zmartwieni, odczuwamy gniew lub nagromadzenie negatywnych emocji. Uczmy (także siebie – nauczycieli), że każde doświadczenie, związek i myśl potrafią nawet w najmniejszy sposób zmienić mózg, zarówno strukturalnie, jak i funkcjonalnie. Przybliżajmy im różne

stany emocjonalne: opowiadajmy o tym, jak, czasami nieświadomie, przyjmujemy negatywne i pozytywne uczucia innych ludzi, dlaczego praktyka i powtarzanie zmienia w mózgu połączenia nerwowe, a to pomaga nam uczyć się jeszcze bardziej dogłębnie, jak praktykować skupienie uwagi i czego mózg potrzebuje, aby osiągnąć stan spokoju. Kiedy uspokoiimy mózg i skupimy uwagę, wzmacniamy nasz układ odpornościowy, poszerzamy naszą zdolność percepcji, polepszamy naszą pamięć i tworzymy pozytywne emocje.

Aby skutecznie nauczać, niezbędni są dobrzy nauczyciele, czyli tacy, którzy potrafią zrozumieć potrzeby dzieci, ich kreatywność i ciekawość świata. Jakie narzędzia dla lepszego nauczania może dać nam neurodydaktyka?

Jednym z największych narzędzi, którym dysponujemy jako ludzie, a które przyczynia się do wyciszenia reakcji na stres w naszym organizmie, jest nasz oddech. Polecam sprawdzić, co się stanie, kiedy wprowadzimy praktykowanie skupiania uwagi do szkolnych programów. Wiele dzieci pochodzi ze środowisk obarczonych dużym stresem i niekorzystnymi warunkami rozwoju. Przewlekły stres ma negatywny wpływ na mózg. Badania wykazały, że w mózgu „pływającym” w stresie wykształca się mniej połączeń dendrytycznych, a więc proces uczenia się jest spowolniony.



Jak Pani sądzi, co jest najważniejsze dla dzieci, by mogły stać się w przyszłości dobrymi i kompetentnymi dorosłymi?

Z perspektywy pedagoga oraz z perspektywy matki widzę, że stabilne, dobre samopoczucie jest najważniejszym aspektem dorosłości, a także to, jak rozwijamy i nauczamy w pierwszych latach wczesnego dzieciństwa i w okresie dojrzewania. Co to jest dobre samopoczucie? Myślę, że to pozytywne poczucie samego siebie, które obejmuje również możliwość popełniania błędów, dzięki którym się czegoś uczymy. Dobre samopoczucie może również obejmować zdolność radzenia sobie w trudnych sytuacjach i życiowych doświadczeniach. Kiedy przywiązujemy się do naszych własnych negatywnych myśli, opowiadamy stale tę samą historię i stawiamy się w roli ofiary, nastawiamy się na rozczarowanie i frustrację.

Dlaczego społeczne i emocjonalne nauczanie jest tak ważne dla uczniów?

Jest to niezwykle ważne, ponieważ szkoła powinna przygotować nas pod względem społecznym i emocjonalnym do życia poza jej murami. Potrzebujemy poczucia emocjonalnej więzi z innymi, chcemy czuć empatię i rozwijać relacje, które wzmacniają nasze umysły i serca. Mózg jest organem społecznym, a nasze życie emocjonalne i społeczne odgrywa kluczową rolę. Bawienie się w dzieciństwie jest odpowiednikiem rozwiązywania problemów w świecie dorosłych i aby robić to skutecznie, musimy rozwijać nasze poczucie tożsamości, zaufanie, a to wszystko dzieje się w kontekście relacji.

Nadszedł czas na nową edukację, na budowę nowego systemu edukacji. Jak Pani myśli, jak długo będzie trzeba na to czekać? Co dzieje się w tej chwili w edukacji w USA?

Reforma edukacji w Stanach Zjednoczonych nie działa zbyt dobrze. W ciągu ostatnich 15–20 lat staraliśmy się ujednolicić rozwój uczniów poprzez testy tylko w dwóch obszarach inteligencji (a istnieje ich o sześć więcej), używając argumentu kary i przymusu w stosunku do dzieci i młodzieży z problemami! Stany mózgu dzieci z problemem, których życiowe doświadczenia związane są z traumą, są ukierunkowane do walki i ucieczki. Musimy zrozumieć, co mówią do nas negatywne zachowania dzieci i okazać im empatię, jeśli chcemy zmienić tę trajektorię negatywnych emocji i zachowań. U dzieci, gniew jest strażnikiem strachu i często jest niezrozumiany. To ogromna część pracy, jaką wykonuję w szkołach w zakresie neurostrategii edukacyjnej. Pomagamy nauczycielom budować zaufanie i tworzyć emocjonalne połączenia w mózgu, które z kolei tworzą ścieżki nerwowe, wprowadzając umysł w stan spokoju. Wykorzystanie siły i pasji dziecka jest punktem wyjścia do stworzenia więzi emocjonalnej. Wówczas zmiany w edukacji odbywać się będą od dołu do góry, a nie z góry na dół.

„Każde doświadczenie, związek i myśl potrafią nawet w najmniejszy sposób zmienić mózg, zarówno strukturalnie, jak i funkcjonalnie”.

Wydanie Pani nowej książki *Unwritten, The Story of a Living System: A Pathway to Enlivening and Transforming Education* („Niepisana historia żywego systemu: Droga do ożywienia i transformacji edukacji”) planowane jest jeszcze w tym roku. Co było inspiracją do jej napisania?

Jestem zakochana w naszej nowej książce, ponieważ została napisana na podstawie doświadczeń z pierwszej ręki. Jest to efekt pracy w szkole w ostatnich dwóch latach, w roli kogoś w rodzaju nauczyciela wspierającego. Popełniłam wiele błędów, ale miałam też wiele powodów do świętowania. Wprowadziliśmy neurologiczne strategie edukacyjne oraz zasady, które miały się z wielkim sukcesem nadal rozwijać, nawet po opuszczeniu przeze mnie klasy i szkoły. Dwa i pół roku temu poprosiłam nasz uniwersytet nie tylko o powrót z kursem do klas na tym samym etapie, ale również o możliwość prowadzenia go z moimi studentami.

Podsumowując rozmowę o edukacji, proszę powiedzieć: jak Pani sądzi, na bazie tej wiedzy, którą posiadamy dzisiaj, w którym kierunku nastąpi dalszy rozwój współczesnej edukacji?

Myślę, że zaczynamy postrzegać edukację jako żywy organizm, a nie jako maszynę. Programy nie zmieniają ludzi. To ludzie zmieniają ludzi. Warto pamiętać, że szkoły pracują w systemie składającym się z międzyludzkich relacji. Kiedy każdy z nas skupi się na własnym dobrym samopoczuciu i gdy zaczniemy patrzeć na naszych uczniów przez pryzmat neurobiologii, wówczas zaczniemy dostrzegać zmiany.

Rozmawiała Agnieszka Korcz

Doktor Lori Desautels

Adiunkt na Marian University w Indianapolis. Wcześniej pracowała z uczniami z zaburzeniami emocjonalnymi jako doradca szkolny oraz konsultant behawioralny na Oddziale Psychiatrycznym dla Młodzieży w Szpitalu Metodystów w Indianapolis. Jej pasją jest wykorzystywanie neurologii w edukacji, o której opowiada na swoich webinarach, opisuje w licznych artykułach i wykładach na uniwersytecie. W marcu 2012 r. opublikowała swoją pierwszą książkę *How May I Serve You, Revelations in Education*. Obecnie pracuje nad kolejną publikacją (*Unwritten, The Story of a Living System: A Pathway to Enlivening and Transforming Education*).



ŚWIAT WYJĄTKOWYCH NAUCZYCIELI

AGATA FOWLES

Za co lubi Pani swoją pracę?

Podoba mi się to, że w szkole cały czas konfrontuję się z moimi przekonaniami, ze schematami działania i myślenia, co jest cudownie rozwijające, ale i bardzo trudne, wymaga sporego dystansu do siebie i dużej uważności.

Wyobraża sobie Pani siebie w innej roli?

Mam wrażenie, że jestem w takim miejscu życia, że gdybym bardzo chciała zostać kimś innym, to bym to zrobiła. Pracuję w szkole, bo to lubię. Myślę, że mogłabym też być pilotem samolotu – bo gdy patrzy się na świat z samolotu, ma się dalszy horyzont, widzi się więcej, chociaż mniej dokładnie. Latanie kojarzy mi się z niezależnością i samotnością, które dla mnie są ważnymi wartościami w życiu. Mogłabym być filmowcem, bo lubię obserwować i opowiadać historie. Fascynuje mnie też subiektywizm przedstawianego w filmie świata i to, że z tego samego materiału filmowego można „poskładać” w montażu całkiem różne w swoim wydźwięku historie.

„Ucieka” Pani w literaturę?

Ostatnio czytałam *Co widziały wrony* Ann-Marie MacDonald, która pod sielankowymi obrazami życia w Kanadzie w latach powojennego prosperity ukryła wiele pytań moralnych. Obecnie czytam *Spinning Threads of Radical Aliveness* Miki Kashtan. Jest to książka, dzięki której wciąż na nowo jestem zaskakiwana tym, jak wiele można zrobić, zmieniając swój język oraz podejście i nastawienie do innych czy do problemu, z którym konfrontuje nas życie.

Naszemu bohaterom zawsze pozwalamy się rozmarzyć. Na co Pani wydałaby milion złotych?

Część pieniędzy wydałabym na szkolenia dla pracowników szkół z tutoringu i Porozumienia bez Przemocy wg Rosenberga i Trening Skutecznego Nauczyciela wg metody Gordona. Myślę, że pokusiłabym się również o stworzenie systemowej szkoły bez ocen w duchu ruchu szkół demokratycznych, który wspieram i współtworzę.

A nie zważając na pieniądze i inne ograniczenia – o czym Pani marzy?

Moim marzeniem jest, abyśmy umieli się pięknie różnić. Męczy mnie silna polaryzacja i język strachu, który podbija poziom agresji. Chciałabym, aby ludzie nie bali się o swoje bezpieczeństwo (na wielu poziomach) i aby wszelkie działania nie były podszyte obawami. Marzą mi się warsztaty rozwojowe dla uczniów, dobrowolne delegowanie i rozdzielanie obowiązków, większa swoboda wyboru przedmiotów, wspólne podejmowanie decyzji na podstawie konsensusu. Marzy mi się mniej narzucanych odgórnie obowiązków, a więcej dobrowolnych zobowiązań.

Odniosła już Pani trochę sukcesów...

Zdobyłam kilka nagród za to i tamto, mam pewnie jakieś pół kilo dyplomów wszelakich, co mnie cieszy i jest bardzo dobrym impulsem do dalszych działań. Jednak myślę, że moim największym sukcesem w życiu jest to, że żyję jak chcę i czuję. Mam pracę, którą lubię, fantastycznych uczniów, grono wspólnych przyjaciół i bliskich, wspierających współpracowników, więc jednym słowem – mam szczęście do ludzi.

A gdy przychodzą chwile trudne, jak radzi Pani sobie ze stresem?

Codzienna chwila przyjemności, czyli chwila dla mnie na celebrowanie czegoś, na co akurat mam ochotę: kawa o poranku, spacer do pracy, dobry obiad, film. Kiedy umiem w zupełnie szarej scenerii dnia codziennego chwilę poświętować, to czuję, że odzyskuję energię i radość, a to najlepszy wzmacniacz przed sytuacjami stresowymi. Im więcej stresów, tym więcej dbania o chwilę dla siebie, bo właśnie to daje poczucie równowagi. Jest to jedna z zasad mojego prywatnego BHP.

Co więc radzi Pani młodym nauczycielom?

BHP, czyli dbałość o higienę psychofizyczną i emocjonalną. Nauczyłam się zauważać i dbać o swoje potrzeby nie dlatego, że jestem egocentrykiem, ale dlatego, że z mojego doświadczenia wynika, że gdy ja jestem radosna i pełna zapału, to praca jest przyjemnością i wszyscy wokół na tym zyskują. Dbając o siebie i swój dobrostan, dbam o moje otoczenie, dlatego nie biorę na siebie więcej niż jestem w stanie udźwignąć i jasno określłam zasady współpracy z uczniami oraz kolegami i koleżankami.

Agata Fowles

Od 10 lat nauczycielka języka angielskiego w XII Liceum Ogólnokształcącym im Marii Skłodowskiej-Curie w Poznaniu. Wspiera ruch edukacji demokratycznej w Polsce, czasami nakręci film, czasami przetłumaczy książkę



teczka nauczyciela

Materiały przydatne we współpracy z uczniami,
rodzicami, nauczycielami i dyrektorem

- Psychozabawa
- Scenariusze lekcji
- Wzory dokumentów

Materiały dostępne również na stronie
www.oficynamm.pl





Jesteś maksymalistą czy satysfakcjonalistą?

Psychozabawa

Barry Schwartz, autor książki *Paradoks wyboru* wyróżnia dwa typy ludzi różniących się pod względem strategii podejmowania decyzji i robienia zakupów: maksymalistów i satysfakcjonalistów (więcej na ten temat na s. 48). Schwartz zaznacza, że trudno jednoznacznie rozgraniczyć – czy należy się do jednej, czy do drugiej grupy. Można powiedzieć, że skrajny maksymalizm i satysfakcjonizm to dwa przeciwne krańce tego samego kontinuum, na którym ludzie mogą znajdować się w różnych punktach. Co więcej, mogą też przyjmować raz strategię satysfakcjonalistyczną, a raz maksymalistyczną – w zależności od tego, czego dany wybór dotyczy (a im jest dla nas ważniejszy, tym większą mamy skłonność do sięgania po strategię maksymalistyczną). Dlatego wyniki niniejszego psychotestu traktować należy ze sporym przymrużeniem oka¹.

Przeczytaj listę poniższych stwierdzeń i zastanów się, w jakim stopniu pasują one do Ciebie. Następnie podlicz swój wynik, nanieś go na odpowiednim miejscu kontinuum i przeczytaj odpowiadający mu opis.

1. **Kiedy idę kupić sobie coś do ubrania, staram się sprawdzić najpierw jak najwięcej sklepów i dopiero, kiedy upewnię się, że jakieś ubranie jest najlepsze z tych, które są w moim zasięgu, decyduję się na zakup.**
☐ Tak
☐ Nie
2. **Jeśli np. nie znam się zbyt dobrze na laptopach, to kiedy chcę kupić sobie nowy, zamiast porównywać wszystkie dostępne modele, wolę zadzwonić do przyjaciela, który wie o laptopach dużo więcej ode mnie i proszę go o radę.**
☐ Tak
☐ Nie
3. **Zawsze chcę dla siebie i moich bliskich tego, co najlepsze, nawet jeśli zdobycie tego wymaga dużo czasu i energii.**
☐ Tak
☐ Nie
4. **Kiedy idę na zakupy, z reguły zawsze kupuję to samo – mam ulubione produkty i się ich trzymam, wiem, po co idę do sklepu, dlatego zakupy nie zajmują mi wiele czasu.**
☐ Tak
☐ Nie
5. **Często zdarza mi się, że mimo iż włożę sporo wysiłku w wybór odpowiedniej rzeczy, którą kupuję, to później nie jestem z niej tak zadowolona/zadowolony, jak bym tego chciała/chciał.**
☐ Tak
☐ Nie
6. **Dość szybko podejmuję decyzje, a kiedy raz się na coś zdecyduję, zwykle trzymam się tego i więcej o tym nie myślę.**
☐ Tak
☐ Nie



7. Dzięki porównaniom z innymi ludźmi z mojego otoczenia wiem, co mogę jeszcze osiągnąć i czego mi brakuje.
☐ Tak
☐ Nie
8. Staram się nie porównywać z innymi i iść własną drogą.
☐ Tak
☐ Nie
9. Kiedy popełnię błąd, dużo o tym myślę i robię sobie wyrzuty z powodu porażki.
☐ Tak
☐ Nie
10. Często myślę o tym, co dobrego przytrafia mi się w życiu i czuję za to wdzięczność.
☐ Tak
☐ Nie
11. Nawet jeśli jestem z czegoś zadowolona/zadowolony w swoim życiu (z pracy, partnera życiowego, samochodu), to i tak rozglądam się za innymi możliwościami – zawsze można trafić coś lepszego.
☐ Tak
☐ Nie
12. Kiedy słucham radia lub oglądam telewizję, nie mam zwyczaju „skakać po kanałach”, by znaleźć coś ciekawszego.
☐ Tak
☐ Nie
13. Sporo czasu zajmuje mi wybranie filmu na wieczór.
☐ Tak
☐ Nie
14. Kiedy mam kupić prezent przyjacielom, nie mam z tym kłopotu i dość szybko znajduję rzecz, która wydaje mi się odpowiednia.
☐ Tak
☐ Nie
15. Często fantazjuję o życiu, jakie chciałabym/chciałbym mieć, które jest całkiem inne od mojego.
☐ Tak
☐ Nie
16. Akceptuję to, że w życiu często niezbędne są kompromisy i wystarczają mi rzeczy „dość dobre” zamiast „idealnych”.
☐ Tak
☐ Nie
17. Często zdarza mi się żałować swoich decyzji, bywam wtedy zła/zły na siebie, że takie podjęłam/podjąłem.
☐ Tak
☐ Nie
18. Czasami ludzie dziwią się, że pewne decyzje łatwo mi przychodzą, a ja uważam po prostu, że szkoda tracić czas na głupoty, wolę poświęcić go na sprawy naprawdę ważne.
☐ Tak
☐ Nie



19. Nie jestem zbyt zadowolona/zadowolony ze swojego życia, muszę jeszcze sporo osiągnąć, by zyskać pełnię szczęścia.

- ☐ Tak
☐ Nie

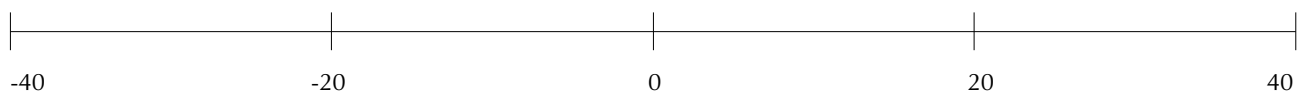
20. Zazwyczaj cieszę się z tego, co mam.

- ☐ Tak
☐ Nie

W pytaniu o nieparzystym numerze każde „Tak” to + 1 punkt, a każde „Nie” to – 1 punkt.

W pytaniach o parzystym numerze jest odwrotnie: każde „Tak” to – 1 punkt, a każde „Nie” to + 1 punkt do wyniku ogólnego.

Zaznacz swój wynik na kontinuum:



Satysfakcjoniści

Maksymaliści

Co oznacza Twój wynik:

- Im bliżej -40, tym większa jest Twoja tendencja, by w większości sytuacji kierować się raczej strategią satysfakcjoniisty niż maksymalisty. Zwykle potrafisz cieszyć się z tego, co masz, nie gonisz za „lepszym” i niewielu swoich decyzji żałujesz. Nawet jeśli mogłoby być lepiej, dla Ciebie liczy się to, że jest „dość dobrze”. Dzięki temu prawdopodobnie jesteś zadowolona/zadowolony ze swojego życia i nawet jeśli widzisz w nim potrzebę zmian, Twoje oczekiwania są raczej racjonalne i realne.
- Im bliżej +40, tym częściej kierujesz się w życiu strategią maksymalisty. Często dręczy Cię wrażenie, że mimo iż wkładasz w planowanie swego życia i realizowanie tego planu dużo pracy i energii, to efekty są znacznie poniżej Twoich oczekiwań lub też przeciwnie – starasz się unikać podejmowania wyzwań i decyzji, bo czujesz, że jeszcze nie jesteś na nie gotowa/gotowy i czekasz na najlepszy moment. Spróbuj inaczej – wypróbuj strategię satysfakcjoniisty, dzięki niej możesz cieszyć się większą satysfakcją z życia czy też wreszcie ruszyć z miejsca. Początki mogą być trudne, ale z czasem wypracujesz w sobie zdrowy nawyk, a wówczas strategia ta stanie się dla Ciebie naturalna.
- Wynik w okolicy 0 oznacza, że w zależności od sytuacji kierujesz się raz strategią maksymalisty, a raz – satysfakcjoniisty. Być może lepiej byłoby, gdybyś częściej sięgała/sięgał po tę drugą strategię, jednak dobra wiadomość jest taka, że skoro już wykorzystujesz ją w różnych sytuacjach, łatwiej będzie Ci zastosować ją też w innych. Warto spróbować, bo strategia satysfakcjoniisty oznacza większe prawdopodobieństwo trwałego poczucia życiowego szczęścia i satysfakcji.

¹ Ten test jest tylko psychozabawą, nie narzędziem diagnostycznym. Nie może być stosowany do diagnozy psychologicznej.



Scenariusz lekcji

Odkryj swój biegun

GRUPA WIEKOWA:

Gimnazjum i placówki ponadgimnazjalne.

CEL:

- pokazanie uczniom, że ważne jest posiadanie celu,
- odkrycie przez uczniów, że warto stawiać sobie nowe wymagania, bo tylko prawdziwe wyzwania nas rozwijają,
- dostrzeżenie przez uczniów, że każdy człowiek ma na swoim życiowym koncie jakieś osiągnięcia, oni także.

MATERIAŁY:

- piłka,
- fragmenty książki *Rocznik 2014. Marek Kamiński* Marka Kamińskiego,
- cytat z książki *Przesunąć horyzont* Martyny Wojciechowskiej,
- tzw. jajka niespodzianki,
- kartki z napisem „Gratuluję Ci”,
- taśma klejąca,
- filmik motywujący „Nigdy się nie poddawajcie” (<https://www.youtube.com/watch?v=Ulll8H9h75c>).

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

Etap lekcji	Czynność nauczyciela	Czynność ucznia/uczniów	Materiały dydaktyczne	Przewidywany efekt
I część – przygotowawcza	Nauczyciel informuje uczniów, że zagrają w skojarzenia. Rzuca piłką do kolejnych uczniów, wypowiadając słowo „biegun”. Gdy zabawa zostaje zakończona, zapisuje na tablicy temat lekcji	Uczniowie, odrzucając piłkę do nauczyciela, wypowiadają na głos swoje skojarzenia ze słowem „biegun”. Następnie formułują propozycję tematu lekcji	Piłka	Uczniowie potrafią wymyślić temat lekcji
II część – podstawowa	Nauczyciel: • poleca książki polskich podróżników – Marka Kamińskiego i Martyny Wojciechowskiej, • odczytuje fragment książki <i>Rocznik 2014. Marek Kamiński</i> (załącznik 1, fragment 1),	Uczniowie: • wysłuchują odczytywanego fragmentu książki, • samodzielnie formułują wnioski i zapisują je na tablicy w postaci zdań w trybie rozkazującym,	• Załącznik 1, fragment 1, • jajka niespodzianki, • załącznik 2, • filmik motywujący	• Powstanie poradnika pozytywnego myślenia (w postaci wniosków zapisanych na tablicy),



	- prosi uczniów o wyciągnięcie wniosków z odczytanego tekstu, - wręcza dwóm uczniom cytaty zamknięte w „jajkach” i prosi o wykonanie poleceń, które są w nich zawarte, - przypomina znaną prawdę, że nic tak nie motywuje do działania, jak sukces i zadowolenie z siebie. Przykleja każdemu uczniowi do pleców kartę „Gratuluję Ci”, na której następnie wszyscy pisemnie gratulują sobie wzajemnie jakichś osiągnięć szkolnych, - wyświetla filmik motywujący do działania. Prosi uczniów, aby każdy z nich wynotował sentencję, która go najbardziej poruszyła	- na głos odczytują cytaty zawarte w jajkach (załącznik 2) i wyjaśniają, w jaki sposób rozumieją te słowa, - chodzą po klasie z naklejoną na plecach listą gratulacyjną i wpisują wszystkim koleżankom i kolegom same pozytywne osiągnięcia, z których powinni być dumni (chętne osoby mogą się podzielić tym, za co otrzymały gratulacje), - oglądają film i na odwrocie swoich kart gratulacyjnych zapisują sentencję, którą oceniają jako tę najbardziej do nich przemawiającą		- uczniowie potrafią własnymi słowami przedstawić sens czyjejs wypowiedzi, rozumieją metaforyczne znaczenie słowa „biegun”, - uzupełnione karty gratulacyjne
III część – końcowa	Nauczyciel odczytuje fragment książki <i>Rocznik 2014. Marek Kamiński</i> (załącznik 1, fragment nr 2). Następnie wspólnie z uczniami podsumowuje lekcję	Uczniowie słuchają drugiego fragmentu książki i wspólnie podsumowują zajęcia	Załącznik 1, fragment 2	- Wyciągnięcie wniosków przez uczniów, - przekazanie uczniom, by „nie osiedlali się na biegunie”, bo, jak powiedziała Martyna Wojciechowska w swojej książce <i>Przesunąć horyzont</i> – „Najważniejsze to być w drodze. Każdego dnia robić krok do przodu”



ZAŁĄCZNIK 1

Fragment 1:

„Aby odkryć swój biegun, spróbuj odbyć podróż w głąb siebie, w głąb swoich myśli, do najskrytszych marzeń i planów. Staraj się zobaczyć, co tak naprawdę jest dla ciebie ważne. Być może okaże się, że biegunów jest wiele i z jakichś trzeba będzie zrezygnować. Być może będziesz myśleć, że niektóre marzenia są zbyt śmiałe. Spróbuj wybrać jeden biegun – będzie gwiazdą, która cię poprowadzi. Możesz mieć wiele marzeń, ale pamiętaj, że proste drogi często prowadzi donikąd, a te trudne i mniej uczęszczane mogą cię zaprowadzić do celu w zgodzie z twoim przeznaczeniem. Nie jest ważne, że to dla ciebie nowe, że niczego takiego nie robiłeś, że inni mówią ci, że to nie dla ciebie. Liczy się, co ty o tym myślisz i w co wierzysz. Na pewno musisz zdać sobie sprawę, że biegun nie przyjdzie do ciebie sam, to ty musisz go znaleźć i na niego podążać. Twój biegun będzie wyjściem poza schematy dotychczasowego życia, dlatego musisz mieć odwagę i wiarę, by te schematy przełamać. Być może będziesz się musiał wiele nauczyć nim dotrzesz na swój biegun, ale na tym polega życie, by zdobywać nowe doświadczenia i umiejętności. Jeżeli dotychczas nie udawało cię realizować marzeń, to nie oznacza, że tym razem się nie uda. Być może to nie była twoja droga, nie byłeś wystarczająco zdeterminowany, wierzyłeś, że samo się zrobi. Tylko ty możesz sprawić, by tym razem było inaczej”.

Marek Kamiński, *Rocznik 2014. Marek Kamiński*
(Burda Książki, 2013)

Fragment 2:

„Biegun północny jest magicznym miejscem, ale także pewnym symbolem, ponieważ nie można się na nim zatrzymać i osiedlić. Kiedy człowiek tam dotrze, już kilka godzin później wbrew sobie może być kilka kilometrów dalej, ponieważ lody są w ciągłym ruchu i dryfują, chociaż tego nie zauważamy. Podobnie bywa w życiu, kiedy się zatrzymamy na jakimś etapie, gdy nie idziemy dalej, to wbrew sobie możemy się cofać, nawet o tym nie wiedząc. Czasem nie warto przywiązywać się za bardzo do osiągniętego celu, sukcesu czy pozycji społecznej, bo stanie się balastem, czymś, co nas hamuje, co nie pozwala iść dalej i powoduje, że mimo starań oddalamy się od miejsca, w którym wydaje nam się, że jesteśmy. Dlatego realizacja nawet najbardziej ambitnego i dużego celu jest tylko początkiem następnego etapu, a nie końcem podróży przez życie. Warto pomyśleć o następnym dążeniu, które jest warte poświęcenia i wysiłku, i ruszyć w drogę. Życie nie kończy się na zdobytych biegunach, trzeba odnaleźć w sobie odwagę, aby dalej podążać za marzeniami.

Dla mnie zdobycie dwóch biegunów w jednym roku było wyjątkowym wyczynem. Wydawało mi się, że niczego większego nie da się osiągnąć, a jednak okazało się, że były one tylko punktem wyjścia, treningiem do następnych wypraw: przepłynięcia Atlantyku, przejścia Pustyni Gibsona, podróży w głąb siebie, założenia rodziny, wypraw z Jaśkiem Melą i zrozumienia, że ważne jest to, co człowiek daje innym, dzielenie się swoim doświadczeniem. Odkrywanie świata prowadziło mnie do odkrywania człowieka. Do zrozumienia, że to my jesteśmy oczami świata, a świat przegląda się w sobie naszymi oczami. Co by było, gdyby świat stanął w miejscu?”.

Marek Kamiński, *Rocznik 2014. Marek Kamiński*
(Burda Książki, 2013)

ZAŁĄCZNIK 2

„Biegun jest dla mnie tym wszystkim, co wprawia mnie w ruch”. Marek Kamiński

„Cel, który nie wiązałby się z przebudową wewnętrzną i rozwojem, nie jest dla mnie biegunem”. Marek Kamiński



Scenariusz lekcji

Trenuj twórcze myślenie

GRUPA WIEKOWA:

Gimnazjum, placówki ponadgimnazjalne.

CEL:

- uczniowie odkrywają zalety twórczego myślenia,
- poznają tzw. myślenie dywergencyjne,
- przygotowują zasady poprawnego trenowania umysłu.

MATERIAŁY:

- szary papier,
- marker,
- karta pracy,
- propozycja ćwiczeń na myślenie dywergencyjne.

PRZEBIEG ZAJĘĆ:

Etap lekcji	Czynność nauczyciela	Czynność ucznia/uczniów	Materiały dydaktyczne	Przewidywany efekt
I część – przygotowawcza	Nauczyciel: • zapowiada uczniom, że w tej fazie lekcji nastąpi pewien eksperyment. Prosi o wzięcie w nim udziału cztery chętne osoby, • zawiesza na tablicy dwa arkusze szarego papieru z rozrysowanymi tabelami do uzupełnienia (załącznik 1), • wspólnie z uczniami dokonuje podsumowania eksperymentu	• Dwie pary uczniów wychodzą za drzwi, • uczniowie proszeni są o powrót do sali pojedynczo. Każdy z nich podaje szybkie skojarzenia do haseł, które są zapisane w tabeli	Załącznik 1	• Stworzenie różnorodnych skojarzeń do podanych haseł, • sformułowanie wniosku: każdy z nas myśli inaczej, niektórzy schematycznie, a inni bardziej kreatywnie



II część – podstawowa	Nauczyciel: • prowadzi z uczniami krótką pogadankę: • Co to znaczy myśleć „twórczo”? • Czym jest koncentracja?; • w ramach treningu twórczego myślenia rozdaje uczniom karty pracy (załącznik 2), które muszą uzupełnić według własnego uznania. W wyniku ich pracy powinien powstać rysunek, w którym wykończą zasugerowane elementy, • przeprowadza ćwiczenie na myślenie dywergencyjne (załącznik 3)	Uczniowie: • odpowiadają na pytania, • wypełniają kartę pracy, • biorą udział w ćwiczeniu na myślenie dywergencyjne	• Załącznik 2, • załącznik 3	• Trenowanie twórczego myślenia, • wyciągnięcie wniosku: twórcze myślenie jest nieograniczone. Aby być kreatywnym, należy oderwać się od schematów, • wyciągnięcie wniosku: myślenie dywergencyjne odznacza się badaniem wielu możliwych dróg rozwikłania problemu, tutaj nie ma tylko jednej poprawnej odpowiedzi
III część – końcowa	Nauczyciel włącza uczniom rozdział „Trening umysłu” z audiobooka Beaty Pawlikowskiej <i>W dżungli życia. Poradnik dla dziewczyn i chłopców (oraz niektórych dorosłych)</i> i prosi uczniów o sporządzanie notatek	Uczniowie słuchają i notują wnioski – przygotowują zasady poprawnego trenowania umysłu	Książka Beaty Pawlikowskiej <i>W dżungli życia. Poradnik dla dziewczyn i chłopców (oraz niektórych dorosłych)</i>	Wyciągnięcie wniosków: aby owocnie trenować swój umysł należy: • ustalić ściśle określoną porę na wysiłek intelektualny, • systematycznie trenować umysł, • koncentrować się na jednym zadaniu



ZAŁĄCZNIK 1

Tabele do uzupełnienia

Pierwsza para uczniów:

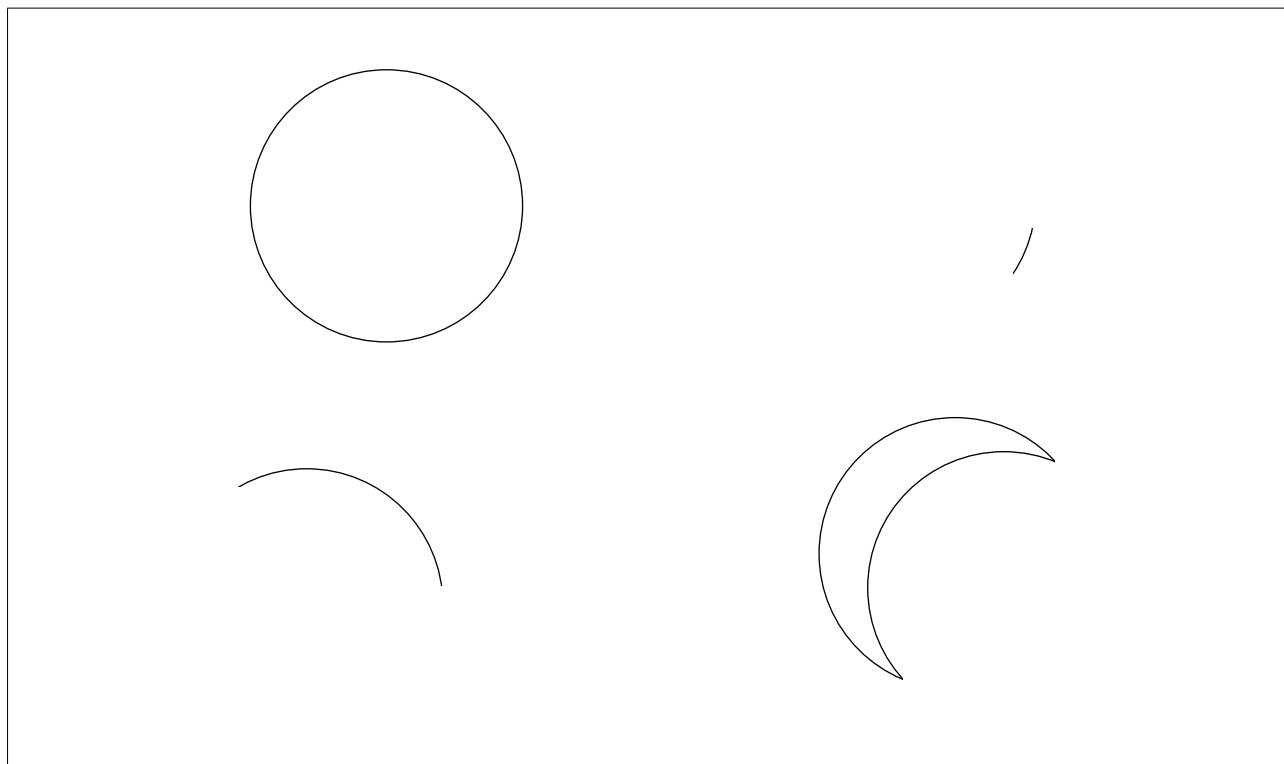
Skojarzenia pierwszej osoby	Hasła	Skojarzenia drugiej osoby
	Szkoła	
	Czerwień	
	Gwiazda	
	Morze	
	Wysiętek	

Druga para uczniów:

Skojarzenia trzeciej osoby	Hasła	Skojarzenia czwartej osoby
	Książka	
	Chwila	
	Zieleń	
	Dom	
	Czas	



ZAŁĄCZNIK 2



ZAŁĄCZNIK 3

Pytanie/polecenie	Możliwa odpowiedź
Kierowca fiata ma brata, lecz brat kierowcy fiata nie ma brata. Kim kierowca fiata jest dla brata?	Kierowca fiata jest dla brata siostrą
Pewien człowiek przesunął swój samochód i umieścił go tuż obok hotelu. Gdy to zrobił, zorientował się, że właśnie zbankrutował. Dlaczego?	Grał w Monopol
Pewien mężczyzna jechał pociągiem. Gdy pociąg wjechał do ciemnego tunelu, mężczyzna oszalał. Dlaczego?	Mężczyzna wracał ze szpitala, gdzie przywrócono mu wzrok. Kiedy pociąg wjechał do tunelu, przeraził się, że znów przestał widzieć
Mężczyzna wszedł do baru i poprosił barmana o szklankę wody. Zamiast tego barman wyciągnął pistolet i wycelował w gościa. Mężczyzna podziękował i wyszedł. Wyjaśnij to	Mężczyzna, który wszedł do baru, miał czkawkę. Barman, zamiast dać mu wody, przestraszył go i czkawka minęła
Co to jest „fascykuł”? Wymyślcie definicję tego słowa. Postarajcie się, by była jak najciekawsza	Definicja słownikowa: fascykuł – kiedyś zwój, plik papierów albo dokumentów



Plan rozwoju zawodowego nauczyciela stażysty ubiegającego się o stopień zawodowy nauczyciela kontraktowego

Imię i nazwisko nauczyciela:

Nazwa szkoły/placówki:

Stanowisko:

Kwalifikacje:

Data rozpoczęcia stażu:

Data zakończenia stażu:

Wymiar stażu:

Imię i nazwisko opiekuna stażu:

Cele stażu:

1. Cel główny: uzyskanie stopnia awansu zawodowego nauczyciela kontraktowego.

2. Cele szczegółowe:

- poznanie organizacji, zadań i zasad funkcjonowania placówki,
- zapoznanie się z aktami prawnymi obowiązującymi w systemie oświaty,
- poznanie dokumentacji i sposobów jej prowadzenia w placówce,
- doskonalenie warsztatu pracy poprzez
- rozwijanie posiadanych oraz zdobywanie nowych umiejętności zawodowych

Plan rozwoju zawodowego opracowano w oparciu o:

- Art. 9d ust. 1 *Ustawy z dnia 26 stycznia 1982 r. Karta nauczyciela* (t.j. Dz.U. z 2014 r. poz. 191 ze zm.),
- § 6 ust. 2 pkt 1–4 *Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 1 marca 2013 r. w sprawie uzyskiwania stopni awansu zawodowego przez nauczycieli* (Dz.U. z 2013 r. poz. 393).



Treść planu:

I. Znajomość organizacji, zadań i zasad funkcjonowania szkoły (§ 6 ust. 2 pkt 1 Rozporządzenia)

Lp.	Zadania	Formy realizacji	Terminy	Dowody realizacji	Osoby wspierające	Uwagi

II. Umiejętność prowadzenia zajęć w sposób zapewniający właściwą realizację statutowych zadań szkoły (§ 6 ust. 2 pkt 2 Rozporządzenia)

Lp.	Zadania	Formy realizacji	Terminy	Dowody realizacji	Osoby wspierające	Uwagi

III. Znajomość środowiska uczniów, ich problemów oraz umiejętność współpracy ze środowiskiem uczniów (§ 6 ust. 2 pkt 3 Rozporządzenia)

Lp.	Zadania	Formy realizacji	Terminy	Dowody realizacji	Osoby wspierające	Uwagi

IV. Umiejętność omawiania prowadzonych i obserwowanych zajęć (§ 6 ust. 2 pkt 4 Rozporządzenia)

Lp.	Zadania	Formy realizacji	Terminy	Dowody realizacji	Osoby wspierające	Uwagi

.....
(podpis nauczyciela – opiekuna stażu)

.....
(podpis nauczyciela stażysty)



.....
(imię i nazwisko nauczyciela kontraktowego)

.....
(adres do korespondencji)

.....
(stanowisko, nauczany przedmiot/rodzaj prowadzonych zajęć)

.....
(nazwa i miejsce placówki)

Pani/Pan

.....
(imię i nazwisko)

Dyrektor

.....
(nazwa placówki)

W

Wniosek o zezwolenie na rozpoczęcie ... września 20... r. stażu związanego z ubieganiem się o awans na stopień nauczyciela mianowanego

Powołując się na art. 9d ust. 1 *Ustawy z dnia 26 stycznia 1982 r. Karta nauczyciela* (t.j. Dz.U. z 2014 r. poz. 191 ze zm.), wnoszę o zezwolenie na rozpoczęcie ... września 20... r. stażu w wymiarze dwóch lat i dziewięciu miesięcy, ponieważ po jego zakończeniu i uzyskaniu pozytywnej oceny mojego dorobku zawodowego za okres stażu będę ubiegać się o awans na stopień nauczyciela mianowanego.

Uzasadnienie:

Jestem nauczycielem kontraktowym, posiadającym wymagane kwalifikacje określone w art. 9 ust. 1 pkt 1 *Ustawy z dnia 26 stycznia 1982 r. Karta nauczyciela*. Od dnia nadania stopnia awansu nauczyciela kontraktowego, r., przepracowałam/przepracowałem w placówce dwa lata. Jestem zatrudniona/zatrudniony na stanowisku nauczyciela w wymiarze godzin.

W związku z powyższym spełniam wszystkie wymagane warunki do ubiegania się o kolejny stopień awansu zawodowego.

.....
(miejscowość, data)

.....
(podpis nauczyciela)

Załączniki:

1. Projekt planu rozwoju zawodowego.



.....
(imię i nazwisko nauczyciela mianowanego)

.....
(adres do korespondencji)

.....
(stanowisko, nauczany przedmiot/rodzaj prowadzonych zajęć)

.....
(nazwa i miejsce placówki)

Pani/Pan

.....
(imię i nazwisko)

.....
(właściwy kurator oświaty)

W

Wniosek o wszczęcie postępowania kwalifikacyjnego o nadanie stopnia awansu nauczyciela dyplomowanego

Na podstawie art. 9d ust. 7, w związku z art. 9b ust. 4 pkt 3 *Ustawy z dnia 26 stycznia 1982 r. Karta nauczyciela* (t.j. Dz.U. z 2014 r. poz. 191 ze zm.) wnoszę o wszczęcie postępowania kwalifikacyjnego, prowadzącego do nadania mi stopnia awansu zawodowego nauczyciela dyplomowanego.

(opcjonalnie) Proszę o powołanie w skład komisji kwalifikacyjnej przedstawiciela związku zawodowego
(nazwa)

Uzasadnienie:

Zgodnie z art. 9 ust. 1 pkt 1 *Ustawy z dnia 26 stycznia 1982 r. Karta nauczyciela* posiadam kwalifikacje zawodowe wymagane na zajmowanym przeze mnie stanowisku. Otrzymałam/otrzymałem staż w wymiarze dwóch lat i dziewięciu miesięcy, trwający od ... września r. do 31 maja r. Otrzymałam/otrzymałem pozytywną ocenę dorobku zawodowego za okres stażu r. W związku z powyższym spełniam warunki art. 9b ust. 1 cytowanej *Ustawy*, niezbędne do podjęcia starań o przystąpienie do rozmowy z komisją kwalifikacyjną.

.....
(miejscowość, data)

.....
(podpis nauczyciela)

Oświadczam, że zgodnie z art. 23 ust. 1 pkt 1 oraz art. 24 ust. 1 *Ustawy z dnia 29 sierpnia 1997 r. o ochronie danych osobowych* (t.j. Dz.U. z 2014 r. poz. 1182) wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych na potrzeby związane z postępowaniem kwalifikacyjnym na stopień nauczyciela dyplomowanego.

.....
(miejscowość, data)

.....
(podpis nauczyciela)

Do wniosku załączam:

1. Poświadczony kopie dokumentów potwierdzających posiadanie kwalifikacji zawodowych do zajmowanego stanowiska.
2. Poświadczoną kopię aktu nadania stopnia awansu zawodowego nauczyciela mianowanego.
3. Zaświadczenie dyrektora szkoły, o którym mowa w § 9 ust. 1 pkt 2 lit. a–d *Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 1 marca 2013 r. w sprawie uzyskiwania stopni awansu zawodowego przez nauczycieli* (Dz.U. z 2013 r. poz. 393).
4. Opis i analizę wymagań określonych w § 8 ust. 2 ww. *Rozporządzenia*.
5. Poświadczoną kopię dyplomu lub świadectwa potwierdzającego zaawansowaną znajomość języka obcego (jeżeli nauczyciel realizował zadanie, o którym mowa w § 8 ust. 2 pkt 4 lit. d ww. *Rozporządzenia*).



Arkusz do zbierania wzorów podpisów rodziców/prawnych opiekunów

Klasa:

Rok szkolny:

Wychowawca:

Lp.	Imię i nazwisko ucznia	Wzór podpisu	Wzór podpisu
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			
21.			
22.			
23.			



Czasami jesteśmy bezsilni

Zdarzają się sytuacje, w których, mimo wielu działań oraz dużego zaangażowania pracowników szkoły i poradni, nie udaje się pomóc dziecku oraz jego rodzinie.

Beata Banasiak, Agnieszka Młynarczyk

Gdy podopieczny kończy szkołę ponadpodstawową, tracimy z nim kontakt i nie wiemy, jak potoczyły się jego losy. Sytuacje takie są dla nas bardzo trudne i często musimy przyznać się do porażki. Jedyny pozytywny aspekt tej sytuacji, to zdobyte doświadczenie i nasze przemyślenie, co i kiedy należałoby zrobić, aby do takiej porażki nie doszło. Jedno jest pewne – należy podejmować działania jak najszybciej, bowiem każde ich odroczenie powoduje nagromadzanie się trudności.

Tata opowiedział historię rodziny

Maksymilian został zgłoszony do poradni przez tatę, gdy skończył gimnazjum. Chłopiec niechętnie przyszedł do placówki. Nie chciał rozmawiać z psychologiem, przysłuchiwał się jedynie żalom ojca, który już na wstępie wydawał się rodzicem bezsilnym i pozbawionym chęci do działania. Przyszedł do poradni, ponieważ tak zasugerowała pedagog z gimnazjum chłopca, mężczyzna jednak nie wierzył, że ktośkolwiek może im pomóc.

Tata Maksymiliana poznał jego mamę jeszcze w trakcie studiów. Wzięli w pośpiechu ślub z powodu ciąży. Po porodzie kobieta przez długi okres odrzucała chłopca, nie chciała się nim opiekować. Wszystkie funkcje pielęgnacyjne i opiekuńcze przejął tata i już wtedy poczuł bardzo silną więź z synkiem. Mama powoli dochodziła do siebie, jej brak zainteresowania Maksem wiązał się prawdopodobnie z depresją poporodową. Mimo że po paru miesiącach mama znowu była wesołą i pragnącą rozrywek 23-letnią kobietą, nadal zajmowała się dzieckiem tylko wtedy, gdy mąż musiał wyjść z domu. Ponieważ chciała jak najszybciej ukończyć studia, a mąż pracował i uczył się w trybie

zaocznym, postanowili, że zapiszą chłopca do żłobka. Maks miał wtedy 11 miesięcy. Po pracy i w wolne weekendy chłopcem zajmował się jedynie tata. Mama uskarżała się na nadmiar obowiązków, na brak życia towarzyskiego i możliwości zrealizowania swoich pasji oraz marzeń. Wszystkiemu winny był Maksymilian. Tata, dostrzegając chłodny, pozbawiony czułości stosunek żony do chłopca, próbował zrekompensować mu brak uczuć ze strony matki własną opieką. Każdą wolną chwilę poświęcał dziecku, spał nawet w jego pokoju, by zawsze, nawet w nocy, być blisko niego. Małżeństwo powoli ulegało rozpadowi. Mama była ciągle niezadowolona ze swojego życia i nie udało jej się ukończyć studiów. Gdy tylko mąż mógł zająć się dzieckiem, wychodziła z domu. Zdarzało się, że nie wracała na noc. Mówiła wtedy, że jest jeszcze młoda i ma prawo do zabawy. Nawet wtedy, gdy okazało się, że chłopiec ma wadę serca i konieczna jest operacja, nie znalazła czasu, by być z nim w szpitalu. Zabieg na szczęście się udał i stan zdrowia chłopca był zadowalający. Jednak konieczne były coroczne konsultacje w poradni kardiologicznej. Mimo tego, że lekarze nie zalecali ograniczeń ruchowych, ojciec Maksa, w obawie przed problemami zdrowotnymi syna, nie pozwalał mu na żaden wysiłek fizyczny. Podobnie postępowała babcia (mama ojca), która wspierała go w wychowaniu syna i twierdziła, że najważniejsze dla prawidłowego rozwoju dziecka jest dobre odżywianie. Pozbawiony ruchu i karmiony ponad miarę chłopiec już w przedszkolu miał poważną nadwagę. Początkowo nikt się tym nie przejmował. Jedynie mama wyrażała dezaprobatę wobec wyglądu Maksa, ale nie podjęła żadnych działań, by zapobiec coraz szybszemu tyciu chłopca.

Pozbawiony ruchu i karmiony ponad miarę chłopiec już w przedszkolu miał poważną nadwagę.

Z relacji taty wynika, że przez cały okres przedszkola i szkoły podstawowej tylko on zajmował się chłopcem – chodził na wywiadówki, kupował niezbędne rzeczy, jeździł z nim na wakacje, pomagał w lekcjach. Małżeństwo było fikcją – mama nie pracowała, dbała jedynie o czystość w domu. Zakupy i gotowanie także należało do taty. Maks nie miał z mamą właściwie żadnego kontaktu, poza licznymi kłótniami dotyczącymi utrzymywania domu w nieskazitelnej czystości. Mama żądała od chłopca codziennego sprzątania pokoju, układania rzeczy w ustalonym przez nią porządku. Tata był od wychowywania, pomagania i rozpieszczania syna. Znaleźli także wspólną pasję – interesowali się bronią średniowieczną, jeździli do muzeów, kupowali książki poświęcone tej tematyce oraz duplikaty dawnej broni.

Chłopiec nie miał przyjaciół, ale tata nie dostrzegał w tym problemu. W gimnazjum ich relacje zaczęły się psuć. Maks zaczął buntować się przeciw rygorystycznej i pozbawionej ciepła postawie mamy. Miał mniej chęci do spędzania każdej wolnej chwili z tatą, wołał komputer. Pojawiła się nowa pasja – gry strategiczne. Dzięki nim poznał nowych przyjaciół – kontaktowali się wprawdzie tylko online, ale to z nimi Maks wołał spędzać czas, nie z ojcem. Pojawiały się w tym okresie coraz większe problemy z nauką. Maks nigdy nie był dobrym uczniem, ale nie miał większych problemów w szkole. Nagle nauczyciele zaczęli się skarżyć, że przychodzi nieprzygotowany na lekcje, często spóźnia się lub w ogóle opuszcza pierwsze zajęcia, jest ospały i prawie zasypia na lekcjach. Wychowawca podkreślał także, że chłopiec nie utrzymuje kontaktu z rówieśnikami, czasami jest ofiarą, inni uczniowie wyśmiewają jego nadwagę i brak sprawności fizycznej. Tata próbował rozmawiać z synem, nakłaniać go do nauki, chodzenia wcześniej spać, próbował ograniczyć chłopcu czas spędzony przy komputerze. Jednak rozmowy te kończyły się kłótniami.

W końcu tata zaprowadził Maksa do dietetyka, który stwierdził otyłość trzeciego stopnia oraz znaczne nadciśnienie. Ustalił dietę oraz zalecił zwiększenie wysiłku fizycznego. Nic nie zostało zrealizowane – chłopiec kupował sobie słodkie i fast foody, odmawiał jedzenia dietetycznych posiłków przygotowywanych przez tatę. Zaczął unikać lekcji wychowania fizycznego. Ojciec, w obawie, że syn będzie nieklasyfikowany z tego przedmiotu, wywalczył u pediatry zwolnienie lekarskie. Mama w tym czasie w ogóle nie interesowała się sprawami chłopca, żyła własnym życiem. Po-

nadto nastąpiły zmiany w jej wyglądzie – stała się bardzo szczupła, straciła dużo włosów, wyglądała na chorą. Pewnego dnia straciła przytomność – w szpitalu zdiagnozowano u niej ostrą niewydolność nerek oraz raka płuc. Zmarła niedługo później. Chłopiec był wtedy w III klasie gimnazjum. Nauczyciele byli zdumieni, że nie okazuje w żaden sposób tęsknoty za mamą. W domu Maks zaczął okazywać ojcu jawną nienawiść, ostentacyjnie nie sprzątał po sobie, w ciągu kilku tygodni doprowadził swój pokój do stanu ruiny. Nie jadł posiłków przygotowywanych przez ojca, tylko sam je sobie przyrządzał i to takie, które miały dużą zawartość kalorii. Kupował lub sam robił hamburgery, pizzę itp. Nie sprzątał po sobie w kuchni. Zaczął wagarować, całymi dniami leżał w łóżku, grając na laptopie w różne gry strategiczne. Nie reagował na prośby i groźby taty. Z bardzo słabymi ocenami ukończył gimnazjum, ale dostał się do liceum ogólnokształcącego. W wakacje, przed rozpoczęciem szkoły ponadgimnazjalnej, tata zgłosił się z Maksem do poradni.

Oczami Maksa

Od najwcześniejszych swoich wspomnień to ojciec był dla chłopca zarówno tatą, jak i mamą. Właściwie nie pamięta, by tak po prostu rozmawiał z mamą. Ich rozmowy dotyczyły jedynie sprzątania, a właściwie nie były to rozmowy, lecz kłótnie. To tata był zawsze przy nim, to z nim spędzał swój wolny czas i to on był dla niego wzorem i opoką. Nigdy nie zazdrościł rówieśnikom, że mają czułe i kochające mamy, tata zapewniał mu wszystko, czego potrzebują dzieci.

Teraz jednak jest dorosły i nie potrzebuje, by tata kierował jego życiem. Właściwie nie rozumie, dlaczego został wręcz siłą przyprowadzony do poradni. To może ojciec potrzebuje wsparcia, nie on. On jest zadowolony z życia, nie chce niczego zmieniać. Nie przeszkadza mu jego wygląd („Kto powiedział, że wszyscy muszą być szczupli?”). Nadciśnienie również mu nie przeszkadza („Od tego się nie umiera”). Uważał również, że ze szkołą sobie poradzi („Przecież teraz wagarowałem, a i tak dostałem promocję”).

Rozmowa z chłopcem w poradni była trudna – wypierał wszystkie swoje problemy, udawał, że jest szczęśliwy. Nie chciał żadnych zmian ani żadnej pomocy. Nie chciał także zmiany relacji z ojcem („Gdy tylko nie będzie się wtrącał w nie swoje sprawy, to wszystko będzie w porządku”). Uważał, że nie ma nic dziwnego w tym, że nie ma przyjaciół, jego kole-dzy są nudni i infantylni, ma znajomych w internecie i to mu wystarczy.

Co dalej

Psychologowi udało się nakłonić chłopca do konsultacji psychiatrycznej. Ta jednak nie wykazała nic ponad to, co stwierdził psycholog w trakcie pierwszej wizyty – rodzinie potrzebna jest terapia. Ojcu zalecono także konsultacje dotyczące rozszerzenia kompetencji wychowawczych.

Chłopiec rozpoczął naukę w liceum z postanowieniem uczęszczania do szkoły w takim zakresie, by nie groziła mu nieklasyfikacja z żadnego przedmiotu oraz z postanowieniem, aby uczyć się tyle, by mieć wszystkie oceny dopuszczające. Niestety, nawet tego nie udało mu się zrealizować. Zaczął opuszczać coraz więcej lekcji, nie chciało mu się odrabiać prac domowych, po pierwszym semestrze był zagrożony oceną niedostateczną aż z dziewięciu przedmiotów. Szkoła nawiązała kontakt z ojcem, który już na pierwszym spotkaniu z pedagogiem szkolnym przyznał się, że nie ma żadnego wpływu na syna, że jedyne, co ich łączy, to wspólne mieszkanie. Takie wyznanie nie zraziło jednak pedagoga, który postanowił działać.

Po pierwsze, skontaktował się z poradnią i dowiedział się, że mimo zaleceń ani ojciec, ani syn nie podjęli terapii. Pedagog postanowił nakłonić Maksa i jego tatę do ponownego zgłoszenia się do poradni. Tata chciał skorzystać z pomocy psychologa, jednak chłopiec odmówił wizyty. Nie pomogły prośby wychowawcy, pedagoga i dyrektora szkoły. Maksymilian zaczął opuszczać coraz więcej lekcji, ale uzyskał promocję do kolejnej klasy. We wrześniu skończył 18 lat i wtedy oznajmił, że rzuca szkołę. Wszystkie podjęte przez pracowników szkoły działania nie powiodły się.

Historia Maksymiliana nasuwa pewne pytania. Dlaczego:

- nikt wcześniej nie zauważył, że dzieje się coś niedobrego? Przecież to, że ani w przedszkolu, ani w szkole podstawowej nigdy nie pojawiła się mama chłopca, już powinno budzić pewien niepokój,
- nikt nie reagował na nadmierne tycie dziecka – nauczycielka w przedszkolu, pielęgniarka szkolna, wychowawca? Gdy chłopiec był mały, łatwiej było wprowadzić dietę, zmobilizować ojca do podjęcia konkretnych działań,
- nikt wcześniej nie zareagował na samotność chłopca? Zgodnie z treścią wywiadu z ojcem Maksymilian zawsze siedział sam w ławce, nie miał kolegów, nie był nigdzie zapraszany przez rówieśników,
- pediatra wypisał zwolnienie z WF-u?

Na te pytania niestety nie znamy odpowiedzi. Być może ktoś próbował podjąć jakieś działania, ale nie zdołał przekonać do tego ojca chłopca. W przypadku Maksymiliana interwencja była spóźniona o wiele lat.

Beata Banasiak

Agnieszka Młynarczyk

REKLAMA

X Kongres Zarządzania Oświatą

OSKKO WROCŁAW 23-25 września 2015

OSKKO Ogólnopolskie Stowarzyszenie Kadry Kierowniczej Oświaty

z a p r a s z a n a :

KONGRES KADRY KIEROWNICZEJ OŚWIATY:

**DYREKTORÓW SZKÓŁ, PRACOWNIKÓW ORGANÓW PROWADZĄCYCH I ORGANÓW NADZORU PEDAGOGICZNEGO
– OSÓB ZAANGAŻOWANYCH W ZARZĄDZANIE OŚWIATĄ NA POZIOMIE PAŃSTWOWYM I LOKALNYM.**

WWW.OSKKO.EDU.PL/KONGRES/

Kongres Zarządzania Oświatą to największe w Polsce doroczne spotkanie kadry kierowniczej oświaty. Uczestniczy w nim rokrocznie ok. 1000 osób.

Patronatu Kongresowi udzielili:

- Minister Edukacji Narodowej,
- Minister Administracji i Cyfryzacji,
- Prezydent Miasta Wrocławia.



MINISTER
EDUKACJI
NARODOWEJ



Ministerstwo
Administracji
i Cyfryzacji



Zapraszamy do zapoznania się z programem i zasadami zapisów na stronie **www.oskko.edu.pl/kongres/**

OGÓLNOPOLSKIE STOWARZYSZENIE KADRY KIEROWNICZEJ OŚWIATY

Kontakt z Biurem Kongresu: tel.: 89 527 95 14; fax: 89 679 05 59; kom.: 513 057 820, 509 498 266; szef kongresu: 513 057 830; e-mail: oskko@oskko.edu.pl

Nauka poprzez opowiadanie

Storytelling

Umiejętne wykorzystanie historii sprawdza się jedynie w biznesie, w przemawianiu publicznym, na sali szkoleniowej lub tam, gdzie chcemy wyrzucić wpływ na drugą osobę bądź przekonać ją do zakupu jakiegoś produktu, usługi? A czy czasem nie jest tak, że nauczyciel w szkole wykorzystuje dokładnie te same umiejętności?

Renata Myczka

Zamiast suchych faktów, teorii, definicji oraz schematów warto wpleść w lekcję narrację i emocje. Nauka jest wówczas dużo przyjemniejsza i skuteczniejsza. *Storytelling* to nic innego jak umiejętność opowiadania ciekawych historii (w literaturze można znaleźć również takie określenie, jak psychologia narracji). Schopenhauer mawiał, że „nie ma nic trudniejszego niż przekazywanie istotnych myśli w taki sposób, aby były zrozumiałe dla każdego”. Dobrze opowiedziane historie są więc odpowiedzią na potrzeby uczniów – są zarówno proste w przekazie, jak i inspirują ich do rozwoju i działania.

Korzyści i kilka przykładów

Badania pokazują, że podczas czytania lub słuchania opowieści z odbiorcą przekazu dzieje się coś interesującego. Zaczyna on reagować w trzech obszarach:

- emocji (pojawiają się w nim odczucia np. zdumienia, zainteresowania itp.),
- myśli (zaczyna on zastanawiać się i zadawać sobie pytania),
- wyobraźni (wyobraża sobie to, o czym opowiada mówca).

Co więcej, następuje efekt tzw. przeniesienia. Słuchacz lub czytelnik zostaje przeniesiony w świat opowiadanej historii. Tymczasowo opuszcza swoje „tu i teraz” i mentalnie wchodzi w realia opowiadania. Kiedy wraca, jest już nieco zmieniony przez „podróż”, którą właśnie odbył.

Jak to przenieść na grunt szkoły? Wyobraźmy sobie np. lekcję historii. Nauczyciel mówi o chrzcie Polski, podaje datę (14 kwietnia 966 r.) oraz związane z nią fakty (Mieszko I przyjmuje chrzest itd.) i wymaga, by te informacje zostały zapamiętane przez uczniów. O ile dla niego, jeśli jest rzeczywistym pasjonatem historii, wszystko co mówi może być bardzo interesujące, o tyle dla wielu podopiecznych jest to tylko data, którą należy „zakuć, zdać i zapomnieć”. A jak by to było, gdyby zamiast tradycyjnego przekazu nauczyciel pokusił się o opowiadanie? Mogłoby ono wyglądać np. następująco: „Wyobraźmy sobie, że mamy możliwość przenosić się w czasie. Że wciskam ten oto czerwony guzik i przenosimy się do roku 966. Rozejrzyjcie się dobrze. Miejsce, do którego się właśnie przenieśliśmy jest pod panowaniem wyjątkowego władcy – Mieszka I. Patrzycie właśnie na księcia, który wolno porusza się po swojej komnacie i marszczy czoło. Ma bowiem ogromny dylemat. Pod swoim panowaniem ma mnóstwo plemion wyznających różne religie. Aby stworzyć jedno państwo, zlikwidować podziały, a przede wszystkim zapewnić bezpieczeństwo, mógłby przyjąć chrześcijaństwo...”.

W takiej historii wykorzystujemy wszystkie daty i fakty, które uczeń powinien zapamiętać, ale nadajemy całemu opowiadaniu ton realności. Dołączamy do tego emocje, obraz, dylematy. Słowem, z nieco mitycznej postaci księcia Mieszko I staje się postacią dużo bliższą do poznania, zrozu-

mienia, a zatem i do zapamiętania. Oczywiście, przygotowanie historii wymaga znajomości tematu, pogłębionej analizy problemu. Należy przy tym również wziąć pod uwagę cel wypowiedzi i wiek uczniów. Możliwości pokierowania fabułą są jednak nieograniczone.

A teraz wyobraźmy sobie, że nauczycielka języka angielskiego przekonuje od dwóch semestrów uczniów, że warto uczyć się języka, że trzeba powtarzać słówka itd. Wszystko, co mówi, niestety trafia w próżnię. Dzieci są nieprzygotowane do zajęć, nie mają motywacji do nauki. Zamiast złościć się na brak dojrzałości uczniów i na ich lenistwo, można przekierować ich uwagę na nieco inne tory. Nauczycielka może np. opowiedzieć o tym, że sama nie miała motywacji, by się uczyć, ale pewnego wiosennego dnia, na wycieczce szkolnej w pobliżu Balatonu poznała chłopaka – Węgry z pochodzenia, w którym szaleńczo się zakochała i to stanowiło ogromny bodziec do nauki. Dzięki temu stanie się dużo bardziej wiarygodna w oczach uczniów, niż gdyby nieustannie stosowała morały i upomnienia. Opowiadanie o sobie zwiększa bowiem naszą autentyczność. Wzrasta również zainteresowanie ze strony słuchaczy.

Opowiadania mają moc. Słuchając historii przekazywanych przez najbliższych, stajemy się bardziej empatyczni, wzrasta poczucie więzi i wspólnoty. Rozwija się kultura słowa, bogactwo wypowiedzi, kształtuje wyobrażenia, wzrasta również wiedza o świecie i innych ludziach. Co ciekawe, im częściej słyszymy dane opowiadanie lub jeśli jest ono powtarzane przez różne osoby, tym bardziej zaczynamy dostrzegać, że każde wydarzenie może być doświadczane

i przeżywane w różny sposób. To odkrycie staje się dla nas szczególnie wzbogacające.

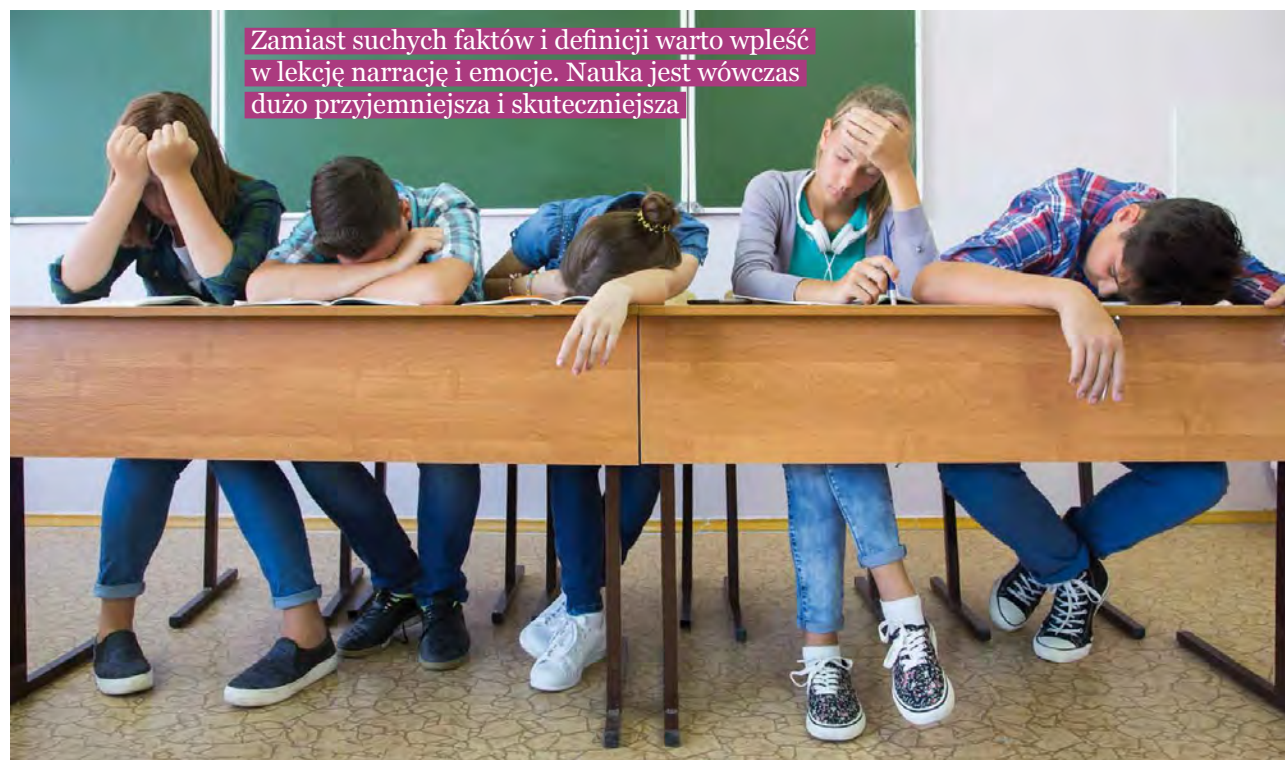
Dobry mówca doskonale wie, że narracja wpleciona w wypowiedź działa jak magnes – skupia uwagę, wywołuje zainteresowanie i jest skutecznym sposobem przekonywania.

ZALETY STORYTELLINGU:

- uczeń lepiej rozumie to, co do niego mówimy,
- znacznie efektywniej przekazujemy swoją myśl lub ideę, zachęcając równocześnie do działania,
- zwiększa się zaangażowanie naszego podopiecznego,
- jesteśmy postrzegani jako osoby wiarygodne i doświadczone w zakresie danego tematu.

Znaczenie emocji

Zadaniem szkoły jest wpłynąć na ucznia, kształtować i rozwijać jego osobowość. Wywieranie wpływu może dokonywać się w sposób świadomy i podświadomy. Na czym polega różnica? W pierwszym przypadku nauczyciel podaje fakty, dowody, statystyki i badania, by przekonać podopiecznego do swojego punktu widzenia. Przystawanie wiedzy opiera się zatem głównie na intelekcie i racjonalnym rozumowaniu. W przypadku podświadomego wywierania wpływu najważniejsza staje się intuicja, instynkt oraz bodźce o podłożu emocjonalnym. Klucz do sukcesu w nauczaniu wiąże się ze znalezieniem swego rodzaju równowagi pomiędzy logiką



Każdy z nas ma mnóstwo tematów, które mógłby zamienić w inspirujące opowiadanie czy we wciągający problem do rozważenia



a emocjami. Musimy jednak zmierzyć się tutaj z pewnego rodzaju powszechnym przekonaniem. Otóż jako ludzie uważamy, że jesteśmy osobami logicznymi i wiedzę przyswajamy na poziomie rozumu oraz świadomości. Problem jednak w tym, że niemal 95 proc. naszych decyzji i przemyśleń związane jest z nieświadomymi bodźcami. Oznacza to, że tak naprawdę nie wiemy dlaczego robimy to, co robimy. I choć w każdym z nas jest zarówno cząstka intelektualna, jak i emocjonalna, to jednak właśnie emocje u większości ludzi są czynnikiem motywującym do rozwoju i działania.

Emocje silnie wpływają na zapamiętywanie. Zbyt niski poziom pobudzenia emocjonalnego sprawia, że jesteśmy ospali i trudniej nam zmusić się do wysiłku intelektualnego. Zbyt wysoki poziom pobudzenia sprawia, że koncentrujemy się głównie na doświadczanych emocjach, zamiast na przyswajaniu materiału czy wykonywanej czynności. A zatem dla procesu nauki i zapamiętywania informacji optymalny jest średni poziom pobudzenia emocjonalnego. Nauczyciel chcący więc skutecznie przekazać wiedzę powinien tak organizować lekcje, by wzbudzać „optymalne” napięcie emocjonalne u uczniów. Wplatanie historii jest doskonałym sposobem na realizację tego zadania.

Anegdoty i metafory

Metafory i anegdoty pomagają uczyć się na różnych poziomach, rozwiązywać problemy, radzić sobie ze zmianą. Ciekawe połączenia słów, przedstawianie treści za pomocą opowiadania sprawia, że uczniowie znacznie efektywniej przyswajają wiedzę. Na przykład bajka o Czerwonym Kapturku znacznie lepiej przedstawia znaczenie dobra i zła,

ufności i sprawiedliwości niż wykładanie nawet całymi godzinami morałów i definicji na ten temat. Mały Książę opiewający się różą bardziej obrazowo wyraża troskę i miłość, niż całe rozprawki nawiązujące do tej tematyki. Początkowo może wydawać się, że wplatanie tych elementów jest niemożliwe, bo jak np. zachęcić ucznia, któremu nie wychodzi skok przez kozła na lekcjach WF-u, by powtarzał tę czynność i nie traktował jej jak porażki, lecz jako drogę do sukcesu? To jednak proste, można wykorzystać choćby anegdotę o Tomaszowi Edisonie: „Wiele czasu zajęło Tomaszowi Edisonowi wynalezienie pierwszej żarówki. Plotka głosi, że wykonał on ponad 2 tys. eksperymentów, by ją udoskonalić. Na jednej z konferencji prasowych prezentujących jego nowy wynalazek, jakiś arogancki dziennikarz jęczył: – Niech pan powie, panie Edison, jakie to uczucie ponieść dwa tysiące porażek przy tworzeniu żarówki? – Młody człowieku – powiedział Edison – ja nie poniosłem porażki dwa tysiące razy, kiedy konstruowałem żarówkę. Po prostu znalazłem tysiąc dziewięćset dziewięćdziesiąt dziewięć sposobów na to, jak nie robi się żarówki¹. W stosowaniu i wymyślaniu metafor oraz anegdot ogranicza nas tak naprawdę jedynie własna kreatywność i wiara w ich oddziaływanie.

Budowanie historii

Warto pamiętać, że każde opowiadanie musi mieć swój początek, część właściwą i zakończenie. Być może brzmi to banalnie, jednak jest to kluczowa wskazówka. Część pierwsza ma zaintrygować, zaintrygować słuchacza i zachęcić go do dalszego słuchania. Część właściwa to opowiadanie i główny wątek naszej opowieści. Zakończenie z kolei powinno wskazywać, jak zakończyła się dana historia, jak udało się rozwiązać daną sytuację lub co się nie udało. Dobra historia musi mieć również tzw. suspens, a więc nieoczekiwany zwrot akcji. To element, w którym zaskakujemy swoich odbiorców, zwiększamy napięcie, a nasza wypowiedź staje się oryginalna. A. Słonimski mawiał: „Jeżeli mówi do mnie człowiek mądry, nie wiem, jak zakończy. Gdy mówi głupi – wiem na pewno!”. Istotnym elementem wykorzystywanym w *storytellingu* jest stosowanie morału, puenty tak, by uczeń mógł coś wynieść dla siebie z usłyszaną historią. Puenta może być wyrażona w różny sposób, np. za pomocą cytatu, rozpoczynania

Narracja wpleciona w wypowiedź działa jak magnes – skupia uwagę i jest skutecznym sposobem przekonywania.

i kończenia swojej wypowiedzi tymi samymi słowami, użycia gadżetu, czy wreszcie poprzez zastosowanie łańcucha, czyli logicznego powiązania kolejnych elementów historii.

Dobre historie są proste, uporządkowane, zwężone. Ważne, by używać krótkich zdań oraz obrazowych porównań, a unikać wyrazów obcych, sformułowań fachowych czy niepotrzebnych dygresji. Nie zapomnijmy również o wyrazie twarzy, naszym zaangażowaniu i tonie głosu. Mają one ogromne znaczenie dla odbioru przekazu przez uczniów. Przygotowując historię przemyślmy, co ma być jej celem, chaotyczne opowiadania nie mają bowiem większego sensu. Warto również być autentycznym – słuchacze bardzo to cenią.

Gotowe źródła

Każdy z nas ma mnóstwo tematów, które mógłby zamienić w inspirujące opowiadanie czy we wciągający problem do rozważenia. Wiele z nich znakomicie mogłoby wkomponować się w omawiany na lekcji temat czy przerabiany materiał. To, co różni nas od skutecznych mówców, to jedynie nasza pewność siebie, wiara we własne możliwości i praktyka. Aby zostać mistrzem *storytellingu*, trzeba po prostu ćwiczyć. Zaczynaj od krótkich opowiadań, uruchom własną kreatywność, wyzbądź się krytyki. Zobacz, jak działa metafora, nawiązanie do jakiegoś wspomnienia czy odwołanie się do własnych doświadczeń. Możesz np. zebrać wszystkie historie, które nawiązują do tematu, o którym chcesz mówić, a następnie wybrać z nich te, które najbardziej oddają myśl, przesłanie, na którym Ci zależy. Pobaw się w tworzenie tzw. archiwum mówcy, a więc zapisuj wszystkie pomysły, zdania, słowa, inspiracje, które wpadną ci w oko lub ucho. Wykorzystaj tę sytuację, i nosząc przy sobie mały notes, zapisz hasło lub symbol, który będzie ci później służył za przypomnienie.

Z czasem zauważysz, że pomysłów może być całe mnóstwo i z pewnością któryś z nich będziesz mógł zastosować

na swojej lekcji. Ćwicząc, nabierzesz praktyki, a radość z opowiadania będzie towarzyszyła nie tylko tobie, lecz przede wszystkim uczniom. Jeśli mimo wszystko chcesz się posłużyć gotowymi materiałami, to zajrzyj do biblioteki, księgarni. Pod hasłami: historie, metafory, opowiadania, znajdziesz zapewne coś, co będziesz mógł odnieść do własnego doświadczenia i omawianego tematu.

Bibliografia:

- M. Stączek, *Storytelling*, EdisonTeam.pl, Warszawa 2014.
- C. Oehlmann, *O sztuce opowiadania. Jak smuć opowieści, prawić baśnie, gawędzić i opowiadać historie*, Impuls, Kraków 2012.
- A. Brahm, *Opowieści buddyjskie dla małych i dużych*, Studio Astropsychologii, Białystok 2015.
- P. Bąbel, M. Wiśniak, *12 zasad skutecznej edukacji. Czyli jak uczyć żeby nauczyć*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Sopot 2015.
- K. Mortensen, *Inteligencja perswazyjna*, Helion, Gliwice 2010.
- N. Owen, *Magia metafor*, METAmorfoza, Wrocław 2011.

Przypis:

- ¹ N. Owen, *Magia metafor*, METAmorfoza, Wrocław 2011.



Renata Myczka

Coach, w tym coach kryzysowy akredytowany przez Polskie Towarzystwo Psychotraumatologiczne, psychopedagog, socjoterapeuta, trener umiejętności psychospołecznych, założycielka firmy szkoleniowo-coachingowej Centrum Rozwoju i Wsparcia. Na co dzień prowadzi sesje coachingowe oraz szkolenia, warsztaty i treningi z szeroko rozumianych kompetencji miękkich

REKLAMA

WIELKA PREMIERA! NOWOCZESNA FORMA KORZYSTANIA Z NASZYCH NIEZBĘDNIKÓW



ZAWSZE NA BIEŻĄCO

stała aktualizacja oświatowych treści

PEŁNA MOBILNOŚĆ

dostęp do programu z dowolnego miejsca na świecie, z każdego urządzenia

KALENDARZ

efektywniejsze zarządzanie i planowanie spotkań

NAJNOWSZA TECHNOLOGIA W OPROGRAMOWANIU

pełna swoboda w użytkowaniu





Techniki szybkiego uczenia się

część VI Technika słów zastępczych

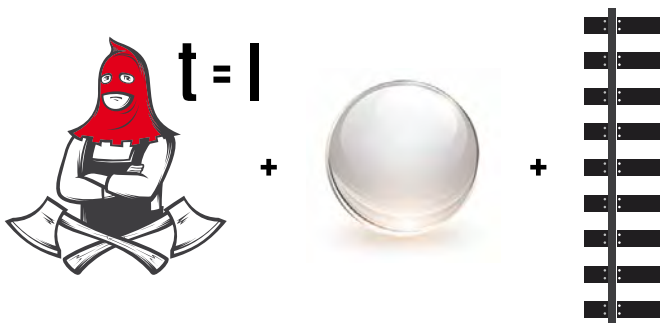
Paulina Iliska

Nowe twarze i nazwiska uczniów, zmiany w przepisach, ustalenia na radzie pedagogicznej, wiedza do uzupełniania... Co chwilę musimy szybko przyswajać i zapamiętywać nowe informacje. Zapraszamy do kolejnego ćwiczenia pamięci, tym razem uczenia się nowych terminów i definicji pojęć.

Rebusy na rozgrzewkę:



Odpowiedź: listopad



Odpowiedź: kalkulator

Nowe słowa

Gdy chcemy nauczyć się nowego słowa czy terminu, zastosujemy technikę słów zastępczych (TSZ): najpierw zapiszmy wyraz drukowanymi literami, a następnie obok, również wielkimi literami, zanotujmy jego znaczenie. Skojarzenia mogą dotyczyć wszystkiego: znanych miejsc, osób, wspomnień, filmów, piosenek. **Przykład:** słowo kontorsja, czyli dziwna mina:

• Kon-tors-ja:

Można to słowo podzielić na kilka słów, np. koń, tors i ja. Zgodnie z zasadami mnemotechnik wyobrażamy sobie konia (koniecznie konkretnego, np. zapamiętanego z dzieciństwa, filmu). Widzimy pięknego mustanga na bieszczadzkiej połoninie, czujemy zapach stajni, a w dłoni czujemy szorstką sierść konia. Nagle z konia wyskakuje nagi, owłosiony tors człowieka i przykleja się do jego grzbietu. Koń usiłuje go zrzucić. Tors pęka i wychodzimy z niego my („ja”) – robimy śmieszny minę, nos powiększa nam się do rozmiarów głowy. Znaczenie słowa kontorsja to dziwna mina, więc jej wyobrażenie musi się znaleźć na końcu łańcucha obrazów, byśmy zapamiętali nie tylko termin, ale i to, do czego on nas odsyła.

• Konto-rsja:

Widzimy konto pełne pachnących, zielonych dolarów, zanurzamy w nich rękę, dna nie da się dosięgnąć. Nadchodzi prezydent Putin (skojarzenie do Rosji), również zanurza rękę, ale konto jest puste. Prezydent robi rozpaczliwą, groteskową minę, płacze wniebogłosy.

• Kon-torsja:

Piękny, bajkowy, biały koń osiodłany w białe siodło nagle dostaje intensywnych torsji. Umęczony nimi koń robi minę pełną bólu.



Definicje

Teraz przejdźmy do trudniejszych przykładów, bardziej skomplikowanych i z dłuższym znaczeniem:

- **Alma mater** – łac. matka żywiciela, nazwa nadawana w Rzymie wielu boginiom, zwłaszcza Ceres. Od średniowiecza używana jako nazwa wyższych uczelni. Wyobrażamy sobie np. sklep sieci Alma, w którym słyszeć dyskretną muzykę. W tę i z powrotem biega po sklepie nasza matka, wymachując wielką gumową literą „r”. Litera okręca się niczym szal wokół szyi postaci wyrzeźbionej na pomniku Matki Polki w Łodzi. Postać otacza świetlista, pulsująca aureola roztaczająca się aż do nieba (bogini). Rzymianin w zbroi przykładą Matce Polce z pomnika miecz do ramienia – nadaje bogini nazwę Alma Mater. Cera na jej twarzy nabiera blasku, płyty skóry zwijają się wężowato i układają w kształt litery „s” (Ceres). Żongluje nimi średniowieczny rycerz, który nagle bierze sklep wraz z matką i wkłada je na dach budynku rektoratu Uniwersytetu Łódzkiego. Alma i Matka rozsiadają się wygodnie, by zostać tam na dłużej.
- **Ceres** – italska bogini wegetacji i urodzaju, utożsamiana w Rzymie z Demeter. Wyobrażamy sobie dziewczynę z płonącej cerą i płatkami skóry zwijającymi się w literę „s” (Ceres), która wchodzi na krzywą wieżę (Italia). Ceres otacza pulsująca aureola, która stale się powiększa (bogini). Wokół niej kwitną wielkie pachnące storczyki, jabłka, arbuzy, dorodne zboże rośnie aż po horyzont. Ceres wita się z Demeter – w rzymskim stroju, ale również otoczona kwitnącymi kwiatami i owocami.

TSZ w pigułce:

- zapisujemy drukowanymi literami nowe słowo oraz jego znaczenie,
- szukamy skojarzeń do tego słowa. Ich brzmienie nie musi być identyczne, wystarczy, by było zbliżone (tzw. pomost fonetyczny),

- wszystkie elementy, czyli słowa zastępcze i ich znaczenie, łączymy w wyobraźni w wyrazistą scenkę, konieczną w ruchu, jak w filmie,
- pamiętając o koncepcji „uczenia się całym ciałem”, używamy różnych zmysłów i form działania, by utrwalić nowe słowo, termin:
 - robimy rysunek do skojarzenia, jeśli lubimy plastyczne formy wyrazu, np. warto zrobić krótki komiks,
 - pokazujemy skojarzenie – odgrywamy scenkę. Jeśli uczymy się sami, oglądamy się w lustrze, jeśli z kimś – odgrywamy scenki naprzemiennie, a później wspólnie. Warto pamiętać o poczuciu humoru, tu nie chodzi o wybitne zdolności aktorskie, lecz aktywizację różnych kanałów sensorycznych;
- gdy mamy sporą liczbę słówek rozrysowanych za pomocą TSZ, zagajmy w kalambury. Dzięki temu skuteczniej utrwalimy nowo poznane pojęcia, w wesołej i przyjemnej formie, bez tzw. wkuwania,
- pamiętamy o systemie skutecznych powtórek – to gwarancja skuteczności uczenia się.

ĆWICZENIE:

Zapamiętaj podane terminy za pomocą TSZ. Poniższe przykłady rozpisz, rozrysuj na kolorowo, odegraj w formie scenki:

- *oda* – patetyczny utwór wierszowany, opiewający wybitną postać, ważne wydarzenie historyczne, wzniosłą ideę,
- *teatrum mundi* – teatr małych, często płaskich figurek, które przesuwają się na pasie transmisyjnym lub szynach. Stosowany w bożonarodzeniowych żłóbkach wystawianych w kościołach,
- *teatr automatów* – teatr, w którym figury porusza jakiś automat. Od wieków szukano sposobów na „ożywienie” lalki przez różnego rodzaju mechanizmy. Tworząno widowiska, które nazywamy teatrem automatów.

Bibliografia:

- W. Kopaliński, *Słownik mitów i tradycji kultury*, Oficyna Wydawnicza Rytm, Warszawa 2003.
- www.encyklopedia.pwn.pl/encyklopedia.
- D. Kosiński i wsp., *Słownik wiedzy o teatrze*, Wydawnictwo Park, Białsko-Biała 2005.

Paulina Ilska

Kulturoznawca, trenerka, nauczycielka terapii pedagogicznej. Specjalizuje się w prowadzeniu szkoleń i konsultacji w zakresie skutecznego uczenia się, treningu twórczości i komunikacji. Prowadziła zajęcia dla młodzieży zagrożonej wykluczeniem społecznym w ośrodkach Monar. Prowadzi firmę edukacyjno-szkoleniową Edukacja. Dziennikarka, pisze teksty o tematyce psychologicznej i kulturalnej



Decyduj i bądź szczęśliwy!

Sztuka dokonywania wyborów

Jeszcze nigdy w historii ludzkości nie mieliśmy takiego wyboru i swobody decyzji.

Dlaczego więc nie jesteśmy szczęśliwi i jak możemy to zmienić?

Magdalena Goetz

W jaki sposób podejmujesz decyzje? Jaką stosujesz strategię w obliczu wyboru? Pragniesz dla siebie i swoich bliskich „tego, co najlepsze”, czy zadowolisz się tym, co „dość dobre”? Czekasz z decyzją tak długo, aż upewnisz się, że jakaś opcja jest najlepsza z dostępnych, czy decydujesz się szybko? A kiedy już się zdecydujesz, to czy później uważasz, że był to dobry wybór, czy żałujesz się rozmyślaniami o tym, że można było zdecydować lepiej? Czy porównujesz siebie, swoje życie, pracę, związek i zasobność portfela z innymi ludźmi?

Wszystkie te pytania, choć może wydawać się, że dotyczą różnych aspektów życia, dotyczą jednej jego sfery: sztuki wyboru. To, w jaki sposób podchodzimy do podejmowania decyzji, może mieć wielki wpływ na nasze poczucie życiowej satysfakcji.

W świecie nieograniczonych wyborów

Jak zauważa amerykański prof. psychologii Barry Schwartz w książce *Paradoks wyboru*, najbogatsi ludzie 50 lat temu nie mieli takiego wyboru towarów, jaki dziś ma przeciętny tzw. człowiek Zachodu. Schwartz w swoim osiedlowym supermarkecie naliczył 85 rodzajów samych krakersów! Poza nimi było tam też 285 rodzajów ciastek, 275 płatków śniadaniowych i 360 szamponów. Przeciętni Amerykanie mają dziennie styczność z ok. 300 reklamami! W Polsce jest ich zapewne nieco mniej, ale i tak nachalnie wdzierają się one do naszego życia. Jak pisze w książce *Magiczny świat konsumpcji* prof. socjologii George Ritzer, żadna z wielu ról społecznych, w jakich dziś funkcjonujemy, nie wiąże się z tak silną zachętą, jak rola konsumenta.

Robieniu zakupów towarzyszy atmosfera zabawy i obietnica, że zdobycie towarów „najlepszej jakości” da nam szczęście. Wiele osób rzeczywiście uważa, że zakupy je uszczęśliwiają... Jednak czy taki styl życia, oparty na kupowaniu i konsumpcji, naprawdę nas uszczęśliwia?

Szeroki wybór oczywiście nie ogranicza się do zakupów. Zyskujemy większe możliwości decydowania o samych sobie i wybierania życiowej drogi. Możemy wybierać nie tylko ubrania, książki czy samochody, ale też styl życia, ścieżkę kształcenia, karierę zawodową, partnera/partnerkę, hobby, przyjaciół, miejsce zamieszkania... To nowa jakość w porównaniu z tym, jakie możliwości mieli nasi przodkowie. A jednak, choć mamy o tyle więcej wyboru i swobody, nasz poziom szczęścia wcale nie wzrasta. Schwartz zauważa, że choć zamożność amerykańskiego społeczeństwa wzrosła od lat 70. XX wieku dwukrotnie, Amerykanie są dziś mniej szczęśliwi niż wówczas. Jak to wyjaśnić?

Maksymaliści i satysfakcjoniści

Barry Schwartz zauważa, że na podstawie strategii wyborów ludzi podzielić można na dwie grupy: maksymalistów i satysfakcjoniści. Celem tych pierwszych jest skorzystanie z najlepszej możliwej oferty. Kiedy szukają oni dzinsów, chcą, by były to najlepsze możliwe dzinsy w najlepszej możliwej cenie. W związku z tym wytrwale poszukują ich w kolejnych sklepach. Maksymaliści poświęcają dokonywaniu wyborów wiele czasu, ale dzięki temu są bliscy pewności, że ich dzinsy są naprawdę najlepsze. W podobny sposób wybierają samochód, mieszkanie, partnera czy studia.



Z satysfakcjonalistami jest inaczej. Mają oni jakieś wyobrażenie džinsów, które mogą im odpowiadać pod względem kroju, jakości i ceny. Nie chcą najlepszych, ale takich, które będą odpowiadały tym standardom. W związku z tym na zakupy poświęcają z reguły mniej czasu, bo kupując džinsy w pierwszym napotkanym sklepie, w którym znajdują „dość dobrą” dla siebie parę.

Może się wydawać, że strategia maksymalistów jest bardziej skuteczna – przecież lepiej jest mieć „najlepsze” džinsy niż tylko „dość dobre”. W praktyce jednak okazuje się, że szereg różnych przyczyn sprawia, iż strategia satysfakcjonalistów daje szczęście, podczas gdy maksymaliści doświadczają frustracji.

Dlaczego wybór unieszczęśliwia

Wszyscy płacimy pewne psychologiczne koszty dokonywania wyborów, a maksymaliści płacą ich najwięcej. Przyjrzyjmy się najważniejszym powodom, dla których nadmiar wyboru powoduje niekorzystne skutki dla naszej psychiki. Dokonywanie wyborów:

- spośród wielu opcji zajmuje mnóstwo czasu, co może powodować frustrujące wrażenie jego bezsensownej straty,
- wiąże się ze zjawiskiem tzw. kosztów alternatywnych – takim kosztem jest wszystko to, czego nie wybraliśmy, a również wydawało nam się atrakcyjne. Im więcej opcji porównujemy, tym więcej pojawia się kosztów alternatywnych (np. kiedy wybieramy samochód spośród trzech modeli, kosztem alternatywnym będzie niewybranie jedynie dwóch, ale jeśli wybieramy spośród 30, możemy żałować niewybrania aż 29) i w efekcie jesteśmy przygnębieni, że z tylu rzeczy musieliśmy zrezygnować,
- spośród wielu możliwości obarcza nas większą odpowiedzialnością w razie niepowodzenia, niż kiedy wybieramy z ograniczonej liczby opcji (jeśli kupimy niesmaczne/niedobre wino w sklepie, gdzie było do wyboru tylko pięć rodzajów, odpowiedzialność za złą jakość napoju spada na sklep, bo dawał mały wybór, ale jeśli wybierzemy kiepskie wino w sklepie, który oferuje 200 rodzajów trunku, wówczas to my czujemy się winni tego wyboru – podobnie jest z wyborami życiowymi, np. wykonywanego zawodu),
- często wiąże się z wysokimi oczekiwaniami wobec rezultatów – w efekcie nawet dość dobre decyzje mogą nas nie satysfakcjonować, ponieważ oczekiwaliśmy więcej, a czasem nawet nierealistycznie więcej, jak np. wtedy, gdy poszukujemy dla siebie „idealnej drugiej połówki”,
- z ww. powodów może nas wręcz paraliżować i prowadzić do rezygnacji z podejmowania decyzji lub odwlekania jej w czasie – kiedy sądzimy, że dokonanie wyboru będzie od nas wymagać dużo czasu i energii, albo że nie będziemy z tego wyboru zadowoleni lub też gdy

obawiamy się ponosić odpowiedzialność; w efekcie stoimy w miejscu i to nas frustruje,

- szczególnie w przypadku zakupów sprawia, że w chwili kupowania jakiejś rzeczy możemy być bardzo szczęśliwi, ale w krótkim czasie ten poziom szczęścia spada i okazuje się, że użytkowanie tej rzeczy nie jest nawet w połowie tak satysfakcjonujące, jak przyjemne było jej kupienie.

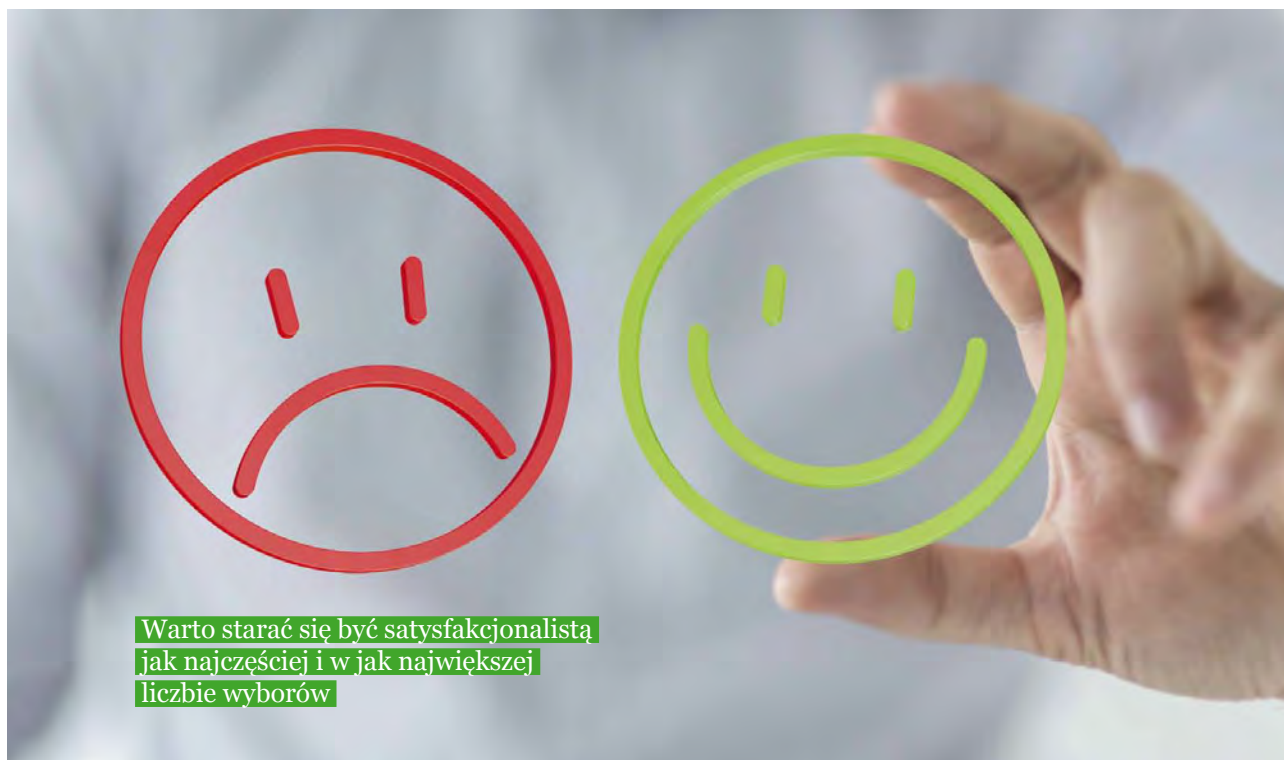
Dlaczego satysfakcjoniści mają lepiej

Schwartz przedstawia szereg przekonujących powodów, dla których lepiej być satysfakcjonalistą niż maksymalistą.

Przed wszystkim satysfakcjoniści nie tylko tracą mniej czasu na dokonanie wyboru (decydując się na coś „dość dobrego” nie muszą porównywać ze sobą wszystkich produktów, by znaleźć „najlepszą” opcję, jak to robią maksymaliści), ale też zupełnie inaczej do niego podchodzą, ponieważ mają inną filozofię życia. Widać to szczególnie w kontekście zakupów – satysfakcjonalista idzie do centrum handlowego po džinsy, wchodzi do pierwszego sklepu i jeśli znajdzie tam džinsy odpowiadające jego standardom, po prostu je kupuje. Co później? Cóż, zwyczajnie nosi swoje džinsy, zadowolony, że może zajmować się rzeczami, które są dla niego naprawdę ważne. Innymi słowy, wybór džinsów nie jest dla satysfakcjonalisty znaczący.

Im rzadziej
porównujemy się
z innymi, tym
jesteśmy
szczęśliwsi





Warto starać się być satysfakcjonistą
jak najczęściej i w jak największej
liczbie wyborów

W tym samym czasie maksymalista spędza cały dzień na sprawdzeniu asortymentu wszystkich sklepów w centrum handlowym, porównuje fasony, ceny i jakość materiału, by wybrać najlepsze džinsy. Kiedy po całym dniu spędzonym na zakupach wraca do domu, wcale nie jest szczęśliwy – musiał włożyć w zakupy tak wiele wysiłku, a do tego widział tyle innych par džinsów! A co, jeśli maksymalista za tydzień pójdzie do tego samego sklepu i zobaczy, że džinsy, które kupił, są przecenione o 30 proc.? Będzie sfrustrowany i pełen żalu („Gdybym tylko poszedł na zakupy tydzień później! Mój zakup wcale nie był najlepszy!”). Dżinsy automatycznie tracą resztę swojego uroku.

Maksymaliści są znacznie bardziej narażeni na wymienione wcześniej negatywne aspekty dokonywania wyborów. Ponieważ przykładają większą wagę do tego, by podjąć najlepsze decyzje, częściej doświadczają związanej z nimi frustracji, żalu, rozczarowania i poczucia winy, ponoszą subiektywnie większe koszty alternatywne. Mają do siebie pretensje, że źle wybrali i nie cieszą się nawet z tych zakupów i decyzji, które – obiektywnie rzecz biorąc – są całkiem dobre.

Niestety, problemy maksymalistów nie kończą się na zakupach. O ile dość łatwo można uporać się z żalem po nietrafionym zakupie bluzki czy nawet samochodu, o tyle już niewłaściwe – w naszym mniemaniu – decyzje życiowe mogą wywoływać prawdziwe cierpienie. Maksymalista, który poświęcił się studiowaniu medycyny, w pierwszym roku pracy może odkryć, że ten zawód nie daje mu spodziewanej satysfakcji i mieć wrażenie, że popełnił największy błąd swojego życia. Podobny brak satysfakcji może go dopaść

w związku czy w rodzicielstwie, np. kiedy partner życiowy lub poczęte z nim dzieci okazują się nie tak wspaniałe, jak by można było sobie tego życzyć. Złe samopoczucie maksymalisty pogłębiają dwie cechujące go tendencje. Po pierwsze, nieustanne porównywanie się z innymi, którzy „mają lepiej” (wywołujące oczywistą frustrację), po drugie – stałe przypisywanie sobie odpowiedzialności za porażki (nawet kiedy ponosi się niewielką odpowiedzialność, a niepowodzenie było efektem splotu okoliczności). To właśnie maksymaliści są bardziej narażeni na niskie poczucie szczęścia i depresję.

Adaptacja i hedonistyczny kołowrót

Na naszej drodze do osiągania szczęścia pojawiają się jeszcze dwie przeszkody. Pierwsza z nich to adaptacja, która powoduje, że nasze samopoczucie po dobrych i złych doświadczeniach po pewnym czasie powraca do poziomu wyjściowego. Ma to dobre strony – osoby, które po wypadku straciły władzę w nogach, po roku czy dwóch deklarują samopoczucie tylko nieznacznie niższe niż przed wypadkiem. Ale ma i gorsze – samopoczucie osób wygrywających miliony w narodowych loteriach w rok czy dwa po wygranej jest tylko nieznacznie lepsze niż przed nią. Znaczący to, że nawet kiedy dokonamy bardzo dobrego wyboru czy zakupu, z czasem przyzwyczajamy się do niego i związany z nim poziom szczęścia powoli opadnie do pozycji bliskiej wyjściowej.

Drugi z tych mechanizmów opisuje znany psycholog Martin Seligman w swojej książce *Prawdziwe szczęście*. Mowa o tzw. **hedonistycznym kołowrocie**. Sprawia on, że szybko przyzwyczajamy się do dobrych rzeczy i zaczynamy



uważać je za standard, sądzimy, że nam się one „należą”. To jak z kupnem zmywarki do naczyń – kiedy ją kupimy, mamy wrażenie, że nasz komfort życia znacznie się podniósł („Koniec stania przy zlewie!”), ale z czasem tak się do niej przyzwyczajamy, że staje się dla nas normą („Nie wyobrażam sobie życia bez zmywarki!”).

Oba te mechanizmy wyjaśniają, dlaczego ludzie czerpiący przyjemność z zakupów nie są dzięki nim trwale szczęśliwi oraz dlaczego maksymaliści, by poczuć satysfakcję, stale potrzebują czegoś „jeszcze lepszego” niż poprzednio.

Jak podejmować decyzje?

Niektórzy bywają maksymalistami w wielu sytuacjach – czy wybierają kartkę urodzinową, czy chleb, czy samochód, dokładnie analizują dostępne dane, porównują wszystkie możliwe opcje. Jednak większość z nas czasem przyjmuje strategię satysfakcjonistów, a czasem maksymalistów – warto się sobie pod tym kątem przyjrzeć. Ktoś może np. być satysfakcjonistą na zakupach, ale maksymalistą w życiu uczuciowym i nieustannie poszukiwać „księcia z bajki” lub „kobiety idealnej”, nie wchodząc w żaden związek lub kolejno wchodząc w nowe relacje i przerywając je, bo nie są „najlepsze”.

Schwartz radzi, by starać się być satysfakcjonistą jak najczęściej, w jak największej liczbie wyborów. Zamiast szukać „najlepszej” opcji, lepiej zastanowić się nad własnymi potrzebami, nad tym, co dla nas jest najważniejsze i czego my potrzebujemy (bez porównywania się z innymi), a następnie wybrać pierwszą opcję, która te nasze kryteria spełni w zadowalającym stopniu. W ten sposób warto postępować nie tylko wybierając dzinsy czy samochód, ale też decydując o wyborze pracy czy życiowego partnera.

Inny sposób, który zresztą nie jest odkryciem, bo praktykują go konsumenci od wielu lat, to kupowanie wciąż tych samych produktów czy wybieranie tych samych rzeczy (np. miejsca na urlop), czyli de facto rezygnacja z nowych wyborów w określonych sytuacjach i przywiązanie się do już podjętych decyzji. Tak rozumiana rutyna może być zdrowa i oszczędzać czas. Przypomina to sytuację, kiedy wstajemy rano z łóżka, idziemy do łazienki, myjemy zęby, twarz, czesemy włosy, nie podejmując za każdym razem decyzji: umyć zęby czy nie. Ta decyzja jest już podjęta i stanowi element naszej porannej rutyny.

A skąd mamy wiedzieć, **kiedy warto zrezygnować z wyboru?** Zastanówmy się, na ile efekt tego wyboru jest dla nas subiektywnie ważny. Możemy np. wybrać takie dziedziny życia, które są dla nas szczególnie istotne i do nich ograniczyć dokonywanie bardziej złożonych wyborów (np. jeśli jest dla nas ważne, by na urlopie zwiedzać nowe miejsca, będziemy tu dokonywać pogłębionych analiz i wyborów, ale jeśli chcemy tylko odpocząć w komfortowym otoczeniu, a mamy już sprawdzone miejsce, nie ma potrzeby, by znów podejmować decyzję, gdzie jechać).

Warto też wypracować w sobie nawyk refleksji nad tym, czy w ogóle wybieranie w danym momencie jest potrzebne. Kiedy stoimy przed koszem z bluzkami na wyprzedaży, zamiast zastanawiać się, którą wybrać, pomyślimy najpierw, czy ta bluzka jest nam w ogóle potrzebna.

CO JESZCZE MOŻNA ZROBIĆ, BY BYĆ SZCZĘŚLIWYM?

Schwartz radzi też, co zrobić, kiedy już dokonamy wyboru i chcemy pozostać zadowoleni:

1. Staraj się jak najmniej myśleć o kosztach alternatywnych tego wyboru, czyli o pozytywnych cechach wszystkich tych opcji, z których rezygnujesz. Jeśli w restauracji jesz smaczny, ale nie zachwycający makaron, nie ma sensu rozmyślać o walorach innych dań, bo makaron będzie Ci smakował jeszcze mniej. Podobnie w ważnych sprawach – jeśli decydujesz się na określone miejsce pracy czy ślub z konkretną osobą, to od rozpamiętywania innych opcji będziesz tylko czuć większą frustrację i mniejsze zadowolenie z dokonanego wyboru, choć w gruncie rzeczy może on być dobry (należy pamiętać, że nie ma ani idealnej pracy, ani idealnej „drugiej połówki”).
2. Praktykuj postawę wdzięczności. W tym, co Cię spotyka – również w efekcie Twoich wyborów – szukaj pozytywów (lub pozytywnych aspektów nawet w negatywnych zdarzeniach, np. tego, czego się możesz dzięki nim nauczyć) i koncentruj na nich swój uwagę. Barry Schwartz proponuje nawet, by codziennie wieczorem zapisywać w notesie kilka nawet najmniejszych zdarzeń z danego dnia, za które jest się wdzięcznym – dzięki temu łatwiej nam jest je docenić.
3. Żałuj mniej. Jeśli uważasz, że Twoja decyzja nie była właściwa, wyciągnij z niej wnioski, ewentualnie staraj się działać, by zapobiegać jej negatywnym konsekwencjom, ale staraj się nie rozpamiętywać tej porażki, nie rób sobie nieustających wyrzutów. Każdemu czasem zdarza się błąd.
4. Przewiduj adaptację. Pamiętaj o tym, że często, kiedy dokonujemy wyboru, nasze oczekiwania mogą być nierealnie wysokie (dlatego realne skutki naszego wyboru mogą się dla nas okazać mniej satysfakcjonujące) oraz o tym, że z czasem przyzwyczajamy się nawet do najlepszej pracy czy życiowego partnera (a także kalectwa czy wygranej w „totka”). Ta świadomość pozwala nam formułować racjonalne oczekiwania i w efekcie nie doznawać zbyt wielu rozczarowań.



5. Ogranicz porównania społeczne. Badania wskazują, że im rzadziej porównujemy się z innymi, tym jesteśmy szczęśliwsi i bardziej pewni siebie. Jest jeden wyjątek od tej reguły – kiedy porównujemy się z osobami, którym w życiu mniej się poszczęściło. Nie chodzi tu o cieszenie się z cudzego nieszczęścia, ale o docenienie tego, co się ma, poprzez porównanie z ludźmi, którzy tego nie mają. Tymczasem zwykle porównujemy się z tymi, którzy mają więcej i dlatego jesteśmy sfrustrowani.
6. Pogódź się z ograniczeniami. Np. nasza waga i wygląd w dużo większym stopniu zależą od uwarunkowań genetycznych niż od naszych decyzji, a mimo to z różnych stron słyszymy, że „możemy mieć ciało, jakiego zapagniemy” – oczywiście jeśli będziemy się wystarczająco mocno starać (oraz kupimy określone produkty). Tymczasem znacznie szczęśliwsi będziemy, po prostu akceptując swój wygląd.

Jak widać, dokonywanie wyborów rzeczywiście może być sztuką, ale zmiana życiowej filozofii i kilku nawyków może nam tę sztukę znacznie ułatwić. Co więcej, maksymaliści mogą nauczyć się być satysfakcjonalistami. Warto spróbować.

Bibliografia:

- A. Jucewicz, G. Sroczynski G., *Kochaj wystarczająco dobrze*, Agora, Warszawa 2015.
- G. Ritzer, *Magiczny świat konsumpcji*, Muza, Warszawa 2012.
- B. Schwartz, *Paradoks wyboru. Dlaczego więcej oznacza mniej*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2013.
- M. Seligman, *Prawdziwe szczęście*, Media Rodzina, Poznań 2015.

Magdalena Goetz

Psycholożka i psychoterapeutka zajmująca się terapią młodzieży i dorosłych, prowadzi warsztaty psychoedukacyjne dla dzieci i młodzieży oraz szkoli rady pedagogiczne. Angażuje się w projekty związane z promowaniem równości w edukacji i troską o psychiczny dobrostan osób pracujących w zawodach usług społecznych (przygotowuje się do obrony pracy doktorskiej na ten temat). Publikuje teksty dotyczące psychologii, oświaty i kultury

Załącznikiem do artykułu jest test (s. 24–26).



Rysuje dla Państwa:

Asia Marglarczyk – rysownik, grafik, absolwentka Akademii Sztuk Pięknych w Poznaniu. Prowadzi blog ilustracyjny: www.kreskaasi.blogspot.com



Materiały dydaktyczne – materiały polemiczne

Co by było, gdyby z półek w księgarniach zniknęły podręczniki, zeszyty ćwiczeń, karty pracy? Rewolucja? Szaleństwo? Chaos? Pewnie byłoby ciężko. A gdyby zamiast nich używać materiałów przygotowanych przez samych uczniów?

Monika Gryboś

Dzisiejszy zdemokratyzowany rynek książki jest jak szwedzki stół, z którego nauczyciel bez większych obaw może wybierać smaczne kąski. Materiały edukacyjne dostarczają wskazówek metodycznych, dają możliwość doskonalenia. Tworzą je często metodocy, teoretycy i praktycy akademicy. Jakże trudno przejść obojętnie wobec propozycji autorytetu, szczególnie, jeśli jest się młodym, świeżo upieczonym absolwentem kierunku nauczycielskiego...

Mózg na urlopie

Wydawniczy dostatek nie usprawiedliwia jednak braku myślenia. Postawmy hipotezę, że permanentne korzystanie z propozycji innych rozleniwia nauczycielskie i uczniowskie mózgi. Nie można się dziwić, że nauczyciel, który uczy w trzech 30-osobowych klasach i chce sprawdzić wiedzę swoich uczniów, korzysta z gotowej propozycji, którą szybko można skserować. Tak robili jego nauczyciele kilkanaście lat wcześniej (oczywiście wówczas bez ksera), tak robią koleżanki i koledzy z pracy. Dlaczego? Wielu z powodu dobrych intencji, którym przyświeca chęć korzystania z dorobku autorytetów, z przekonania, że to, co stosowane od dawna, jest wartościowe i efektywne. Wielu z chęci ułatwienia sobie pracy. Do wygodnictwa przyzwyczajają się też uczniowie, którzy ciągle, na różnych lekcjach, korzystają z reprodukowanych materiałów.

Mózg w pracy

Czy można wymagać od nauczycieli, by sami zaczęli tworzyć materiały edukacyjne? Nie ma takiej potrzeby, zadanie to najlepiej powierzyć uczniom. Mogą oni przy tym korzystać z wszelkich możliwych źródeł wiedzy, w tym rów-

nież z internetu. Dzięki temu będą rozwijać wiele ważnych strategii, np. umiejętność wyszukiwania informacji. Taki sposób postępowania można zastosować w ramach różnych przedmiotów. Przykładowo, na lekcji języka obcego zamiast dać uczniom zadania z lukami w zeszycie ćwiczeń, lepiej podzielić ich na grupy, prosząc o samodzielne tworzenie podobnych materiałów, którymi w kolejnej fazie będą mogli się wymienić z koleżankami i kolegami. Jednak najważniejszym momentem nie będzie tu rozwiązywanie zadań, lecz ich przygotowanie. To właśnie w tej fazie informacje przetwarzane są na dużo głębszych poziomach. Podobną strategię można zastosować na lekcjach historii, geografii, a nawet, jak pokazują japońskie przykłady, matematyki.

Pomysły Karoliny

Przykładem zaangażowania uczniów w tworzenie materiałów edukacyjnych było zaproponowanie im zredagowania przykładowych tematów do ustnego egzaminu maturalnego z języka polskiego¹. Uczniowie w ramach pracy domowej zostali poproszeni o wymyślenie i zapisanie poleceń, które mieściłyby się w takich kategoriach, jak: literatura, literatura i kultura oraz język. Autorką przedstawionych poniżej pomysłów jest tegoroczna maturzystka Karolina Zawisłak.

1. W jakim celu autorzy nawiązują do kultury antycznej? Rozważ problem, odwołując się do wiersza Kazimierza Wierzyńskiego *Dyskobol* i innych tekstów kultury.
2. Wyjaśnij, czym różni się odbiór spektaklu telewizyjnego od oglądania przedstawienia scenicznego. Odwołaj się do kadru ze spektaklu Teatru Telewizji w reżyserii Radosława Rychcika *Dziad* oraz własnych doświadczeń.



3. W jaki sposób artyści kreują miasta w swoich dziełach i jak wpływa to na sympatię odbiorcy wobec danego miejsca? Rozważ problem, odnosząc się do obrazu Marca Chagalla *Bonjour Paris* oraz innych tekstów kultury.
4. Jak za pomocą środków językowych można oddać grozę natury? Omów zagadnienie, odwołaj się do wiersza Johanna Wolfganga Goethego i innych tekstów kultury.
5. Język polski jako język żywy. Rozwiń temat, posługując się wierszem Bolesława Leśmiana *Dusiołek* i innymi tekstami kultury.
6. Szyfry i kody – przeszkoda w komunikacji czy urozmaicenie języka? Rozwiń problem, odwołując się do wiersza Cypriana Kamila Norwida *Coś Ty Atenom zrobił, Sokratesie...* oraz innych tekstów literackich.
7. Jaka jest rola, cel i sposób powstawania neologizmów w języku polskim? Omów zagadnienie, odwołaj się do wiersza Danuty Wawiłow *Kałużyści*, a także własnych doświadczeń językowych.
8. Funkcja magiczna języka i jej przejawy w różnego typu wypowiedziach i gestach. Omów problem, odwołując się do *Mistrza i Małgorzaty* Michaiła Bułhakowa i innych tekstów literackich.

Przedstawione pomysły cieszyć mogą nauczycielskie serce. Widać w nich osobę dobrze zorientowaną w literaturze, w kulturze i dostrzegającą procesy językowe, które zachodzą w tekstach literackich. Twórcę poznaje się po wytworach jego aktywności. Jakim twórcą jest Karolina? Na pewno dojrzałym, świadomym ciągłości kultury i tego, że współczesna sztuka wciąż podejmuje dialog z tradycją wcześniejszych epok.

Materiały edukacyjne wymyślone przez ucznia pozwalają poznać jego sposób myślenia o nauczonym przedmiocie, przybliżają jego horyzonty poznawcze. Są także szansą poznania kulturowych i literackich upodobań ucznia. Okazuje się, że nazwisko Chagall pojawiło się nie bez przyczyny, bo zainteresowanie francuskim malarstwem idzie w parze z nauką języka francuskiego tej uczennicy.

W materiałach dydaktycznych wykonanych przez ucznia widać bardzo dobrze, w jakim zakresie opanował on wiedzę i umiejętności nauczane, ćwiczone wcześniej. Warto zaznaczyć, że w poleceniach do ustnego egzaminu maturalnego bardzo często używa się form imiesłowów współczesnych z końcówką –ąc. W zadaniach wymyślonych przez młodzież nierzadko brakuje drobnego, ale jakże ważnego elementu, jakim jest przecinek. Błędy uczniów są szansą przyjrzenia się ich interpunkcyjnym nawykom i stwarzają możliwość poprawiania nad tym, co sprawia trudności, co jest niezrozumiałe.

Uczeń tworzący materiały edukacyjne staje się partnerem nauczyciela, a zredagowane materiały – pamiątką, której wartość użytkowa może być ogromna. W każdej pracy, w którą uczeń włożył swój czas i zapał, pozostaje jego

częstka. To piękne! Wniosek: pożytki z obsadzania uczniów w roli autorów materiałów dydaktycznych są ogromne. Tutaj wymieniono tylko garstkę.

Nieobowiązkowe zadanie domowe

W każdym artykule znajdują Państwo nieobowiązkowe zadanie domowe. Zadania są ściśle związane z treścią artykułu i pozwalają wykorzystać miesięczny okres między kolejnymi artykułami na testowanie w praktyce zawartej w nich wiedzy.

Zadanie:

1. Uczyń swoich uczniów twórcami materiałów dydaktycznych – zaproponuj im tę formę nauki i sprawdź jej efekty.
2. Prowadź obserwacje i notuj autorefleksje na temat skuteczności obranej przez Ciebie metody. Pomocna w tym może być tabela, której treść sformułuj zgodnie z Twoimi potrzebami.

Uczeń twórcą materiałów dydaktycznych		
Dlaczego warto: korzyści pragmatyczne, intelektualne, emocjonalne	Dla mnie	Dla uczniów
O co ja powinnam/powinienem zadbać?		
O co uczniowie powinni zadbać?		
Co odróżnia uczniowskie materiały od wydawniczych?		
Co z materiałami stworzonymi przez ucznia nieudolnie, byle jak, skopiowanymi np. z internetu?		
Mankamenty		

Przypis:

- ¹ Chodzi o egzamin w nowej formule, stosowany od 2015 r. – uczeń losuje temat i dostaje czas na przygotowanie wypowiedzi. Do każdego pytania egzaminacyjnego dołączony jest tekst (literacki, językoznawczy lub kultury), który ma być punktem wyjścia do wypowiedzi abiturienta. Po uczniowskiej improwizacji komisja rozmawia z maturzystą na temat jego wypowiedzi.



Monika Gryboś

Polonistka, stypendystka MNiSW, absolwentka Kursu Retoryki i Krytyki Praktycznej (IBL PAN), studiów podyplomowych Literatura i książka dla dzieci wobec wyzwań nowoczesności (UW) i Neurodydaktyki z tutoringiem (WSG). Prowadzi kursy i zajęcia indywidualne przygotowujące do sprawdzianu szóstoklasisty, testu predyspozycji językowych, egzaminu gimnazjalnego, egzaminu maturalnego. Lektor języka polskiego jako obcego



Punkt widzenia



Wielu ludzi zazdrości nauczycielom wakacji. Tymczasem większość nauczycieli po dwóch miesiącach „laby” twierdzi, że są zmęczeni i wcale nie mają ochoty wracać do pracy. Zbliża się kolejny rok szkolny, a w naszych głowach już dudnią dziecięce krzyki i rozbrzmiewa srogi głos dyrekcji. W drugiej połowie sierpnia zaczynają się nocne koszmary – budzi nas odgłos szkolnego dzwonka...

Jak to się dzieje, że mimo tak długiego urlopu nie jesteśmy wypoczęci? I dlaczego tak wielu z nas z każdym rokiem coraz niechętniej wraca do szkoły? Odpowiedź jest zaskakująco prosta, choć oczywiście dojście do niej zabrało mi kilka lat... Problem tkwi w tym, że nie potrafimy odpoczywać. Nie leżeć na kanapie przed telewizorem albo smażyć się na plaży, ale prawdziwie, czyli skutecznie wypoczywać. Jak się okazuje, odpoczywanie w dużej mierze zależy od głowy! Przerobiłam ten temat na sobie i mogę z pełnym przekonaniem powiedzieć, że odpoczywanie zaczyna się gdzieś powyżej szyi. Wystarczy, że nastawimy swoje zwoje na niemyślenie o szkole, pracy, uczniach. Wystarczy, że po ostatniej radzie pedagogicznej przełączymy się na tryb domowy albo podróżniczy, imprezowy, książkowy czy hobbystyczny. Że wyznaczmy sobie zupełnie inne cele i zadania. Wspólny wyjazd w gronie najbliższych osób? Kurs kulinarny? Szydełkowanie? Możliwości jest wiele. Największa trudność polega na tym, że trzeba się nowym zadaniom poświęcić całkowicie, dać się pochłonąć (tak, jak zwykle robimy to w pracy). Zapewniam, że po tygodniu takiej totalnej odmiany będziemy już tak zrelaksowani, że pozostałe dni wakacji będą po prostu słodkim błogostanem.

Tegoroczne wakacje były pierwszymi, podczas których naprawdę wypoczęłam. Szczerze zazdroszczę tym, którzy nie musieli dochodzić do tak prostych prawd, tylko po prostu wypoczywali, wiem jednak, że jest całe mnóstwo osób, które przekraczając próg szkoły 1 września skwaszone powiedzą: „Znowu się zaczyna...”. Szczególnie tym drugim życzę powodzenia w nowym roku szkolnym i na pocieszenie dodam, że do najbliższej dłuższej przerwy zostało 114 dni!

Malgorzata Wylegała

Nauczycielka historii, wychowania do życia w rodzinie i edukacji wczesnoszkolnej w szkole podstawowej, wychowawczyni. Pasjonatka i poszukiwaczka alternatywnych metod nauczania

Zarówno nauczyciele, jak i uczniowie we wrześniu rozpoczynają nowy rok szkolny. Jak to często bywa – „punkt widzenia zależy od punktu siedzenia”. Dla uczniów to radość z ponownego spotkania grupy znajomych i przyjaciół oraz czas na wymianę wakacyjnych wrażeń. Jedni lubią poszpanować atrakcyjnymi wyjazdami, inni swoją aktywnością i kreatywnością. To oczywiście nie zawsze tylko targowisko próżności. W większości jest to potrzeba podzielenia się radością związaną z poznaniem nowych miejsc czy dokonaniem czegoś nowego. Powrót z wakacji u nauczycieli wygląda nieco inaczej. Jeszcze w sierpniu spotykamy się na radach pedagogicznych, by zatwierdzić egzaminy poprawkowe oraz przygotować się do nowego roku szkolnego. Szpikują nas informacjami o sprawach organizacyjnych i nowych pomysłach.

Edukacja dla uczniów, choć obowiązkowa, jest nieodpłatna. Szkoła jest uczniom od społeczeństwa dana. Dla nauczyciela szkoła nie jest dana, lecz zadana – to miejsce realizacji umowy o pracę. Marzy mi się przełamanie tego schematu. Szkoła nie powinna być celem samym w sobie. Powinna być uczniom nie tylko dana, ale również zadana.

Lubię oglądać mecze siatkówki. Wynik meczu całkowicie opiera się na współpracy drużyny. Wiele można stracić bez wspólnego starania się o nietracenie punktów. Im lepiej współpracuje drużyna, tym lepszy jest wynik. Kibice są obecni, ale poza grą. Marzy mi się więc szkoła, w której zespołowo „gra się” w edukację. Gdzie nic nie jest dane, lecz wspólnie z uczniami tworzymy drużynę, w której nie ma kibiców, bo wszyscy grają. Pozycje zawodników w siatkówce nie są stałe i zmieniają się rotacyjnie. Podobnie powinno być w edukacji, bo przecież od dawna widzimy, że pozycje przy tablicy i w ławkach są mało skuteczne. Wspólnie rozgrywamy akcję, by umożliwić zbieranie kolejnych punktów. Ale oczywiście w tej grze nie chodzi tylko o punkty. Najważniejszy jest sam trening. Życzę sobie i wszystkim nauczycielom chociaż częstkowych sukcesów w budowaniu takiej właśnie szkoły.

Jan Jackowicz-Korczyński

Nauczyciel, konsultant w zakresie wdrażania technologii cyfrowych w edukacji. W minionych latach związany z Centrum Edukacji Nauczycieli, bibliotekami pedagogicznymi i szkolnymi oraz zespołem zadaniowym programu Interkl@sa. Instruktor kreatywnych obozów Interkamp. Obecnie związany z Superbelfry RP. Prowadzi strony eyia.eu i eduwww.net

W naturze

Historię ślimaka Sama – bohatera książki *Kim jest ślimak Sam?* (Maria Pawłowska, Jakub Szamałek, Wydawnictwo Krytyki Politycznej, Warszawa 2015) poznajemy w nocy, kiedy próbuje on zasnąć, ale myśli ma zaprzątnięte zbliżającym się pierwszym dniem w szkole. Szybko przekonuje się jednak, że w szkole nie jest źle, szczególnie, że uczęszczają do niej zwierzęta, które zna już z przedszkola. To bardzo istotny szczegół – w szkole Sama uczą się i pracują różne zwierzęta. Koalę, okapi, żabę czy żuka poznajemy m.in. dzięki przepięknym ilustracjom Katarzyny Boguckiej. Wychowawczyni ślimaka prosi uczniów, by podzielili się na dwie grupy – dziewczynki i chłopcy. Ten niestety nie wie, co ma zrobić, ponieważ „każdy ślimak może być albo chłopcem, albo dziewczynką” – do niego należy decyzja, a Sam jej jeszcze nie podjął. Ta trudna dla ślimaka sytuacja sprawia, że chowa się on do muszelki i wstydzi się pokazać rówieśnikom. Z pomocą przychodzi mu kapibara – szkolna pedagożka. Co dokładnie robi? Tego nie zdradzę, ale warto już teraz wiedzieć, że przedstawione w książce relacje między zwierzętami są prawdziwe, a na jej końcu można się z nimi dokładnie zapoznać. Wniosek z tej ciekawej lektury jest niezwykle ważny: nie ma jednego, „prawidłowego” sposobu życia i tworzenia rodziny.

Agata Białachowska



Dwa narody

Berlin, początek XX wieku. Grete, nazywana później Gosią, otrzymuje w posagu od swojego ojca życiową mądrość: „W życiu możesz stracić wszystko, nie trać tylko ducha!”. Wtedy nie zdaje sobie sprawy z tego, jak często będzie powtarzać te słowa. W życiu traci bowiem wszystko, co dla niej najważniejsze. W jednej z berlińskich kawiarenek spotyka swoją wielką miłość – syna bogatych przemysłowców z leżącego w pruskim zaborze Poznania. Opuszcza Berlin i przenosi się do rodzinnego domu ukochanego. Młodzi biorą ślub, ale dla rodziny męża prosta dziewczyna z Berlina do końca pozostanie znienawidzoną Prusaczką. Wkrótce wybuch pierwszej wojny światowej na zawsze rozdziela małżonków. Ich dzieci, Romek i Hela, dorastają w zupełnym rozdarcu między dwoma narodowościami. W obliczu nadchodzącej drugiej wojny muszą zdecydować, po czyjej stronie (Dzieci Gosi, Iris May, Dobra Literatura, Słupsk 2015, premiera: 15 września 2015 r.).

„Z narastającym zainteresowaniem czytałem tę opartą na faktach powieść. Autorka z niezwykłym realizmem przeniosła się w „poznński biotop” tamtego czasu i zgłębiła niemiecko-polską rzeczywistość” – pisze prof. Hubert Orłowski z Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. „Dosłownie połknąłem tę książkę (...) pasjonująca opowieść o rodzinnych losach i rodzinnych koligacjach Polaków i Niemców.

I to w ciągu całego ubiegłego stulecia. A jednocześnie jest to świetny przykład, że dwa narody nie zawsze żyły we wrogości, ale potrafiły też zgodnie ze sobą współpracować” – recenzuje prof. Tomasz Szarota z Instytutu Historii PAN w Warszawie.



ORYGINALNY KALENDARZ OŚWIATOWY 2015/2016

— PRAKTYCZNY, W ELEGANCKIEJ FORMIE, ZAWSZE POD RĘKĄ!



**ZAMÓW JUŻ TERAZ DLA SIEBIE
I SWOICH NAUCZYCIELI!**

To więcej niż zwykły terminarz
– to jednocześnie organizator
i kompendium wiedzy.

Wszystko, czego nauczyciel
i dyrektor szkoły potrzebują
w codziennej pracy.

**Prezenty
przy
zamówieniu
co najmniej
5 szt.!**

PRZYGOTUJ SIĘ JUŻ TERAZ DO NOWEGO ROKU SZKOLNEGO!

oficyna mm
Wydawnictwo Prawnicze

ZAMÓW: zamowienia@oficynamm.pl

tel. 800 702 902



ŚWIAT WEDŁUG SYGNAŁU



Dwaj uczniowie hongkońskiego liceum wynaleźli klamkę, która **samodezynfekuje** się po każdym dotknięciu i otwarciu drzwi. Testy laboratoryjne ujawniły, że system eliminuje 99,8% bakterii. Koszt wyprodukowania klamki to prawdopodobnie zaledwie 13 dolarów.

Najbardziej akceptujemy swoje dłonie, stopy i pośladki. 7 na 10 Polaków twierdzi, że czuje się dobrze z tym, jak wygląda, choć wielu przyznaje, że dzięki idealnemu ciału byłoby pewniejsi siebie, szczęśliwsi i mieliby większy wpływ na swoje sukcesy, m.in. w życiu zawodowym. Tak wynika z badania Havas Worldwide i Market Probe International.

„Podstawą szczęścia jest wolność, a podstawą wolności odwaga”.
Tukidydes

Humor z zeszytów szkolnych:

- Edyp to bohater jednej z tybetańskich legend.
- Osobiście uważam, że *Wesele* napisał Wyspiański.
- Pasteur to wielki uczony, który wynalazł wściekliznę, ospę i wiele innych chorób.
- Na klimat Europy wpływa morze, które nas olewa.



KONKURS CUDZE DZIECI UCZĄC...

Podaj trzy powody, dla których warto zostać nauczycielem i/lub pedagogiem.

Swoją odpowiedź prześlij na adres sygnał@oficynamm.pl.

Pierwsze 3 osoby, które jako pierwsze prześlą odpowiedź, nagrodzimy najnowszą książką Wydawnictwa Dobra Literatura.

Szczegóły konkursu na: www.sygnał.oficynamm.pl/konkursy



Wystarczy **dwa tygodnie** znaczącego **spadku aktywności**, by siła mięśniowa młodych ludzi zmniejszyła się aż o 1/3, co stanowi odpowiednik postarzenia się o 40–50 lat.

W Polsce szybko rośnie liczba **osób powyżej 80. roku życia**. Z prognoz demograficznych wynika, że do 2030 r. wzrośnie z obecnych niemal 1,5 mln do ok. 2,2 mln osób. Od lat 50. ub. wieku populacja osób w sędziwym wieku wzrosła w Polsce aż ośmiokrotnie.



Ponad 33% dzieci korzysta ze smartfonów i tabletów jeszcze **zanim nauczą się chodzić czy mówić**. Najmłodsi wyjątkowo często korzystają z elektroniki rozrywkowej. Aż 52% dzieci poniżej 1. roku życia oglądało telewizję, 36% używało ekranów dotykowych, 24% do kogoś dzwoniło, 15% używało programów komputerowych, a 12% grało w gry komputerowe.

W następnym numerze miesięcznika

sygnał

magazyn wychowawcy

POLECAMY

Bo wszyscy tacy będziemy...

Dlaczego warto i jak uczyć szacunku dla osób starszych

Pokolenie Z

Blżej „smartfonowców”

Introwertycy i ekstrawertycy w szkole

Do której grupy należysz?

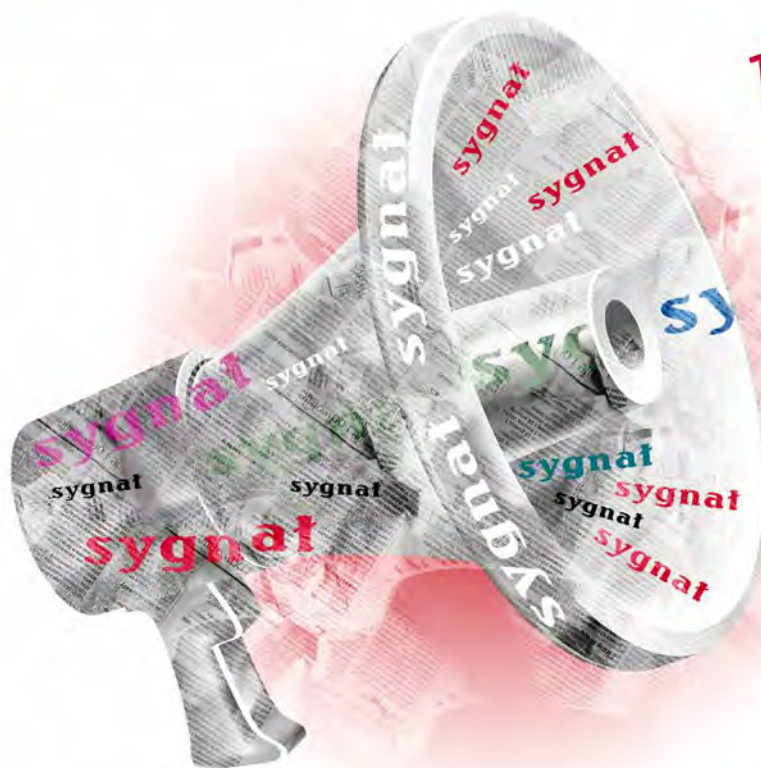
Rozmowa z Vicki Davis

– pasjonatką nauczania, wyróżnioną m.in. nagrodą dla najlepszego blogującego nauczyciela



sygnał

BY WIEDZIEĆ WIĘCEJ!



Zostań naszym AMBASADOREM!
Promuj SYGNAŁ w swojej szkole!

Zostań naszym BOHATEREM!
Napiszemy o Tobie, Twojej klasie, szkole, osiągnięciach!

Zostań naszym CZYTELNIKIEM!
Odbieraj nagrody, prezenty!

SZKOLENIA DLA KADRY OŚWIATOWEJ

Chcesz przeszkolić całą radę pedagogiczną we własnej placówce?
Wybierz swój temat, wskaż dogodny termin. My zorganizujemy szkolenie dla Ciebie.

WE WRZEŚNIU POLECAMY:



BEZPIECZNA PLACÓWKA OŚWIATOWA:

- bezpieczeństwo dzieci i młodzieży – praktyczne podejście do wiedzy wynikającej z licznych szkoleń
- przykłady z praktyki zawodowej – jak funkcjonować, by wnieść nowe sposoby działania do zasad powszechnie obowiązujących
- odpowiedzialność prawna dyrektora i nauczycieli – repetytorium ze sfery prawnej i garść nowości



ROZWIJANIE KOMPETENCJI CZYTELNICZYCH – UPOWSZECHNIANIE CZYTELNICTWA WŚRÓD DZIECI I MŁODZIEŻY:

- bajkoterapia – jak zainteresować ucznia literaturą?
- drama jako metoda pracy z tekstem literackim – metoda dramy w praktyce edukacyjnej
- uczeń współtwórcą spektaklu teatralnego – techniki teatralne jako sposób na upowszechnianie czytelnictwa



ROLA NAUCZYCIELA WE WSPÓŁCZESNEJ SZKOLE – PRZECIWDZIAŁANIE WYPALENIU ZAWODOWEMU I TECHNIKI RADZENIA SOBIE ZE STRESEM:

- wypalenie zawodowe czyli choroba motywacji
- techniki efektywnego nauczania i techniki coachingowe
- narzędzia krytycznego myślenia w praktyce edukacyjnej – poszukiwanie motywacji

NIE CZEKAJ – SKONTAKTUJ SIĘ Z NAMI JUŻ DZIŚ!

www.ofcynamm.pl
szkolenia@ofcynamm.pl
61 653 64 30