

# WYCHOWANIE TO PODSTAWA

Materiały  
dla nauczycieli  
i nauczycielek





**WYCHOWANIE  
TO PODSTAWA**

Celem projektu „Wychowanie to podstawa” jest przygotowanie i upowszechnienie modelowego procesu planowania, tworzenia i wdrażania rozwiązań wzmacniających funkcję wychowawczą szkoły, nastawioną na kształcenie u uczniów i uczennic kompetencji społecznych, obywatelskich i osobistych, przy jednoczesnym wzmocnieniu inkluzyjności działań edukacyjnych.

„Wychowanie to podstawa” to program wsparcia wychowawców i wychowawczyń klas IV-VIII szkół podstawowych. Głównym jego celem jest przygotowanie i upowszechnienie w szkołach modelu planowania, tworzenia i wdrażania rozwiązań wzmacniających zadania wychowawcze szkoły, które umożliwią wychowawcom i wychowawczyniom:

- rozwijanie własnych umiejętności wychowawczych;
- wspieranie uczennic i uczniów w ich rozwoju w tym w budowaniu osobistego systemu wartości,
- budowanie szkolnych relacji i wzmacnianie procesów grupowych w klasie,
- włączanie uczennic i uczniów do współdecydowania w klasowej i szkolnej wspólnoty,
- uwrażliwienie uczennic i uczniów na lokalne oraz globalne problemy i wyzwania.

Program jest realizowany przez Centrum Edukacji Obywatelskiej w ramach obszaru programowego „Ucz otwartości”, który wspiera budowanie w klasie dobrych relacji oraz pomaga nauczycielom i nauczycielkom podejmować z uczniami i uczennicami trudne tematy.

# WYCHOWANIE TO PODSTAWA

Materiały  
dla nauczycieli  
i nauczycielek

pod redakcją  
Katarzyny Grubek  
i Emilii Kędziorek



# Spis treści

## 7 WSTĘP

### 9 ROZDZIAŁ 1: JAK ROZWIJAĆ WŁASNE UMIEJĘTNOŚCI WYCHOWAWCZE?

- 11 Wprowadzenie KAROLINA GIEDRYS-MAJKUT  
13 Autodiagnoza wychowawcy – ćwiczenie KAROLINA GIEDRYS-MAJKUT  
16 Wychowanie jako proces BEATA BADZIUKIEWICZ  
24 Trzy filary wsparcia dla każdego wychowawcy MAGDALENA RODZINKA  
27 Jak być wychowawcą włączającym?  
28 Modelowanie – supermoc wychowawcy ANNA KAWALSKA  
31 Spojrzeć w lustro. Narzędzia autorefleksji w pracy wychowawczej MAŁGORZATA LESZKO  
40 Dobrostan – podejście zrewidowane KAROLINA GIEDRYS-MAJKUT, EWARYST ZAREMBA

### 49 ROZDZIAŁ 2: JAK WSPIERAĆ UCZNIÓW I UCZENNICE W ROZWIJANIU POCZUCIA SKUTECZNOŚCI?

- 51 Wprowadzenie EMILIA KĘDZIOREK  
54 Autodiagnoza wychowawcy – ćwiczenie EMILIA KĘDZIOREK  
56 Mam tę moc, czyli o poczuciu skuteczności EMILIA KĘDZIOREK  
60 Pigułka wiedzy. Stres w przestrzeni szkolnej – podejście Self-Reg JAGODA SIKORA  
64 Radzenie sobie z emocjami i stresem – samoregulacja JAGODA SIKORA  
70 Radzenie sobie z porażką ANNA KAWALSKA  
76 Różnorodność w klasie – akceptacja różnorodności i dostrzeganie jej potencjału DOMINIKA CIEŚLIKOWSKA  
81 Mocne strony uczniów i uczennic – baza doradztwa zawodowego URSZULA LESZCZYŃSKA – MAPA KARIER  
86 Bibliografia do rozdziału 2

### 87 ROZDZIAŁ 3: JAK WZMACNIAĆ PROCES GRUPOWY W KLASIE?

- 89 Wprowadzenie EWELINA GORCZYCA  
91 Autodiagnoza wychowawcy – ćwiczenie EWELINA GORCZYCA  
94 Pigułka wiedzy. Czym jest proces grupowy? MACIEJ WOJDYNA  
98 Budowanie zespołu klasowego MACIEJ WOJDYNA  
102 Moje wartości a wartości grupy MACIEJ WOJDYNA  
108 Komunikacja w klasie – moje potrzeby i granice MACIEJ WOJDYNA  
114 Konflikt jako zasób i potencjał MACIEJ WOJDYNA  
121 Dyskryminacja i wykluczenie z grupy MACIEJ WOJDYNA  
126 Budowanie empatii MACIEJ WOJDYNA  
131 Umiejętność współpracy kompetencją przyszłości KAROLINA GIEDRYS-MAJKUT  
139 Bibliografia do rozdziału 3

## **141 ROZDZIAŁ 4: JAK WŁĄCZAĆ UCZNIÓW I UCZENNICE WE WSPÓŁDECYDOWANIE O SZKOLNEJ WSPÓLNOCI?**

- 143 Wprowadzenie MICHAŁ TRAGARZ
- 146 Autodiagnoza wychowawcy – ćwiczenie MONIKA PRUS-GŁASZCZKA
- 149 Decyzyjność uczniów i uczennic MICHAŁ TRAGARZ, TOMASZ GROMADKA
- 154 Włączanie uczniów i uczennic w życie szkoły MICHAŁ TRAGARZ
- 159 Samorząd klasowy i jego rola wychowawcza MICHAŁ TRAGARZ
- 163 Angażowanie się na rzecz innych – wolontariat klasowy MONIKA PRUS-GŁASZCZKA
- 170 Wzmacnianie partycypacji uczniów i uczennic – współpraca wychowawcy z radą pedagogiczną.  
MONIKA PRUS-GŁASZCZKA
- 174 Bibliografia do rozdziału 4

## **175 ROZDZIAŁ 5: JAK ANGAŻOWAĆ UCZNIÓW I UCZENNICE W DZIAŁANIA NA RZECZ SPOŁECZNOŚCI LOKALNEJ?**

- 177 Wprowadzenie JUDYTA ZIĘTKOWSKA
- 179 Autodiagnoza wychowawcy – ćwiczenie JUDYTA ZIĘTKOWSKA
- 182 Ja, moi uczniowie i uczennice oraz nasza szkoła jako część społeczności lokalnej JUDYTA ZIĘTKOWSKA
- 188 Jak zainteresować uczniów i uczennice tym, co się dzieje w okolicy? GRETA DROŹDZIEL-PAPUGA
- 193 Modelowanie postawy obywatelskiego zaangażowania w sprawy lokalne AGNIESZKA JARMUŁ
- 198 Jak zaangażowanie uczniów i uczennic w działania ze społecznością lokalną i na jej rzecz może wzmocnić mnie jako wychowawcę? BERNADETTA BIAŁEK
- 203 Jak zaangażowanie w działania ze społecznością lokalną i na jej rzecz może wzmocnić uczniów i uczennice? JUDYTA ZIĘTKOWSKA
- 209 Bibliografia do rozdziału 5

## **211 ROZDZIAŁ 6: JAK UWRAŹLIWIAĆ UCZNIÓW I UCZENNICE NA WYZWANIA GLOBALNE?**

- 213 Wprowadzenie JULIA GODOROWSKA, KATARZYNA DZIĘCIOŁOWSKA
- 217 Autodiagnoza wychowawcy – ćwiczenie JULIA GODOROWSKA, KATARZYNA DZIĘCIOŁOWSKA
- 220 Pigułka doświadczenia BERNADETTA BIAŁEK
- 224 Globalne obywatelstwo KATARZYNA DZIĘCIOŁOWSKA
- 229 Praktykowanie dobrej rozmowy BERNADETTA BIAŁEK
- 235 Krytyczna analiza otaczającego nas świata JULIA GODOROWSKA
- 243 Wpływ na świat KATARZYNA DZIĘCIOŁOWSKA
- 248 Twórcze odpowiadanie na globalne wyzwania BERNADETTA BIAŁEK
- 254 Bibliografia do rozdziału 6

## **257 AUTORKI I AUTORZY**



## Drogie Nauczycielki i drodzy Nauczyciele,

kształcenie nauczycieli i nauczycielek w zawodzie koncentruje się w dużej mierze na przyswajaniu wiedzy o nauczaniu przedmiotowym i rzadko kiedy obejmuje przygotowanie do prowadzenia pracy wychowawczej. Rozpoczynając pracę w szkole, nauczyciele, którzy obejmują funkcję wychowawcy klasy, często podejmują działania intuicyjnie, zmagając się z niedostatkami własnych kompetencji (czy to realnym, czy wyobrażonym), niewielkimi możliwościami wpływania na skomplikowaną rzeczywistość oraz z osamotnieniem i brakiem wsparcia w roli wychowawcy.

W Centrum Edukacji Obywatelskiej chcemy wyjść naprzeciw potrzebom nauczycieli i nauczycielek. Jesteśmy bowiem przekonani, że wychowanie to podstawa, a nie jedynie dopełnienie wszelkich oddziaływań szkoły. Aby młody człowiek mógł się rozwijać, musi mieć poczucie bezpieczeństwa, a także oparcie w sobie (samoświadomość), w grupie (budowanie relacji z rówieśnikami) oraz we wspierającym go dorosłym, który towarzyszy mu w rozwoju (relacja wychowawca – wychowanek). Z taką bazą będzie mu łatwiej angażować się w życie szkoły, społeczności lokalnej i globalnej, czyli stawać się świadomym obywatelem i świadomą obywatelką. Wzrost wiedzy przedmiotowej nie odbywa się w próżni, lecz połączony jest nierozdzielnie z kształtowaniem kompetencji osobistych i społecznych, jak choćby zarządzania emocjami, empatii, rozpoznawania swoich zasobów, systematyczności i wytrwałości, samodyscypliny, automotywacji, odpowiedzialności, współpracy czy krytycznego myślenia. Siłą szkoły jest właśnie możliwość intencjonalnego oddziaływania na rozwój tych kompetencji u młodych ludzi, wspierania postaw i zachowań społecznie pożądanych, udzielania pomocy tam, gdzie pojawiają się trudności, wynikające z różnych przyczyn, utrudniając im rozwój.

Jesteśmy przekonani, że aby to wszystko mogło się wydarzyć, należy najpierw wesprzeć samego nauczyciela w budowaniu jego kompetencji potrzebnych do pracy wychowawczej, dlatego naszą publikację rozpoczynamy od rozdziału „Jak rozwijać własne umiejętności wychowawcze?”, a w każdym kolejnym proponujemy pytania do autorefleksji. Ważne jest także, aby każde ćwiczenie lub inną aktywność obejrzeć najpierw przez pryzmat własnego doświadczenia i dostosowywać do grupy, z którą pracujemy. Nauczyciel lub nauczycielka, który/która rozwija swoje kompetencje wychowawcze, może w przyszłości stać się zaczynem zmian w swojej szkole, by podejmowane w niej działania wychowawcze stawały się coraz bardziej spójne i adekwatne do potrzeb. Zachęcamy do autorefleksji, ale również współpracy z kolegami i koleżankami z grona nauczycielskiego, wspierania się wzajemnie w wymagającej roli wychowawcy czy wychowawczynie.

### Struktura materiałów w publikacji:

Jak rozwijać własne umiejętności wychowawcze?

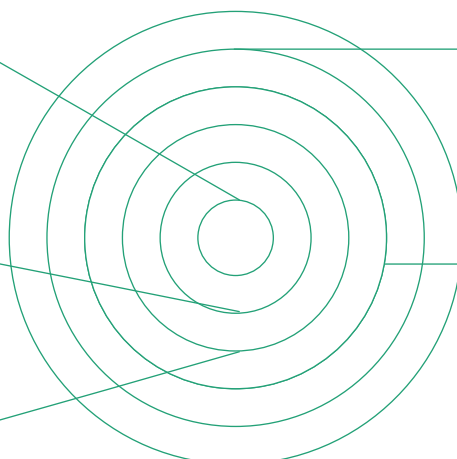
Jak wspierać uczniów i uczennice w rozwijaniu poczucia skuteczności?

Jak wzmacniać proces grupowy w klasie?

Jak angażować uczniów i uczennice w działania na rzecz społeczności lokalnej?

Jak włączać uczniów i uczennice we współdecydowanie o szkolnej wspólnocie?

Jak uwrażliwiać uczniów i uczennice na wyzwania globalne?



W każdym z rozdziałów proponujemy trzy poziomy działań wychowawczych:

- codzienne sytuacje szkolne (drobne oddziaływania i interakcje z uczniami);
- działania specjalne (bardziej rozbudowane działania o charakterze projektu);
- ćwiczenia na godzinę do dyspozycji wychowawcy.

Za tym podziałem stoi przekonanie, że relacji wychowawca-wychowanek nie sposób zredukować do spotkań na godzinie wychowawczej raz w tygodniu. Nie da się też ograniczyć tematu wychowania w szkole do oddziaływań jednej osoby, pełniącej funkcję wychowawcy – każdy nauczyciel i każda nauczycielka wpływa na postawy i sposób myślenia uczniów, a przez to również staje się wychowawcą. Zachęcamy zatem, by przyjrzeć się pracy wychowawczej kompleksowo i procesowo.

Materiały zawarte w tej publikacji zostały opracowane w ramach programu “Wychowanie to podstawa”. Oferujemy w nim również kurs internetowy dla nauczycieli-wychowawców klas 4-8 oraz wsparcie całej szkoły w procesie takiego budowania programu profilaktyczno-wychowawczego, aby włączał przedstawicieli całej szkolnej społeczności. Ramą wszystkich działań programowych jest rozumiana szeroko edukacja włączająca, czyli praca z różnorodnością jako zasobem szkoły.

Oddając do Waszych rąk tę publikację, życzymy wszystkim nauczycielkom i nauczycielom wielu inspiracji i odkryć w drodze ku satysfakcjonującej i pełnej sensu pracy wychowawczej.

Zespół Centrum Edukacji Obywatelskiej

rozdział 1.

# JAK ROZWIJAĆ WŁASNE UMIEJĘTNOŚCI WYCHOWAWCZE?



# Wprowadzenie

**Karolina Giedrys-Majkut**

W 1928 roku Maria Falska, kierowniczka Naszego Domu – instytucji wychowawczej dla dzieci polskich („chrześcijańskich”), współtworzonej przez Janusza Korczaka – tymi słowami spisała „Zasadniczą myśl i drogi wychowawcze” swojej placówki:

*Traktować dzieci jako istoty świadome swych potrzeb. Zdolne do rozumienia konieczności ograniczeń, ulegania prawu i zrzeczeń się – na rzecz dobra ogólnego. – Zdolne do opanowań wewnętrznych, samozmagań i wytrwałych wysiłków w dążeniu do wyzbycia się złych przyzwyczajeń i skłonności.*

*Szukać drogi pośredniej – między przymusem a samowolą, a więc porozumienie, układ, umowa – jako kamień węgielny stopniowo kształtującej się organizacji. Przymus zastąpić przez dobrowolne i świadome przystosowanie się jednostki do form życia zbiorowego. – Nie słowo, nie morał: konstrukcja i atmosfera internatu taka, żeby dzieci ceniły pobyt w nim, żeby zależało im samym na wydobyciu z siebie jak największego wysiłku, by się opanować i przezwyciężyć, dostroić i zastosować do wymagań i potrzeb środowiska. Poszukiwać form łatwych, zrozumiałych dla nich.*

*Posuwać się naprzód ostrożnie – stopniowo [...] Zawsze przed oczami mając – ideę przewodnią: usamodzielnienie dziecka, otwieranie coraz nowych możliwości wypowiedzenia się inicjatywie jego. Czujna obserwacja kliniczna najdrobniejszych nawet zjawisk na płaszczyźnie dnia codziennego. Strzec się złudzeń, że już się wie coś na pewno i – że się już poznało dziecko [...]*<sup>1</sup>

Konfrontacja z tą piękną ideą legendarnych działaczy wywołuje wiele refleksji. Z jednej strony szalenie nam bliska to wizja, bo wpisująca się zarówno we współczesną wiedzę o psychospołecznych uwarunkowaniach rozwoju młodych ludzi, jak i w wartości hołubione w naszej kulturze – empatię, tolerancję, szacunek, aktywność. Z drugiej, daleka od upowszechnienia i popularności, dla wielu nadal rewolucyjna i wywrotowa, tak jakby była utopijnym postulatem, a nie zestawem praktycznych wskazówek prężnie działającej instytucji jaką był „Nasz Dom”. W jakim stopniu te dobre, sprawdzone metody wychowawcze sprzed niemal stu lat znajdują swoje zastosowanie w dzisiejszych czasach?

To pytanie w pierwszym rzędzie dotyczyć będzie współczesnej szkoły, która mogłaby i powinna być środowiskiem, gdzie dzieci chcą być i dla dobra wspólnego próbują „się opanować i przezwyciężyć”. Dotyczy ono jednak i samego wychowawcy/czyni – przewodnika/czki po tej przestrzeni, inicjatora/ki wychowawczych oddziaływań. Przyjrzyjmy się wspólnie wytyczonym powyżej celom i kierunkom rozwoju. Czy wierzę w potencjał dzieci i ich chęć samorozwoju? Jak wyglądają moje osobiste umiejętności wspierania ich w zdobywaniu samodzielności? Czy buduję warunki motywujące do rozwoju, „atmosferę i konstrukcję”, w której moi wychowankowie dostrzegają sens pracy nad sobą i chcą ją podejmować? Czy uosabiam deklarowane przez siebie wartości i jestem w swoim zachowaniu spójny ze słowem, jakie głoszę?

Różne zapewne padną odpowiedzi, tym bardziej, że nie ma w Polsce spójnego systemu kształcenia wychowawców/czyń. Przyznajmy – nikt nie przygotowuje nauczyciela/lki do tej roli. Na większości kierunków pedagogicznych brak jest odrębnych zajęć dedykowanych temu arcytrudnemu zadaniu. W szkołach zaś jest niewiele okazji do przygotowania się „na sucho” i do superwizji, gdzie można by omawiać swoje szkolne doświadczenia i korygować kierunek mniej udanych pomysłów. Nauczyciel/ka podejmując się swoich zadań i szukając praktycznych sposobów realizacji programu wychowawczo-profilaktycznego jest najczęściej sam/a. Na własną rękę wypracowuje „koncepcję bycia wychowawcą”, na własną rękę tę koncepcję wdraża, mając za oparcie głównie własne zasoby: kompetencje miękkie, wiedzę i doświadczenie. Ten splot osobistych czynników przełoży się na bardziej widoczne

<sup>1</sup> cytata za: Zakład wychowawczy „Nasz Dom”, oprac. Maria Rogowska-Falska: <https://bit.ly/3czvOGY>

postawy i zachowania – formułowanie celów, sposoby komunikowania się, przeżywania sukcesów i porażek czy też strategie radzenia sobie z trudnymi sytuacjami szkolnymi. A one z kolei nadadzą ostateczny kształt procesowi wychowawczemu, będąc kontekstem do wszystkich – tych bardziej i tych mniej świadomych – oddziaływań.

Otwierając naszą wspólną pracę w programie „Wychowanie do podstaw” chcielibyśmy zachęcić do tego, by przed zapoznaniem się z pomysłami na konkretne ćwiczenia i interwencje – a nie zabraknie ich w kolejnych częściach naszej publikacji – przyjrzeć się sobie. Nazwaliśmy ten obszar „Jak rozwijać własne umiejętności wychowawcze?”, uznając go jednocześnie za kluczową część programu. Będzie bazą do wszystkich innych obszarów i motywem przewodnim w przygotowywanym kursie internetowym. Zapraszamy do pogłębionej autorefleksji, której celem nie ma być rozliczanie siebie samego z osiągnięć wychowawczych, lecz raczej próba zrozumienia swojego doświadczenia, ustalenie źródeł swojej siły i zasobów, odkrycie sfer, które są dla nas samych trudnością, wreszcie wytyczenie sobie samemu kierunków do ewentualnego rozwoju. Z myślą o nim wybraliśmy kilka tematów, które wydają nam się najważniejsze. Na kolejnych stronach tego rozdziału piszemy o:

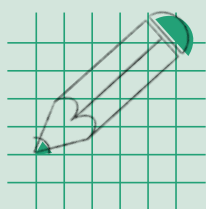
- Procesie wychowawczym i świadomości tego, jak przebiega i od czego może zależeć.
- Rozwoju umiejętności budowania relacji z innymi dorosłymi zaangażowanymi w proces wychowawczy.
- Edukacji włączającej w pracy nauczyciela-wychowawcy.
- Modelowaniu i czynnikach, które zapewniają jego efektywność.
- Znaczeniu własnych założeń, nawyków i potrzeb w pracy wychowawcy.
- I w końcu – o dobrostanie wychowawców/czyń.

Zachęcamy do lektury całości, dla zabieganych dołączamy do tekstów narzędzie pomagające ustalić, w którym z tematów czujecie się najmniej pewni – zestaw pytań do autodiagnozy.

Mamy nadzieję, że zaproponowane narzędzia pomogą pogłębić samoświadomość i poczucie kontroli w pracy wychowawczej. A mówiąc wprost – że się okażą pomocne w waszej wychowawczej codzienności.

Na początku rozdziału „Jak rozwijać własne umiejętności wychowawcze?” zapraszamy do autodiagnozy, która pozwoli wam odnieść własne doświadczenia do zaprezentowanych dalej tekstów i teorii. Odpowiedzi na zamieszczone poniżej stwierdzenia i uzyskany na ich podstawie wizualny profil, pozwolą sprawdzić, w którym z obszarów najbardziej przyda się wam wsparcie naszych autorów i ich podpowiedzi. Umożliwi to także rozpoczęcie lektury rozdziału od tekstu, który będzie najlepiej się wpisywał w wasze potrzeby. Powodzenia!

## ĆWICZENIE



# Autodiagnoza wychowawcy

*Karolina Giedrys-Majkut*

Uwaga techniczna: Prosimy o zaznaczanie (kolorowanie) pojedynczego pola w przypadku odpowiedzi twierdzącej. Sugerujemy, aby nie zaznaczać pola, jeśli odpowiedź brzmi „no, nie do końca...” Pola nie są przypisane do poszczególnych odpowiedzi, tak więc, przykładowo, jeśli w danym obszarze udzielicie trzech odpowiedzi, w kole powinny zostać zaznaczone trzy kolejne pola.

Przedstawiona autodiagnoza nie zawiera pytań do obszaru „Edukacja włączająca w pracy nauczyciela-wychowawcy”. Rozbudowany schemat autorefleksji znajduje się w załączonych materiałach.

### 1. Proces wychowawczy i świadomość tego, jak przebiega i od czego może zależeć.

1. Mam świadomość uwarunkowań procesu wychowawczego w szkole.
2. Umiem zaplanować kompleksowy proces wychowawczy, który obejmuje zarówno osobne zajęcia wychowawcze, jak i codzienne doświadczenia uczniów i uczennic.
3. Wiem, jakie cele wychowawcze chcę osiągnąć.
4. Wykorzystuję potencjał wychowawczy szkolnych relacji i działań.
5. Planując ostatnią wycieczkę/wyjście do kina/wizytę gościa wzięłem/wzięłam pod uwagę aspekt wychowawczy tego wydarzenia.

### 2. Modelowanie i czynniki, które zapewniają jego efektywność.

1. Mam świadomość wpływu własnej postawy i własnego zachowania na kształtowanie się postaw młodzieży.
2. Jestem gotów/gotowa do modelowania postaw, np. w zakresie dobrej współpracy, samodyscypliny, dobrej komunikacji.
3. Znam czynniki, które przesądzają o skuteczności modelowania.
4. Wspieram uczniów/uczennice w uczeniu się od siebie, zwracając uwagę na ich wartościowe zachowania.
5. Umiem wymienić przynajmniej dwie sytuacje, gdzie świadomie przeprowadziłem/łam proces modelowania.

### 3. Znaczenie własnych założeń, nawyków i potrzeb w pracy wychowawcy.

1. Zastanawiam się nad własną postawą wobec uczniów. Dążę do autorefleksji odnośnie potencjalnych uprzedzeń i stereotypów, własnych zniekształceń poznawczych i wpływu, jaki mogą mieć na mnie trudne emocje.
2. Umiem wskazać ukryty program mojej szkoły i dążę do refleksyjnego podejścia do kontekstu kulturowego i społecznego mojej pracy wychowawczej.
3. Jestem otwarty/otwarta na zmianę postawy i rozmowę o wartościach. Przyjmuję, że wartości uczniów i moje mogą się różnić, i że nie znaczy to automatycznie, że jedno są gorsze od drugich.
4. Dostrzegam potrzeby uczniów i uczennice z grup mniejszościowych. Staram się zrozumieć ich perspektywę, nawet jeśli jej nie podzielam.
5. Organizuję rozmowy o osobistych doświadczeniach, przestrzeń, gdzie uczniowie i uczennice mogą w bezpieczny sposób podzielić się swoimi przeżyciami.

### 4. Rozwój umiejętności budowania relacji z innymi dorosłymi zaangażowanymi w proces wychowawczy.

1. Umiem współpracować z innymi nauczycielami, z dyrekcją, z rodzicami.
2. Umiem pozyskać wsparcie dla siebie i dla uczniów w trakcie prowadzenia działań wychowawczych (np. poprzez współpracę z rodzicami, z partnerami zewnętrznymi).
3. Umiem angażować innych znaczących dorosłych w życie klasy, wspólnie świętujemy sukcesy uczniów, rocznice i inne specjalne wydarzenia.
4. Umiem komunikować granice rodzicom, np. ustalam z nimi godziny mojej dostępności, kanały komunikacji.
5. Jestem zadowolony/a ze sposobu, w jaki rozwiązałem/łam ostatni konflikt pomiędzy jednym z moich uczniów/uczennic, a nauczycielem/lką.

### 5. Dobrostan – podejście zrewidowane.

1. Umiem zadbać o swój dobrostan, zarówno poprzez działania indywidualne, jak i poprzez włączanie się do inicjatyw na rzecz zmiany warunków mojej pracy.
2. Umiem korzystać ze wsparcia innych przy radzeniu sobie z trudnymi emocjami w pracy.
3. Umiem komunikować zasady i granice uczniom/uczennicom i rodzicom.
4. Dbam o równowagę praca zawodowa – życie prywatne, umiem wypoczywać.
5. Czuję się dobrze w swojej pracy.





*Świadome oddziaływanie wychowawcze rozpoczyna się od określenia, na czym polega proces, w który się angażujemy. To nie jest to samo, co opracowanie planu wychowawczo-profilaktycznego dla ścieżki złożonej z 45-minutowych cotygodniowych zajęć. Rozwój kompetencji społecznych i osobistych odbywa się raczej w codziennych interakcjach, poprzez obserwację rozmaitych postaw i dostosowywanie się do reguł środowiska. Warto uwzględnić w naszych planach wychowawczych ten szeroki kontekst funkcjonowania uczniów i uczennic w szkole. Poprzez tworzenie motywujących warunków, modelowanie i wykorzystywanie rozmaitych szkolnych zdarzeń jako okazji do spontanicznego uczenia się reguł i prospołecznych postaw osiągniemy dużo więcej niż na bazie odrębnego treningu. Jak zaplanować takie pogłębione oddziaływanie, pisze Beata Badziukiewicz.*

# Wychowanie jako proces

**Beata Badziukiewicz**

## Na czym właściwie polega wychowanie?

Najprościej rzecz ujmując wychowanie jest procesem, który ma przystosować jednostkę do funkcjonowania w określonej grupie społecznej, na przykład rodzinie, grupie przedszkolnej czy szkolnej, a na końcu w społeczeństwie. Według jednego z ujęć pedagogicznych w procesie wychowania uczymy dziecko, których reguł ma przestrzegać i w jaki sposób się zachowywać, żebyśmy uznali, że to przystosowanie przebiegło w sposób prawidłowy. Klasa szkolna jest miejscem wyjątkowym, ponieważ poza rodziną nie ma innej grupy społecznej, w której dziecko spędza tak dużo czasu każdego dnia przez niemal prawie cały rok. Nikt więc nie wątpi, że wpływ tak dorosłych, jak i rówieśników, jest ogromny.

Nauczyciel – wychowawca ma przed sobą kolosalne zadanie. Kiedy mówimy o wychowaniu dzieci w klasach IV-VIII, to koniecznie musimy zwrócić uwagę na wiek młodych ludzi, ponieważ jest to czas wkraczania w młodszy wiek nastoletni. Wiąże się to z potężnym skokiem rozwojowym w obszarze fizycznym, psychicznym, intelektualnym, hormonalnym i emocjonalnym. A to wszystko musi się zmieścić w codziennym zmaganiu się z wymaganiami szkolnymi, spełnianiem oczekiwań rodziców, współzawodnictwem i próbą odnalezienia się w grupie rówieśniczej itd.

A wychowawca, który ma przed sobą trzyciestkę takich młodych osób, które oczekują od niego uwagi, zrozumienia, wsparcia i często zaspokojenia potrzeb, których nie udaje się zaspokoić w rodzinie, musi to wszystko zrozumieć, ogarnąć i odnaleźć się w sytuacji organizatora, dawcy dóbr, koordynatora, quasi-rodzica, czasami przyjaciela czy mądrego dorosłego. To ogromna odpowiedzialność wymagająca zaangażowania i mnóstwa pracy. Dlatego trudno się dziwić, że przynajmniej część wychowawców skupia się przede wszystkim na administracyjnej części swoich obowiązków.

Jeśli jednak wychowawca podejmie się trudnego zadania realizowania w swojej klasie działań wychowawczych, to powinien zadać sobie kilka podstawowych pytań:

- Do czego ja – wychowawca dążę?
- Jaki jest mój cel?
- Jak chcę go zrealizować?
- Co się wydarzy, jeśli uda mi się zrealizować mój cel, a co się wydarzy, jeśli mi się nie uda?
- Po czym poznam, że mi się udało?
- Czyjego wsparcia potrzebuję w dążeniu do wyznaczonego przez siebie celu?

- Kto może być moim sojusznikiem?
- Do kogo mogę się zwrócić, jeśli ogarną mnie wątpliwości albo nie będę rozumieć, co się dzieje w mojej klasie?

Można sobie wyobrazić, że ktoś stawia sobie cel: żeby uczniowie byli zawsze grzeczni albo żeby byli zgraną klasą. Albo żeby byli wobec siebie życzliwi. Albo żeby to była klasa, która świetnie się uczy i zawsze jest przygotowana do zajęć. Można też skupić się na rozbudzaniu pasji i twórczości czy dążyć do uczynienia z naszych podopiecznych osób współczujących, które wykazują się troską wobec innych.

Oczywiście nie da się realizować jednych celów bez drugich. Trudno sobie wyobrazić zgraną klasę, która nie jest dla siebie życzliwa. Ale niezbędne jest określenie celów nadrzędnych i tych podrzędnych czy drugoplanowych, które będą wspierały realizację tego głównego.

## **Weźmy za przykład cel: zgrana klasa.**

Żeby móc go zrealizować musimy sobie zadać pytanie, co to w ogóle oznacza, że klasa jest zgrana. I czy moje przekonanie dotyczące tego pojęcia będzie tym samym, co rozumieją moi uczniowie? Czy moje cele są tożsame z celami uczniów i czy jeśli są rozbieżne, to czy mogę coś uczynić, żeby to był nasz wspólny cel?

I dalej: co muszą te osoby robić, jak się zachowywać, żebym ja – wychowawca rozpoznał, że mam zgraną klasę?

Odpowiedzi mogą być różne, bo różnie zdefiniujemy to pojęcie, ale uznajmy, że rozpoznam, że mam zgraną klasę po tym, że uczniowie różne rzeczy robią razem, że wspólnie realizują projekty, że są chętni do współpracy, że spędzają ze sobą czas, że lubią ze sobą przebywać.

W takim razie kolejny krok: co mam zrobić, żeby doprowadzić do zrealizowania mojego celu? Jak zachęcić młodych ludzi, którzy są w trudnym dla samych siebie i dla otoczenia wieku, żeby zechcieli ze sobą współpracować?

Możemy oczywiście każdy moment wykorzystać do takiej pracy. Łączyć uczniów w pary, w kilkuosobowe grupki, mieszać uczniów w tych grupach, tworzyć zadania, które będą dla nich atrakcyjne i które dadzą szansę, żeby te relacje i więzi powstały między nimi.

## **Co jeszcze jest niezbędne?**

Ja bym powiedziała, że pytanie, czy ja nauczyciel – wychowawca jestem dobrym przykładem do wypracowania takiego celu w mojej klasie? Czy ja potrafię współpracować, czy ja potrafię tworzyć więzi z innymi osobami, czy jestem życzliwy i tolerancyjny, niezależnie od tego, jaka jest ta druga osoba, innymi słowy, czy ja wychowawca reprezentuję te cechy i zachowania, których będę wymagać od moich uczniów? Bo jeśli uczniowie uznają, że nie, to może jednak warto się zastanowić nad zmianą celu tak, żeby był bardziej zgodny z moim charakterem i moimi możliwościami.

Ale przyjmijmy, że jako wychowawca marzę o zgranej klasie, uznaję taki cel za wartość, której warto poświęcić dużo własnej energii. Znam cel, wiem jak ma wyglądać efekt końcowy, jestem pewna, że chcę się zmierzyć z tym zadaniem, czuję, że mogę być dobrym przykładem (modelem) dla moich uczniów.

## **Co teraz?**

Może warto przyjrzeć się, jakich uczniów mamy w klasie. Kto dysponuje jakimi zaletami, zasobami, umiejętnościami, jaką ilością energii. Kto się łatwo angażuje, a kogo trzeba trochę zachęcić.

Aby klasa stała się zgrana, potrzebny jest jakiś temat lub jakieś zadanie, które to zgranie umożliwi. Fajnie by było, żeby to było coś ciekawego lub atrakcyjnego dla młodych ludzi. Oczywiście pierwsze, co przychodzi na myśl, to wycieczka. I świetnie. Ale może jednak warto popracować nad czymś, co nie będzie jednorazową akcją. Można pomyśleć na przykład nad jakimiś działaniami na rzecz potrzebujących, na przykład schroniska dla zwierząt albo chorujących dzieci. Działanie na korzyść innych to również okazja do kształtowania takiej postawy prospołecznej, w której interakcja z tym drugim jest wartością dla obu stron, a nie tylko dla tej, którą odruchowo stawiamy w roli „pomagającej”.

I tu jest czas na pracę z całym zespołem klasowym: na pomysły uczniów, dowolne, fantastyczne i z kosmosu. Ale właśnie o to chodzi, żeby na godzinie wychowawczej pozwolić wypowiadać się uczniom. Bo nierealny pomysł po kilku lekcjach być może przeistoczy się w bardzo konkretny. Oddanie inicjatywy uczniom, przyglądanie się, jak ze sobą rozmawiają, jak dochodzą do pomysłów, jaki mają styl komunikacji, czy w ogóle potrafią ze sobą rozmawiać, to ogromne pole do oddziaływań wychowawczych. Jeśli nie będziemy się spieszyć, mamy mnóstwo okazji do wprowadzania naszych zasad i naszych oddziaływań.

- Jeśli dojdzie do kłótni, to jest to świetna okazja, żeby skupić się na sposobach rozwiązywania konfliktów.
- Jeśli praca utknie i nie będzie żadnych pomysłów – świetna okazja do rozmawiania o tym, jak to jest z twórczym myśleniem, jak to się dzieje, że ludzie wpadają na fajne pomysły, jak to się dzieje, że czasami mają „pustkę” w głowie?
- Jeśli będzie napięcie – to świetna okazja do rozmawiania o tym, czego i kto potrzebuje, żeby w ogóle mogła się odbywać jakakolwiek praca w zespole klasowym, kto jak się czuje, czego i komu brakuje.

Każda sytuacja jest okazją do rozmawiania, ale też do prezentowania przez wychowawcę swojego myślenia i swojego oglądu sytuacji/rzeczywistości. Warto rozwijać w sobie wrażliwość na takie wychowawcze momenty w codziennym życiu szkolnym.

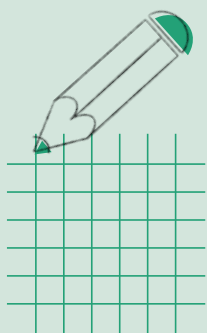
Skoro bowiem – jak zostało powiedziane na początku – wychowanie jest procesem, to należy sobie uświadomić, że aby ten proces przebiegał skutecznie, nie może się opierać jedynie na interwencjach, gdy dzieje się coś złego, na działaniach akcyjnych ani na samych godzinach do dyspozycji wychowawcy. Aby osiągnąć cel wychowawczy potrzebne jest działanie spójnie we wszystkich obszarach interakcji z uczniami i dostrzeganie potencjału wychowawczego w każdym codziennym spotkaniu z wychowankiem i całą grupą.

I chociaż współczesny świat funduje nam wszystkim, zarówno dzieciom, nastolatkom, jak i dorosłym różnego rodzaju presje (czasu, wyników, osiągnięć, spełnienia wymagań i oczekiwań), to tym bardziej wydaje się niezbędne, żeby osoba, która zostaje wychowawcą, była osobą pewną siebie, ufającą sobie, dobrze sobie radzącą w relacjach z ludźmi, niezależnie od ich wieku. Potrzebuje również posiadać niezbędną umiejętność traktowania z szacunkiem zarówno samego siebie, jak i każdej z osób, które wchodzi z nią w relacje.

Oczywiście, rzadko kiedy posiadamy te wszystkie umiejętności na początku naszej drogi. Raczej „stajemy się” niż „jesteśmy”. Każda umiejętność, ale też każda relacja jest procesem, w którym uczymy się siebie i siebie nawzajem, możemy rozpoznać potrzeby, cele, dążenia. Żaden człowiek, ale też żaden wychowawca nie jest i nie będzie idealny. I nie to powinno być priorytetem, ale raczej potraktowanie naszego stawiania się wychowawcą jako procesu i okazji do rozwoju osobistego, rozwijania kompetencji, wzmacniania świadomości swoich mocnych stron. Uczniowie nie potrzebują bowiem wychowawcy idealnego, a jedynie (lub aż) mądrego i autentycznego dorosłego, który będzie towarzyszyć im w rozwoju z całą świadomością, że rozwój nie jest łatwą sprawą.

## Bibliografia:

- B. Badziukiewicz, M. Sałasiński, *Vademecum wychowawcy*, Wydawnictwo Akademickie „Żak” Teresa i Józef Śnieciński, Warszawa 2005;
- K. Bartnicka, I. Szybiak, *Zarys historii wychowania*, Wydawnictwo Akademickie „Żak”; Wyższa Szkoła Humanistyczna, Warszawa 2001;
- J. Bąk, E. Wiewióra-Pyka, *Między nami: scenariusze lekcji wychowawczych: szkoła podstawowa*, Kraków 2004.
- M. Braun-Gałkowska (et al.), *W tę samą stronę: książka dla nauczycieli o wychowaniu i lekcjach wychowawczych*, Wydawnictwo Krupski i S-ka, Warszawa 1994;
- T. Gordon, *Wychowanie bez porażek w szkole*, Warszawa 1995;
- C. Hall, E. Hall, G. Hornby, *Nauczyciel wychowawca*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005;
- H. Hamer, *Bliżej siebie. 10 ważnych tematów – scenariusze 20 lekcji ułatwiających poznanie siebie i rozwój*, Warszawa, 2001;
- B. Jankowski, *Wychowanie w szkole: tworzenie programu wychowawczego*, Wydawnictwo Arka, Poznań 2000;
- A. Konarzewska, *Być (nie)zwykłym wychowawcą*, Warszawska Firma Wydawnicza, Warszawa 2019;
- J. Kordziński, *Autorytet nauczyciela, czyli jak być skutecznym i zmotywowanym wychowawcą*, Wolters Kluwer, Warszawa 2020;
- D. Lawrence, *Jak nauczyć uczniów szacunku do samych siebie. Vademecum wychowawcy*, WSiP, Warszawa 2008;
- M. Łobocki, *ABC wychowania*, Wyd. Uniw. M. Curie-Skłodowskiej, Lublin 2003;
- M. Nowak-Dziemianowicz, *Oblicza nauczyciela, oblicza szkoły*, Toruń 2001;
- M. Podzielska, *Nauczyciel-lider. Jak budować autorytet? Vademecum wychowawcy*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 2009;
- S. Rockwell, *A co mi zrobisz? Od chaosu do współpracy w klasie. Vademecum wychowawcy*, Biblioteka Klubu Ergo, Warszawa 2008;
- A. Walkowicz-Okońska, *Nauczyciel wychowawcą. Materiały szkoleniowe dla nauczycieli*, Wydawnictwa Centralnego Ośrodka Doskonalenia Nauczycieli, Warszawa 2007: <https://bit.ly/3kC2Okb>
- Poradnik Dobre praktyki – zawód wychowawca*, Wyższa Szkoła Humanitas, Sosnowiec 2011, oprac.: dr Katarzyna Czekaj, dr Anna Zarzycka, Katarzyna Skierska-Pięta.

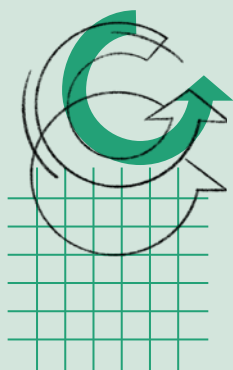


# Planowanie działań wychowawczych

*Beata Badziukiewicz*

## Przykład: klasa IV, tworzenie zgranego zespołu klasowego

1. Konieczne jest rozeznanie w aktualnej sytuacji – możemy przeprowadzić rozmowę w klasie, zrobić ankietę, poprosić uczniów o napisanie do nas listu, jak się czują w tej klasie, co im się podoba, co się nie podoba, z czym jest im dobrze, a z czym trudno.
2. Podobne informacje warto zebrać od nauczycieli uczących w danej klasie, tak żeby mieć obraz zarówno ze strony uczniów, jak i dorosłych.
3. Wychowawca oczywiście ma swoje spostrzeżenia i swoją perspektywę i również jego punkt widzenia jest elementem dopełniającym całość obrazu klasy.
4. Po zebraniu takich informacji należałoby omówić wyniki, czyli podkreślić, co dobrze działa, za co warto klasę pochwalić, co jest ich mocną stroną, a co wymaga pracy.
5. Można dopytać, co uczniowie sądzą na ten temat, czy również dostrzegają omówione przez wychowawcę zagadnienia, jak się czują, kiedy się o nich głośno mówi.
6. Warto też sprawdzić, czego potrzebują, pragną, na czym im zależy, co ich zdaniem poprawiłoby atmosferę, funkcjonowanie, wspólne bycie w klasie.
7. Kolejnym krokiem mogłoby być podzielenie klasy na zespoły i powierzenie każdemu z nich opracowanie działań, które pomogłyby skorygować niedomagania czy braki. Dobrze jest pozwolić uczniom na swobodę w wymyślaniu rozwiązań i działań, bo po pierwsze to jest ich inwencja twórcza i już samo to warte jest uszanowania, po drugie to jest ich perspektywa, zapewne niedojrzała i być może infantylna, ale jednak osobista i ważna, a po trzecie każdy najmniej realny pomysł można przekształcić (a przynajmniej próbować) w działanie możliwe do zrealizowania.
8. To co istotne, to dociekanie, o co w danym działaniu chodzi, czyli dlaczego akurat takie działanie zostało wybrane, co dzięki niemu uzyskamy, jak ma się ono przysłużyć klasie.



# Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

*Beata Badziukiewicz*

Nauczyciel wychowawca w każdym swoim działaniu ma szansę wspierać rozwój swoich uczniów, kształtować postawę, korygować ich zachowanie oraz zapobiegać niepożądanym działaniom.

W klasie szkolnej, czyli w grupie uczniów, dochodzi często do niepokojących zjawisk, np. niezdrowej rywalizacji, dyskryminacji, odrzucenia czy wyśmiewania osób, które w dowolny sposób nie przystają do grupy, która wiedzie prym. Aby temu zapobiec potrzebne są oddziaływania, które będą scalały grupę, zbliżały młodych ludzi do siebie, uczyły ich empatii, wyrozumiałości, współpracy.

Na poziomie klasy możemy do takich działań zaliczyć **wszelkie gry i zabawy integracyjne**. Służą one szybkiemu poznaniu się uczniów między sobą oraz nawiązywaniu relacji pomiędzy osobami, które być może nie spotkałyby się w innych okolicznościach.

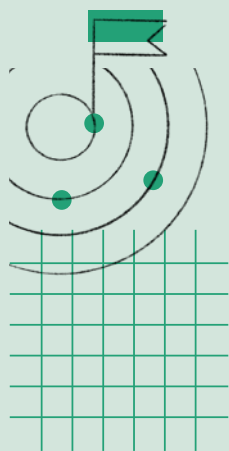
Do podobnych działań można zaliczyć „**przypadkowe**” **dobieranie grup w klasie**. Czyli nie zawsze ci sami z tymi samymi. Możemy losować, odliczać do czterech czy sześciu, dobierać według alfabetu czy innego systemu. Chodzi o to, żeby uczniowie się mieszały między sobą i poznawali. Oczywiście takie działania wymagają ogromnej uwagi i czujności nauczyciela. Warto się do nich przygotować, czyli mieć przygotowane fajne, atrakcyjne dla dzieci zadania, tak by zechciały w nich uczestniczyć i miały motywację do przełamywania oporu związanego z poznawaniem i współpracą z osobami, z którymi mniej się znają lub mniej się lubią. Niezbędne są reguły, które te działania i zabawy będą porządkowały oraz dawały ramy, w których nasi podopieczni mają się poruszać.

Potrzebujemy też **oddziaływań, które będą wzbudzały empatię, zrozumienie, współczucie**. Ważne, żeby takie działania nie ograniczały się wyłącznie do zbiórki funduszy czy przedmiotów, ale angażowały uczniów w pracę na rzecz danej organizacji czy osób. Możemy zaproponować jakies działania na rzecz schronisk dla zwierząt czy klasowe pisanie listów do dzieci w domach dziecka czy przewlekle chorych. Jeszcze lepszą wersją tej akcji byłoby samodzielnie zrobienie kartek (np. świątecznych) przez uczniów, ozdobienie, wypełnienie własnymi słowami. Zanim jednak oddamy działanie w ręce uczniów warto porozmawiać, po co to robimy, jaki mamy cel, co chcemy osiągnąć, ponieważ dorosłym zdarza się uważać, że wszystko jest oczywiste. A nie jest. Proces wychowania polega na tym, że mówimy, pokazujemy, pozwalamy doświadczać dzieciom i młodym ludziom rzeczy, które dla nas dorosłych są oczywiste, a dla uczniów nie, szczególnie w dobie zabieganych rodziców, którzy nie zawsze mają czas i możliwości przekazać wartości, na których nam wszystkim zależy.

Bardzo ważne jest, żeby nie ulegać tendencji, by do wszelkich zadań wybierać zawsze te same osoby. To wielka pokusa, szczególnie że zawsze w klasie znajdzie się kilkoro zdolnych i chętnych do pracy uczniów. Ale ci mniej odważni, nieskorzy do „wrywania się” pozostaną w cieniu. Dlatego warto wymyślać zadania, w których **zaangażowani są wszyscy uczniowie** albo jeśli się nie da inaczej, wyznaczać dyżury, by każdy mógł uczestniczyć w danym zadaniu.

Integracji klasy służą działania, które jednoczą klasę i angażują wszystkie osoby. Możemy zaproponować, np. dzień dobrego śniadania i zaproponować, żeby każdy uczeń przyniósł jakiś produkt, który będzie pasował do tej definicji i przeznaczyć na to „śniadanie” godzinę szkolną. Możemy wspólnie z uczniami urządzić na godzinie wychowawczej „kącik literacki”, czyli czytanie fragmentów książek, które uczniowie sami wybiorą czy będą chcieli polecić swoim kolegom. Możemy również zaproponować udekorowanie klasy zdjęciami zwierząt, które uczniowie posiadają albo o których marzą – obok zdjęcia mogłyby się znaleźć informacje o danej rasie, czym się charakteryzuje, za

co dany uczeń lubi swoje zwierzątko, jak wspólnie spędzają czas – takie historie pokazują uczniów z innej strony, dają szansę na pełniejszy obraz nie tylko wychowawcy, ale i reszcie klasy (podobnie możemy zrobić z pasjami, zainteresowaniami, hobby). Może się okazać, że uczeń, który nie bardzo ma czym zabłysnąć w szkole, świetnie gra w piłkę, pływa, ma kilka psów i kotów, zna się na gadach albo konstruuje modele samolotów. I możemy te informacje wykorzystać do dalszej pracy wychowawczej: poprosić ucznia, żeby opowiedział o swoich treningach, pokazał klasie kilka podstawowych ćwiczeń, żeby opowiedział na czym polega tworzenie modeli, od czego trzeba zacząć, może możemy wybrać się z klasą na pokaz sterowania takimi modelami. Ranga takiego ucznia na pewno znacząco urośnie w klasie, ale też dajemy szansę, żeby ten konkretny uczeń mógł poczuć, że robi ważne i ciekawe rzeczy, że jego pasje i zainteresowania są wartością.



## Działania specjalne – inspiracje

*Beata Badziukiewicz*

Wśród różnych działań w ciągu roku szkolnego zawsze zdarzają się tak zwane działania specjalne, czyli duże wydarzenia, które wymagają większego zaangażowania sił, czasu i środków (np. gość w klasie, noc filmowa, biwak czy wycieczka). Wszystkie te zdarzenia można wykorzystać do pracy wychowawczej z klasą.

Wymyślmy sobie, że podejmujemy się przygotować Dzień Czekolady.

1. Po pierwsze trzeba by zachęcić uczniów do takiego pomysłu. Czekoladę akurat większość osób lubi, więc jest szansa, że nie będzie zbyt wielu protestów. Ale to może być dowolny „dzień” (zdrowego żywienia, puszczenia latawców, ochrony rysia, dzień matematyki, fizyki czy podróży w kosmos itd.)
2. Po drugie – zbieramy pomysły, czyli proponujemy „burzę mózgów”.

Na tym etapie nie ma złych pomysłów. Każdy jest dobry, niezależnie od fantazji uczniów. Burza mózgów oznacza czasami chaos w klasie i przekrzykiwanie się uczniów, a czasami totalną ciszę. Jeśli trudno nam zachęcić uczniów do entuzjazmu, można podzielić klasę na mniejsze grupki i każda z nich ma wypracować/ wypisać kilka pomysłów.

Możemy też zachęcić uczniów, żeby po powrocie do domu zapytali rodziców i rodzeństwo o ich pomysły na realizację takiego dnia i to też jest świetny pomysł na działania naszych podopiecznych.

Uczymy ich twórczego myślenia, kreatywności, komunikacji oraz umiejętności zbierania informacji. Możemy popracować w klasie nad pytaniami, jakie należy zadać innym (np. rodzicom), żeby zechcieli wziąć udział w naszym projekcie. Niech uczniowie się zastanowią nad formą i sposobem przekazu.



Pomysły:

- historia czekolady, pochodzenie, rodzaje
  - najślawniejsze wyroby i anegdoty związane z tym produktem.
  - prezentacja rekordów związanych z czekoladą,
  - konkurs na bajki i filmy, w których czekolada jest kluczowym lub ważnym elementem opowiedzianej historii,
  - potrawy, które się robi z czekolady
  - jak w różnych krajach i na różnych kontynentach wytwarza się czekoladę; jaka i gdzie jest najcenniejsza i najpopularniejsza.
3. Dokonujemy selekcji, które z pomysłów (zakładam, że jest ich wiele) ostatecznie chcemy zrealizować jako klasa. I tutaj kolejny świetny moment do oddziaływań wychowawczych, bo zwykle różne pomysły mają swoich wielbicieli i przeciwników. To daje szansę na uczenie młodych ludzi komunikacji, demokracji, tolerancji i itd.

Możemy wspólnie z uczniami wypracować system podejmowania decyzji, zasady, według których będziemy się ze sobą komunikować, np. że nikt nikomu nie przerywa, że słuchamy się wzajemnie, że wypracowane w grupach pomysły prezentowane są przez jedną osobę i zapisywane na tablicy.

4. Kolejny etap to zastanawianie się, w jaki sposób chcemy zrealizować wybrane pomysły. Przy dniu czekolady to może być wystawa, tablica, gazetka, quiz dla uczniów z innych klas, filmik, itd.

A może jakaś współpraca z fabryką czekolady? Wycieczka z degustacją?

Pomysły można mnożyć.

5. Kolejne etapy polegają na podzieleniu klasy na sekcje i przydzielenie im różnych prac związanych z realizacją zatwierdzonych pomysłów. Kolejna świetna lekcja wychowawcza polegająca na rozmowach z uczniami, ustalaniu ich preferencji, zasobów, możliwości, zainteresowań i zdolności.

Po przydzieleniu zadań każda sekcja powinna opracować plan działań, czyli kolejność, przydział zadań do poszczególnych osób, kto jest za co odpowiedzialny, kto co ma zrobić, z kim porozmawiać, czego się dowiedzieć itd. oraz terminów realizacji tych działań (np. w ciągu tygodnia czy dwóch)

6. Finał, czyli dzień, w którym nasz projekt przybiera realne kształty, staje się dobrem materialnym, które nasi uczniowie i reszta szkoły mogą podziwiać. Warto z takimi pomysłami wychodzić na zewnątrz, tak żeby uczniowie z innych klas mogli zauważyć, docenić, zainspirować się.

Chodzi o to, że każdy z etapów realizowania projektu daje szansę na poznanie własnych uczniów, przyjrzeniu się ich twórczemu myśleniu, umiejętności komunikowania się, otwartości lub wycofywaniu się. Daje szansę, żeby wychowawca zauważył, kto w klasie przejmuje dowodzenie, kto się podporządkowuje, kto jest elastyczny i chętny do pomocy, a kto sztywny i uparty. I nie chodzi o to, żeby pozostać przy ocenie, że „Jaś to jest uparty jak osioł”, tylko, żeby po dokonaniu takiego spostrzeżenia zapytać siebie, co ja jako wychowawca mogę zrobić, żeby pomóc Jasiowi być bardziej otwartym, jak go zachęcić do współpracy, czego Jaś potrzebuje, żeby był w stanie współdziałać z innymi, co go tak blokuje i zatrzymuje.

Jak ja jako nauczyciel/ wychowawca mogę korygować zachowanie moich uczniów, żeby byli w stanie realizować cele, które wspólnie sobie założyliśmy, dogadywać się między sobą, radzić sobie z emocjami, które pojawiają się w trakcie dyskusji i realizacji zadań. To wszystko jest do przemyślenia, zastanowienia się i zaplanowania zanim rozpoczniemy działania z naszymi uczniami.

*W proces wychowawczy zaangażowanych jest wielu dorosłych. Oprócz wychowawcy/czyni są nimi pozostali nauczyciele/lki, dyrekcja, zewnętrzni eksperci, no i oczywiście rodzice. Od współpracy z tymi osobami zależy może to, czy staną się sojusznikami naszych działań, czy też dodatkowym źródłem stresu i napięć. Wspierając się nawzajem i wypracowując optymalny podział zadań, kompetencji i odpowiedzialności zwiększamy szansę na spójny przekaz i efekt naszych oddziaływań. W swoim tekście Magdalena Rodzinka proponuje kilka dobrych zasad dotyczących tworzenia, regulowania i utrzymywania tych relacji.*

# Trzy filary wsparcia dla każdego wychowawcy

Praktyczne rady dla nauczycieli wychowawców

**Magdalena Rodzinka**

## Filar 1 – KOMPETENCJE

- Rozwiązuj problemy wychowawcze w granicach swoich kompetencji. Jeżeli nie jesteś w stanie rozwiązać danego problemu, oznacza to, że sytuacja przerasta twoje możliwości i prawdopodobnie przekracza również twoje kompetencje. Zadbaj wtedy o swój dobrostan i oddaj sprawę we właściwe ręce – do szkolnego mediatora, do pedagoga, psychologa szkolnego, do poradni psychologiczno-pedagogicznej, omów sprawę na zebraniu zespołu uczącego w danej klasie bądź całej rady pedagogicznej, poproś o obserwacje lub wywiad pielęgniarkę szkolną. Szukaj wsparcia w osobach posiadających odpowiednie kompetencje, wiedzę, doświadczenie oraz realne możliwości i sposoby rozwiązania sytuacji wychowawczo trudnych.
- Nie staraj się wchodzić w rolę rodzica. Nie mędrkuj, nie dawaj złotych rad na wychowanie grzecznego dziecka, poprawnego ucznia. Proces wychowawczy jest na tyle skomplikowany, trudny, wyjątkowy i indywidualny, że bardzo trudno generalizować, nie znając wszystkich zmiennych. Poza tym mędrkowanie i dawanie rad na siłę jest po prostu nieskuteczne.
- Aby uniknąć niepotrzebnych w przyszłości nieporozumień – spróbuj na pierwszym spotkaniu z rodzicami jasno rozdzielić kluczowe kompetencje. Można np. użyć zdania: „Droży rodzice, doceniam trud, jaki wkładacie w wychowanie swoich dzieci, będę się starać wspierać państwa w procesie wychowawczym. W wychowaniu swoich dzieci są państwo autonomiczni i nie zamierzam ingerować w państwa prawa i kompetencje. Jestem jednak odpowiedzialna/odpowiedzialny za wspomaganie rozwoju dzieci tutaj, w warunkach szkolnych i będę bardzo wdzięczna/wdzięczny za wsparcie w mojej pracy.”
- Sprawdź na początku współpracy z rodzicami, jakie są ich oczekiwania względem twojej pracy wychowawczej, poszukaj wspólnych obszarów, które są ważne dla obu stron. Nie konstruuj na siłę planów pracy wychowawczej i nie narzucaj ich potem uczniom i rodzicom, jako przykładu na oddziałujący wybitnie wychowawczo plan pracy z młodzieżą. Poznaj najpierw grupę poprzez obserwacje, krótkie ankiety, ewaluacje, ćwiczenia integracyjne. Przedstaw wnioski na kolejnym spotkaniu bądź prześlij je mailem – prosząc o zaakceptowanie, dodanie, wyrzucenie czegoś. Zaangażuj w proces tworzenia tematów godzin wychowawczych przede wszystkim młodzież i dzieci. Stwórz atmosferę do podejmowania demokratycznych decyzji, gdzie każdy głos ma takie samo znaczenie i wagę. Pamiętaj, że szkoła to „namiastka” życia w społeczeństwie. Modeluj, kreuj sytuacje i rozwiązania przydatne w dorosłym życiu.
- W sytuacjach trudnych wspieraj ucznia i rodzica w granicach rozsądku. Nie muszą to być codzienne rozmowy „terapeutyzujące”, jeżeli nie masz odpowiedniego warsztatu i wiedzy psychologicznej. Czasami wystarczy krótkie zdanie: „widzę, że jest ci smutno”, „widzę, słyszę, że jest dziś pan/ pani w troszeczkę gorszej dyspozycji – może przełożymy spotkanie, rozmowę”.

## Filar 2 – GRANICE

Na pierwszym spotkaniu ustal dokładne zasady komunikacji z rodzicami oraz innymi nauczycielami, jeżeli mają co do tego jakieś wytyczne.

- Ustal konkretne godziny komunikacji przez telefon, dziennik elektroniczny, maila. Ustal status przekazywanych wiadomości – bardzo ważne, ważne, informacyjne, organizacyjne, wychowawcze, edukacyjne, pilne – można ten status wpisywać w temacie wiadomości, aby otwierając dziennik ani rodzic, ani nauczyciel nie był zbyt zaskoczony lub nie doznał szoku.
- Ustal częstotliwość odczytywania wiadomości i odpisywania na nie. Daj rodzicom i sobie przestrzeń: żadna sprawa za wyjątkiem zagrożenia zdrowia i życia nie powinna być stawiana na ostrzu noża i rozwiązywana dwie sekundy po jej opisaniu w wiadomości, (np. nieobecności możesz usprawiedliwiać zbiorczo raz na dwa tygodnie, jeżeli pozwala na to statut szkoły).
- Pokaż rodzicom dokładnie, jak wygląda twój plan dnia – gdzie jest możliwość i przestrzeń na komunikację z nimi. W ten sposób nikt nie będzie przypisywał ci złych intencji oraz nie będzie kierował się stereotypami, że nauczyciel ma dużo wolnego czasu.
- Stopniowo przenoś odpowiedzialność za komunikację na ucznia: wycieczki, basen, spotkania z rodzicami, testy, sprawdziany, organizacja imprez – uczniowie powinni się oswajać z obowiązkowością i odpowiedzialnością za swoje sprawy szkolne. Dziennik elektroniczny staje się dziś czasem narzędziem nadmiernej kontroli dla rodziców, którzy jak aniołowie stróże pilnują składu plecaków na kolejne dni. Organizuj komunikację i komunikaty tak, żeby dziecko czy młody człowiek mogło wykazać się samodzielnością i odpowiedzialnością. Oswajaj rodziców z myślą, że pewne obszary i komunikaty są od określonego momentu tylko w gestii uczniów.
- W sytuacjach konfliktowych nie staraj się rozwiązywać spraw innych nauczycieli. Jeżeli rodzic ma jakąś uzasadnioną lub nieuzasadnioną pretensję do innego pracownika szkoły, odsyłaj, aby to zostało wyjaśnione z właściwą osobą. Mediuj tylko wtedy, kiedy wiesz, że na pewno dasz radę i bardzo dobrze znasz wszystkie argumenty obu stron oraz gdy obie strony wyraziły na to zgodę. Mediacja także wymaga odpowiednich kompetencji i treningu oraz doświadczenia.
- Pamiętaj, że w sprawach trudnych wychowawczo powinieneś być tym „mądrym dorosłym”, który stanie w obronie lub po stronie słabszego, czyli ucznia, który będąc dzieckiem, ma pełne prawo do popełniania błędów większych lub mniejszych, ma prawo do niezrozumienia intencji osób dorosłych, ma prawo być po prostu dzieckiem tu i teraz. Dlatego jasno zaznacz to na zebraniu zespołu klasowego czy przedmiotowego – dając tym samym jasny sygnał, że każdy członek rady pedagogicznej osobno buduje relacje z uczniem czy klasą i że swoim zachowaniem, sposobem komunikacji i stylem rozwiązywania problemów klasowych (w tym dydaktycznych) modeluje przyszłe zachowania młodzieży.
- Podkreślaj dobre strony współpracy z rodzicami i radą rodziców – mów o tym, co udało się wspólnie zrealizować, wypracować, zmienić. Pytaj, czy drobne nawyki, zachowania, procedury lub rutynowe codzienne szkolne czynności i obowiązki wpłynęły na jakieś aspekty wychowawcze np. na większą samodzielność dziecka.
- Pamiętaj, że za wszystkimi zachowaniami rodziców – w tym szczególnie trudnymi – stoją jakieś potrzeby, najczęściej niezaspokojone. Kiedy rodzic przychodzi do ciebie i ton rozmowy nie jest miły, wręcz mocno nieodpowiedni lub kiedy – co gorsza – rodzic zaczyna wyładowywać na tobie swoje emocje takie jak złość – pamiętaj, że nie ty jesteś najczęściej przyczyną, ale np. potrzeba zapewnienia poczucia bezpieczeństwa swojemu dziecku. Nawet jeśli pada zarzut, że „to przez panią moje dziecko nie śpi po nocach, bo fizyka to jakiś koszmarny i pani ma złe metody” – staraj się spokojnie odpowiedzieć: „Widzę, że jest pani zaniepokojona, martwi się o córkę, dziękuję za przekazanie mi tych obserwacji. Może wspólnie zastanowimy się, jak pomóc Ani, aby przezwyciężyła trudności związane z tym przedmiotem?” Pamiętaj zatem, żeby nie dać się sobie

samemu sprowokować wewnątrznie, ale patrzeć na siebie i drugą osobę – w tym rodzica – przez pryzmat emocji, potrzeb, uczuć.

### Filar 3 – ZASOBY

Sięgaj po dostępne zasoby – ma je każdy gracz: ty, młodzież, inni nauczyciele, rodzice. Korzystaj z nich, aby „odciążyć” siebie od pracy (np. organizacja imprez, wyjść, spotkań, wycieczek), którą z powodzeniem może wykonać uczeń czy rodzic. Rozdzielaj zadania. Powierzanie zadań uczniom wzmacnia w nich również ufność we własne możliwości i uczy odpowiedzialności, więc jest dużo bardziej wychowawcze niż robienie wszystkiego za nich.

- Pozwól zaistnieć sobie i innym w nieco innych obszarach, w tym pozaszkolnych, pozaprzedmiotowych – zaprezentuj swoje zainteresowania, poproś o zaprezentowanie pasji rodziców, pokaż siebie w innej, „ludzkiej” odsłonie. Pokazuj na swoim przykładzie, jak pięknie można żyć i cieszyć się chwilami, stwarzaj szansę do pokonywania barier np. wstydu, niechęci, obaw, stereotypów.
- Buduj na zasobach tzw. „ducha klasy” – stwarzaj, wymyślaj z rodzicami i uczniami jakieś małe tradycje, rocznice, świętuj sukcesy.
- Przedstawiaj rodzicom mocne strony ucznia, udzielaj informacji zwrotnej, nad czym ewentualnie mógłby popracować, aby żyło mu się lepiej. Zwracaj uwagę i przekazuj rodzicom, jak zmienił się charakter (albo jakie cechy charakteru są zdecydowanie pomocne w funkcjonowaniu w szkole) czy sposób reagowania na pewne sytuacje, jakie cechy osobowości są wyjątkowe dla tego konkretnego ucznia i należałoby je pielęgnować. Pokazuj, że uczeń jest przez ciebie zauważany i doceniany (na małe gesty uważności i ciekawości wobec ucznia masz grubo ponad 200 dni w roku!).

*Każdy uczeń w szkole jest równie ważny, ma takie same prawa do nauki, opieki i własnego rozwoju. Dlatego ramą, w którą wpisujemy nasz program „Wychowanie to podstawa”, jest szeroko pojmowana edukacja włączająca. W tym krótkim tekście zachęcamy do zapoznania się z praktycznym modelem, który pokazuje, jak kompleksowo podejść do włączania w szkole.*

## Jak być wychowawcą włączającym?

Szkoła włączająca to szkoła, w której różnorodność jednostek i grup postrzegana jest jako istotny zasób i w której jest ona wykorzystywana z pożytkiem dla tych jednostek i grup. W Centrum Edukacji Obywatelskiej odwołujemy się do modelu edukacji włączającej, który opiera się na czterech uzupełniających i wzajemnie się wzmacniających filarach<sup>2</sup>:

1. **Widoczność** – dostrzeganie przez szkołę/nauczyciela różnorodności uczniów (z indywidualnymi uzdolnieniami, stylami uczenia się i potrzebami – nie tylko edukacyjnymi) oraz obecności grup mniejszościowych; stwarzanie warunków do ich zaistnienia w przestrzeni szkolnej, wydarzeniach szkolnych i realizacji programów nauczania.
2. **Wzmocnienie** – dostosowanie podejścia, które w rezultacie wzmocni kompetencje, poczucie własnej wartości oraz skuteczności wszystkich uczniów; np. każdy uczeń ma możliwość wprowadzenia zmian w szkole/klasie, a jego pomysły nie są po prostu odrzucane i klasyfikowane jako „nierealne” lub „niepoważne”.
3. **Włączenie** – wzięcie pod uwagę różnorodnych grup w aktywnościach szkolnych wszelkiego rodzaju; np. nauczyciele korzystają z różnych metod nauczania, podają różne przykłady i prezentują materiał różnorodnie, aby dotrzeć do różnorodnych uczniów. A także usuwają lub minimalizują przeszkody wykluczające lub utrudniające korzystanie z edukacji.
4. **Współpraca** – analiza potrzeb oraz wyznaczanie celów i działań wspólnie z daną grupą (a nie jedynie DLA tej grupy), konsultowanie ważnych decyzji ze wszystkimi oraz ich aktywny udział w działaniach; współpraca dotyczy również rodziców: np. nauczyciele organizują zebrania z rodzicami w sposób włączający, umożliwiając rodzicom podzielenie się swoimi opiniami, pomysłami, wspierając wzajemne zrozumienie.

Dlaczego jednak warto przyjrzeć się z bliska tym czterem filarom i pozwolić, aby wsparły one również codzienną praktykę wychowawczą? Otóż tworzymy w ten sposób środowisko wychowawcze, ułatwiające każdemu uczniowi rozwinięcie w pełni swojego potencjału. Im bardziej dostrzegamy uczniów w ich indywidualności, wzmacniamy ich poczucie własnej wartości i skuteczności, oddajemy w ich ręce odpowiedzialność za ważne dla nich sprawy, tym mocniej to oni sami stają się strażnikami norm i wartości, które staramy się im przekazać. Wdrażamy ich w ten sposób coraz bardziej do życia w zróżnicowanym społeczeństwie, którego mikroreprezentację sami tworzą.

Przyjrzenie się konkretnym działaniom i decyzjom – często naprawdę niewielkim, które pozwalają budować krok po kroku bardziej włączającą i otwartą społeczność szkolną, sprzyja podjęciu refleksji o tym, co ja jako wychowawca/wychowawczynie mogę zrobić, aby moi uczniowie czuli się w szkole bardziej „u siebie”. Temu służy rozbudowany [zestaw narzędzi z programu Soci@ll. Otwarta szkoła \(https://bit.ly/32Suo6L\)](https://bit.ly/32Suo6L), który w tym miejscu polecamy waszej uwadze.

---

2 Opis czterech filarów edukacji włączającej oparty na materiałach programu *Soci@ll/Otwarta Szkoła. Społeczne laboratorium całej szkoły: innowacyjne i partycypacyjne podejście do edukacji obywatelskiej i inkluzji społecznej*, Projekt Erasmus+, 2018–2021, bazujący na koncepcji biblioteki wielokulturowej, opracowanej przez Maję Branek i Dominikę Cieślukowską. Opracowanie merytoryczne zestawu narzędzi do wykorzystania w szkołach: Malina Baranowska-Janusz, Agnieszka Kozakoszczak i Małgorzata Leszko.

*Modelowanie to niezwykle istotna część procesu wychowawczego. Uczniowie uczą się przez obserwację, naśladowując zachowanie osób, które są dla nich ważne. Chcąc wykorzystać to zjawisko do promocji postaw, warto mieć w pamięci czynniki zwiększające efektywność modelowania. Przyglądamy się temu procesowi i dobrym praktykom w tekście Anny Kawalskiej.*

# Modelowanie – supermoc wychowawcy

**Anna Kawalska**

Pamiętam jedno z zajęć, jakie prowadziłam z młodszymi dziećmi na świetlicy środowiskowej. Był to koniec tygodnia, późna godzina. Niedawno uległ zmianie skład grupy. Odeszło z niej kilkoro dzieci, a na ich miejsce pojawiły się nowe, które jeszcze nie znały dobrze zasad pracy na naszej świetlicy. Trudno było mi zapanować nad grupą. Dzieci tego dnia zdawały się być podekscytowane, ale też część z nich rozdrażniona. Ja, przyznając się, również czułam poddenerwowanie. Burza wisiała w powietrzu, nie tylko na zewnątrz, o czym świadczyło zachmurzone niebo, ale i w naszej klasie. Gdy w końcu usiedliśmy w kole i miałam zacząć mówić do dzieci o temacie dzisiejszych zajęć, poczułam, że potrzebuję się uspokoić. Wzięłam całym swoim ciałem głęboki wdech, a następnie głośno wypuściłam powietrze. W tym momencie połowa grupy, zupełnie o to nieproszona, powtórzyła mój gest. Rozbawił mnie widok dziesięciu wnoszących się i opadających ramion i chórek westchnień. Z uśmiechem wzięłam kolejny oddech, a tym razem wszystkie dzieci powtórzyły to, co robię. Wybuchnęliśmy śmiechem, rozluźniliśmy się i już spokojnie zajęliśmy się tematem zajęć. Ćwiczenia oddechowe oraz mini relaksacja stały się jednym z naszych – powtarzanych na każdych zajęciach – rytuałów. Z czasem zobaczyłam, że dzieci stosowały te metody w różnych innych sytuacjach.

Opisana powyżej sytuacja jest przykładem na to, że dzieci uczą się przez obserwację i naśladowanie zachowań dorosłych. Proces ten nazywany jest modelowaniem i jest jednym z podstawowych i najbardziej skutecznych narzędzi wychowawczych.

Teoria społecznego uczenia się Alberta Bandury zakłada, że istnieją dwa główne mechanizmy uczenia się: uczenie się poprzez konsekwencje własnych działań oraz poprzez modelowanie, czyli obserwacje zachowań innych ludzi i skutków, do których one prowadzą. W swoich słynnych eksperymentach nad naśladownictwem, zwanych potocznie „lalką Bobo”, Bandura wykazał, że dzieci, które obserwowały agresywne zachowania osoby dorosłej względem lalki, same zaczynały przejawiać takie zachowania w swojej zabawie. Tendencja ta nasilała się w sytuacji, gdy zachowanie dorosłego było nagradzane.

Według Bandury warunkiem nabywania nowego zachowania poprzez modelowanie jest skupienie uwagi na zachowaniu modela, zapamiętanie tego zachowania oraz wypróbowanie go we własnym działaniu. Powielane są jedynie te zachowania, co do których człowiek oczekuje, że umożliwią osiągnięcie jakichś pożądaných stanów rzeczy. Osoba pełniąca funkcję modela musi być postrzegana przez odbiorcę jako ktoś o wysokim statusie i kompetencjach. Zachowania osoby, wobec której żywi się negatywne emocje, nie będą powielane.

W różnych okresach życia i rozwoju ludzie są mniej lub bardziej podatni na modelowanie. Szczególnie skłonne do uczenia się poprzez obserwację są dzieci. Pierwszymi ważnymi modelami dla dzieci są ich rodzice, następnie zaczynają naśladować one inne osoby z najbliższego, codziennego otoczenia: rówieśników, nauczycieli. Postaciami modelującymi zachowania dzieci mogą być również bohaterowie bajek czy popularne osoby z Internetu.

Prowadząc zajęcia w szkole – zarówno dla dzieci, ich rodziców, jak i kadry pedagogicznej – spotykam się niekiedy z dyskusją, kto wychowuje dzieci: rodzice czy szkoła, czyli nauczyciele. Oczywiście rodzice jako pierwsze znaczące osoby w życiu dziecka są najważniejszymi modelami dla niego. Szkoła zaś jest miejscem, w którym dziecko spędza

bardzo wiele czasu i obserwuje wiele interakcji zarówno pomiędzy rówieśnikami, jak i nauczycielami. Rodzice oraz nauczyciele mogą wzmacniać wzajemnie konstruktywne przekazy. Obserwacja zaś zachowania osób uczących w szkole może być szczególną szansą na nabycie potrzebnych umiejętności społecznych, a także korygowanie zachowań dla tych dzieci, które niestety w środowisku rodzinnym doświadczają wzorców zachowań opartych na agresji.

Obserwując uczniów i uczennice klas początkowych wpatrzonych w swoją wychowawczynię oraz słysząc niejednokrotnie od uczniów klas starszych o ważnych dla nich i obdarzanych szacunkiem nauczycielach i nauczycielkach, nie mam wątpliwości, że osoby uczące są często dla dzieci i młodzieży ważnymi modelami.

Nauczyciel modeluje nie tylko podejście do przedmiotu, którego uczy (chętniej uczymy się od osób, które same pasjonują się tym, czego uczą), ale również szereg umiejętności społecznych: sposób komunikacji, wyrażanie emocji, radzenie sobie ze stresem, rozwiązywanie konfliktów itp. Warto zatem przyrzeć się własnym reakcjom oraz braku reakcji w różnych sytuacjach i zadać sobie kilka pytań:

1. Czy moje zachowanie jest skuteczne w tym momencie?
2. Co modeluję tym zachowaniem?
3. Czy mój przekaz jest koherentny: czy to, co mówię jest spójne z tym, co robię?

Dla przykładu możemy wyobrazić sobie sytuację, w której jakiś uczeń przeżywa drugiego na korytarzu. Nauczyciel, widząc tę sytuację, zaczyna krzyczeć na źle zachowującego się ucznia: „Jak ty się zachowujesz? Powinieneś szanować swojego kolegę! Przeprós go natychmiast!” Reakcja ta może być skuteczna w danym momencie, zatrzymać niepożądane zachowanie, natomiast może modelować siłowe sposoby dochodzenia do tego, na czym nam zależy.

W klasie, na szkolnym korytarzu modeluj zachowania, jakie chcesz widzieć u swoich uczniów i uczennic. Jeżeli chcesz być przez nich słuchany/na, sam/a słuchaj ich uważnie. Twoja uwaga, pozytywne emocje ucznia związane z byciem usłyszczonym zwiększają szansę na to, że powtórzy on twoje zachowanie względem ciebie i innych osób.

Aby dzieci chciały naśladować zachowanie dorosłego i przyjąć je za swoje, muszą je rozumieć i być przekonane o jego skuteczności, widzieć, że z tym zachowaniem związane są korzyści (zewnętrzne np. spokój w klasie, dobra atmosfera, jak i wewnętrzne: poczucie satysfakcji, własnej sprawczości itp.).

Twoje modelowanie będzie bardziej skuteczne i efektywne, jeżeli będzie stosowane świadomie oraz zaplanowane. Jeżeli chcesz zwiększyć prawdopodobieństwo tego, że twoi uczniowie i uczennice będą naśladować prezentowane przez ciebie zachowania, zadbaj o kilka ważnych rzeczy:

1. Zadbaj, by to, co chcesz zamodelować, było przez twoich uczniów zauważone.
2. Zadbaj, by uczniowie rozumieli, co robisz.
3. Zadbaj o to, by uczniowie zobaczyli, jaka korzyść płynie z modelowanego zachowania.
4. Zadbaj o to, by uczniowie i uczennice postrzegali prezentowane zachowanie jako dla nich osiągalne.

Warto stosować też modelowanie jako zaplanowaną technikę podczas godzin wychowawczych, kiedy chcesz nauczyć dzieci określonych kompetencji. Odgrywanie scenek przez nauczyciela, przez inne dzieci w klasie, zaprezentowanie filmiku, gdzie pożądanego zachowanie zaprezentowane jest przez modeli, z którymi dzieci mogą się utożsamić np. ich rówieśników lub osoby cieszące się autorytetem, to bardzo skuteczne sposoby uczenia. Ważne, aby twoi uczniowie sami mieli okazję zastanowić się nad prezentowanym materiałem, porozmawiać o tym, czy te zachowania będą skuteczne w sytuacjach, które ich spotykają oraz najlepiej sami wypróbować je podczas zajęć.

Modelowanie konstruktywnych zachowań oraz postaw opartych na szacunku to jedna z najskuteczniejszych metod wychowawczych. Warto jednak pamiętać, że niekoniecznie musimy zobaczyć natychmiastowy efekt.

Zachęcając was do wytrwałości i niepoddawania się, chciałam podzielić się z wami jedną znaczącą dla mnie sytuacją, którą dobrze pamiętam, chociaż zdarzyła się już kilka lat temu.



W grupie, w której pracowałam, była dziewczynka – Kasia, która często zachowywała się agresywnie, krzyczała na inne dzieci, zdarzało się też jej nie raz egzekwować swoje racje za pomocą bicia. Wiedziałam, że nauczyła się takich zachowań, obserwując przemoc w swojej rodzinie. Stawiałam Kasi granice, zatrzymując jej zachowania, dużo rozmawialiśmy na przerwach i po zajęciach. Wydawało się jednak, że moje działania nie przynoszą skutków, aż pewnego dnia po kilku miesiącach pracy Kasia spojrzała w kierunku przeszkadzających na zajęciach chłopców i powiedziała do nich bez podnoszenia głosu: „Słuchajcie pani, bo ona zawsze nas słucha”.

## **Bibliografia:**

P. Dix, *Jak modelować zachowania uczniów i zarządzać klasą*. PWN, Warszawa 2013;

B. Wojciszke, *Człowiek wśród ludzi. Zarys psychologii społecznej*. Scholar, Warszawa 2009.



*Proces wychowawczy to bliska interakcja konkretnych osób w konkretnym środowisku. Z tego powodu, wpływają nań nie tylko czytelne i jawne działania, ale także mniej dostrzegalne czynniki po stronie naszych nawyków, założeń i postaw czy też charakterystyka otoczenia. Z tekstu Małgorzaty Leszko dowiecie się, jak różne czynniki, o których zwykle nie myślimy, wpływają na nasze zachowanie wobec uczniów i uczennic oraz poznacie kilka narzędzi, które pomogą lepiej przejrzeć się w wychowawczym lustrze.*

# Spojrzyć w lustro. Narzędzia autorefleksji w pracy wychowawczej

Małgorzata Leszko

## Szkolne problemy z autorefleksją

Z autorefleksją w edukacji wiąże się dużo napięć. Po pierwsze, krąży nad nią widmo ewaluacji, ta zaś wywołuje zrozumiałą niechęć w szkole, w której już teraz ocenianie (w wykonaniu ewaluatorów, nauczycieli, dyrekcji, rodziców, także uczniów) jest wszechobecne i powiązane z systemem nagród i kar.

Po drugie, wiele osób wiąże nadzieję na zmianę w edukacji ze stylami i technikami uczenia się (np. metodą projektu) lub innym sposobem jego organizacji (np. uczeniem w blokach międzyprzedmiotowych). Poszukiwanie uniwersalnego antidotum na bolączki szkolnictwa przypomina tęsknotę za jednoskładnikową dietą-cud. Autorefleksja jest niewygodną praktyką, która przypomina, że nie ma prostej recepty na idealne uczenie, że pomysłowe ćwiczenia i pomoce edukacyjne to tylko narzędzia, których skuteczność zależy od tego, kto, jak i w jakim kontekście je wprowadza.

„Autorefleksja” odmieniana przez przypadki może być postrzegana jako sposób na przełożenie odpowiedzialności za jakość edukacji bezpośrednio na wychowawców. Daleko mi do takiego myślenia – traktuję ją jako narzędzie, którego sens jest bliski angielskiemu *self-reflection*, czyli odbiciu siebie w lustrze. Pomaga nam przyjrzeć się sobie – nie tylko swoim postawom, ale też miejscu w ekosystemie szkolnym. Jej celem jest wydobycie na jaw tego, co wpływa na nasze uczenie, a co zwykle przykryte jest grubymi warstwami przyzwyczajień i rutyny oraz przezroczystymi aspektami kultury. Zachęcam, by na czas lektury tego tekstu zawiesić lub odrzucić związany z autorefleksją ciężar oceny i poczucia winy. Potraktujmy ją po prostu jako wyprawę na drugą stronę lustra i odpowiedź na naszą detektywistyczną ciekawość!

## WARSTWA 1. Ukryty program szkoły

Zwykle przez autorefleksję rozumiemy namysł nad sobą jako jednostką – swoimi indywidualnymi zachowaniami, postawami, emocjami. Ale edukacja nie jest sprawą osobistą między wychowawcą a uczniami i uczennicami. Odbywa się w społeczności szkolnej i szerzej – społeczeństwie. Dlatego warto, by elementem autorefleksji było też rozpoznanie systemu, w którym działamy i którego jesteśmy częścią. Można zacząć od analizy **ukrytego programu szkoły**.

Ukryty program jest efektem ubocznym edukacji – to wszystko to, czego uczymy się mimowolnie i mimochodem, najczęściej w sposób nieuświadomiony. Dotyczy w szczególności wartości, rytuałów, ról i norm. Koncepcja ukrytego programu (rozwijana m.in. przez Rolanda Meighana) opiera się na przeświadczeniu, że uczymy się przez **obserwację i naśladowanie zachowań**. Przykładowo: fakt, że szkoła jest osobnym budynkiem, wzmacnia nasze przekonanie o tym, że „prawdziwe uczenie się” zachodzi w formalnym procesie edukacji – nie zaś w codziennym życiu w domu, podczas spotkań z koleżankami, na wakacjach. To, że studniówkowego poloneza tańczą ze sobą chłopcy i dziewczynki, utrwala społeczną normę związaną z heteroseksualnością jako domyślną, akceptowaną

orientacją seksualną. To, że nauczyciel może przerwać uczniowi, ale nie odwrotnie, wzmacnia przekonanie, że hierarchia jest w szkole i społeczeństwie czymś naturalnym i pożądanym. Ukryty program oddziałuje bardzo silnie na uczniów – znacznie silniej, niż komunikaty jawne. Dlatego np. pogadanki o przemocy rówieśniczej i zapewnienia o konieczności zgłaszania sprawy nauczycielom niekoniecznie przekładają się na takie zachowania młodzieży. Codzienność uczniów pokazuje bowiem, że nękanie jest powszechne i bezkarne, a interwencje dorosłych – niewystarczające i nieskuteczne.

Czy można uciec od ukrytego programu szkoły? Zdaniem Meighana, jest on „przekazywany przez szkołę, nie przez nauczycieli”. Ponieważ związany jest z praktykami szkoły jako instytucji, trudno go zmienić. Możemy jednak go **dostrzegać, ujawniać** (poddawać wspólnej refleksji z uczniami) oraz **robić w nim wyłomy**, jeśli czujemy, że jest on niezgodny z naszymi przekonaniem i celami.

## WARSTWA 2. Uprzedzenia i błędy poznawcze

W radzeniu sobie z nadmiarem bodźców nasz umysł obiera często drogi na skróty. Są to uprzedzenia i błędy poznawcze (ang. *cognitive bias*), które oddziałują na naszą interpretację świata i podejmowane decyzje. W pracy dydaktycznej oraz wychowawczej nie jesteśmy od nich wolni. Oto kilka przykładów:

- **Wyjaśniamy sytuacje cechami charakteru, a nie okolicznościami.**

Przykład: gdy uczeń spóźnia się na lekcję, nauczycielka zakłada, że wynika to z jego niepunctualności lub lekceważenia, a nie z okoliczności, np. transportu publicznego, odprowadzania rodzeństwa do przedszkola. Jednocześnie gdy sami zachowujemy się podobnie, bez problemu dostrzegamy okoliczności usprawiedliwiające tę sytuację.

- **Lubimy osoby podobne do nas samych.**

Nieuświadomione faworyzowanie osób, które postrzegamy jako podobne do nas. Przykład: nauczycielka wie, że uczennica mieszka sama z dziadkami – to przypomina jej własne dzieciństwo i sprawia, że darzy dziewczynkę szczególną sympatią, częściej się do niej uśmiecha lub zagaduje na przerwie. Mechanizm działa też w drugą stronę, tzn. trudniej nam polubić osoby, z którymi nie widzimy wielu punktów stykowych, np. ze względu na ich kulturę, usposobienie lub zachowania.

- **Widzimy to, co potwierdza nasze przekonania – ignorujemy to, co może im zaprzeczać.**

To tzw. efekt potwierdzenia, polegający na wyłapywaniu z rzeczywistości tych bodźców, które wspierają naszą wizję siebie, innych, świata. Przykład: jeśli nauczyciel jest przekonany, że uczeń jest nieposłuszny i lekceważy polecenia, będzie pamiętać głównie zachowania, które są zgodne z tym poglądem.

- **Wierzimy w sprawiedliwy świat**

Zakładamy, że skoro ktoś znajduje się w trudnej sytuacji, to jest to konsekwencja jego zachowań. Tendencja ta (hipoteza sprawiedliwego świata) wynika z potrzeby redukcji dysonansu poznawczego, a prowadzi często do obwiniania ofiary za doznaną krzywdę. Przykład: przekonanie, że uczennica doświadczająca cyberprzemocy w jakiś sposób sprowokowała to zachowanie i ponosi częściową odpowiedzialność za sytuację.

- **Mamy luki w empatii.**

Tzw. luka empatyczna oznacza trudność w wyobrażeniu sobie potrzeb osób, które są w innym stanie emocjonalnym niż my. Przykład: kiedy nauczycielka jest spokojna, trudno jej zrozumieć wybuchową reakcję uczennicy, która odczuwa silną złość.

- **Zakładamy, że inni myślą podobnie do nas.**

Jeśli kiedykolwiek dziwiłeś/dziwiłaś się, „jak to możliwe, że tyle osób głosuje na tę partię”, to prawdopodobnie dopadł cię efekt fałszywego konsensusu. Polega na przekonaniu, że inni ludzie myślą podobnie, jak my. Przykład: nauczyciel podejmuje decyzje za swoją klasę bez konsultacji z młodzieżą, w przekonaniu, że wybiera zgodnie z oczekiwaniami uczniów.

- **Lubimy melodie, które już znamy i rozwiązania, które już obowiązują.**

Mechanizm związany jest z preferowaniem status quo w stosunku do możliwych lepszych rozwiązań. Przykład: uczniowie proponują zmianę w sposobie, w jaki organizujecie zwykle klasowe spotkanie świąteczne, nauczyciel widzi jednak głównie minusy tego rozwiązania i zakłada, że „zawsze było dobrze tak, jak było”.

Czy można uniknąć błędów poznawczych? Wymaga to walki z naszym „neurologicznym oprogramowaniem”, jest więc bardzo trudne. Jeśli jednak zależy ci na pracy w tym obszarze, możesz zacząć od rozpoznawania tych mechanizmów oraz przyjęcia postawy podejrzliwości wobec szybkich osądów. Presja czasu wzmacnia nasze skłonności do posługiwania się uprzedzeniami poznawczymi.

Jeśli chcesz regularnie ćwiczyć, spróbuj przypomnieć sobie jedną sytuację, kiedy wnioskowałeś/wnioskowałaś o cechach ucznia z jego zachowania (np. gdy zabrał koleżkę telefon z torby bez pozwolenia). Spróbuj wymyślić jak najwięcej możliwych scenariuszy tego, co się wydarzyło i dlaczego. Poszukiwanie alternatywnych rozwiązań i wyjaśnień z pozoru oczywistej sytuacji to rozwijanie umiejętności określanej jako **tolerancja dwuznaczności**.

### WARSTWA 3. Władza, nierówności i stereotypy

Na nasze zachowania oddziałuje nie tylko system i indywidualne błędy poznawcze. Czas na zwykle nieco nieprzyjemny aspekt zerknięcia w lustro, związany z władzą oraz nierównością. Szkoła jest organizacją hierarchiczną – nie tylko w sensie istnienia formalnej struktury zależności, ale też dlatego, że panuje w niej kultura oparta na podziale na grupy silniejsze i słabsze. Przetrawianie w szkole wiązane jest przez uczniów z ulokowaniem się w dobrym miejscu na drabinie społecznej hierarchii (wynika to z badań m.in. dr Małgorzaty Wójcik z SWPS-u, która zajmuje się interwencją edukacją [Bliżej \(https://bit.ly/3kBZH1j\)](https://bit.ly/3kBZH1j), mającą na celu zapobieganie przemocy rówieśniczej w szkołach). Według badań Towarzystwa Edukacji Antydyskryminacyjnej sprzed kilku lat, najmocniejszymi przesłankami dyskryminacji w szkole są: orientacja psychoseksualna, pochodzenie narodowe/etniczne, wygląd oraz status społeczno-ekonomiczny (choć oczywiście w każdej klasie mogą pojawiać się też inne przesłanki).

Jak się to ma do indywidualnej refleksji nad sobą w pracy wychowawczej?

- Ważna jest refleksja nad swoją **tożsamością** (kim jestem i jakie są moje doświadczenia), ponieważ wpływa ona bezpośrednio na to, w jakim stopniu jesteśmy w stanie dostrzec, rozumieć i odpowiadać na potrzeby uczniów z grup mniejszościowych.
- Jest też bardzo prawdopodobne, że jeśli nie należysz do danej grupy, np. nie jesteś uchodźcą, osobą niepełnosprawną – to masz dużo **stereotypów**, które wpływają na twoje zachowania. Nie muszą to być drastyczne formy dyskryminacji – częściej są to mikronierówności czy mikroagresje, takie jak obniżanie oczekiwań wobec uczniów, którzy mają trudności w nauce i nie poświęcanie im w związku z tym uwagi; żarty dotyczące nieheteronormatywności; rzucane mimochodem komentarze wyrażające wyższość wobec osób o niższym statusie społecznym (np. królujące u mnie w szkole: „jak się nie będziesz uczyć, to skończysz na kasie w markecie”). Bardzo często są to rzeczy, których w ogóle sobie nie uświadamiamy, np. badania pokazują, że w starszych klasach podstawówki i szkole średniej dziewczyny znacznie rzadziej biorą aktywny udział w dyskusjach na forum klasy (mówimy o wyrażaniu swojej opinii, nie o odpowiadaniu na pytania), a nauczyciele i nauczycielki w takich sytuacjach częściej udzielają głosu chłopcom.

- Aktywna rola wychowawczynie lub wychowawcy w tworzeniu atmosfery w grupie. Skoro w szkole przemoc rówieśnicza związana jest z hierarchią społeczną, to zdaniem dr Wójcik rozwiązaniem powinno być niwelowanie hierarchii klasowej, tak by „nie można było spaść z drabiny”. Polega ono na świadomym **modelowaniu relacji w grupie od początku jej zawiązania**, a także na tworzeniu przestrzeni na dostrzeganie i afirmowanie **różnorodności społecznej**. Jest to pytanie o **twój stosunek do hierarchii społecznej w klasie**: czy uważasz, że jest czymś nieuniknionym i neutralnym, czy też dostrzegasz w niej sytuację potencjalnie groźną, przekładającą się na dobrostan uczniów i uczennic?

Jak poddawać refleksji stereotypy i pracować nad swoją postawą? Jeśli zależy ci na rozwinięciu tego wątku autorefleksji, możesz wykonać ćwiczenie umieszczone po tym rozdziale. A tymczasem kilka dodatkowych propozycji i porad od trenerki antydyskryminacyjnej:

- Przyjmij, że stereotypy i dyskryminacja to zjawiska **SPOŁECZNE**. Z dużym prawdopodobieństwem zdarza ci się mówić lub robić rzeczy, które są rasistowskie, klasistowskie, seksistowskie, homofobiczne... Nie świadczy to o tym, że jesteś złą osobą, tylko że masz przed sobą pracę do wykonania.
- Jeśli chcesz zidentyfikować swoje uprzedzenia, możesz wykonać ćwiczenie „Ranking uprzedzeń” ([Antydyskryminacja – pakiet edukacyjny](#), <https://bit.ly/3nwzzkB> s. 60). Możesz się zastanowić, wobec jakich grup niewymienionych w ćwiczeniu odczuwasz dyskomfort.
- Jeśli mówisz po angielsku, możesz też wykonać test na nieświadomione uprzedzenia na [stronie Uniwersytetu Harwardzkiego](#) (<https://implicit.harvard.edu/implicit/>).
- Przede wszystkim: świadomie szukaj informacji na temat różnych form dyskryminacji (zwłaszcza wobec grup, które budzą w tobie niechęć lub dyskomfort) oraz głosów osób należących do grup mniejszościowych. Posłuchaj, co mówią, czego potrzebują, przyjmij ich perspektywę – nawet, jeśli myślisz inaczej.

## WARSTWA 4. Wartości

W pracy wychowawczej znajomość własnych wartości ma znaczenie na wielu poziomach, np:

- Skoro wartości i normy nabywamy poprzez obserwację praktyk, a nie przez przyswajanie tego, co jest komunikowane wprost, to w pracy wychowawczej każdego dnia modelujemy wartości uczniów i uczennic. Przykład: jeśli nauczyciel chwali uczniów za ich talent, a nie za włożoną pracę lub poczynione postępy, to utrwala w ten sposób przekonanie, że wrodzone umiejętności są cenniejsze niż wysiłek włożony w rozwój.
- Kluczowe dla nas wartości traktujemy osobiście – kiedy coś stoi w sprzeczności lub zagraża rzeczom, które uznajemy za ważne, to wywołuje to silną reakcję emocjonalną. Może ona utrudniać utrzymanie relacji z osobami, które postrzegamy jako źródło zagrożenia (konflikt wartości przeradza się wówczas w konflikty interpersonalne). Znajomość własnych wartości ułatwia spojrzenie na problem z dystansu, rozpoznanie sytuacji i podjęcie decyzji zgodnie z naszym wewnętrznym kompasem.

Jeśli interesuje cię temat pracy na wartościach, to szczególnie zachęcam do przyjrzenia się swojemu **stosunkowi do normatywności i niepewności/niejednoznaczności**. Różnice wartości są nieuniknione – jak oddziałuje na ciebie spotkanie z obcym ci światopoglądem lub potrzebami? Polską kulturę, według [analizy](#) (<https://bit.ly/3nChoM7>) opartej na wymiarach kultury Geerta Hofstede, cechuje wysoka skłonność do unikania niepewności (przejawiająca się niechęcią do niekonwencjonalnych zachowań, skłonnością do wprowadzania sztywnych zasad – nawet gdy nie są przestrzegane) oraz skłonność do normatywizmu (ustanowienie „absolutnej prawdy”, nieufność wobec zmian). Można więc w pewnym uproszczeniu przyjąć, że nasza kultura nie jest przyjazna różnorodności... A jak ty podchodzisz do możliwości, że prawda nie jest absolutna, a wartości twoich uczniów i uczennic mogą być równie właściwe, co twoje własne?

## WARSTWA 5. Emocje i potrzeby

Na co dzień przeceniamy racjonalne podłoże naszych decyzji, a nie doceniamy wpływu nastroju i potrzeb psychologiczno-emocjonalnych. Jest to prawdą także w szkole, w której cały czas coś się dzieje, a nauczyciele oraz uczniowie są przeładowani obowiązkami i bodźcami. W takich sytuacjach łatwo o wzrost natężenia emocji, ponieważ możliwości samoregulacji są ograniczone.

To, że szkole jest dużo emocji – to oczywiste. Są jednak takie sytuacje, które szczególnie silnie oddziałują na nasze samopoczucie i wywołują nieproporcjonalne reakcje. Czy zdarzyło ci się zagotować się ze złości na lekcji z jakiegoś powodu, a pod koniec dnia zastanawiać się „co we mnie wstąpiło”? Po angielsku używa się często na określenie takich bodźców słowa *trigger*, czyli „wyzwalacz”, „spust” (warto pamiętać, że określenie to zaczerpnięte jest z terapii traumy i używamy go tutaj w znaczeniu potocznym, a nie medycznym). Każdy i każda z nas ma takie wyzwalacze, zwykle związane z konkretnymi potrzebami, np.:

- ściąganie na teście – złość może wiązać się np. z niechęcią do oszukiwania, potrzebą sprawiedliwości
- chichotanie w trakcie lekcji – reakcja może wiązać się z potrzebą kontroli, z obawą że uczniowie śmieją się z nauczycielki/nauczyciela
- ignorowanie poleceń przez ucznia lub uczennicę – silna reakcja może wynikać z obawy przed utratą autorytetu/ utratą twarzy.

Jeśli chcesz świadomie odpowiadać na sytuacje w klasie zamiast reagować na nie impulsywnie, możesz zacząć od rozpoznania, jakie sytuacje są twoimi wyzwalaczami, jakie emocje za tym idą oraz z jakimi potrzebami są związane.

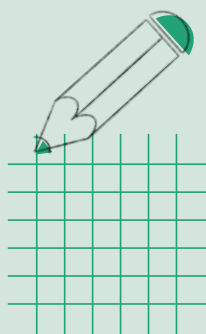
Jak w sytuacjach silnych emocji podejmować decyzje zgodne z naszymi celami i wartościami?

**Faza przygotowania:** w stanie pobudzenia trudno jest szybko znaleźć strategię zachowania, dlatego zawczasu przygotuj sobie alternatywne pomysły na działanie. Jeśli nie jesteś pewna, co może być skuteczne – porozmawiaj z inną nauczycielką albo rodzicami ucznia.

**Faza rozpoznania:** kiedy zauważysz reakcję, którą rozpoznajesz jako swój „trigger”, nazwij to i weź kilka oddechów, zanim przystąpisz do działania.

**Faza reakcji:** zastosuj reakcję, którą zaplanowałeś/zaplanowałaś: czas na wdrożenie planu!

Na koniec refleksji o autorefleksji warto jeszcze podkreślić, że tak jak lustro potrafią wypaczać odbicie obiektu, tak narzędzia autorefleksji nie są idealne – trudno nam złapać dystans do własnych wartości, emocji, sytuacji i zachowań. Pomocne może być sięgnięcie po... inne lustro, czyli wsparcie koleżanki lub kolegi z pracy, bliskiej osoby w rodzinie, przyjaciela. Możesz poprosić inne osoby o udzielenie ci informacji zwrotnej, skonsultować z nimi to, co wyniknęło z twojej analizy, a także poprosić znajomą nauczycielkę, by odwiedziła cię na lekcji i zwróciła uwagę na wybrany aspekt twojej pracy (superwizja koleżeńska). Powodzenia!



## ĆWICZENIE

# Łąka autorefleksji

Wyobraź sobie szkołę jako kwiatną łąkę – ekosystem, w którym współistnieją różne istoty, a wiele czynników oddziałuje na siebie nawzajem. Ty – jako wychowawca/ wychowawczyni – jesteś jedną z roślin.

Zapraszam cię do ćwiczenia opartego na autorefleksji. Spójrz na rysunek znajdujący się na kolejnej stronie i uzupełnij go o refleksje, wynikające z poniższych miniadań. Możesz rozłożyć je na kilka etapów i codziennie wykonywać jeden krok (ok. 20 minut).

### KROK 1. Ukryty program szkoły – ŚCIÓŁKA (20 MINUT)

Zastanów się:

- Dlaczego ławki w większości klas ustawione są w ten sposób, że nauczyciel widzi wszystkich, ale uczniowie nie widzą siebie nawzajem? Co to mówi o tym, które relacje są ważne?
- Dlaczego etyka jest przedmiotem nieobowiązkowym? Co to mówi o tym, jakie treści w szkole są ważne?
- Dlaczego godzina wychowawcza nazywa się „godziną do dyspozycji wychowawcy”?
- Dlaczego sprawdziany są zwykle jednakowe dla wszystkich uczniów? Co to mówi o naszym przekonaniu, na czym polega sprawiedliwość?
- Co mierzą testy? Jakie przekonania na temat prawdy utrwalają?
- Dlaczego uczniowie i uczennice otrzymują oceny ze sprawowania?
- Czy w szkole jest demokracja? Jak godzimy to z pochwałą demokracji na lekcjach WOS-u?
- Czy uczniowie mają czas, żeby rozmawiać na lekcjach o swoim życiu, doświadczeniach? Co to oznacza?
- Dlaczego „specjalne potrzeby edukacyjne” to pojęcie, które odnosimy tylko do dzieci z orzeczeniami z poradni? Co to mówi o tym, jak postrzegamy potrzeby uczniów i uczennic?

Zapisz na rysunku wartości lub normy, które rozpoznajesz w ukrytym programie szkoły. A może są inne, które przyszły ci do głowy? Umieść je w miejscu, gdzie znajduje się ściółka – podłoże, które kształtuje warunki dla wzrostu, ale też które współtworzone jest przez istoty zamieszkujące łąkę.

### KROK 2. Tożsamość i nierówności – INNE ROŚLINY (20 MINUT)

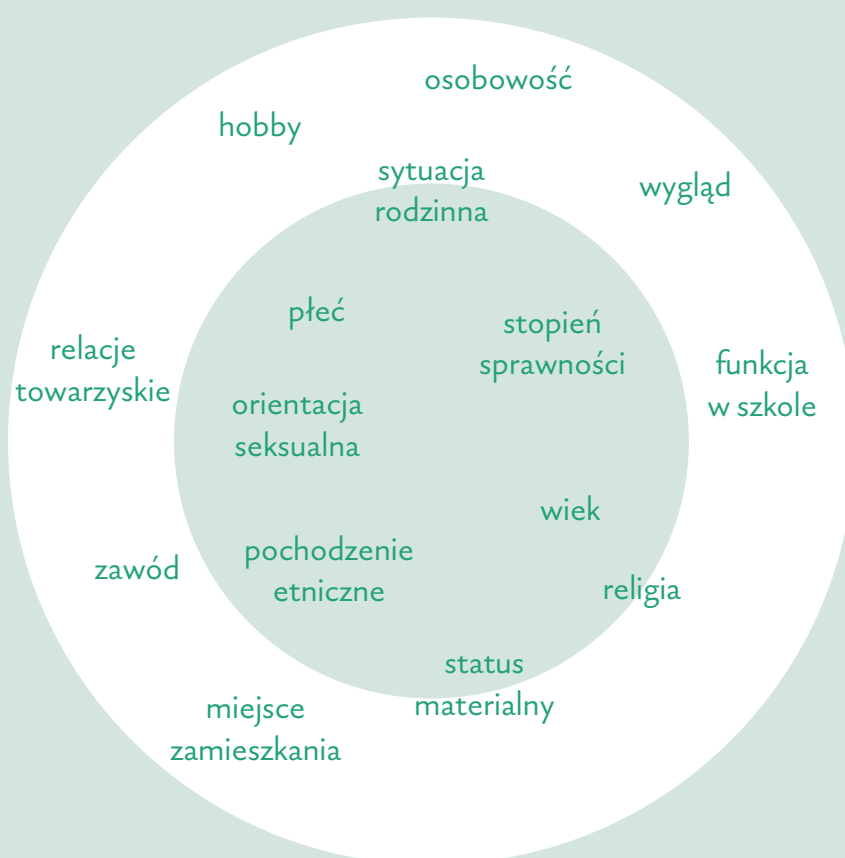
Przyjrzyj się poniższemu kołu tożsamości i różnym kategoriom, które mogą okazać się pomocne w odpowiedzi na pytanie: *kim jestem?*

- Podkreśl jednym kolorem te kategorie, które powodują, że przynależysz do grupy większościowej, tj. mającej większy wpływ, dostęp do władzy lub zasobów w naszym społeczeństwie.

- Teraz podkreśl innym kolorem kategorie, poprzez które należysz do grupy mniejszościowej (takiej, która ma trudniej, która ma mniejszy wpływ, jest silnie stereotypizowana...).
- Pomyśl o kilkorgu uczniów i uczennic, którzy doświadczyli w szkole trudności ze względu na to, kim są. Z którymi kategoriami tożsamości się to wiązało? Zaznacz kołem te kategorie, które twoim zdaniem są w twojej szkole przesłankami dyskryminacji.

Jakie zauważasz prawidłowości? Jak twoja tożsamość wpływa na twoją pracę wychowawczą, na inne „rośliny” na łące? Dokończ zdania i zapisz je na rysunku w miejscu, gdzie znajdują się inne rośliny (uczniowie, nauczyciele, rodzice).

- Dzięki temu, kim jestem, łatwiej mi, mogę/umiem....
- Przez to, kim jestem, trudno mi/ nie wiem/ nie rozumiem/ trudno mi...



### KROK 3. Moje wartości – KORZENIE (20 MINUT)

Zastanów się nad tym, co jest dla ciebie ważne w życiu – i w szkole. Przypomnij sobie;

- Jedną sytuację, kiedy czułaś/czułeś się wspaniale – towarzyszyła ci radość, motywacja do działania, błogość, satysfakcja...  
Co się działo, z kim, dlaczego?
- Jedną sytuację, która była dla ciebie bardzo trudna – czułaś/czułeś gniew, frustrację, przygnębienie...
- Jedną sytuację, kiedy było ci trudno podjąć decyzję.  
Co zadecydowało o twoim wyborze?

Spróbuj nazwać wartości, które kryją się w tych wspomnieniach.

Jeśli jeszcze nie jesteś pewien/pewna, możesz zacząć z innego miejsca:

- Jedna rzecz w szafie, bez której trudno mi się obyć, to...
- Najcenniejsza pamiątka, którą mam, to....
- Chcę, żeby moi uczniowie mnie ...
- Miejsce, które lubię najbardziej na świecie, to...
- 5 rzeczy, które mam na odległość ręki od łóżka, to...
- Mój ulubiony sport/ aktywność fizyczna to...

O jakich twoich wartościach świadczą te odpowiedzi? Zapisz je w miejscu, gdzie są KORZENIE. Porównaj swoje wartości do tych, które zapisałeś/zapisałaś w ŚCIÓŁCE.

#### **KROK 4. PUŁAPKI POZNAWCZE – ŁODYGA (20 MINUT)**

Spójrz na tę listę uprzedzeń poznawczych:

- Wyjaśniamy sytuacje cechami charakteru, a nie okolicznościami (podstawowy błąd atrybucji)
- Lubimy osoby podobne do nas samych (efekt podobieństwa)
- Widzimy to, co potwierdza nasze przekonania – ignorujemy to, co może im zaprzeczać (efekt potwierdzenia)
- Wierzymy w sprawiedliwy świat (hipoteza sprawiedliwego świata)
- Mamy luki w empatii (luka empatyczna)
- Zakładamy, że inni myślą podobnie do nas (fałszywy konsensus)
- Lubimy melodie, które już znamy, i rozwiązania, które już obowiązują (efekt status quo)

Przypomnij sobie kilka sytuacji, kiedy uległeś/uległaś powyższym mechanizmom. Jak to wpłynęło na twoje zachowanie, twoje relacje z innymi?

Zapisz w polu obok ŁODYGI odpowiedzi na pytanie:

*Chcę uważać na to, żeby...*



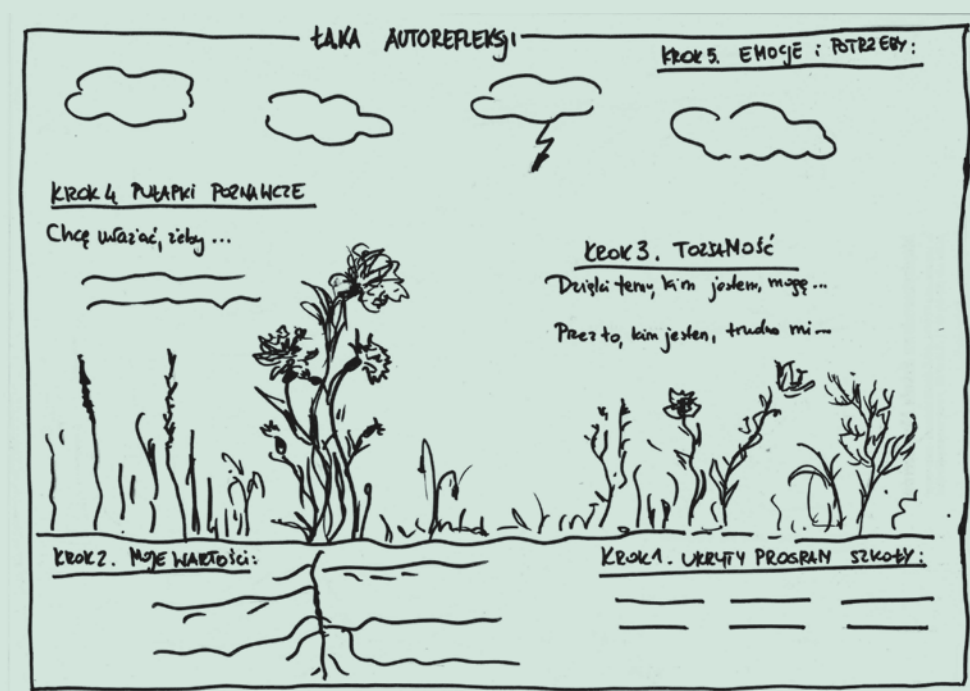
**KROK 5. EMOCJE I POTRZEBY – CHMURY** (20 MINUT)

Spójrz na [diagram emocji Plutchika \(https://bit.ly/3nvgizX\)](https://bit.ly/3nvgizX). Jakie emocje najczęściej odczuwasz w szkole? Czy wiesz, z czym są związane i jak wpływają na twoje zachowanie?

Zapisz je na rysunku w miejscu, gdzie są CHMURY.

Zastanów się nad sytuacjami, kiedy z powodu silnych emocji zachowałeś/zachowałaś się w klasie w sposób, z którego nie jesteś zadowolona/zadowolony. Przeanalizuj je i uzupełnij tabelę.

Co się wydarzyło?	Co czułam/ czułem?	Jaka potrzeba za tym stała?	Co zrobiłam/ zrobiłem?	Co mogę zrobić na przyszłość w takiej sytuacji?



*W ostatnim tekście z rozdziału „Jak rozwijać własne umiejętności wychowawcze?” zachęcamy do refleksji nad własnym dobrostanem. Wychowawstwo jest bardzo wyczerpującym zajęciem, wymagającym wiele pracy i dodatkowego wysiłku. Odbyna się często w kontekście, który nie sprzyja tak zwanemu „work-life balance”, wśród wielu napięć i różnych systemowych problemów. Dbanie o siebie w takim środowisku może oznaczać stawianie granic i sygnalizowanie trudności, a także szukanie wsparcia i sojuszników. W tekście Karoliny Giedrys-Majkut znajdziecie refleksję na temat społecznych uwarunkowań dobrostanu, narzędzie do rozpoznania osobistych źródeł dyskomfortu i satysfakcji oraz kilka praktycznych rad na temat radzenia sobie z poczuciem bezsilności w szkole.*

# Dobrostan – podejście zrewidowane

**Karolina Giedrys-Majkut**

Ktokolwiek postanowi solidnie przygotować się do tak rozległego tematu, jakim jest samopoczucie wychowawcy/wychowawczynie, prędkiej czy później poczuje się bezradny wobec wielości wątków, jakie powinna zawierać choćby pobieżna analiza sytuacji. Już sam pomysł, by zajmować się tą kwestią, może wydać się nadmiarem ambicji ze względu na ilość zmiennych osobowościowych i temperamentalnych, na ogrom okoliczności i potrzeb do rozważenia. Z drugiej strony, nie możemy w publikacji podobnej natury pominąć kwestii dobrostanu pedagogów/pedagożek, gdyż jest to temat istotny i – wobec pokłosa reformy edukacji, strajku nauczycielskiego, zamknięcia szkół na czas epidemii – niezwykle aktualny. Wszyscy, w tym sami zainteresowani i same zainteresowane, życzymy sobie szkół prowadzonych przez zrównoważoną, pogodną i energiczną kadrę. Daleka to wizja od aktualnej rzeczywistości przemęczonych i zestresowanych nauczycieli/nauczycielek, którzy coraz śmieiej sygnalizują problemy z utrzymaniem satysfakcji w zawodzie. Jak połączyć te dwa światy? Jak pomóc sobie i innym? Porozmawiajmy o tym. Nie obiecujemy, że na kolejnych stronach zawrzemy przepis na dobre samopoczucie i zgrabny zestaw rad na temat tego, jak uniknąć wypalenia w zawodzie. Zadamy za to parę fundamentalnych pytań, które mogą okazać się pomocne.

## Jak o siebie zadbać?

Na rynku usług rozwoju osobistego nie brak ofert kursów radzenia sobie ze stresem, asertywności czy też mindfulness. Prasa, szczególnie kobieca, pełna jest artykułów na temat wypoczynku na łonie natury, korzyści z głębokiego oddechu czy też rozwoju kompetencji miękkich zapewniających nam dobre relacje z innymi. Są to niewątpliwie wartościowe propozycje, jest więc zagadkową sprawą, dlaczego – otoczeni morzem uznanych technik poprawy jakości życia – nie emanujemy wszyscy entuzjazmem i zawodową satysfakcją. Mniej zagadkową, gdy zastanowimy się nad granicami naszych osobistych możliwości. U osób, które konfrontują się ze źle funkcjonującym systemem, mobbingiem, niskim prestiżem pracy czy nieadekwatnym wynagrodzeniem, medytacja nie przyniesie oczekiwanego wyciszenia. Kursy samorozwoju nie staną się antidotum na codzienny lęk o swoje miejsce pracy czy poczucie alienacji w toksycznym środowisku. Wiedział to nawet badacz osób samorealizujących się, psycholog Abraham Maslow. W opracowanej przez niego słynnej piramidzie potrzeb poziom samorealizacji znajduje się najwyżej, a to oznacza, że ustępuje w hierarchii potrzebom fizjologicznym, bezpieczeństwa, miłości i relacji, szacunku – potrzebom które w pierwszej kolejności trzeba zaspokoić.

O rozpowszechnionej praktyce przerzucania na pracowników i pracowniczki odpowiedzialności za własny entuzjazm, zadowolenie i energię bez przyglądania się warunkom pracy piszą w swojej książce *Pętla dobrego samopoczucia* Carl Cederström i Andre Spicer. Zacytujmy fragment poświęcony technikom koncentracji i „uważnej obecności” (znanej także jako technika mindfulness): „Dla pracodawców „uważna obecność” stała się techniką służącą przesuwaniu odpowiedzialności za społeczne męki na jednostkę – zamiast nazwać źródłowe przyczyny tych uczuć, zapewnia się nam „narzędzia” do samopomocy. Prawdopodobnie najokrutniejszym momentem zwrotnym w historii jest fakt, że stres, lęk i depresja nie są postrzegane jako konsekwencje działań zewnętrznego

środowiska pracy. To dzieło twojego leniwego i zdekoncentrowanego umysłu.” W podobnym tonie wypowiada się autorka inicjatywy [RegenerAkcja. Miejsce dla zmęczonych aktywistek i aktywistów](https://bit.ly/3kBF1zK) (<https://bit.ly/3kBF1zK>), Natalia Sarata, w webinarze *Wypalenie zawodowe i zapobieganie mu*: „Wypalenie nie jest funkcją naszych indywidualnych nadwrażliwości, zbyt miękkich „czterech liter”, czy też zbyt słabego pancerza. Ono jest funkcją tego, jak zorganizowane jest nasze środowisko pracy. Jeśli więc kultura szkoły, w której pracujemy jest wypalająca, jeśli cały kontekst społeczny jest wypalający, to wypalenie zawodowe może nam się przytrafić z ogromnym prawdopodobieństwem”.

## **Dlaczego źle się czuję, gdy czuję się źle?**

Samopoczucie nauczycieli i nauczycielek nie jest więc tylko ich sprawą osobistą, ale też problemem kolektywnym, wynikającym często z systemowych zaniedbań i wad organizacji pracy. Teza słuszna, poparta głosami ekspertów i ekspertki, tylko właściwie co mamy z nią począć? Nie jest naszą intencją podłączanie się pod wyżej opisane praktyki i przekonywanie kogokolwiek, że zanim naprawi swój stan psychofizyczny, powinien naprawić stan swojego środowiska – nie zawsze istnieje taka możliwość, więc u wielu osób takie przesłanie może tylko nasilić poczucie bezradności i osamotnienia. To, co jednak chcemy w tym miejscu powiedzieć, to że nie sposób oddzielić diagnozy swojego stanu psychofizycznego od diagnozy bardziej ogólnych czynników, jakie wpływają na to, jak się czujemy i wykraczają poza nasze osobiste kompetencje czy też reaktywność naszego układu nerwowego. Przypatrując się sobie w kontekście i mapując różne obszary naszego doświadczenia jesteśmy w stanie lepiej zrozumieć swoje odczucia i lepiej też przekierować nasze zasoby obliczone na zmianę, np. poprzez adekwatny dobór strategii radzenia sobie. Nazwijmy te obszary, wykorzystując do tego celu ćwiczenie diagnostyczne zaproponowane przez katalońską organizację Ulex, wspierającą osoby działające na rzecz zmiany społecznej.



# Koło zamachowe dobrostanu / wypalenia

## – narzędzie mapujące

*Opracowanie: Eweryst Zaremba, Ulex*

Zarówno wypalenie, jak i dobrostan są zależne od wielu, wzajemnie połączonych czynników i z nich wynikają. Rzadko jedna tylko sytuacja lub tylko jeden aspekt naszego doświadczenia będzie mieć wpływ na to, jak się czujemy. Poniżej przedstawione narzędzie mapujące wspiera analizę i zachęca do przyjrzenia się konstelacji wielu czynników, nazwania ich i rozpoznania, w jaki sposób wpływają one na nas i nasze otoczenie. To z kolei pozwala podejść w sposób bardziej strategiczny do wprowadzania zmian i interwencji na poziomie indywidualnym, zespołowym i instytucjonalnym. Dokładnie przygotowana mapa czynników będzie służyć jako baza do rozpoznania, jakie zmiany będą łatwe do osiągnięcia, a jakie wymagają długoterminowej strategii, które z nich leżą w zakresie naszego sprawstwa, a które będą wymagać szerszych reform.

We wszystkie obszary wpisujemy zarówno czynniki wspierające nasz dobrostan, jak i te, które wpływają na niego negatywnie. Nazwanie wielu czynników niesprzyjających naszemu dobrostanowi może być wyczerpujące i przygnębiające. Jest to jednak niezbędna część procesu rozwiązywania problemów i element kluczowy w odzyskiwaniu sprawstwa. Warto pamiętać, że mimo iż niektóre elementy będą leżeć poza zasięgiem naszego wpływu, nadal możemy wypracowywać strategie radzenia sobie z nimi na poziomie indywidualnym i zespołowym.

Czynniki wspierające dobrostan oraz czynniki wpływające na wypalenie mapujemy w poszczególnych obszarach:

### **Czynniki społeczne i środowiskowe**

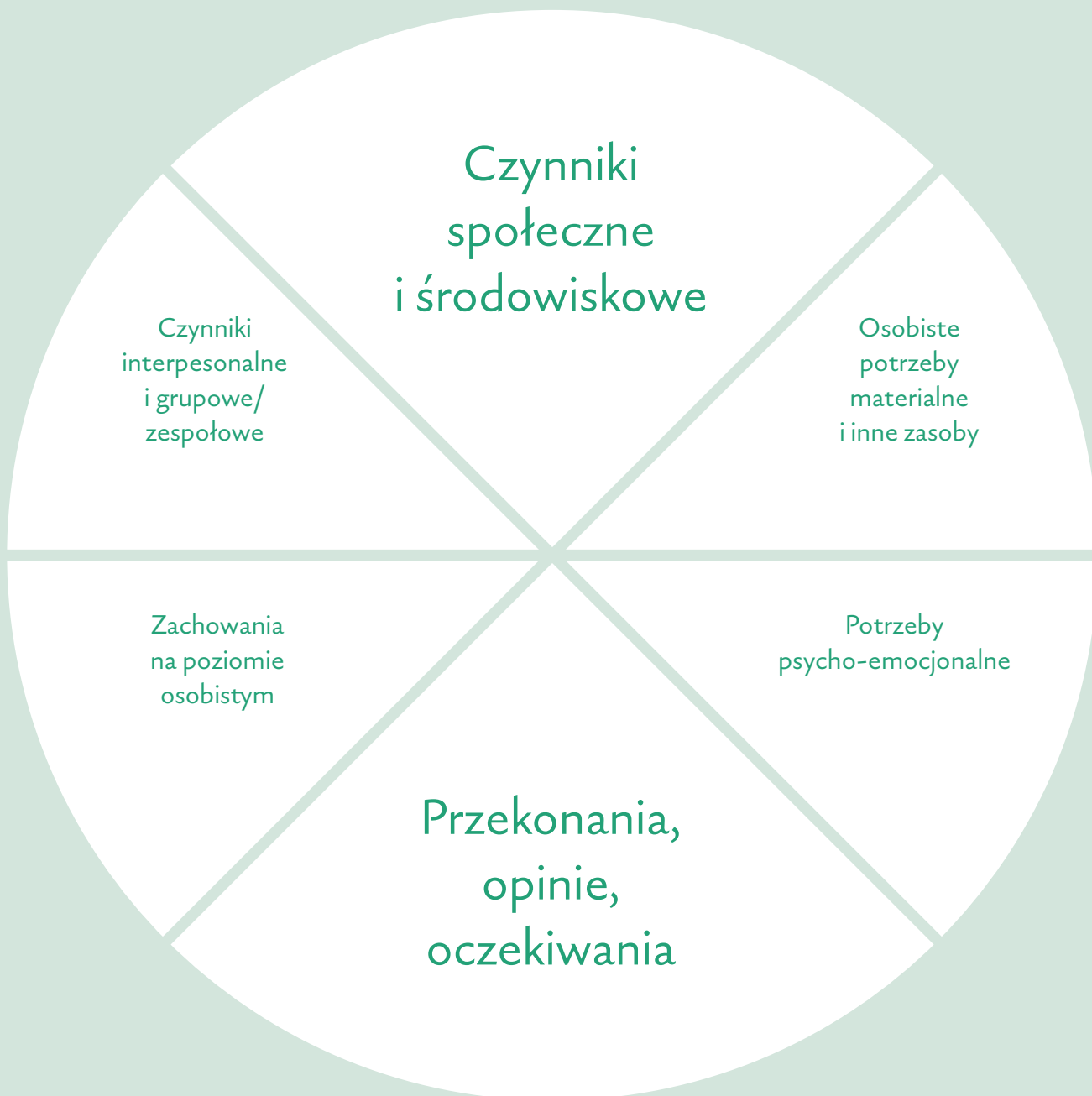
Tutaj pojawią się wszystkie elementy związane z normami społecznymi, sytuacją ekonomiczną na skalę regionalną/ państwową, elementy strukturalne, systemy w których funkcjonujemy.

W kontekście pracy nauczyciela mogą to być elementy takie jak: państwowy system edukacji – jego organizacja, funkcjonowanie i ramy; prawo i dyrektywy prawne dotyczące edukacji na poziomie państwowym i regionalnym; sytuacja ekonomiczna w kraju i wysokość płac, normy społeczne związane z wykonywaniem zawodu i inne.

### **Osobiste potrzeby materialne i inne zasoby**

Ten obszar jest związany z zaspokajaniem podstawowych potrzeb materialnych i fizjologicznych. Pojawią się tu czynniki związane z osobistą sytuacją materialną oraz możliwościami zadbania o podstawowe potrzeby takie jak: sen, zdrowa dieta, zdrowie fizyczne, komfortowe warunki mieszkaniowe, etc.

W kontekście pracy nauczyciela mogą to być elementy takie jak: posiadanie (lub nie) stałego miejsca zamieszkania, długość godzin pracy, osobista stabilność ekonomiczna, dostęp do świadczeń, opieki zdrowotnej, przyzwyczajenia żywieniowe i dostęp do pełnowartościowych posiłków i inne.



## Potrzeby psycho-emocjonalne

Ta część mapy zachęca do zadania sobie pytania, czym motywowane są moje działania? Czy pozwalam sobie na odpoczynek, kiedy go potrzebuję, czy nie i dlaczego? Czy i w jaki sposób dbam o różnego rodzaju potrzeby emocjonalne? Czy dzieje się to także w miejscu pracy, na poziomie instytucjonalnym?

Rozpoznanie potrzeb, które nie są w pełni zaspokajane, pozwala pracować w świadomy sposób z zachowaniami i tendencjami, które wpływają negatywnie na nasz dobrostan.

W kontekście pracy nauczyciela mogą to być elementy takie jak: potrzeba przynależności do grupy i docenienia zawodowego i osobistego, potrzeba budowania więzi z innymi, potrzeba rozmawiania i dzielenia się trudnościami i wyzwaniami i inne.

## Przekonania, opinie i oczekiwania

Tutaj pojawią się elementy związane z naszym światopoglądem i wynikające z niego, sposobu, w jaki myślimy i konstruujemy własne poczucie tożsamości, głęboko zakorzenione przekonania związane z etyką pracy czy tym, jak zachodzą zmiany i co czeka na nas w przyszłości. Rozpoznanie ich i przyjrzenie się, w jaki sposób mogą one sprzyjać lub nie sprzyjać naszemu dobrostanowi, pozwala na unikanie powtarzania strategii i zachowań, które mogą być destruktywne.

W kontekście pracy nauczyciela mogą to być elementy takie jak: podejście do pracy, etyka i przekonania związane z pracą i wykonywanym zawodem, traktowanie pracy jako wartości/misji i inne.

## Zachowania na poziomie osobistym

Ten obszar obejmuje takie czynniki jak przyzwyczajenia i organizacja pracy, reakcje i strategie zarządzania stresem, sposoby, w jaki utrzymujemy (lub nie) balans pomiędzy życiem zawodowym i prywatnym, zarządzanie czasem.

W kontekście pracy nauczyciela mogą to być elementy takie jak: praca z domu, bycie dostępnym/dostępna pod prywatnym numerem telefonu, przyzwyczajenia i decyzje dotyczące czasu wolnego i regeneracji i inne.

## Czynniki interpersonalne i grupowe/zespołowe

Ta część mapy zachęca do analizy tego, co wydarza się w naszych relacjach z innymi, na poziomie zespołu czy instytucji. Dotyczy elementów takich jak: sposoby komunikacji, atmosfera w zespole, jakość więzi i relacji pomiędzy osobami w zespole, sposoby rozwiązywania konfliktów.

W kontekście pracy nauczyciela mogą to być elementy takie jak: struktura, częstotliwość i jakość zebrań i rad pedagogicznych, rywalizacja z innymi nauczycielami/nauczycielkami, poziom zaufania do innych osób zatrudnionych w szkole, sposoby zarządzania zespołem i struktury organizacyjne na poziomie szkoły i inne.

Przechodząc po kolei przez powyższe obszary (pracę tę można wykonać także w towarzystwie: w zespole lub z drugą osobą z tego samego środowiska), lepiej zrozumiemy swoją sytuację, będziemy też mogli skuteczniej zaplanować nasze interwencje. Może się okazać, że już sama refleksja będzie dla nas pierwszym krokiem do odzyskania wpływu na samopoczucie, gdyż pozwoli nam uporządkować ogólny ogląd sytuacji. Zgodnie z najbardziej rozpowszechnioną definicją emocji ich podłożem jest najczęściej poznawcza ocena, w trakcie której dana sytuacja jest odnoszona do osobistych celów i wartości (Oatley, 2006). Może się okazać, że całłościowy bilans korzyści i strat wypadnie dodatnio i zobaczymy w naszych kompromisach jakiś osobisty sens (np. mało rozwojowe, ale stabilne zatrudnienie będzie dla nas idealnym wyborem na czas choroby kogoś bliskiego). Może też być odwrotnie – wtedy dzięki takiej autorefleksji będziemy w stanie adekwatnie rozpoznać własne granice akceptacji i dobrać osobiste interwencje. I tak, jest w tym scenariuszu miejsce na myśl o zmianie pracy. Może się bowiem zdarzyć, że nic w tym bilansie nie będzie się zgadzać – warunki pracy nie będą odpowiadać ani naszym wartościom, ani potrzebom, ani też ambicjom, będziemy je odczuwać jako „wypalające” właśnie. Uspokajanie się na różne sposoby, by móc funkcjonować w tak toksycznym środowisku, po pierwsze może zupełnie nie być skuteczne, po drugie – nawet jeśli będzie – na dłuższą metę przynieść nam może więcej szkody niż korzyści.

## Jak wprowadzić realną zmianę?

Wprowadzanie zmian nie musi mieć jednak tak dramatycznej natury, choć może mieć realne skutki, o ile – tak jak przy powyższej diagnozie – w naszych interwencjach uda nam się uwzględnić szeroki kontekst naszego funkcjonowania i różnorodne źródła naszych frustracji czy też wzmocnień. Osobista satysfakcja zawodowa lub jej brak wynika i z naszej obecności w pewnej społecznej strukturze, i z naszych interakcji z innymi, ale w końcu i z naszej wewnętrznej dojrzałości, nawyków czy też samoświadomości. Skupiając się w naszych działaniach naprawczych tylko na jednym poziomie, możemy, używając metafory, przegapić słonia w naszym mentalnym salonie, czyli na przykład to, jak ogromny wpływ ma na nas spadek społecznego statusu nauczyciela czy też rywalizacja w zespole nauczycielskim. I odwrotnie, wychodząc poza wąską perspektywę, zyskujemy całą paletę dodatkowych środków i możliwości, by w zdywersyfikowany sposób wprowadzić bardziej trwałe i efektywne zmiany. Tym właśnie jest dbanie o dobrostan – działaniem na rzecz pozytywnych zmian w środowisku, komunikowaniem swoich granic i wartości, szukaniem sojuszników i budowaniem koalicji, ale i oczywiście rozwijaniem na własne potrzeby nowych, zdrowszych nawyków i samoświadomości. Jak widać hasło „samorozwój” zupełnie nie wyczerpuje tematu – troska o swój stan psychofizyczny i satysfakcję z pracy nie jest zajęciem wyłącznie indywidualnym i wychodzi poza nasze osobiste podwórko. Zresztą najlepiej będzie to pokazać na przykładzie, odwołując się do tak niezwykle ważnego uwarunkowania naszego dobrostanu, jakim jest **poczucie wpływu**.

Sprawowanie kontroli nad sobą i otoczeniem jest zdaniem wielu psychologów jedną z podstawowych życiowych potrzeb, warunkujących zdrowie psychiczne i dobre samopoczucie (Bandura, 2007, Seligman, 1991). Prawidłowość ta dotyczy także środowiska pracy – brak poczucia zawodowej autonomii jest niezwykle istotnym czynnikiem stresogennym. W książce „Sztuka leniuchowania” Ulricha Schnabla znajdziemy przykład badań epidemiologa Michaela Marmota, który wziął pod lupę stan 15 tysięcy brytyjskich urzędników i odkrył, że urzędnicy znajdujący się niżej w hierarchii chorowali trzykrotnie częściej niż ich szefowie, a także ponosili trzykrotnie wyższe ryzyko przedwczesnego zgonu. Jak pokazały dalsze ankiety jedyną istotną statystycznie różnicą pomiędzy dwoma grupami było poczucie kontroli i decyzyjności w miejscu pracy – niskie u urzędników, wysokie u ich kierowników. Podrzedni pracownicy, pozbawieni prawa decydowania, jak i kiedy pracują, byli znacznie bardziej zestresowani, niż ich przełożeni, którzy wprawdzie dźwigali większą odpowiedzialność, lecz jednocześnie mogli korzystać z przywileju większej swobody (Schnabel, 2010).

Nie jest to dobra informacja dla nauczycieli i nauczycielek w polskich szkołach, którzy od dawna sygnalizują poczucie braku autonomii wobec dziesiątków przepisów, regulaminów i procedur, a także wobec presji ze strony zewnętrznych instancji kontrolujących ich pracę i rozwój zawodowy. Ich bezradności nie poprawiły perturbacje kadrowe i nowe wymagania wprowadzone przez reformę edukacji, niepewność przyszłości związana ze strajkiem,



a potem z wydarzeniami ostatnich miesięcy (pandemia, zdalne nauczanie itp). Doszliśmy do sytuacji, w której coraz częściej słyhać nauczycielskie głosy o ogromnym zmęczeniu i poczuciu bezsilności, które szeroko wykracza poza interakcje ja – wady systemu szkolnictwa, ja – niekompetentny dyrektor, ja – absurdalne przepisy. Buduje ono na przykład klimat rywalizacji i samotności w zespołach nauczycielskich; bardziej lękowo podchodzimy do interakcji, boimy się szczerej rozmowy o własnych wątpliwościach i niewiedzy, trudniej nam o zaufanie i wsparcie dla innych. Ma też swoje odzwierciedlenie w ilości zadań, jakie bierzemy na swoje barki, nadgorliwości wynikającej z braku bezpieczeństwa, ale i z tego, że w niestabilnym systemie ciężiej ustalić, jak powinna wyglądać zdroworozsądkowa norma. Uderza w relacje z rodzicami, którym zdarza się w interakcji z wychowawcą/wychowawczynią odreagowywać złość na nieprzewidywalność różnorodnych szkolnych sytuacji. Zainfekowany zostaje w końcu także obszar postaw i zachowań – oduczamy się kreatywności i przejawiania inicjatywy, jesteśmy mniej skłonni do podejmowania ryzyka, a bardziej do kompromisów, stajemy się bierni, wycofani czy nawet cyniczni.

Jak widać, brak poczucia wpływu rozlewa się na całe zawodowe doświadczenie pedagogów/pedagożek, wobec tego radzenie sobie z nim także nie może ograniczać się do jednej jego sfery. Wspieranie i promocja postulatów dotyczących włączania nauczycieli/nauczycielek w najważniejsze decyzje dotyczące systemu szkolnictwa, budowanie koalicji i sojuszy przeciw presji testów i papierologii, wymiana informacji w środowisku, tak by więcej pedagogów/pedagożek miało dostęp do rzetelnej wiedzy na temat swoich praw i możliwości, konfrontowanie się z decyzjami niekompetentnej lub przytłoczonej odpowiedzialnością dyrekcji – to działania, które mogą przynieść najpoważniejsze, najwartościowsze zmiany. Problemem są jednak czas i koszty. By nie wypalić się na tej drodze do nowych, lepszych szkół przyszłości, warto czynić mniejsze, może bardziej osobiste wyłomy w szkolnym murze z „nie da się”. Wymieńmy parę potencjalnych interwencji z poziomu relacji i indywidualnych praktyk:

- Ogromną zmianę może wprowadzić na przykład tworzenie lub dołączanie do grup wsparcia, w których jest miejsce na wentylację emocji, podzielenie się wątpliwościami, wspólne przepracowanie problemów. Podobna grupa funkcjonowała w Centrum Edukacji Obywatelskiej przez 10 pierwszych tygodni edukacji zdalnej. W trakcie naszych spotkań niezwykle często rozmawialiśmy o niepewności. Tej dotyczącej praktycznego wymiaru zdalnej nauki – nowych narzędzi, zasad wynagradzania, reguł superwizji, realizacji podstawy programowej, ale i tej emocjonalnej, dotyczącej samej roli nauczyciela/ki w nowej sytuacji, jego/jej obowiązków, jego/jej praw. Rozmowy te pozwalały przełamać samotność i wyjść z poczucia winy, bo najczęściej okazywało się, że doświadczamy sytuacji bardzo podobnie i nie ma ona nic wspólnego z naszymi kompetencjami czy postawą. Dostarczały też praktycznych informacji i argumentów do negocjacji z dyrekcją czy też rodzicami. Na poziomie emocjonalnym wszystkie – nauczycielki, wychowawczynie, ale i mamy z dziećmi w wieku szkolnym – czerpałyśmy z nich otuchę i wyciszenie.
- Zasobem z obszaru rozwoju osobistego może być na przykład rozwijanie w sobie nawyku proaktywności, promowanego przez trenera, Stephena Coveya. Zgodnie z jego teorią zawsze istnieje jakiś zakres zdarzeń, które podlegają naszej kontroli – jest to tak zwany krąg wpływu – i chcąc odzyskać poczucie wpływu na rzeczywistość, to na nich powinniśmy skupiać swoją uwagę. Inspiracją może być dla nas tzw. modlitwa Anonimowych Alkoholików: *Panie daj mi: odwagę, bym mógł zmieniać rzeczy, które mogą i powinny być zmienione, łagodność, bym akceptował rzeczy, które nie mogą być zmienione i mądrość, bym umiał odróżnić jedne rzeczy od drugich*. Osoba proaktywna potrafi zlokalizować swój krąg wpływu i koncentrować swoje wysiłki w tym miejscu. W poszukiwaniu takich kręgów wpływu w szkole trafimy na wiele możliwości: wybór programu i podręcznika, wybór metod i narzędzi, wybór lektur, możliwość prowadzenia innowacji pedagogicznej czy też przeprowadzenia z klasą ciekawego projektu. Skorzystanie z tych szczelin autonomii może mieć ogromny wpływ na przebieg nauki z uczniami/uczennicami, to tu można poszukiwać oparcia dla poczucia sensu swojej pracy i satysfakcji.
- Inną kompetencją, która niezwykle wiele może zmienić w naszym poczuciu wpływu na sytuację, jest asertywność. Stanowcze komunikowanie swoich granic i potrzeb pomoże nam uchronić się od cudzych pomysłów na zagospodarowanie naszego czasu, w stylu „Nikt tego nie zrobi lepiej od ciebie, Marysiu”, albo „Czy moglibyśmy porozmawiać o ocenach Julka?” przesłane sms-em koło 21.00. Gdy inni przejmują kontrolę nad naszym rozkładem dnia, nietrudno o poczucie ubezwłasnowolnienia. Dobrze się ćwiczyć się w mówieniu „nie”,



szczególnie w takich środowiskach szkolnych, gdzie dodatkowa praca nie jest w żaden sposób wynagradzana, a także w wyłączeniu dziennika elektronicznego czy szkolnej skrzynki mailowej poza godzinami pracy.

- I na koniec tej niepełnej listy osobistych interwencji zasób potężny, któremu wyżej wymieniony Ulrich Schnabel poświęcił całą książkę – umiejętność leniuchowania, inaczej wypoczynku. Upór, by codziennie zregenerować umysł i ciało, tak by przemęczenie nie zwiększało naszej bezradności wobec ilości szkolnych bodźców, może bardzo wiele zmienić. Kontakt ze swoimi potrzebami, które mogą być zupełnie inne niż potrzeby panów i pań z reklam biur podróży czy też potrzeby naszych wysportowanych kolegów i koleżanek. Relaksowanie się w sposób, który nie dorzuca nam dodatkowych stresów, dla siebie, a nie dla lajków na serwisach społecznościowych. Zwykła drzemka czy też regularne spacerunki w lesie mogą okazać się naszą tajną bronią w walce z codziennym stresem i większymi czy mniejszymi frustracjami, tak więc – do boju!

## Podsumowanie

Kończąc refleksje na temat dobrostanu wychowawców/wychowawczyń zwróciliśmy się ponownie w stronę indywidualnych interwencji i samopomocy. Nie sposób uciec od tego obszaru, gdyż faktycznie bardzo wiele można osiągnąć w zakresie dbania o siebie, rozwijając swoje osobiste zasoby i pielęgnując zdrowie, także w sensie psychicznym, nawyki. Z braku miejsca nie wyliczamy większej ilości wartościowych ćwiczeń i propozycji treningu, w rekomendacjach znajduje się jednak szeroki wybór potencjalnych źródeł takiej pomocy. Z drugiej strony, samorozwój nie może być naszym jedynym oparciem, ponieważ wpływ na nasze samopoczucie i satysfakcję zawodową ma cały szeroki kontekst podejmowanych przez nas działań. Ograniczanie koniecznych zmian do osobistego podwórka jest trochę przejawem magicznego myślenia, dla którego każdy przy odpowiednim nastawieniu może – niczym baron Münchhausen – sam wyciągnąć się z bagna za włosy. Taki postulat jest nierealistyczny, a także w pewnej mierze nieetyczny, gdyż nadaje szkołom status środowisk, w których jest miejsce jedynie dla nauczycieli/nauczycielek dysponujących zasobami do samoregulacji i wypoczynku na własną rękę, np. dzięki dobremu statusowi materialnemu męża lub żony. Gdy głosy osób zmagających się z obniżonym nastrojem czy też nawet wypaleniem zawodowym (czasem jest to nasz własny głos), staną się dla nas nie informacją o słabości poszczególnych jednostek, a ważnym sygnałem dotyczącym warunków pracy, wezwaniem do współpracy i empatii, zyskamy szansę na realne wsparcie własnego i cudzego dobrostanu. Ta zmiana perspektywy na bardziej społeczną, może być naszym najzdrowszym nawykiem dbania o osobiste szczęście i to właśnie jej wszyscy najbardziej potrzebujemy.

## Bibliografia:

- A. Bandura, *Teoria społecznego uczenia się*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa;
- C. Cederström, A. Spicer, *Pętla dobrego samopoczucia*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2016;
- S. Covey, *7 nawyków skutecznego działania*, Dom Wydawniczy Rebis, Warszawa 2006;
- R. Hanson, *Szczęśliwy mózg*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Sopot 2018;
- R. Hanson, F. Hanson, *Rezyliencja. Jak ukształtować fundament spokoju, siły i szczęścia*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Sopot 2018;
- K. Oatley, J. M. Jenkins, *Zrozumieć emocje*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2003;
- N. Sarata, *Wypalenie zawodowe i zapobieganie mu* Pobrano z [https://www.facebook.com/pg/StarterEdukacja/posts/?ref=page\\_internal](https://www.facebook.com/pg/StarterEdukacja/posts/?ref=page_internal) [dostęp: 18.09.2020];
- G. R. Schiraldi, *Siła rezyliencji*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Sopot 2019;
- U. Schnabel, *Sztuka leniuchowania*, Muza SA, Warszawa 2014;
- M. E. P. Seligman, *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. New York 1991, Knopf.



rozdział 2.

# **JAK WSPIERAĆ UCZNIÓW I UCZENNICE W ROZWIJANIU POCZUCIA SKUTECZNOŚCI?**



# Wprowadzenie

Emilia Kędziorek

## Uczeń i uczennica w kontekście szkolnym

Czy nauczyciel-wychowawca pracuje z całą klasą, czy też z każdym uczniem i każdą uczennicą z osobna? Doskonale wiemy, że nie ma na to pytanie prostej odpowiedzi. Zależności między jednostką a grupą są zbyt skomplikowane. Funkcja, którą przydziela nam dyrektor lub dyrektorka szkoły, nosi nazwę „wychowawca klasy”. Jednak jednym z zadań wychowawcy lub wychowawczynie jest poznanie sytuacji każdego z wychowanków. W dodatku klasa – jak każda grupa społeczna – jest czymś więcej niż sumą jednostek. Funkcjonowanie w grupie wydobywa z poszczególnych jej członków określone cechy i kompetencje oraz pozwala im rozwijać swój indywidualny potencjał o tyle, o ile jest to pożądane przez grupę i zgodne z grupowymi normami. Jak więc ja jako wychowawca lub wychowawczynie mogę wspierać rozwijanie potencjału ucznia/uczennicy jako jednostki? I zarazem jak mogę stworzyć atmosferę do tego rozwoju w całej klasie? Budowaniu grupy i procesowi grupowemu w szkole poświęciliśmy kolejną, trzecią część niniejszej publikacji. W tej części natomiast skoncentrujemy się na wzmacnianiu poczucia skuteczności poszczególnych uczniów, uwzględniając jednak przy tym kontekst ich funkcjonowania w grupie rówieśniczej.

## Samoświadomość a samoskuteczność

Żeby człowiek mógł coraz bardziej odpowiedzialnie budować mniejsze i większe wspólnoty, powinien coraz lepiej poznawać swoje mocne i słabe strony, rozwijać umiejętność rozpoznawania swoich emocji i potrzeb, zarządzania nimi – również w sytuacjach trudnych, aby mógł podejmować działania przemyślane i zgodne z własnym systemem wartości, a nie pod wpływem impulsów lub nacisków grupy. Samoświadomość i samozarządzanie budują poczucie sprawczości i skuteczności we własnym życiu. Wydaje się to szczególnie istotne właśnie na tym etapie edukacyjnym, kiedy zmiany w psychice i ciele nastolatka wprowadzają często w jego życie chaos i niepewność.

## Dlaczego tak ważne jest poczucie skuteczności?

Poczucie skuteczności to – mówiąc najprościej – umiejętność stawiania czoła wyzwaniom, które przynosi życie. Zwiększa ono motywację do działania i pomaga osiągać cele. Opiera się na własnych doświadczeniach i własnych sukcesach – mniejszych lub większych. Jest centralnym elementem poczucia sprawczości (czasem jest z nim nawet utożsamiane). „Kiedy dzieci mają poczucie sprawczości, czują, że mają większą kontrolę nad sobą i zaczynają dostrzegać i rozumieć swój wpływ na ludzi i świat wokół nich.”<sup>1</sup>

Czy nie tego właśnie byśmy chcieli dla naszych uczniów i uczennic? Aby byli samodzielni, odpowiedzialni i kreatywni? Aby czuli, że mogą osiągnąć swój własny, prywatny sukces i żeby nie tracili motywacji w dążeniu do celu? Aby z jednej strony mieli oparcie w sobie, a z drugiej – rozumieli, jaki wpływ mają na innych ludzi i procesy zachodzące w ich środowisku? Więcej o roli poczucia skuteczności możecie przeczytać w osobnym artykule „Mam tę moc, czyli o poczuciu skuteczności.”

<sup>1</sup> Katarzyna Kijek-Kubejko, Podaruj dziecku sprawczość, blog Edukacja i Inspiracje: <https://bit.ly/3qB7me1> [dostęp: 25.11.2020]

## Co znajdziecie w tym zestawie materiałów?

Proponując wam materiały o wzmacnianiu w uczniach i uczennicach poczucia osobistej skuteczności, postanowiliśmy się skoncentrować na czterech tematach:

1. Radzenie sobie z emocjami i stresem – samoregulacja.
2. Radzenie sobie z porażką.
3. Różnorodność w klasie – akceptacja różnorodności i dostrzeganie jej potencjału.
4. Mocne strony uczniów i uczennic – baza doradztwa zawodowego.

W każdym z tych obszarów znajdziecie:

- wskazówki do drobnych oddziaływań wychowawczych w codziennych sytuacjach szkolnych;
- inspiracje do działań specjalnych (w tym projektowych);
- ćwiczenie na godzinę do dyspozycji wychowawcy.

Kolejność nie jest przypadkowa – głęboko wierzymy, że wychowanie to proces, który odbywa się poprzez codzienne interakcje (czy tego chcemy, czy nie), a to, co robimy na godzinach wychowawczych, to jedynie niewielki wycinek tego procesu. Znacznie ważniejsze może się okazać wychwytywanie okazji do ćwiczenia jakiejś istotnej kompetencji w zwykłych momentach życia szkolnej społeczności.

Oprócz tego w materiałach znajdują się dwa teksty teoretyczne: o poczuciu skuteczności oraz o samoregulacji (Self-Reg), a także – znana wam już z pierwszej części – „Autodiagnoza wychowawcy”, tym razem dotycząca obszarów, które zaproponowaliśmy w niniejszym opracowaniu.

## Jakie kompetencje uczniów i uczennic chcemy rozwijać?

Wiedza:

- Czym jest stres?
- Czym jest samoregulacja?
- Jak można definiować sukces i porażkę?
- Czym jest różnorodność w kontekście społecznym?
- Czym są osobiste kompetencje?

Umiejętności:

- autorefleksja;
- radzenie sobie z trudnymi emocjami i ze stresem, samoregulacja;
- nazywanie emocji;
- rozpoznawanie swoich mocnych stron;
- dostrzeganie mocnych stron innych osób;

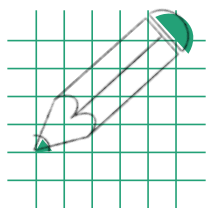
Postawy:

- ufność w swoje zasoby i kompetencje oraz we własną skuteczność;
- świadomość, że różnorodność nie jest zagrożeniem, a bogactwem;
- uczenie się na błędach;
- automotywacja;
- zaciekawienie sobą i drugim człowiekiem – tym, co wspólne i tym, co wyjątkowe dla jednostki.

Mamy nadzieję, że zaproponowane materiały pomogą wam w pracy wychowawczej, ale przede wszystkim, że staną się inspiracją do realizacji własnych pomysłów na działania wzmacniające poczucie skuteczności u uczniów i uczennic.

Na początku rozdziału „Jak wzmacniać w uczniach i uczennicach poczucie skuteczności?” zapraszamy do autodiagnozy, która pozwoli wam odnieść własne doświadczenia do zaprezentowanych dalej materiałów. Odpowiedzi na zamieszczone poniżej stwierdzenia, pozwolą podjąć refleksję nad swoją pracą, sprawdzić, który obszar potrzebuje najbardziej rozwoju i gdzie najbardziej przyda się wam wsparcie naszych autorów i ich odpowiedzi. Umożliwi to także rozpoczęcie lektury rozdziału od tekstu, który będzie najlepiej się wpisywał w wasze potrzeby. Powodzenia!

## ĆWICZENIE



# Autodiagnoza wychowawcy

Emilia Kędziorek

Przeczytaj poniższe stwierdzenia i zaznacz w dowolny sposób, jak często prezentujesz wymienione postawy i zachowania: w zaproponowanej skali 1 oznacza „nigdy”, a 5 – „zawsze”.

Poszczególne tabele odnoszą się do kolejnych rozdziałów praktycznych tej części publikacji.

### Radzenie sobie z emocjami i stresem – samoregulacja

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Rozmawiam z uczniami i uczennicami o ich emocjach i potrzebach w codziennych sytuacjach szkolnych: na przerwach, na lekcjach przedmiotowych, a nie tylko na godzinie do dyspozycji wychowawcy.					
Przyjmuję, że trudne zachowania uczniów i uczennic mogą być związane z ich trudnymi emocjami i stresem, a niekoniecznie są wynikiem złej woli.					
Kiedy pojawia się trudne zachowanie ucznia lub uczennicy, zadaję sobie pytanie: „Dlaczego to zachowanie pojawiło się teraz? Jaki stresor mógł je wywołać?”					
Uznaję prawo do emocji ucznia lub uczennicy, nie zaprzeczam im. Mówię raczej: „Masz prawo czuć smutek, to jest w porządku.”, niż „Nie płacz, nic się nie stało.”					
Świadomie rozwijam własne kompetencje społeczno-emocjonalne, wiedząc, że łatwiej mi dzięki temu oddziaływać na uczniów poprzez modelowanie oraz wspomagać ich samoregulację.					

### Radzenie sobie z porażką

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Nie porównuję uczniów i uczennic między sobą.					
Doceniam wysiłek włożony w zadanie czy aktywność, niezależnie od ostatecznego rezultatu.					
Mówię i pokazuję uczniom i uczennicom, że błędy i niepowodzenia są koniecznymi etapami w zdobywaniu nowych umiejętności.					
W sytuacji porażki pomagam konkretnemu uczniowi lub uczennicy w autorefleksji, jak można to niepowodzenie wykorzystać dla własnego rozwoju.					
Przyznaję się do własnych błędów i przepraszam uczniów, jeśli moje zachowanie wobec nich było nieadekwatne z jakichkolwiek powodów.					



## Różnorodność w klasie – akceptacja różnorodności i dostrzeganie jej potencjału.

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Dostrzegam własne wzorce stereotypowego myślenia o różnych grupach ludzi (np. stereotypy dotyczące płci, orientacji psychoseksualnej, pochodzenia etnicznego itp.).					
Unikam stereotypizacji w przydzielaniu zadań (np. przydzielania określonych funkcji zawsze dziewczynom lub zawsze chłopcom) oraz we własnych wypowiedziach (nawet w żartach).					
Wysłuchuję głosu mniejszości. Wspólnie z uczniami i uczennicami staram się uwzględnić stojące za nim potrzeby w decyzji, którą podejmuje grupa.					
Stwarzam uczniom i uczennicom możliwość współpracy i uczenia się od siebie nawzajem w zmiennych i zróżnicowanych grupach.					
Stwarzam wszystkim uczniom i uczennicom możliwość ujawniania swojej tożsamości w bezpiecznych warunkach (np. mówienia o swojej rodzinie, pochodzeniu, tradycjach, języku itp.)					

## Mocne strony uczniów i uczennic – baza doradztwa zawodowego.

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Dostrzegam i nazywam mocne strony poszczególnych uczniów i uczennic – zarówno te związane ze zdobywaniem wiedzy przedmiotowej, jak i z innymi umiejętnościami, w tym szczególnie z kompetencjami miękkimi.					
Unikam pogardliwego wypowiadania się o określonych zawodach lub funkcjach społecznych (w tym grożenia uczniom i uczennicom, np. że jeśli nie będą się uczyć, będą kopać rowy lub siedzieć na kasie w Biedronce).					
Pytam uczniów i uczennice, czego się nauczyli i czego się dowiedzieli o sobie (z danego zadania, w danym tygodniu/miesiącu czy też np. całym semestrze).					
Świętuję z uczniami i uczennicami ich prywatne sukcesy (również pozaszkolne) oraz sukcesy całej grupy.					
Rozmawiam z rodzicami o mocnych stronach ich dzieci – również w przypadku uczniów i uczennic, których postępy edukacyjne są wolniejsze.					

### MOJE WNIOSKI

Przyjrzyj się teraz swoim odpowiedziom i zapisz wnioski, jakie z nich wyciągasz:

.....

.....

.....

### MOJE WYZWANIE

A teraz zaplanuj, nad czym i w jaki sposób chcesz popracować w najbliższym czasie. Ile czasu dajesz sobie na to wyzwanie?

.....

.....

.....

Po czasie wyznaczonym na twoje wyzwanie, możesz wrócić do tabeli autorefleksji i sprawdzić, co się zmieniło. Możesz też wracać do niej co roku, aby monitorować zmiany w twoim podejściu do pracy wychowawczej.

# Mam tę moc, czyli o poczuciu skuteczności

Emilia Kędziorek

*Ania i Zosia są uczennicami klasy 4. Ich nowy nauczyciel matematyki odruchowo kwalifikuje Anię jako „przeciętną uczennicę”. Dostrzega, że Zosia nieco sprawniej liczy, dużo lepiej niż Ania rozumie terminy i pojęcia matematyczne. Zbliża się klasówka i nauczyciel – nazwijmy go panem Wiktorem – spodziewa się, że Zosia poradzi sobie lepiej, niż Ania. Okazuje się jednak, że to Zosia wypada słabiej. Wiktor sądzi, że może akurat kiepsko się przygotowała. W trakcie roku szkolnego jednak Ania coraz bardziej wyprzedza Zosię nie tylko na sprawdzianach, ale i sposobie, w jaki podchodzi do problemów matematycznych. Coraz śmielej zadaje też ciekawe pytania problemowe. Zaniepokojony nauczyciel postanawia porozmawiać z Zosią. „A bo, proszę pana, ja nie umiem” – mówi dziewczynka. „Czego nie umiesz?” – Dopytuje Wiktor. „Nie umiem tej matematyki. Nigdy nie umiałam. Sam pan widzi, że mi nie idzie.” Wychowawczyni potwierdza, że Zosia nie wierzy w siebie.*

Wysokie poczucie skuteczności to przekonanie, że poradzę sobie z problemem czy wyzwaniem, niezależnie od stopnia jego złożoności. Gdybyśmy zapytali Anię z naszej opowieści, co myśli przed klasówką z matematyki, powiedziałaaby po prostu: „Dam sobie jakoś radę”. Poczucie skuteczności to jednak nie to samo, co wysoka samoocena, mimo że często idą w parze. Samoocena może być wysoka, ale nieadekwatna. Ania zbudowała swoje poczucie skuteczności na własnym doświadczeniu. Wielokrotnie (powtarzalnie) odnosiła sukcesy i przez to umacniała swoje przekonanie, że „da sobie radę”. Warto zwrócić uwagę, że „sukces” niekoniecznie oznacza najwyższy możliwy wynik. Każdy z nas po swojemu definiuje sukces i porażkę. Wysoka samoocena może też niektóre osoby powstrzymać przed działaniem, zwłaszcza przed takim, które według nich nie gwarantuje „sukcesu”. Lęk przed porażką zdefiniowaną na swój własny użytek blokuje je przed rozwojem. Niezwykle istotne w kształtowaniu poczucia skuteczności staje się więc to, w jaki sposób traktujemy nasze niepowodzenia i błędy.

Wysokie poczucie skuteczności ma też to do siebie, że nie zachwieje się, jeśli raz czy drugi Ani pójdzie nieco gorzej przy rozwiązywaniu zadania. Niestety pojedynczy sukces odniesiony przez Zosię też nie przełamie jej przekonania, że „jest z matmy do niczego”. W dodatku „[...] uczniowie dysponujący wysokim poczuciem skuteczności szkolnej bardziej angażują się w realizację zadań, przejawiają większą wytrwałość i odporność na trudności (Schunk i Pajares, 2002; Pajares, 2003). Ze względu na to, że mocniej zależy im na osiągnięciu pozytywnego efektu (i wierzą, iż jest to możliwe), stosują bardziej elastyczne i systematyczne działania: częściej koncentrują się na jakości wykonania, analizują swoje postępy i w rezultacie uruchamiają więcej strategii, aby odnieść powodzenie.”<sup>2</sup> Autorka tej pracy powołuje się na kolejne wyniki badań, a nam może się wydawać, że to z góry przegrana walka: im wyższy mam poziom poczucia skuteczności, tym częściej odnoszę sukcesy, a im częściej je odnoszę, tym bardziej wzrasta moje poczucie skuteczności. I niestety na odwrót...

Poczucie szkolnej skuteczności ukształtowało się u obu dziewczynek na określonym poziomie już na etapie edukacji wczesnoszkolnej. Nauczycielowi nie będzie łatwo przekonać Zosię i jej podobne dzieci, że jednak „dadzą sobie radę”. Co zatem wpływa na poczucie skuteczności? Jak pomagać je budować?

2 Ewa Łodygowska, Rozwój poczucia skuteczności u dzieci i młodzieży: czynniki ryzyka i zasoby

## Cztery źródła poczucia skuteczności

Albert Bandura, główny badacz poczucia skuteczności, wymienia jego cztery źródła:

### 1. Sukcesy w wykonywaniu dotychczasowych zadań.

Rolą nauczyciela będzie tu zwracanie uwagi na postępy – zarówno w obszarze edukacyjnym, jak i szeroko pojętej pracy nad sobą, żeby młody człowiek uczył się te sukcesy (choćby najmniejsze) dostrzegać. Niezwykle istotny staje się tu również stosunek do porażek i pokazywanie, że mogą one prowadzić do rozwoju (są zatem naturalnym etapem w dążeniu do sukcesu).

Zosia z naszej opowieści nie doświadczyła, że „ma tę moc” lub doświadczała tego zbyt rzadko. Idealną sytuacją byłoby stworzenie jej takich doświadczeń edukacyjnych, które będą skutkowały sukcesami. Z pewnością jest to wyzwanie. Po pierwsze: jak już wiemy, tych pozytywnych doświadczeń musi być sporo. Na pewno warto wskazywać, co poszło dobrze nawet w niezbyt „udanym” zadaniu czy klasówce. W ten sposób choćby „zasada zielonego długopisu” może stać się środkiem wychowawczym. Po drugie: nie można dziecku dawać zadań zbyt prostych. Zosia jest inteligentna i szybko się zorientuje oraz odczyta to jako komunikat, że nauczyciel nie wierzy w jej możliwości. To oczywiście jeszcze podkopie jej poczucie skuteczności.

*Wychowawczyni klasy Zosi i Ani, pani Kaja, zorganizowała Targ Talentów (opis znajdziecie w rozdziale „Mocne strony uczniów i uczennic”). Właściwie to sami uczniowie go zorganizowali, ponieważ pani Kaja uświadomiła sobie, że im bardziej wyręcza uczniów, tym bardziej wpływa negatywnie na ich poczucie skuteczności. Zosia zdecydowała się zaprezentować swoją pasję, stepowanie. Bardzo wiele dzieciaków z klasy przyglądało się jej występowi, bili jej brawo. Ania poprosiła Zosię, żeby pokazała jej, jak się stepuje. Pani Kaja zwróciła uwagę, że Zosia ma wielki talent do tańca, ale także do opowiadania o tym, co dla niej ważne. Co to ma wspólnego z matematyką? Niewiele. Ale niskie poczucie skuteczności narodzone na matmie zaczyna już wpływać na to, co Zosia w ogóle o sobie myśli. Zanim uwierzy w swoje możliwości na matematyce, minie trochę czasu, warto więc pokazywać, w czym jest w ogóle dobra. Przeprowadzone na godzinie wychowawczej ćwiczenie dotyczące kompetencji (także w rozdziale o mocnych stronach) zaskoczyło Zosię. Nie potrafi na razie uwierzyć, że to, co napisali o niej koledzy i koleżanki to jakieś tam kompetencje. Dla niej to oczywiste, że potrafi słuchać innych czy stepować. Pani Kaja planuje teraz lekcję o porażce jako nieodłącznym elemencie sukcesu („Radzenie sobie z porażką”).*

### 2. Obserwowanie zachowań innych.

W pierwszej części tej publikacji („Jak rozwijać własne umiejętności wychowawcze?”) poświęciliśmy jeden z artykułów modelowaniu postaw uczniów i uczennic przez nauczyciela. Warto dodać w tym miejscu za Bandurą, że osoba, którą chcemy naśladować, nie może nam się wydawać niedoścignionym ideałem. Poczucie własnej skuteczności buduje się na przekonaniu, że skoro on/ona może coś osiągnąć, to ja także. Co za ulga, że nie musimy (a wręcz nie powinniśmy) być idealni! Zwróćmy tutaj uwagę, że modelowanie zachodzi również pomiędzy uczniami i uczennicami. Stąd tak ogromna rola uczenia się we współpracy – w parach i małych grupach.

*Wiktor zaczął częściej stosować pracę w parach i małych grupach. Zauważył, że Zosia nie jest wtedy taka przestraszona. Zadaje pytania, których bała się zadawać jemu. A kiedy pracuje z Kacprem czy Werą, tak bardzo chce im wytłumaczyć zagadnienie, że chwilami zapomina, jaka jest „beznadziejna z tej matmy”.*

*Pani Kaja chętnie stosuje metodę projektu. Widzi, jak dzieciaki uczą się od siebie nawzajem różnych kompetencji społecznych i nie tylko. Ostatnio grupa dzieci zaproponowała pomoc w matematyce dla klas 1-3. Ci, którzy nie czują się na siłach, aby sami tłumaczyć maluchom matematykę, organizują wsparcie logistyczne lub wykonują zamówione pomoce. Ania, która chodzi teraz z Zosią na lekcje stepu, namówiła ją jednak, aby była jedną z „korepetytorek”.*

### 3. Informacja zwrotna i sugestie.

Informacji zwrotnej może udzielać nauczyciel/nauczycielka, ale także uczniowie i uczennice sobie nawzajem. Nie ograniczajmy jej jedynie do zadań edukacyjnych na poszczególnych przedmiotach. Bardzo istotna jest refleksja i informacja zwrotna również w oddziaływaniach wychowawczych. Zwracamy na to uwagę w zaproponowanych tu materiałach, zachęcając, aby wychowawca zawsze udzielał informacji zwrotnej, ale także sam prosił o nią uczniów i uczennice. To dodatkowo podbudowuje poczucie wpływu uczniów, którzy widzą, że są ważni, skoro pyta się ich o zdanie.

*Wiktor bardziej dba teraz o to, żeby udzielać pozytywnej informacji zwrotnej i wyrażać wiarę w możliwości swoich uczniów. Jednak Zosię najbardziej wspiera to, kiedy po zakończonym ćwiczeniu Kacper lub Wera mówią, czego się nauczyli, kiedy akurat pracowali z nią w parze.*

*Pani Kaja wprowadziła zwyczaj mikroafirmacji („Różnorodność uczniów i uczennic jako bogactwo grupy”). Widzi, jak ważne jest dla wychowanków, że dostrzega ich szczególne uzdolnienia. Zachęca też uczniów i uczennice, aby mówili, jakie postawy lub osiągnięcia innych wzbudziły ostatnio ich podziw.*

### 4. Stan emocjonalny i energia.

Silne pobudzenie emocjonalne nie sprzyja wysokiej efektywności. Stąd tak ważne jest uczenie dzieci, jak mogą sobie radzić ze stresem, z intensywnymi emocjami, z trudnymi sytuacjami. Obecnie można znaleźć naprawdę dużo świetnych publikacji (drukowanych i elektronicznych), dotyczących pracy z emocjami w szkole. Nie bójcie się po nie sięgać i dostosowywać do potrzeb i możliwości waszych uczniów i uczennic. W naszych materiałach w każdym rozdziale znajdziecie pytania o to, jak uczniowie się czują – to zachęta, aby kompetencje emocjonalne rozwijać przy okazji codziennej pracy. Szczególne miejsce przyznaliśmy jednak kształtowaniu umiejętności samoregulacji w podejściu Self-Reg, które może zmienić waszą optykę postrzegania trudnych zachowań uczniów i uczennic („Radzenie sobie ze stresem – samoregulacja”). Pamiętacie może test marshmallow? Słyszeliście z pewnością, że umiejętność odroczonej gratyfikacji jest związana z sukcesem w przyszłości. Dziś wiemy, że dzieci, które radzą sobie w tym eksperymencie (był on wielokrotnie powtarzany), to te, które rozwinęły w sobie umiejętność samoregulacji w sytuacji napięcia.

*Dla Wiktora trudne było na początku pytanie dzieci, jak się czują. Ale potem stało się to rytuałem na każdej lekcji matematyki. Teraz, jeśli uczniowie i uczennice mieli klasówkę na poprzedniej lekcji, woli „zmarnować” pięć minut na rozciąganie się i podskoki, które zniwelują napięcie u większości dzieciaków, niż męczyć się przez 45 minut z ich nadmiernym pobudzeniem lub brakiem koncentracji.*

*Dla pani Kai odkrywcze było to, jak różne mogą być sygnały stresu u jej uczniów. To zmieniło jej postrzeganie „trudnych zachowań” wychowanków. Ale przede wszystkim zaczęła dostrzegać własne sygnały stresu i konsekwencje napięcia. Najbardziej zdumiało ją jednak, że odkąd je zauważa, stała się trochę spokojniejsza, a to z kolei... uspokaja także uczniów i uczennice, z którymi pracuje. Ostatnio przeczytała, że poczucie skuteczności nauczyciela wpływa na poczucie skuteczności jego uczniów. Postanowiła więc założyć własny „dziennik sukcesów”.*

A Zosia i Ania? Nie zamkniemy tutaj ich historii, ponieważ kształtowanie poczucia skuteczności to proces. W kolejnych latach szkolnych dziewczynki będą zdobywały nowe doświadczenia – i oby to były doświadczenia jak najcenniejsze dla ich rozwoju. O tym, jakimi uczennicami mogą się stać, przeczytacie poniżej.

## Na zakończenie

Katarzyna Kijek-Kubejko w artykule „Podaruj dziecku sprawczość” wymienia zachowania uczniów o wysokim poczuciu własnej skuteczności (uczniów sprawczych).

### Sprawczy uczniowie:

- wpływają na własną naukę i kierują nią
- dokonują wyborów
- wyrażają opinie
- zadają pytania i rozważają/dociekają
- pokazują, że rozumieją
- tworzą nowe znaczenia
- są aktywnymi członkami społeczności uczącej się.<sup>3</sup>

Wydaje się, że uczeń sprawczy czy też samoskuteczny to ideał, do którego dążymy w procesie edukacyjnym. Oczywiście nie jesteśmy w stanie sprawić, aby wszyscy nasi uczniowie i uczennice osiągnęli wysokie poczucie skuteczności. To kompetencja, którą muszą rozwinąć sami, w tych warunkach, w których postawiło ich życie. Skoro jednak dużą częścią tego życia jest szkoła, możemy ich wspierać w tym procesie. Na etapie klas 4-8 warto pamiętać też o tym, że z każdym rokiem coraz większy wpływ na poziom poczucia skuteczności będzie miała grupa rówieśnicza – etap tożsamości lustrzanej sprawi, że nasi wychowankowie będą szukali potwierdzeń swoich sukcesów bardziej w oczach ważnych dla nich rówieśników, niż nas, dorosłych. Dlatego tak ważne jest, by nasi uczniowie i uczennice czuli się ze sobą po prostu dobrze (praktycznie cały rozdział o różnorodności będzie dla was wsparciem, a więcej materiałów znajdziecie w trzeciej części publikacji, o tytule „Jak wzmacniać proces grupowy w klasie?”).

---

<sup>3</sup> Katarzyna Kijek-Kubejko, Podaruj dziecku sprawczość, blog Edukacja i Inspiracje: <https://bit.ly/3qB7meI> [dostęp: 25.11.2020]

## PIGUŁKA WIEDZY

# Stres w przestrzeni szkolnej – podejście Self-Reg

Jagoda Sikora

## Czy wiedza na temat Self-Reg może pomóc nauczycielowi?

Uczeń krzyczy, trzaska drzwiami, nie umie się zachować? Może jest agresywny wobec nauczyciela albo koleżanek i kolegów? Często przypina się mu wówczas łatkę „niegrzecznego dziecka”, upatruje się winy w rodzicach, którzy „nie potrafili wychować”. A co jeśli to... objaw stresu? A co jeśli te zachowania są nieadekwatnymi sposobami radzenia sobie z trudnymi emocjami, a młodego człowieka nie tyle trzeba strofować, co wesprzeć go w nauce samoregulacji? Z pomocą przychodzi nam tutaj podejście Self-Reg, które zmienia zupełnie sposób patrzenia na trudne zachowania dzieci i młodzieży (a także dorosłych). Co ciekawe, do niepokojących zachowań o podłożu stresowym można zaliczyć także wycofywanie się ucznia, jego apatię i brak zainteresowania. Poniżej przedstawię pokrótce koncepcję Stuarta Shankera, kanadyjskiego badacza samoregulacji.

## Czym jest Self-Reg?

Stuart Shanker powołał do życia The Merith Centre, w ramach którego prowadzone są liczne działania mające na celu promowanie wiedzy o samoregulacji. Wszystko w trosce o dobro dzieci. Tak, żeby mogły wzrastać we wspierającym środowisku i mogły uczyć się, jak zarządzać swoją energią oraz emocjami. Samoregulację rozumiemy tutaj jako przywracanie równowagi układu nerwowego w sytuacjach nadmiernego stresu. Dzięki niej osiągamy optymalny poziom pobudzenia potrzebny do podejmowania wyzwań codzienności. Self-Reg nazywane jest metodą, jednak zdecydowanie wykracza poza spis określonych zasad. Zawiera w sobie kroki – drogowskazy, w ramach których jednostka sama stara się wypracować nowe umiejętności. Ludzie bardzo się od siebie różnią, jeśli chodzi o sygnały stresu, rodzaje stresorów, które podnoszą napięcie, ale też sposoby jego redukcji. To dlatego Self-Reg nie zawiera gotowych recept, a jedynie wskazówki wspierające w poszukiwaniu własnej drogi samoregulacji.

## Na metodę Self-Reg składa się pięć kroków:

1. Rozpoznaj sygnały stresu.
2. Rozpoznaj stresory.
3. Zredukuj stresory.
4. Zwiększ samoświadomość.
5. Zregeneruj się.

Nie jest konieczne, aby stosować kroki w określonej kolejności. Dzięki nim dzieci, ale też dorośli (nigdy nie jest za późno na naukę samoregulacji) pogłębiają swoją wiedzę i testują różne strategie. Im młodsze dziecko, tym udział dorosłego we wspieraniu nauki samoregulacji jest większy. Poniżej opisuję szerzej kroki składające się na metodę.

Pierwszy krok – **rozpoznaj sygnały stresu** – związany jest z koncentracją uwagi na zachowaniu swoim lub innej osoby. To moment refleksji i zadanie sobie pytania: „Czy to zachowanie jest być może związane ze stresem?”.

Nawet z pozoru „złośliwe” zachowania, które przywykliśmy wiązać z intencjonalnym działaniem dziecka, może być motywowane wysokim napięciem. Jak dzieci sobie z nim radzą? Bardzo często robią to w mało „społecznie akceptowany sposób”: czasem jest to przeklinanie, agresja fizyczna, słowna. Dzieje się tak dlatego, że w chwili, kiedy odczuwają wysokie napięcie, nie umieją znaleźć strategii, by sobie z nim poradzić w efektywny sposób. Zobaczenie tego zachowania przez pryzmat napięcia, otwiera możliwości do dalszej pracy. Pierwszy krok to patrzenie na zachowanie jak na... górę lodową. Widać wierzchołek i zamiast zakładać, że to tylko zwykła kra, można dostrzec, że pod spodem jest ogrom różnych stresorów (czyli elementów, które podwyższają napięcie).

Czasem zdarza się, że w sytuacji dużego napięcia, przypisujemy innym ludziom „złą wolę”. Wydaje się, że ktoś specjalnie powiedział nam coś niemiłego, albo, że dziecko specjalnie nas nie słucha i chodzi po klasie. Selfregowe okulary, które zakładamy, pomagają zobaczyć więcej. Większość zachowań dzieci, które są dla nas wyzwaniem, nie wynikają z chęci sprawienia drugiej osobie przykrości. Za zachowaniem stoi ogrom stresorów i brak strategii, jak sobie z nimi poradzić.. Przykładowy Kuba, który ciągle wstaje i chodzi po klasie, nie wie jak poradzić sobie z potrzebą ruchu. Najprawdopodobniej nie porusza się po klasie po to, żeby utrudnić naukę kolegom. Bardzo możliwe, że brakuje mu strategii dla poradzenia sobie z napięciem. Warto pamiętać też, że umiejętności hamownia pewnych zachowań (samokontroli) rozwija się z czasem, dlatego tak trudno Kubie jest siedzieć, gdy czuje potrzebę ruchu.

Od tego właśnie zaczyna się kolejny, drugi krok (**rozpoznaj stresory**), w ramach którego warto szukać przyczyny zachowania (czyli zaglądać pod powierzchnię góry lodowej i szukać stresorów, które mogą stać za określonym zachowaniem).

Warto przyjrzeć się obecności stresorów w pięciu obszarach: biologicznym, emocjonalnym, poznawczym, społecznym i prospołecznym. Co może sprawiać, że rośnie napięcie? Zdecydowanie każdy drobny stresor może wpływać na gwałtowne podnoszenie się napięcia. Ludzie bardzo różnią się od siebie – coś, co dla jednej osoby jest stresorem, dla innej już nie. Dlatego tak ważne jest otwarte poszukiwanie: co spowodowało, że dane zachowanie pojawia się właśnie w tym momencie? Stuart Shanker powtarza pytanie: „Dlaczego teraz?” – jest to moment poszukiwania i refleksji nad przyczynami napięcia. Warto tę sytuację dokładnie przeanalizować i ustalić, czym np. nagły wybuch złości dziecka był spowodowany. Często jest tak, że stresory wzajemnie na siebie oddziałują i wzmacniają swoje działanie. Poszukiwania stresorów warto rozpocząć od stresorów biologicznych. Z pozoru błahe, potrafią bardzo mocno wpłynąć na wzrost napięcia.

## Jakie stresory wchodzą w poszczególne kategorie?

**Obszar biologiczny** – tu znajdują się wszystkie stresory, które są związane z fizjologią, tym jak funkcjonuje nasze ciało i czego potrzebuje, żeby czuć się komfortowo. Głód, pragnienie, choroby, zaburzenia integracji sensorycznej, ból – to tylko przykładowe stresory z tej kategorii. Brak ruchu albo zmęczenie fizyczne to również stresory, które wchodzą w tę kategorię.

**Obszar emocji** – tu znajdują się stresory związane z emocjami. Warto wspomnieć, że doświadczanie nowych sytuacji również może pełnić rolę stresora. Stresorem mogą być też sytuacje pozytywne. Na przykład ekscytacja również potrafi podnieść poziom napięcia.

**Obszar poznawczy** – to szczególnie ważny obszar w kontekście nauki. Dzieci często unikają wykonywania czynności, które im sprawiają trudność. Za dużo lub za mało informacji, nieumiejętność poradzenia sobie ze zbyt obszernym materiałem, trudności z wyciąganiem wniosków, problemy z koncentracją – to wszystko stresory, które mogą mieć wpływ na wzrost napięcia u dziecka w obszarze poznawczym.



**Obszar społeczny** – to obszar związany z interakcjami z innymi ludźmi. Szczególnie ważny dla dzieci w wieku szkolnym, dla których grupa rówieśnicza jest ważnym wyznacznikiem społecznym. W tym obszarze stresorem mogą być konflikty z rówieśnikami czy też brak akceptacji ze strony grupy.

**Obszar prospołeczny** – to obszar pokrewny obszarowi społecznemu. Tu znajdują się wszystkie stresory związane z wrażliwością. Sytuacje, kiedy nasza umiejętność współodczuwania stanowi obciążenie. Czasem bliska osoba doświadcza tragedii – np. najlepszy przyjaciel traci jednego z rodziców. Wtedy dziecko nie doświadcza bezpośredniego stresora, jednak odczuwa obciążenie, jest mu przykro i ciężko mu poradzić sobie z napięciem.

Analizując zachowania i zadając sobie pytanie „Dlaczego teraz?”, warto przyjrzeć się każdemu obszarowi. A teraz krótki przykład:

*Kuba zasnął do szkoły. Obudził się 7.40, a lekcje zaczynały się o 8! Bardzo się śpieszył i udało mu się wbiec do szkoły 8.05. Wszedł do klasy na lekcję Przyrody spóźniony i szybko zajął miejsce. Kiedy sięgnął do plecaka okazało się, że nie wziął zeszytu z zadaniem domowym. Był zły, bo włożył duży wysiłek w opracowanie zadania. Pani poprosiła go o pokazanie zeszytu. Kuba wstał z pochyloną głową. Czuł ogromną suchość w gardle (zapomniał też bidonu z wodą). Wtedy Michał z ławki obok zaczął się śmiać z jego fryzury („O nie” – pomyślał Kuba – „zapomniałem się uczesać”). Kiedy Pani powiedziała, że zawiodła się na nim, Kuba czuł jak łzy napływają mu do oczu. Uderzył pięścią w ławkę i wybiegł z klasy.*

Jak myślisz: jakie stresory spowodowały, że Kuba się tak zachował?

Kolejny, trzeci krok to **redukcja stresorów**. Założeniem tego kroku nie jest redukcja wszystkich stresorów. To niemożliwe – tak samo jak niemożliwe jest życie bez stresu. Warto jednak spróbować zredukować przynajmniej część z nich. Stresory wzajemnie na siebie wpływają i czasem wzmacniają swoje działanie. Bywa, że zredukowanie 1-2 stresorów, może pozytywnie wpłynąć na samopoczucie osoby. Zaspokojenie głodu, zadbanie o adekwatny poziom nawodnienia, zapewnienie odpowiedniej ilości ruchu to pomocne elementy pomagające zmniejszyć napięcie.

Krok czwarty to kształtowanie **samoświadomości**. To moment, kiedy zwracamy się w kierunku ćwiczeń uważności, czyli czas na uważną przerwę i głęboki oddech, po tym, jak udało się nam zobaczyć zachowanie przez pryzmat stresu, rozpoznać stresory i zredukować poszczególne z nich. Stuart Shanker przypisuje dużą rolę uważności. Żyjemy szybko, nasze mózgi potrafią przetwarzać ogromną ilość informacji. Niestety efektem ubocznym jest brak uważności na sygnały, które płyną z naszego ciała lub głowy. Warto nad nimi się zatrzymać i przeanalizować.

Krok piąty, ostatni – chociaż czasami powinien być tym pierwszym – to **regeneracja**: moment na odpoczynek, relaks, przerwę. Wydawałoby się proste, ale mamy z tym problem. Zdarza się, że odpoczywamy za późno – wtedy, kiedy już całkowicie stracimy siły (nie tylko te fizyczne, ale przede wszystkim psychiczne). Krok czwarty i piąty to profilaktyka, bycie czujnym na sygnały, które informują nas o tym, że „nasze baterie” się rozładowują. W poszukiwaniu źródeł efektywnej regeneracji warto paradoksalnie zwrócić uwagę na to, co nam nie służy. Czasem wydaje się, że coś nam przyniesie regenerację, a w efekcie jest odwrotnie.

## Jak wiedza o pięciu krokach Self-Reg może przydać się w szkole?

### 1. Uczeń

Dzieci potrzebują uczyć się regulacji swojego napięcia. Pewne strategie realizują instynktownie, a do innych potrzebują wsparcia dorosłych. Im młodsze dziecko, tym tego wsparcia (zewnątrznego regulatora) potrzebuje więcej. Jak takie działania można wdrożyć w szkole? Samo mówienie o napięciu, ukierunkowanie uwagi dziecka na sygnały stresu potrafi bardzo dużo zmienić. Wprowadzenie rutynowych ćwiczeń z zakresu uważności wpływa na pogłębienie samoświadomości ucznia. Dbanie o dobrą regenerację również wspomaga naukę samoregulacji.



## 2. Nauczyciel

Dzieci uczą się poprzez naśladowanie. Dzięki temu mechanizmowi chętnie przyswajają wiedzę i uczą się działać inaczej. Przeswajają nowe strategie, testują różne nowe sposoby. Dlatego warto, żeby nauczyciel również podjął próbę pracy nad swoją regulacją. Najlepiej wdraża się wiedzę, którą przetestowało się na swoim przykładzie. Dlatego zanim wprowadzi się określone ćwiczenia do klasy i szkoły, warto spróbować pochylić się nad własnymi sygnałami stresu, poszukać własnych stresorów oraz zastanowić się nad możliwymi drogami prowadzącymi do redukcji napięcia.

## 3. Otoczenie

Wiedza o działających stresorach, o tym, jak funkcjonuje dziecko, o tym, który stresor pełni istotną rolę, może pomóc odpowiednio zorganizować przestrzeń. Na przykład przygotować miejsce do nauki (brak rozpraszających elementów, dostępność wody, częste przerwy, aktywność w trakcie przerw), odpowiednio zaplanować popołudnie i zorganizować tydzień. Dlatego warto również na tym poziomie wdrożyć naukę samoregulacji.

## **Jak wiedza o samoregulacji ma się do społeczno-emocjonalnego rozwoju dziecka?**

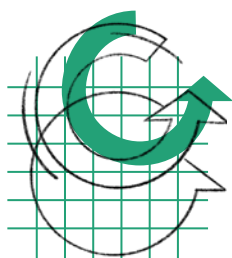
To kluczowe i niezwykle ważne, aby wdrazać działania oparte o wiedzę na temat samoregulacji. Chociaż nigdy nie jest za późno na naukę samoregulacji, to warto tę naukę rozpocząć stosunkowo szybko i szkoła jest ku temu dobrym miejscem. Dzieci w okresie szkolnym nabywają sporo nowych kompetencji, w tym społeczno-emocjonalnych, na które warto zwrócić szczególną uwagę i nie zgubić tego w koncentrowaniu się głównie na realizacji podstawy programowej. Na tym etapie dzieci zaczynają rozumieć, że możemy odczuwać bardzo różne emocje: dlatego jest to doskonały moment na wprowadzenie edukacji emocjonalnej i włączanie dzieci w aktywne poszukiwanie sposobów na radzenie sobie ze stresem.

U dzieci na etapie szkoły podstawowej wzrasta świadomość tego, że emocje można regulować poprzez określone działania (np. przywołanie pozytywnego zdarzenia, miłej sytuacji może pomóc im w poradzeniu sobie ze smutkiem). To także szczególny czas wielu konfliktów i trudnych relacji z rówieśnikami, co zawsze jest wyzwaniem, ale wspierający opiekun może i tu pomóc w samoregulacji. Nie zmienia to faktu, że na tym etapie szczególną rolę odgrywa grupa rówieśnicza.

Z „Pigułki wiedzy” dowiedzieliście się już, czym jest podejście Self-Reg. W poniższym materiale proponujemy wam sposoby na włączanie selfregowej optyki do swojej pracy wychowawczej. Zauważcie, że jest to w istocie praca z trudnymi emocjami i potrzebami – własnymi i uczniów. Zauważycie tu z pewnością również elementy podejścia NVC (Porozumienia bez przemocy). Zachęcamy do stosowania metody małych kroków i do obserwacji, jak wy sami działacie w stresie. Pamiętajmy, że zbyt niski lub zbyt wysoki poziom pobudzenia nie sprzyja wysokiej skuteczności. Samoregulacja pozwala nam ten poziom mądrze (w sobie) regulować. Dobra wiadomość jest też taka, że ludzie mogą się również nawzajem współregulować, zatem nasz spokój wpływa na innych – a zwłaszcza na dzieci.

# Radzenie sobie z emocjami i stresem – samoregulacja

Jagoda Sikora



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Konflikty

Sytuacja konfliktu lub kłótni między dziećmi jest okazją, by wesprzeć dzieci w pogłębianiu samoświadomości i nabywania nowych kompetencji w zakresie samoregulacji. Kiedy widzisz, że dzieci się biją, kłócą, postaraj się odezwać do nich i porozmawiać łagodnym głosem (twój spokój pomoże im troszkę obniżyć poziom napięcia). Kiedy pojawia się trudna sytuacja, unikaj szukania winnych i wchodzenia w rolę sędziego. Oddaj dzieciom sprawstwo:

1. Zapytaj każdą ze stron, co się wydarzyło.
2. Sparafrazuj to, co usłyszałaś/eś (*Słyszę, że zdenerwowałaś się na Anię, bo zabrała Ci chustę bez pytania o Twoją zgodę, tak? A Ty Kasiu chciałaś ją tylko zobaczyć i zapomniałaś zapytać Anię o zgodę, dobrze rozumiem?*)
3. Poproś o określenie oczekiwań, jakie ma każde dziecko (*Co byś Aniu/Kasiu chciała, żeby następnym razem w takiej sytuacji było inaczej?*)
4. Poproś o to, żeby dziecko powtórzyło „o co chodzi” tej drugiej stronie. To właśnie wtedy dzieci nakładają „selfregowe okulary” i próbują zobaczyć, jakie oczekiwania kryją się za określonymi komunikatami lub zachowaniami. Dzięki temu uczą się, że za zachowaniem innej osoby niekoniecznie stoi „robienie na złość”, a raczej kryje się jakaś potrzeba lub stresor.
5. Zapytaj każdego o propozycję rozwiązania oraz o to, co o tym rozwiązaniu sądzi druga strona sporu.

## Samoobserwacja

To potężne narzędzie w ręku każdego specjalisty, który pracuje z dziećmi. Dlaczego? Samoobserwacja tego, jakie ja mam sygnały stresu, po czym poznaję, że rośnie mój poziom napięcia, stanowi bazę w uczeniu dzieci i dorosłych samoregulacji.

Jak to zrobić? Zapisywać sytuacje, kiedy nasze napięcie bardzo wzrosło i zastanawiać się nad nimi. Po czym poznałam/em, że napięcie wzrosło? Jakie myśli pojawiły się w sytuacji napięcia? Jak zachowuje się moje ciało, kiedy rośnie napięcie? Regularna obserwacja sprawia, że łatwiej i szybciej udaje nam się wychwycić pewne sygnały, dzięki czemu możemy zadziałać – wprowadzić strategię redukcji napięcia, zanim osiągniemy już bardzo wysoki poziom stresu.

## Dlaczego teraz

Kiedy zachowanie twojego ucznia i uczennicy jest dla ciebie wyzwaniem, zatrzymaj się i zastanów: „*Dlaczego to zachowanie pojawia się właśnie teraz?*”. Idealnie, jeśli masz możliwość pochylecia się nad tym w komfortowych warunkach, kiedy nikt cię nie pogania, a ty możesz spokojnie zebrać myśli.

Zastanów się, co się działo wcześniej i jakie sygnały być może wysyłał twój uczeń lub uczennica. Pomyśl jakie stresory mogły wpłynąć na pojawienie się tego zachowania. Warto wziąć kartkę i przeanalizować wszystkie pięć grup stresorów. Jeśli masz możliwość porozmawiania z dzieckiem na ten temat (bez obecności innych dzieci), zyskasz jeszcze większą wiedzę na temat tego, co stoi za danym zachowaniem. Pamiętaj, że umiejętność hamowania reakcji dopiero się rozwija. Dzieciom bardzo trudno jest samodzielnie zaprzestać pewnych zachowań, nawet jeśli bardzo chcą („*Bardzo chcę przestać gadać na lekcji, ale jednocześnie tak bardzo chcę w niektórych sytuacjach powiedzieć koleżance, co myślę, że nie umiem się powstrzymać*”). Co w takiej sytuacji można zrobić? Zastanów się, co stoi za tym zachowaniem i jaką strategię mogą zaproponować dziecku („*Spróbuj zapisać krótko, co byś chciała powiedzieć Kasi, żebyś nie zapomiała i mogła na przerwie podzielić się tym, co dla ciebie ważne, po to, byś skoncentrowała się się dalej na lekcji. Co o tym sądzisz?*”).

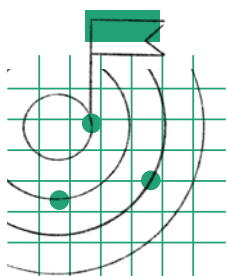
## Jak działać, kiedy brakuje czasu i przestrzeni na analizowanie?

Często zdarza się, że w klasie, szkole dzieje bardzo dużo rzeczy w jednym momencie. Brakuje czasu na zatrzymanie się, zastanowienie, bo przytłacza ogrom obowiązków, ale też odpowiedzialność za dzieci. W takich sytuacjach działamy często upraszczając pewne treści, które chcemy przekazać dzieciom. „Nie płacz!”, „Nie wolno...”, „Ty znowu...” to komunikaty, które wypowiedane nawet w dobrej wierze, mogą zamknąć drogę porozumienia. Zanim zwrócisz dziecku uwagę:

1. Weź głęboki wdech (twój spokój rodzi spokój dziecka!).
2. Zastanów się, co chcesz przekazać dziecku.
3. Zastanów się, czego oczekujesz od dziecka i jak najprecyzyjniej i krótko możesz wyrazić to słowami.

Zamiast „*Nie wolno wchodzić na ławkę*”, spróbuj: „*Zejdź z ławki*”.

Zamiast „*Znowu mnie nie słuchasz*”, spróbuj: „*Popatrz na mnie*”.



## Działania specjalne – inspiracje

### PROJEKT – DETEKTYWI STRESU

Celem tego projektu jest ukierunkowanie uwagi dzieci na to, jak ludzie radzą sobie ze stresem, zachęcenie do refleksji nad własnymi sygnałami stresu i stresorami wpływającymi na wzrost napięcia.

#### ETAP PIERWSZY: „Ktokolwiek widział, ktokolwiek wie”.

1. Zapowiedz uczniom i uczennicom, że zamienicie się w detektywów stresu i będziecie śledzić jego ślady.
2. Poproś uczniów i uczennice, aby każdy z nich zebrał w ciągu tygodnia wywiady na temat stresu z czterema starszymi od nich osobami (rodzicami, dziadkami, starszym rodzeństwem itp).

Proponowane pytania do wywiadu:

- Po czym poznasz, że się stresujesz?
- Co wpływa na twój poziom stresu – na to, że jest on wyższy lub niższy?
- Jak możesz obniżyć jego poziom?
- Co pomaga ci się zregenerować, odpocząć po stresującym wydarzeniu?

Jeżeli twoi uczniowie i uczennice mają już pewną wiedzę na temat stresu, możesz z nimi przeprowadzić burzę mózgów, podczas której sami wygenerują pytania, które zadadzą swoim respondentom.

#### ETAP DRUGI: „Portret pamięciowy”.

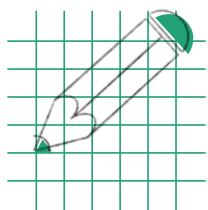
3. W kolejnym tygodniu podziel uczniów i uczennice (w dowolny sposób) na czteroosobowe grupy i poproś o opracowanie wyników ankiet:
  - Jakie widzicie elementy wspólne w odpowiedziach różnych osób? Czy jakaś odpowiedź szczególnie się powtarza?
  - Jakie odpowiedzi są jednostkowe, rzadko występują?
  - Które z tych odpowiedzi zgadzają się z waszym doświadczeniem?
  - Czy coś was zaskoczyło?
4. Zapytaj każdą z grup, jakimi odkryciami z tej części chcieliby się podzielić z resztą klasy.

## ETAP TRZECI: „Stres zdemaskowany.”

5. Przedyskutujcie, w jaki sposób moglibyście przedstawić wyniki swojej pracy: może każda z grup przedstawi w formie plakatu „portret pamięciowy” stresu, a może nakręci krótki filmik o tym, jak można obniżyć jego poziom? Powiedz, że ich praca ma mieć jak najbardziej praktyczny charakter: pomóc innym w rozpoznawaniu sygnałów stresu oraz w radzeniu sobie z nim. Ustalcie termin prezentacji rezultatów projektu. Pomyślcie też o tym, komu chcecie je zaprezentować.

### Uwagi:

- Pamiętaj, że ludzie mogą niechętnie mówić o swoim stresie – uprzedź o tym uczniów i poproś, aby pytali za każdym razem, czy dana osoba chce i może z nimi o tym porozmawiać.
- Miej na uwadze, że nie wszyscy – także nie wszyscy dorośli – radzą sobie ze stresem w sposób konstruktywny. Istnieje pewna możliwość, że takie odpowiedzi też pojawią się w ankietach: warto to wychwycić podczas pracy grup i rozmawiać o tym z uczniami.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### Wprowadzenie dla nauczyciela

Pracę nad samoregulacją dobrze jest z dziećmi zacząć od pierwszego kroku (rozpoznaj sygnały stresu) i drugiego kroku (rozpoznaj stresory). Zanim uczeń lub uczennica podejmie się pracy nad własnymi sygnałami i stresorami, warto poćwiczyć na przykładach (omówienie mechanizmu na przykładzie wymyślonej historii). Dopiero potem przejdźcie do identyfikacji własnych sygnałów stresu. Celem ćwiczeń jest zwrócenie uwagi dziecka na sygnały stresu, a także pokazanie, że różne zachowania mogą być spowodowane stresem.

**Czas trwania:** 45 minut

**Materiały i środki dydaktyczne:** wydrukowany opis sytuacji (załącznik 1), kartki papieru, kredki, tablica

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-6 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

#### SYGNAŁY STRESU

1. Wprowadź uczniów i uczennice w tematykę stresu, mówiąc, że **wszyscy doświadczamy czasem napięcia**, które wydaje się nieprzyjemne. Pojawia się ono w sytuacji, kiedy się zezłościśmy albo gdy jesteśmy smutni. Może się również pojawić przed trudną sytuacją, na przykład występem. Zapytaj uczniów, w jakich sytuacjach oni doświadczają stresu (napięcia).

2. Poproś uczniów i uczennice o **narysowanie postaci człowieka** i zaznaczenie, gdzie najczęściej czują napięcie.

Jeśli dzieciom trudno jest zidentyfikować napięcie, możesz zasugerować, żeby przypomnieli sobie, jak to było, kiedy stresowali się ostatnio. Możesz również zasugerować: Być może komuś trzęsą się ręce, kiedy się stresuje? A może ktoś z was czuje, że przyspiesza mu oddech? Albo zaczyna go boleć brzuch? itd.

3. Kiedy uczniowie i uczennice zaznacza już na swoich rysunkach, w których miejscach objawia się u nich stres, zachęć, aby **porównali rysunki w parach** i porozmawiali o podobieństwach i różnicach.

#### ROZPOZNAJ STRESORY

4. Podziel dzieci na grupy 3-4 osobowe. **Rozdaj grupom kartki z historiami z załącznika 1** i poproś o zanotowanie odpowiedzi na pytania, które się tam znajdują (część grup otrzymuje historie o Janku, część o Paulinie).
5. Podpowiedź dla nauczyciela: może być tak, że uczniowie będą potrzebować wsparcia, możesz wtedy skierować ich uwagę na stresory biologiczne: „Wydaje mi się, że Janek czuł głód – to mogło wpłynąć na jego gorsze samopoczucie. Jak myślicie: co jeszcze mogło na nie wpłynąć?”
6. Poproś dwie grupy (po jednej od każdej historyjki) o zaprezentowanie samej historii i swoich wniosków. Resztę grup zachęć do uzupełnienia wypowiedzi.
7. Wyjaśnij uczniom i uczennicom, że przedtem rozmawialiście o tym, w jaki sposób odczuwamy stres. Teraz przyglądali się temu, co ten stres wywołuje (tu możesz narysować górę lodową i pokazać, że zachowanie to tylko jej wierzchołek, a pod spodem – pod powierzchnią wody – znajdują się różne zjawiska, które je wywołały, czyli stresory). Stresorem może być głód, zmęczenie, smutek. Możesz zapytać dzieci o różne przykłady stresorów i zapisać je na tablicy.
8. Poproś dzieci, aby przypomniały sobie sytuację, kiedy ostatnio czuły złość. Niech porozmawiają o tym w parach, a następnie zastanowią się wspólnie, jakie stresory mogły zadziałać. Zachęć do potraktowania tego zadania jak zabawy w śledzenie potencjalnych stresorów.
9. Po ćwiczeniu warto docenić pracę uczniów i zapytaj, czego się dowiedzieli. Jeśli uczniowie i uczennice będą mówić o swoich odczuciach, unikaj ocen.

**Zwróć na to uwagę:** Niektórzy uczniowie mogą czuć opór i nie chcieć rozmawiać na temat stresu. Być może będzie im ciężko odnieść się do własnych doświadczeń. Uczenie samoregulacji to proces – warto nie naciskać i nie stwarzać presji, a łagodnie ich zachęcać.

## ZAŁĄCZNIK 1.

Wczoraj Janek przyszedł do szkoły w złym humorze. Był smutny, bo dzień wcześniej dowiedział się, że jego pies jest ciężko chory. Źle spał w nocy, zaspał na pierwszą lekcję, przez co nie zjadł śniadania i nie wziął butelki z wodą. Kiedy na lekcji okazało się, że wziął stary zeszyt od matmy, wstał, trzasnął ręką o ławkę i krzyknął do kolegi: „Co się na mnie tak gapisz?”. Wszyscy byli mocno zaskoczeni jego reakcją. Słysząc było ciche szepty: „Co go właściwie ugryzło?”

*Zanotujcie odpowiedzi na pytanie:*

*Co waszym zdaniem wpłynęło na to, że tak mocno się zezłościł?*

Paulina wróciła do domu w złym humorze. Była smutna. Ten dzień był dla niej trudny. W szkole dostała minus, bo zapomniała zabrać z domu pracę plastyczną, nad którą spędziła 3 godziny! Była bardzo głodna. Na obiad w szkole były flaczki, a Paulina bardzo nie lubi ich jeść. Najgorsze jednak było w tym całym dniu to, że nie było dziś w szkole jej ulubionej przyjaciółki – Asi. Paulina wróciła do domu, rzuciła plecak w przedpokoju i wbiegła do swojego pokoju. Mama Pauliny z troską zjrzała do niej: „Kochanie, co się stało?”, „Daj mi spokój” – krzyknęła Paulina i zaczęła płakać.

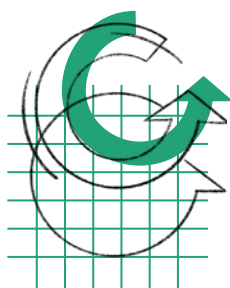
*Zanotujcie odpowiedzi na pytanie:*

*Co waszym zdaniem wpłynęło na to, że tak mocno się zezłościła?*

*Dla uczenia się i rozwoju dziecka bardzo ważna jest umiejętność radzenia sobie z porażką. Nie jest to jednak łatwe w świecie, gdzie ceniony jest sukces, a wiele osób doświadcza presji perfekcjonizmu. Błąd, porażka budzi wiele nieprzyjemnych skojarzeń, potocznie uważana jest za przeciwieństwo sukcesu. W rzeczywistości jednak jest jego elementem. Droga do sukcesu najczęściej nie jest możliwa bez popełnienia wielu błędów. Umiejętność analizowania własnych porażek i uczenia się na błędach jest bardzo ważną kompetencją tak w szkole, jak i w pracy. Warto uświadamiać uczniom i uczennicom, że w zmieniającym się świecie konieczne jest ciągłe doskonalenie się oraz innowacyjność. Tymczasem nowe rozwiązania powstają najczęściej poprzez eksperymentowanie, metodą prób i błędów. Uświadamianie sobie, że także błędy i niepowodzenia mogą być zasobem, rozbraja związany z nimi lęk i wzmacnia poczucie własnej skuteczności.*

# Radzenie sobie z porażką

Anna Kawalska



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Empatia i nazywanie uczuć ucznia lub uczennicy, który/a doświadcza porażki

Porażka może być cenną lekcją. Zanim jednak uczeń i uczennica będą w stanie ją analizować, wyciągnąć płynące z niej wnioski, czerpać korzyści, muszą poradzić sobie z różnymi emocjami, jakie jej towarzyszą takimi jak: rozczarowanie, złość, smutek. Ważne jest, aby uczniowie mogli mieć możliwość wyrażenia swoich emocji, np. powiedzenia o nich. Nauczyciel może pomóc uczniowi nazwać to, co uczeń przeżywa: np. „Widzę, że jesteś rozczarowany oceną z zadania, bo dużo włożyłeś pracy w jego przygotowanie”, „Słyszę, że jest wam smutno, że przegraliście zawody”. Ważne, aby docenić wysiłek włożony w zadanie, aktywność.

### Porażki są nieuniknione – wyciąganie wniosków

Gdy emocje już opadną i uczeń/uczennica będzie gotowy/gotowa, warto wspólnie poszukać rozwiązania, co można zrobić inaczej następnym razem. Można zapytać ucznia, jaki ma pomysł, co może zrobić inaczej, czego było za mało, czego za dużo itp. Należy unikać dawania od razu gotowych rozwiązań. Gdy dziecko nie ma zupełnie pomysłu, nauczyciel/nauczycielka może zapytać ucznia/uczennicę, czy chciałby/chciałaby usłyszeć jakieś propozycje i dopiero wtedy je podać. Samo powiedzenie, że porażki są nieuniknione, że są elementem sukcesu, że dzięki nim rozwija się też mózg (tworzą się nowe połączenia neuronalne) dla wielu osób jest już wspierające. Jeżeli nie popełniamy błędów, to znaczy, że nie robimy nic nowego, że powtarzamy to, co już i tak umiemy.



## Twórz bezpieczne sytuacje dla doświadczenia porażek

Przeprowadzanie w klasie różnych gier, zabaw, w których jedno dziecko lub grupa raz wygrywa, raz przegrywa to doskonała okazja do tego, by ćwiczyć radzenie sobie z porażką i omawiać mechanizmy, które jej towarzyszą. Dla przykładu pojawiające się animozje w grupie, która przegrała, można spożytkować, by zwrócić uwagę dzieciom na to, że często tak jest. Gdy nasza drużyna wygrywa, wszyscy chcą być częścią sukcesu, mówią „my wygraliśmy”, a gdy nasza drużyna przegrywa, często dochodzi do szukania osoby, która jest winna. Dobra drużyna to taka, które cieszy się wspólnymi sukcesami oraz wspiera w sytuacji porażki i wyciąga z niej wnioski. Ważne jest, by odzwierciedlać uczucia grupy/ osoby, która przegrała, a jednocześnie modelować, zachęcać uczniów do gratulowania tym, którzy wygrali (pamiętając, że to naturalne, że raz przegrywamy, raz wygrywamy).

## Modelowanie konstruktywnego podejścia do błędów

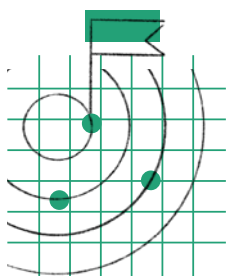
Popętnienie błędu przez nauczyciela/nauczycielkę to doskonała okazja do tego, aby zamodelować, jak można sobie z nim poradzić. Zobaczenie przez uczniów i uczennice, że osoba ich ucząca sama mówi, że popełniła błąd, przyznaje się do niego, przeprasza za niego, mówi, co zrobi, by go naprawić, jest inspiracją i zachętą do podobnych zachowań. Nauczyciel/nauczycielka może podzielić się w odpowiednim momencie również jakąś porażką ze swojego życia (na tyle, na ile czuje taką otwartość).

## Rozmawiaj z rodzicami o tym, jak mogą wspierać swoje dzieci w radzeniu sobie z porażką

Bardzo duży wpływ na to, jak z porażką radzą sobie dzieci, ma to, jak na nią reagują ich rodzice. Dzieciom, które za popełnienie błędów (np. zły stopień, zepsucie czegoś), czeka kara ze strony rodziców (krzyki, szlaban, nie mówiąc już o karach fizycznych), trudno jest skupić się na analizowaniu porażki i szukaniu płynących z niej korzyści, na tym, czego się dzięki niej nauczyły. Swoją energię koncentrują na lęku przed reakcją rodziców. Zamiast np. koncentrować się na tym, jak naprawić szkody, mogą dążyć do ukrycia popełnionego przez siebie błędu. Dlatego ważne jest, aby nauczyciele, nauczycielki rozmawiali z rodzicami na temat tego, jak wspierać dziecko, a czego warto unikać. Zajęcia na temat motywowania dziecka, komunikacji może przeprowadzić pedagoga szkolna, ale nauczyciel/nauczycielka mając dużo częstszy kontakt z rodzicami, może poruszać kwestię wspierania dzieci zarówno na zebraniach rodziców, jak i w rozmowie indywidualnej. Należy zwrócić uwagę, by w rozmowie podkreślać wspólny cel, do jakiego dążymy, by rodzice nie poczuli się atakowani oraz oskarżani. Można powiedzieć np. „Zauważyłam, że Jan bardzo przejmuję się, gdy dostanie złą ocenę, do tego stopnia, że nie słyszy, gdy próbuję mu wytłumaczyć, na co ma zwrócić uwagę, czy zauważył Pan/Pani, że w domu też się tak stresuje, gdy coś mu nie wyjdzie? Zastanawiam się, co możemy z tym zrobić?”. Niektórzy rodzice mogą zaś mieć tendencję do nadmiernego chronienia dzieci przed doświadczeniem porażki np. wyręczając je w różnych aktywnościach. Warto powiedzieć rodzicom, że dzięki porażkom dziecięcy mózg się rozwija, a ćwiczenia radzenia sobie z frustracją i niepowodzeniami to cenna lekcja na trudne sytuacje w życiu każdego człowieka w przyszłości.

## Nie porównujemy

Na zakończenie jedna ważna rzecz, której jako dorośli (czy to nauczyciele, czy to rodzice) powinniśmy unikać, aby wspierać dzieci w konstruktywnym radzeniu sobie z porażkami, a mianowicie NIE PORÓWNYWAĆ uczniów do siebie nawzajem. Rodzice słysząc, jaki stopień dostało dziecko, pyta: „A co dostał Marcin?„. Nauczyciele, chcąc zmotywować dzieci, mówią: „Zobacz, jak Krysia spokojnie siedzi... jak Sławek się postarał... Trzecia d nie miała problemu z tym zadaniem...” itp. Porównywać możemy jedynie dziecko do samego/samej siebie, ale najlepiej skupiać się na konkretnym zachowaniu tu i teraz.



## Działania specjalne – inspiracje

### DZIEŃ PORAŻKI

W szkole można zorganizować DZIEŃ PORAŻKI. Celem takiego dnia jest odczarowanie porażki i jej demonicznego charakteru, promowanie umiejętności uczenia się na błędach. Pomysł został zaczerpnięty z konferencji pod tytułem „Dzień porażki” [www.dzienporazki.pl](http://www.dzienporazki.pl) poświęconej tworzeniu bezpiecznego środowiska pracy, w którym jest przestrzeń do tego, aby czerpać korzyści zarówno z sukcesów, jak i porażek.

Podczas tego dnia w szkole może zadziać się wiele aktywności. Podajemy tutaj tylko kilka pomysłów, gdyż uczniowie, uczennice, zespoły klasowe w waszej szkole mogą mieć swoje propozycje, które będą dużo ciekawsze i bardziej kreatywne niż inspiracje zamieszczone poniżej. Warto, aby uczniowie i uczennice byli zaangażowani od samego początku w tworzenie tego dnia np. w wymyślenie jego podtytułu. Zachęcamy do zrobienia z uczniami burzy mózgów, co chcieliby zrobić, zobaczyć, usłyszeć podczas dnia porażki.

### Hyde park – POZYTYWNE PORAŻKOWE INSPIRACJE/PORAŻKOWA ŚCIANA

W wyznaczonym miejscu w szkole (np. na ścianie wyklejonej papierem) każdy może napisać swoją myśl związaną z porażką. Przestrzeń można podzielić na:

- miejsce do napisania metafor o porażce: chętne osoby uzupełniają zdanie: „Porażka jest jak..., bo .....”;
- miejsce na porady, jak można sobie poradzić z porażką.

Warto, aby uczniowie sami stworzyli krótkie wytyczne do tego, jak korzystać z hyde parku, napisane w pozytywnej formie, językiem bliskim dzieciom/młodzieży np. piszcie pozytywne skojarzenia, rady; zaparkuj krytykę, bez przecinków na k.. i innych słów, których w szkole nie używamy itp.

### KONKURS: Za co jestem wdzięczna/wdzięczny mojej PORAŻCE

Osoby biorące udział w konkursie mają za zadanie przygotować pracę w dowolnej formie na temat: „Za co jestem wdzięczny/wdzięczna mojej PORAŻCE”. Może to być krótka forma pisemna, nagrany filmik, plakat lub inna kreatywna forma wyrazu. Ważne jest w tej pracy, aby opowiedzieć, czego dotyczyła porażka, co pomogło poradzić sobie z nią, czego dzięki niej osoba się nauczyła, co zrozumiała na temat siebie czy otaczającej ją rzeczywistości.

### KONKURS: PORAŻKI w drodze do SUKCESU

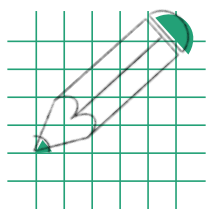
Konkurs, do którego mogą przystąpić zespoły klasowe. Zespoły klasowe wykonują pracę na temat „Porażki w drodze do sukcesu”. Prace mogą mieć dowolną formę np. gazetki szkolnej, nagranych i zmontowanych filmików, performansu, spisanych wywiadów. W swoich pracach uczniowie i uczennice mogą zaprezentować znane osoby, które doświadczyły porażek, wskazać, co im pomogło sobie z nimi poradzić, jakie lekcje z nich wyniosły, podzielić się tym, co dzięki poznaniu tych historii wynieśli dla siebie samych.

## WARSZTATY, WYKŁADY, PANELE DYSKUSYJNE

W miarę możliwości warto podczas dnia/tygodnia porażki zorganizować w szkole warsztaty na temat konstruktywnego radzenia sobie z porażką. Lekcje mogą przeprowadzić wychowawcy, pedagodzy szkolni lub można zaprosić edukatorów, edukatorki, z organizacji pozarządowych.

Dla dzieci i młodzieży inspirujące będzie również wysłuchanie wykładu eksperta/ekspertki lub przemówienia (choćby 15 minutowego) jakiejś znanej osoby, która opowie o swojej drodze do sukcesu i cennych lekcjach, jakie wynieśli z porażek, co zrobili, by wytrwać w swoich celach. Może wśród absolwentów, absolwentek waszej szkoły znalazłyby się chętne osoby (to dodatkowy atut, gdyż uczniowie i uczennice mogą utożsamiać się z osobą prezentującą).

Interesującą formą poruszenia tematu radzenia sobie z porażkami i korzyści z nich jest panel dyskusyjny, w którym uczestniczy kilka osób: eksperci, ekspertki (coach, psycholog), osoby reprezentujące różne zawody (aktor, przedsiębiorca), osoby w różnym wieku (młodzi inwestorzy, sportowcy).



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

Celem proponowanego ćwiczenia jest zachęcenie uczniów do tego, by nie bali się porażek, pokazanie, że są one czymś naturalnym, powszechnym, że warto porażki analizować, aby wyciągać z nich wnioski i uczyć się na błędach.

**Czas trwania:** 45 minut

**Materiały i środki dydaktyczne:**

- zdjęcia: chipsów, karteczek post-it, słodzika, kuchenki mikrofalowej;
- wydrukowane opisy wynalazków, jakie powstały z błędu (załącznik);
- kartki flipczartowe, markery.

**Grupa docelowa:** ćwiczenie przeznaczone dla dzieci ze szkoły podstawowej (klasy 4-8)

### Przebieg ćwiczenia:

1. Pokaż uczniom i uczennicom zdjęcia przedstawiające wynalazki i zapytaj, czy mają pomysł, co może łączyć te wszystkie przedmioty.
2. Rozdaj pocięte opisy wynalazków – po jednym do przeczytania na parę dzieci, poproś chętne osoby o przeczytanie opisów na forum. Podsumuj, że wszystkie te wynalazki, z których korzystamy na co dzień, powstały dzięki umiejętności obserwacji błędów i wyciągania z nich wniosków. Zapytaj uczniów i uczennice, czy znają może jeszcze inne wynalazki, które powstały z błędu lub przez przypadek.
3. Napisz na jednym skrzydle tablicy słowo „PORAŻKA”, poproś dzieci o skojarzenia związane z tym słowem i zapisz je. Na drugiej części tablicy napisz „SUKCES” i również zapisz skojarzenia klasy.

Przeprowadź z dziećmi krótką dyskusję, czy słowa te są przeciwieństwami, czy możliwe jest sukces bez porażek, błędów w drodze do niego.

4. Powiedz uczniom i uczennicom, że przejdziecie teraz do tematu, jak można radzić sobie z porażką, błędami oraz czego można się z nich nauczyć. Podziel klasę na czteroosobowe zespoły. Poproś, aby opowiedzieli sobie w nich o swoich porażkach, błędach, niepowodzeniach. Zadbaj o to, aby uczniowie i uczennice wybrali takie doświadczenia, którymi mogą się podzielić na forum, które nie są zbyt osobiste i takie które może nie są najtrudniejsze. Powiedz uczniom, by wybrali jedną sytuację (lub więcej, jeśli zdążą) i ją przeanalizowali, zadając następujące pytania i zapisując odpowiedzi na kartce flipczartowej:
  - Co czułam/ czułem, doświadczając porażki?
  - Co mi pomogło poradzić sobie z doświadczanymi emocjami?
  - Co przybliżyło mnie do odniesienia sukcesu: co zrobiłam/zrobiłem dobrze? Co myślę, że warto kontynuować?
  - Co oddalało mnie od sukcesu: następnym razem zrobiłbym/zrobiłabym inaczej?
  - Czego nauczyłam się/nauczyłem się dzięki temu doświadczeniu?
5. Zaproś zespoły do zaprezentowania efektów swojej pracy. Zapytaj również, jakie to było dla nich doświadczenie rozmawiać w zespołach o porażkach: czy łatwo było o tym opowiadać, czy ćwiczenie pozwoliło im zobaczyć coś, z czego wcześniej nie zdawali sobie sprawy?
6. Na zakończenie ćwiczenia zaproś uczniów i uczennice do rundki i podzielenia się jednym zdaniem: co wynoszę z tego ćwiczenia, czego się nauczyłam, czego chcę robić mniej, czego chcę robić więcej.

### Informacja zwrotna:

Po ćwiczeniu udziel klasie informacji zwrotnej, co dla ciebie było cenne, czego ty dowiedziałaś/dowiedziałeś się dzięki temu, że osoby z klasy podzieliły się swoimi historiami oraz wspólnie je przeanalizowały np.

- Dzięki temu, co mówiliście, dowiedziałam/dowiedziałem się, że...
- Widzę, że trudne dla was było....
- Kiedy słyszałem/słyszałam, że mówiliście o... czułam/czułem...

Zapytaj uczniów, jak myślą, że można udoskonalić to ćwiczenie, jak warto zrobić je w kolejnej klasie, co według nich dobrze się sprawdziło? A co można zmienić, zrobić inaczej? Pozwól im być ekspertami i ekspertkami .

### Zwróć na to uwagę:

Jeżeli czujesz, że w klasie, w której prowadzisz zajęcia, nie ma wystarczającego poczucia bezpieczeństwa, by uczniowie i uczennice dzielili się swoimi porażkami i je analizowali, możesz przygotować przykładowe historie, na których będziecie pracować.

## ZAŁĄCZNIK 1. WYNALAZKI Z BŁĘDU

### Chipsy ziemniaczane

W 1853 roku w restauracji pewien klient złożył reklamację, że smażone ziemniaki były według niego za grube i rozmoczone. Po kilku razach, gdy klient odsyłał danie, zirytowany szef kuchni, George Crum, potraktował prośbę klienta dosłownie, krojąc ziemniaki na bardzo cienkie plasterki, smażąc je i pokrywając solą. Tak narodziła się jedna z ulubionych przegryzek na świecie!

### Post-it - karteczki samoprzylepne

W 1968 r. naukowiec Spencer Silver, pracujący dla firmy 3M, chciał stworzyć bardzo mocny klej. Omyłkowo stworzył jednak bardzo słaby klej, łączący po przyłożeniu niewielkiej siły. Nie miał pomysłu, jak wykorzystać ten wynalazek. Dopiero po pięciu latach jego kolega z pracy, Fry, użył kleju do przyczepienia zakładki w śpiewniku. Z czasem małe samoprzylepne karteczki w żółtym kolorze zaczęły być wykorzystywane na całym świecie jako zakładki w książkach oraz pozostawione w różnych miejscach przyklejone zapiski.

### Sztuczny słodzik

W 1879 r. po całym dniu pracy ze smołą węglową, chemik Constantin Fahlberg wrócił do domu na kolację, przed którą nie umył rąk. Podczas jedzenia zauważył, że wszystko, co wkładał do ust miało słodki smak i odkrył, że odpowiadała za to sacharyna jaką miał na dłoniach.

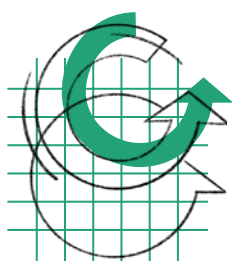
### Kuchenka mikrofalowa

Za wynalazcę tego urządzenia uważany jest Percy Spencer, który pracował nad wytwarzaniem fal elektromagnetycznych stosowanych w urządzeniach radarowych. W trakcie testów w laboratorium wojskowym odkrył, że mikrofałe roztopiły batonik w jego kieszeni. Skłoniło go do prowadzenia prac w zupełnie innym kierunku i dzięki temu mikrofalówki znalazły swoje miejsce w wielu domach.

*Różnorodność w klasie jest wyzwaniem, ale i potencjałem – podobnie jak w społeczeństwie. Do szkoły trafiają uczniowie różniący się płcią, statusem majątkowym rodziców, pochodzeniem etnicznym czy religią, ale także uzdolnieniami, typami inteligencji, stylem uczenia się czy strategiami rozwiązywania problemów. Każda z tych różnic może być zarzewiem konfliktu lub dyskryminacji, ale może też stać się polem do dzielenia się doświadczeniami i uczenia się od siebie nawzajem. Być może klasa musi być jak orkiestra złożona z różnych instrumentów. Sir Simon Rattle, dyrygent Filharmoników Berlińskich, wskazuje na to napięcie między indywidualizmem a współpracą: „Każdy wnosi tu coś swojego. Jednak wszyscy muszą na chwilę odstawić swoje ego, żeby orkiestra była jak najlepsza. Ale jeśli całkowicie zrezygnują ze swojego ego, to się nie uda.”*

# Różnorodność w klasie – akceptacja różnorodności i dostrzeganie jej potencjału

Dominika Cieślukowska



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Przesadzanie w ławkach.

Warto je wprowadzić od początku roku szkolnego czy semestru, jako powtarzający się np. co dwa tygodnie rytuał, tak by w ciągu semestru każda osoba siedziała obok każdej innej z klasy. Jest wtedy okazja do żartów, rozmów w konkretnej parze, wspólnego wykonania zadania, pomagania sobie wzajemnie, w najróżniejszych diadach w klasie – rotacyjnie, a nie z jedną osobą obraną na początku. Budują się dzięki temu więzi, uczniowie i uczennice wszyscy wzajemnie lepiej się poznają, poszczególni uczniowie i uczennice stają się dla innych konkretnymi osobami z cechami, które czasem ich łączą, a czasem dzielą.

### Zadania grupowe.

Zaproponuj uczniom i uczennicom takie zadania, które będą wykorzystywały poszczególne umiejętności różnych osób, by pokazać, że dane zadanie może być wykonane lub będzie wykonane znacznie lepiej, jeśli każda osoba będzie miała swój udział w jego wykonywaniu.

### Mikroafirmacje.

Stosuj, a przez to modeluj w klasie praktykę używania drobnych, subtelnych komunikatów, które są sygnałem dostrzeżenia i szacunku dla ich odbiorcy/odbiorczyni, doceniają pracę wykonaną przez daną osobę i jej unikatowy potencjał, skupiają się na pozytywnym aspekcie, zachowaniu konkretnego ucznia czy uczennicy, jej wyjątkowej,

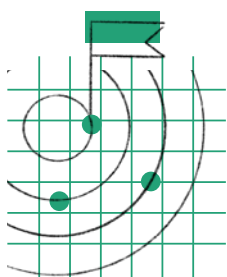
osobniczej cesze lub efekcie wykonanego przez nią zadania. Powiedz na przykład: „Zuziu, widzę że świetnie wykorzystałaś tu swoją umiejętność bawienia się rymami”, „Pawle, doskonale dobierasz kolory, jesteś w tym wyjątkowo dobry”, „Zobaczcie, jak Kacper fantastycznie podsumowuje wyniki pracy grupy D”, „Każdy z was dodał coś od siebie w tej wspólnej pracy...” i wymień poszczególne osoby, nazywając ich wkład. Takie komunikaty, budowane w oparciu o wnikliwe obserwacje potencjału poszczególnych osób i ich wkładu we wspólną pracę, budują atmosferę współpracy, która sprzyja rozwojowi, twórczości i produktywności, ale są też drobnym, dostępnym na wyciągnięcie ręki sposobem przeciwdziałania wykluczeniu, dyskryminacji, przemocy rówieśniczej. Z biegiem czasu uczniowie i uczennice mogą się „zarazić” takim sposobem wzmacniania kolegów i koleżanek. Możesz w tym pomóc, robiąc co jakiś czas sesję informacji zwrotnych: nazwać zjawisko mikroafirmacji, opowiedzieć o tym, jak one działają i poprosić o sesje afirmacji dawanych sobie nawzajem.

## Wprowadzanie ucznia/uczennicy do grupy.

Czasem trzeba wprowadzić do grupy ucznia wyraźnie odróżniającego się (pochodzącego z innej kultury, posiadającego chorobę, cechę wrodzoną). Warto spróbować tak prowadzić klasę, by uniwersalizować, pokazywać, że każdy pochodzi z jakiejś kultury (o swojej kulturze opowiada nie tylko uczeń z innego kraju, ale każda osoba w klasie mówi o czymś cennym z kraju swojego pochodzenia); że każdy z nas ma jakieś indywidualne cechy biologiczne, które go odróżniają (każdy uczeń/uczennica przygotowuje informację dla innych o swojej biologicznej cesze czy chorobie, a nie tylko uczeń np. z Zespołem Aspergera).

## Podjęmowanie decyzji.

W różnych momentach dobrze jest stosować odmienne metody głosowania i podejmowania decyzji: szybkie głosowanie nie/tak, gdzie „wygrywa/decyduje większość, ale też pracę nad konsensusem – tworzenie przestrzeni na swobodną wypowiedź każdej osoby, przedstawienie różnych argumentów, grupowanie ich, połączenia na zasadzie podobieństw i pokazanie, czym się różnią kategorie, przedyskutowanie ich jeszcze raz, wypowiedzenie dodatkowych argumentów, szukanie takiej decyzji, która uwzględni jak najwięcej potrzeb. Oddawaj też przestrzeń do decydowania poszczególnym osobom (rotacyjnie) tak, by każda osoba przynajmniej raz w ciągu semestru/roku zadecydowała o czymś dotyczącym klasy. Wspierasz w ten sposób poczucie sprawczości uczniów i uczennic oraz ich poczucie odpowiedzialności za grupę.



## Działania specjalne – inspiracje

Zaproponowane opisy projektów, wycieczek, warsztatów różnią się stopniem zaangażowania nauczyciela i wymaganymi kompetencjami przydatnymi do ich przeprowadzenia, formą działania i grupą docelową. Warto potraktować je jako inspiracje nakłaniające do własnych poszukiwań tematów, metod, sposobów przeprowadzenia adekwatnych do potrzeb każdej klasy.

1. **Oddanie klasy w ręce specjalistów i specjalistek: udział w warsztatach poświęconych różnorodności** (oferowane przez domy kultury, muzea, organizacje pozarządowe, kina, teatry, itp.).  
Przykład: warsztaty Muzeum Polin, szkoła podstawowa 4-6: Jak pięknie się różnić?

Różnice mogą prowadzić do konfliktów. Mogą też być bogactwem, z którego grupa czerpie.

Na warsztatach zaprosimy uczniów i uczennice do ćwiczeń, które poruszają temat różnorodności wewnątrz ich klasy i w szerszym kontekście społecznym. Ważnym elementem zajęć jest wizyta na wystawie, gdzie dzieci odkryją różnorodność postaci z przeszłości. Zobaczą między innymi piękny baldachim ślubny, dawną szkołę żydowską czy XIX-wieczny dworzec kolejowy.

Cytat ze strony: <https://www.polin.pl/pl/aktualnosci/2017/08/02/szkola-podstawowa-4-6-jak-pieknie-sie-roznic>

2. **Prowadzenie zajęć na podstawie dostępnych scenariuszy**, materiałów, pomocy dydaktycznych: np. za pomocą edukacji filmowej, z programu Centrum Edukacji Obywatelskiej „Shortcut – małe historie, wielkie sprawy”, gdzie można dobrać temat bardziej wprost lub nieco metaforycznie nawiązujący do budowania wspólnoty w klasie, m. in.:

*Bądź zmianą!*

*Szkolny chór jako metafora społeczeństwa i pretekst do rozmowy o tym, jak kształtować dobre relacje międzyludzkie. (...) Oskarowy film może stanowić inspirację podczas zajęć dotyczących empatycznego przywództwa i budowania grup, w których jest miejsce dla każdego.*

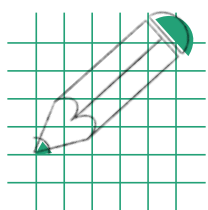
*Idealna wspólnota?*

*Czy można zaprojektować wspólnotę? Co nas łączy, a co dzieli we wspólnotach, do których należymy? Co wiemy o swoich sąsiadach – tych najbliższych i tych z pozostałych europejskich krajów?*

Cytat i więcej w: <https://shortcut.ceo.org.pl/tematy>

3. **Organizacja wydarzenia**, np. spektaklu klasowego, przy którego organizacji można porozmawiać o zaangażowaniu i roli konkretnych osób z klasy, ale też włączyć tematykę stereotypów i uprzedzeń, wychodząc do dekonstrukcji społecznych przekazów na tematy związane z różnorodnością, np. płci. Przykład działania: przygotowywanie przedstawienia „Kopciuszek” przez dzieci ze świetlicy „Słyszę dzieciaka” w Łodzi.

Więcej w: <http://lambdawarszawa.org/wp-content/uploads/2015/08/podrecznik-przeciwdzialajdyskryminacji.pdf> str. 59–60.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### Najważniejszy pierwszy krok

Budowanie zespołu klasowego, który potrafi wykorzystać potencjał różnorodności, jaką wnoszą poszczególne osoby, powinien opierać się o zbudowanie dobrych relacji w klasie, poszanowanie zdania innych osób, ćwiczeniu się w słuchaniu, nawiązywaniu do swoich wypowiedzi, dochodzenia do konsensusu. Dlatego od aktywności wspierającej te umiejętności warto rozpocząć pierwsze dni roku szkolnego. Zaproponowana aktywność wymaga czasu, cierpliwości, zwracania uwagi na różne głosy, spostrzeżenia, argumenty. Ćwiczy konkretne umiejętności przydatne we współpracy. Zostawia po sobie widoczny ślad w postaci motta, które powinno być wypracowane wspólnie na początku pracy klasy, ale do którego warto wracać jak najczęściej, by utrwaliło się i weszło w DNA klasy.



## KLASOWE MOTTO

Ćwiczenie to ma na celu wprowadzenie krótkiego hasła, sloganu, zdania promującego różnorodność i wspólnotowość. Uczniowie i uczennice omówią w nim zarówno indywidualne rozumienia tego przesłania, jak i – szukając konsensusu – poszukają jego uwspólnienia. Stworzy to również okazję do rozmowy o wartościach stojących za poszanowaniem różnorodności.

**Czas trwania:** 45 minut

**Potrzebne materiały:** plakat, hasło, kolorowe markery, ewentualnie kredki, farby, jeśli zdecydujesz się urozmaicić plakat elementami plastycznymi

**Grupa docelowa:** dowolna klasa na dowolnym poziomie

## Przygotowanie do lekcji:

Wybierz motto/hasło, które twoim zdaniem afirmuje różnorodność i wspólnotowość, niech to będą słowa, które oddadzą twój stosunek do różnorodności i jej potencjału, krótki, jednozdaniowy przekaz, który będzie mógł zostać zapamiętany, przywoływany w różnych klasowych sytuacjach (klasowa mantra). Wychowawca klasy, z którą pracuję od dłuższego czasu, przedstawił na początku roku szkolnego (pierwsza klasa SP) hasło: „NIE JA, JA, JA, TYLKO MY, MY, MY!”

## Przebieg ćwiczenia:

1. Wprowadź hasło – zapisz je na plakacie, który potem możesz przewiesić, nie dojaśnij na tym etapie, jak je rozumiesz, by nie zamodelować wypowiedzi uczniów i uczennic. Poproś, by każdy napisał sobie na kartce, jak to hasło rozumie. Zapowiedz, że zaraz przedstawicie swoje punkty widzenia – wprowadź zasadę, że słuchamy się nawzajem, nie dopowiadamy, nie komentujemy, nie oceniamy wypowiedzi innych; na tym etapie ważne jest, by każdy powiedział, jak rozumie zaproponowane przez ciebie hasło.
2. Następnie wszyscy po kolei powinni odnieść się do niego, przedstawić własne rozumienie w atmosferze bycia słuchanym. Jako ostatnia osoba będziesz się wypowiadać ty – wyjaśnij, jak je rozumiesz, powiedz, dlaczego chciałeś/chciałaś je dziś omówić z uczniami i uczennicami. Jeśli zabrakło tego w dotychczasowych wypowiedziach, porozmawiaj o tym, jaka wartość/wartości stoją za danym hasłem.
3. Dopiszcie na plakacie z hasłem te wartości, spostrzeżenia, opinie, które pojawiały się w poszczególnych wypowiedziach i były wspólne oraz te, które były indywidualne, pojawiające się tylko u jednej osoby (wymyślcie jak wyróżnić to, co wspólne, od tego, co indywidualne – np. środek plakatu wokół hasła – to, co wspólne i rama plakatu, na krawędziach – to, co indywidualne).
4. Spytaj się wszystkich, czy możecie się umówić, że to będzie wasze klasowe motto celebrujące indywidualność i relacje w waszej klasowej wspólnotocie; jeśli pojawią się głosy wątpliwości czy niezgody, wysłuchajcie ich, zastanówcie się, czy możecie przemodelować hasło tak, by odpowiadało wszystkim, nie spieszcie się – zadbaj, by zdanie każdej osoby było uwzględnione, moderuj.
5. W następnym kroku możecie zdecydować się dodać inne elementy plastyczne inspirowane mottem na plakacie.

6. Kiedy będziecie mieć przedyskutowaną wersję uwzględniającą zdanie wszystkich, zawieś plakat z mottem na ścianie; może on przybrać formę wybraną przez uczniów i uczennice: kolaż, hasztag, artystyczny obraz, inne.
7. Podsumuj, że przy wysiłku i wkładzie wszystkich wypracowaliście i utrwaliście motto afirmujące konkretne wartości, jakie za nim stoją; od dziś będzie to wasza klasowa myśl przewodnia, pozwalająca podejmować decyzje, rozstrzygać konflikty, przypominać o tym, na co się umawiacie we wspólnym byciu razem.
8. Na zakończenie lekcji zachęć do dwustronnej informacji zwrotnej: zapytaj uczniów, co ich zdaniem dziś przećwiczyli, na czym opierała się praca, co im pomagało i przeszkadzało w procesie, przez jaki przeszli; zapytaj, jak się mają z wykonaną pracą, z samym hasłem (zależnie od grupy wiekowej dobierz pytania dostosowane do wieku); podziel się także swoimi spostrzeżeniami.

Wersja dla starszych klas/bardziej dojrzałych grup: nie przedstawiaj żadnego hasła, poproś uczniów, by sami zaproponowali różne hasła, slogany, hasztagi, które odzwierciedlają poszanowanie dla różnorodności i budowania dobrych relacji – to dłuższy proces, ale przy bardziej samodzielnych, dojrzałych klasach jeszcze mocniej budujący sprawczość uczniów i uczennic.

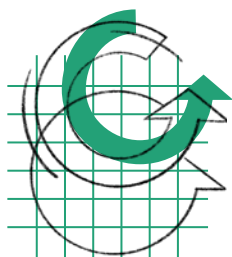
### **Zwróć na to uwagę:**

1. Aktywność nie ma skomplikowanej struktury, nie ma w swojej formie „fajerwerków”, ale polega na szczerej rozmowie, ćwiczeniu się w przedstawianiu swoich indywidualnych racji, słuchaniu się nawzajem i dochodzeniu do zdania, które odpowiada wszystkim. Dlatego ćwiczy bardzo ważne kompetencje, które potem mogą być wykorzystywane w innych momentach pracy klasy. Ważny w nim jest zarówno sam proces, doświadczenie budowania atmosfery dla włączającej rozmowy, jak i efekt: wypracowanie motto klasowego, które powinno wejść w DNA klasy. Takie hasło, choć może wydawać się niewinne, poprzez powtarzanie, utrwalanie może stać się kompasem dla sprawnego odnajdywania się na mapie klasowych wyzwań. Jest ono samym początkiem, punktem wyjścia do budowania relacji w oparciu o wartości służące dobremu funkcjonowaniu we wspólnocie. Ważne powinno być powracanie do niego, sprawdzanie, czy działa, stawianie sobie wyzwań wokół niego, dokładanie kolejnych aktywności w dalszym procesie rozwoju klasy.
2. W zasadzie nie ma możliwości, żeby nie wyszło.
3. Jest to proces, do którego zawsze można wrócić (jeśli np. okaże się, że hasło w praktyce się nie sprawdza).
4. Może się okazać, że dyskusja i dochodzenia do zgody będzie wymagało więcej czasu. Bez problemu będzie można wówczas rozmowę zawiesić i powrócić do niej na kolejnej godzinie wychowawczej.
5. Istotna w tym ćwiczeniu jest moderacja, unikanie szybkiego dojścia do kompromisu, uzgodnienia czegoś na akord.

*W poprzednim rozdziale mówiliśmy o różnorodności jako o swoistym wyzwaniu dla wychowawcy. Na koniec chcemy podkreślić, jak ważne jest dostrzeżenie najrozmaitszych mocnych stron naszych uczniów i uczennic. To one właśnie będą zaczątkiem małych i dużych osiągnięć, wzmacniających poczucie sprawczości. Dzisiejsi pracodawcy nie mają wątpliwości: najwydajniejsze i najbardziej kreatywne zespoły to te najbardziej zróżnicowane – co ciekawe, nie tylko pod względem kompetencji, ale także doświadczenia życiowego (a więc wieku, płci, pochodzenia etnicznego itp.). Dlatego, jeśli chcemy pomóc naszym wychowankom w osiągnięciu sukcesu w przyszłości, uczmy się zauważać i wskazywać ich mocne strony już dzisiaj.*

# Mocne strony uczniów i uczennic – baza doradztwa zawodowego

Urszula Leszczyńska, Mapa Karier



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Praca w grupach/parach

Uczennice/uczniowie powinni pracować w różnorodnych grupach/parach (a nie zawsze z tymi samymi koleżankami i kolegami). Pozwoli im to zaobserwować, jak pracuje im się z osobami o różnych kompetencjach i osobowościach, a tym samym wykorzystać własne zasoby w różnych sytuacjach.

### Praca projektowa

Zachęcaj uczennice/uczniów do wykonywania projektów uczniowskich (na przykład organizacja szkolnego festiwalu teatralnego; zbiórka żywności dla zwierząt ze schroniska; dzień tematyczny w szkole, np. o danej kulturze, danym przedmiocie szkolnym itp.). Dzięki temu uczennice/uczniowie będą miały/mieli okazję wykazać inicjatywę w dziedzinie, która je/ich interesuje, rozwiną swoje zainteresowania i jednocześnie przećwiczą umiejętność dzielenia się z innymi swoimi zasobami.

### Refleksja

Przeprowadzaj z uczennicami/uczniami krótką refleksję po każdej wykonanej aktywności lub po większych wspólnie wykonanych projektach. Dzięki temu przeanalizują, co sprawiło im więcej, a co mniej trudności, co chciałyby/chcieliby poprawić na przyszłość, które elementy ćwiczenia były dla nich najciekawsze i dlaczego. Pozwoli im to świadomie myśleć o własnym rozwoju i planować jego dalszy przebieg. Używaj otwartych pytań, np. *Jak się czujesz po tym ćwiczeniu? Co czułaś/czułeś podczas ćwiczenia? Czy było to ćwiczenie ciekawe/przydatne/trud-*

ne...? Pamiętaj, że refleksja to kluczowa część każdego ćwiczenia. Lepiej zrobić mniej aktywności, ale wspólnie je przeanalizować z uczennicami/uczniami.

## „Bank kompetencji”

Przygotujcie plakat, który powiesicie w klasie. Wpisujcie na nim to, co umiecie i czym moglibyście podzielić się z innymi. Możecie wprowadzić zwyczaj wpisywania nowej kompetencji każdego miesiąca. Dzięki temu uczennice/uczniowie będą bardziej świadome/świadomi własnych kompetencji, ale zobaczą też to, co umieją i wiedzą inni. Może to posłużyć im za inspirację do poszerzania własnych zasobów lub być źródłem wiedzy, do kogo z klasy mogą zwrócić się z prośbą o wsparcie w danym temacie.

## Dziennik sukcesów

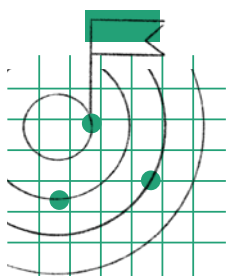
Zachęć uczennice/uczniów do prowadzenia dziennika, w którym codziennie zapiszą przynajmniej jeden sukces, jaki osiągnęły/osiągnęli danego dnia. Mogą to być sukcesy związane z życiem codziennym lub szkolnym. Dzięki temu uczennice/uczniowie dostrzegą sukcesy, które odnoszą każdego dnia i nabiorą pewności siebie oraz zauważą, w czym są dobrzy, a w czym chciałyby/chcieliby się rozwijać.

## Słoiki kompetencji

Aby zachęcić uczennice/uczniów do śledzenia na bieżąco rozwoju ich wiedzy, umiejętności i postaw, wykorzystaj ćwiczenie *Słoiki kompetencji*. Dzięki temu wizualnemu ćwiczeniu uczennice/uczniowie staną się bardziej świadomi posiadanych już kompetencji oraz procesu ich rozwoju. Możecie wypełniać słoiki codziennie albo co tydzień. Opis ćwiczenia znajdziesz tutaj: <http://bit.ly/sloikikompetencji>

## Źródła wiedzy i pomocy

Przy każdej trudniejszej sytuacji lub zadaniu przeprowadźcie burzę mózgów (lub, w indywidualnym przypadku, porozmawiaj z konkretną uczennicą/konkretnym uczniem) na temat tego, skąd mogą czerpać wiedzę, która może im się przydać, aby rozwiązać dane zadanie. Do kogo i gdzie mogą zwrócić się o pomoc? Czy jest to ktoś z klasy, kto lepiej radzi sobie z danym przedmiotem? A może ktoś z rodziny? Czego potrzeba uczennicom/uczniom, żeby zmierzyć się z zadaniem? Czy potrzebują rozwinąć jakieś umiejętności? A może brakuje im wiedzy? Gdzie mogą ją znaleźć? U nauczycielki/nauczyciela? W internecie? W bibliotece? Warto podkreślić, że niektóre z „brakujących” elementów uczennice/uczniowie już posiadają, ale być może nie są tego świadomi albo nie mają odwagi wykorzystać nowo nabytych kompetencji.



## Działania specjalne – inspiracje: projekt uczniowski

### TARG TALENTÓW

Ten projekt możecie przeprowadzić jednorazowo lub regularnie. Na jednorazowy Targ Talentów potrzebujecie dwóch-trzech godzin lekcyjnych (1 godzina na przygotowanie + min. 2 godziny na przeprowadzenie Targu Talentów).

**Targ Talentów to czas, w którym uczennice/uczniowie mogą dzielić się swoimi umiejętnościami i zainteresowaniami z resztą klasy.**

Przygotuj plakat (czysta kartka papieru, najlepiej A3), na której razem stworzycie listę, na której każdy, kto chce podzielić się jakąś umiejętnością, wiedzą czy pasją, może zaproponować swój mini-warsztat. Zachęć uczennice/uczniów do wpisywania się na listę (**Wskazówka:** możecie najpierw przeprowadzić burzę mózgów, jakie talenty, ciekawą wiedzę, zainteresowania można zaprezentować podczas warsztatu. Dzięki temu uczennice/uczniowie szerzej i bardziej twórczo spojrzą na swoje zasoby!).

**Zachęć uczniów do podzielenia się z innymi tym, co lubią – nie muszą być w tym ekspert(k)ami!**

Zaplanujcie czas i miejsce poszczególnych warsztatów. Podczas Targu Talentów uczennice/uczniowie działają zgodnie z ustalonym wcześniej w grupie harmonogramem. Obserwuj, jak uczennice/uczniowie korzystają z czasu, który poświęcają im koleżanki i koledzy.

**Przykładowy harmonogram Targu Talentów znajdziesz tutaj:** <http://bit.ly/TargTalentow>

W zależności od liczby warsztatów oraz ich charakteru możecie przeprowadzić Targ Talentów w kilku lokalizacjach w szkole (sale, boisko itp.) albo w jednej sali (warsztaty odbywające się jednocześnie w osobnych częściach sali).

**Zasady, które pomogą przeprowadzić projekt:**

- pilnujcie czasu tak, żeby każdy miał okazję przeprowadzić swoje zajęcia i skorzystać z innych;
- każdy ma prawo „wyjść” z danego warsztatu, jeśli zorientuje się, że to nie to, czego oczekiwał, ale przechodzi wtedy do innej grupy.

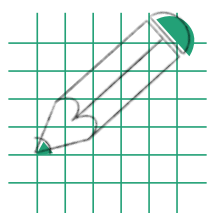
**Czas refleksji dla uczennic/uczniów:**

Na koniec porozmawiajcie o tym, jak przebiegł proces. Czy prowadzące/prowadzący są zadowoleni? Czy uczestniczące/uczestniczący się czegoś nauczyli? Co było najłatwiejsze, a co sprawiło więcej problemów? Czy przy organizacji kolejnego Targu uczennice/uczniowie wprowadziliby jakieś zmiany?

**Czas refleksji dla wychowawczynie/wychowawcy:**

Przeanalizuj proces działania podopiecznych. Czy było im łatwo zdecydować, czym chcieliby się podzielić ze swoimi koleżankami i kolegami? A może sprawiło im to więcej problemów? Dlaczego?

Co możesz zrobić, żeby jeszcze lepiej wesprzeć uczennice/uczniów?



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### Moje kompetencje: jak widzę to ja, a jak to widać za moimi plecami?

Celem tego ćwiczenia jest rozwinięcie umiejętności identyfikacji własnych zasobów i kompetencji oraz zachęcenie uczennic/uczniów do refleksji nad nimi oraz nad własnym rozwojem, zgodnym z zainteresowaniami i posiadanymi już talentami i wiedzą. Uczennice/uczniowie rozwiną również umiejętność udzielania i odbioru pozytywnej informacji na temat posiadanych zasobów i kompetencji.

**Czas trwania:** 45 minut

**Materiały i środki dydaktyczne:** kartki A4 z poziomą linią rozdzielającą kartkę na pół w ułożeniu pionowym dla każdej uczennicy/każdego ucznia

**Grupa docelowa:** klasy 4-8

### Przebieg ćwiczenia:

1. Porozmawiaj z uczennicami/uczniami o tym, w czym uważają, że są dobre/dobrzy, jakie mają umiejętności i kompetencje, za co zwykle słyszą komplementy. Przeprowadźcie ten etap metodą burzy mózgów. Zapisuj pomysły uczennic/uczniów na tablicy. Zachęć ich do myślenia twórczego tak, aby wpadli na jak najbardziej różnorodne pomysły (wiedza, umiejętności fizyczne, umiejętności związana z emocjami i zachowaniem społecznym).
2. Rozdaj uczniom kartki A4 z poziomą linią rozdzielającą kartkę na pół w ułożeniu pionowym.
3. Uczennice/uczniowie zapisują to, w czym są dobrzy, wszystkie obszary kompetencji zidentyfikowane i zapisane na tablicy oraz dodatkowe, które przyjdą im do głowy. Zachęć uczennice/uczniów do napisania przynajmniej trzech rzeczy, w której czują, że są dobrzy.
4. Uczennice/uczniowie przyklejają sobie swoje kartki na plecach (możecie użyć do tego taśmy klejącej).
5. Uczennice/uczniowie przechadzają się po sali i wpisują sobie nawzajem rzeczy, w których uważają, że ich koleżanki i koledzy są dobrzy w szczególny sposób – za co podziwiają swoje koleżanki i kolegów, co im imponuje? Dobrym pomysłem jest włączenie spokojnej muzyki w tle na ten etap ćwiczenia, żeby pomóc uczennicom/uczniom skupić się na identyfikacji kompetencji i zasobów ich koleżanek i kolegów. Zachęć uczennice/uczniów do napisania chociaż jednej rzeczy na każdym plecach.
6. Uczennice/uczniowie zdejmują kartki z pleców i czytają ich zawartość w ciszy.
7. W tym czasie napisz na tablicy trzy elementy: *co jest dla mnie najmiłsze / co mnie najbardziej zaskoczyło / co chciał(a)bym rozwinąć jeszcze bardziej.*
8. Uczennice/uczniowie mają kilka minut na przygotowanie się do wypowiedzi zawierającej elementy zapisane na tablicy.

9. Uczennice/uczniowie prezentują swoje kartki wraz z osobistym komentarzem – co było dla nich zaskoczeniem, jak odbierają to, co napisali im inni na plecach?
10. Na koniec porozmawiajcie o tym, jak czuliście się podczas ćwiczenia. Czy uczennicom/uczniom łatwo było znaleźć rzeczy, w których są dobrzy? A może sprawiło im to trudności? Dlaczego? Jak uczennice/uczniowie czuli się, czytając to, co napisali/napisali im ich koleżanki i koledzy? Czy dowiedzieli się o sobie czegoś nowego? Jak odebrali prezentację wyników, zarówno swoich, jak i koleżanek/kolegów?

**Informacja zwrotna dla wychowawcy/wychowawcy:** Porozmawiajcie o tym, co uczennicom/uczniom podobało się w ćwiczeniu, a co można by przeprowadzić inaczej. Która z części ćwiczenia była najtrudniejsza, a która nie sprawiła żadnych trudności?

Dzięki temu możesz zastanowić się, jakie modyfikacje wprowadzić w ćwiczeniu na przyszłość, a uczennice/uczniowie refleksyjnie podejść do tego, co przed chwilą przeżyli/przeżyli.

**Informacja zwrotna dla uczennic/uczniów:** Opowiedz uczennicom/uczniom o tym, jak ich zachowanie wyglądało z twojej perspektywy. Podkreśl, że to twój punkt widzenia, używaj komunikatów „ja” oraz opieraj się na faktach i obserwacjach. Na przykład: *Zauważyłam/zauważyłem, że...* Dzięki temu możesz przekazać uczennicom/uczniom, że doceniasz ich aktywny udział w ćwiczeniu lub że chcesz, żeby na przyszłość zmienili swoje podejście do aktywności w jakiś sposób.

**Zwróć na to uwagę:** Niektórym może być trudno wpaść na to, jakie kompetencje posiadają. Porozmawiaj z nimi indywidualnie, zachęć do zainspirowania się pomysłami z burzy mózgów i naprowadź na mniej oczywiste, być może mniej spektakularne umiejętności i wiedzę, jednocześnie podkreślając ich wagę. Zwróć również uwagę na to, by uczennice/uczniowie pisali sobie nawzajem pozytywne informacje na swój temat. Gdyby zdarzyło się, że niektórzy niepoważnie podchodzą do ćwiczenia, porozmawiajcie na forum o tym, jak to jest otrzymać pozytywny i negatywny komunikat na własny temat i jakie mogą być tego konsekwencje. Gdybyś zauważył(a), że uczennice/uczniowie piszą niemiłe informacje na plecach kolegów i koleżanek, być może jest to sygnał, że klasa potrzebuje ćwiczeń na zbudowanie zaufania i przyjaznej atmosfery w grupie.

## Przeczytaj także:

### Bibliografia:

- A. Bandura, *Teoria społecznego uczenia się*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2019;
- J. Berendt, P. Orbitowska-Fernandez, M. Sendor, *Empatia zmienia nas, szkołę, świat*, Wydawnictwo CoJaNaTo, Warszawa 2019;
- E. Łodygowska, *Rozwój poczucia skuteczności u dzieci i młodzieży: czynniki ryzyka i zasoby*, w: *Psychologia wieku dziecięcego. Norma – nietypowość – patologia*, Szczecin 2017 [<https://bit.ly/3rlsNBa> – dostęp 30.11.2020];
- S. Shanker, *Self-reg. Jak pomóc dziecku (i sobie) nie dać się stresowi i żyć pełnią możliwości*, Wydawnictwo Mamania, Warszawa 2016;
- S. Shanker, *Samoregulacja w szkole*, Wydawnictwo Mamania, Warszawa 2018;
- E. Snel, *Daj przestrzeń i bądź blisko. Mindfulness dla rodziców i ich nastolatków*, Wydawnictwo CoJaNaTo, Warszawa 2018;
- E. Snel, *Uważność i spokój żabki*, Wydawnictwo CoJaNaTo, Warszawa 2016;
- J. Steinke-Kalembka, *80 Kart zabaw wspierających regulację emocji*, Edukowisko.pl;
- Mapa Karier, pomysły na lekcje: <https://mapakarier.org/inspirations>

### Materiały Centrum Edukacji Obywatelskiej:

Tytuł materiału CEO	Link	Krótki opis
Webinarium „Filary inkluzywnej wspólnoty: włączanie i wzmacnianie”	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ofSFZqio6Rs">https://www.youtube.com/watch?v=ofSFZqio6Rs</a>	Webinarium z udziałem Jakuba Niewińskiego prezentuje dwa pierwsze filary edukacji włączającej.
„Kto na ochotnika?” – zestaw materiałów edukacyjnych	<a href="https://ochotnicy.ceo.org.pl/sites/ochotnicy.ceo.org.pl/files/kto_na_ochotnika_12.12.2018_o.pdf">https://ochotnicy.ceo.org.pl/sites/ochotnicy.ceo.org.pl/files/kto_na_ochotnika_12.12.2018_o.pdf</a>	Materiały dotyczące wyboru ścieżki zawodowej w kontekście wolontariatu szkolnego.
Shortcut – platforma VOD z filmami	<a href="https://shortcut.ceo.org.pl">https://shortcut.ceo.org.pl</a>	Platforma VOD z filmami krótkometrażowymi, którym towarzyszą materiały pomocnicze – w tym scenariusze lekcji. <b>Uwaga:</b> aby uzyskać dostęp do materiałów, należy się zarejestrować.
Przewodnik dla uczennicy i ucznia „Wzór na ścisłe”	<a href="https://bit.ly/38noqtw">https://bit.ly/38noqtw</a>	Materiał dla młodzieży, który przybliży kwestię studiowania STEM, zachęcając szczególnie dziewczynki do rozważenia takiego kierunku edukacji.
Program warsztatu „Dlaczego dziewczyny ocalą planetę?”	<a href="http://bit.ly/3ofUAjB">http://bit.ly/3ofUAjB</a>	Scenariusz warsztatu dla dziewczyn (klasy 6-8 SP) z programu „Klimat to temat”, wzmacniający poczucie sprawczości uczestniczek.
„Równe/różne” – zestaw materiałów edukacyjnych	<a href="https://szkolatolerancji.ceo.org.pl/rowne-rozne/materialy">https://szkolatolerancji.ceo.org.pl/rowne-rozne/materialy</a>	Materiały edukacyjne do wspierania równości płci w szkołach.



rozdział 3.

# **JAK WZMACNIAĆ PROCES GRUPOWY W KLASIE?**



# Wprowadzenie

Ewelina Gorczyca

Jest czerwiec, a może sierpień. Właśnie dowiadujesz się, że od nowego roku szkolnego obejmujesz wychowawstwo w jednej z klas. Myślisz sobie: *O nie! Dodatkowa robota. Wycieczki. Spotkania. Rodzice. Żale i skargi zgłaszane do mnie od innych nauczycieli. Kłótnie. Konflikty. Miłostki.* A może jednak pomyślałeś/pomyślałaś również tak: *Wyprowadzę tę klasę na prostą. Będą z nich ludzie. Stworzę z nich grupę!*

Każda z tych myśli związana jest z intuicją wobec tego, jak formuje się grupa, jaki proces musi przejść, by się nią stać. Choć truizmem wydaje się zdanie, że szkoła to nie tylko edukacja, a edukacja to relacja, to jesteśmy przekonani, że wzięcie pod nauczycielską lupę tego, co może zadziać się pomiędzy uczennicami i uczniami w klasie, wzmocni w nas – wychowawcach i wychowawczyniach, poczucie zrozumienia i sprawstwa, a konkretne rozwiązania wyposażą was w nauczycielskie narzędzia, których używać będziecie na co dzień w pracy z klasą. Dlatego też trzecia część narzędziownika „Wychowanie to podstawa” to rozdział poświęcony procesowi grupowemu i jego znaczeniu dla formowania się grupy.

Każda grupa ludzi – tym bardziej klasa, która spędza ze sobą codziennie kilka godzin – podlega procesowi grupowemu. Gdyby przyglądać się temu, czym on jest, warto zacząć od samego słowa *proces* zakładającego ruch, czas, energię i współoddziaływanie. Czy tego chcemy, czy nie, nasza klasa podlega tym wszystkim elementom. Jej członkowie – uczennice i uczniowie – nie są wobec siebie obojętni (nawet jeśli myślą, że są) i wzajemnie na siebie oddziałują. Wspomniane oddziaływania w połączeniu z czasem, ruchem i energią prowadzą do zmiany. Grupa zmienia się nieustannie – zmieniają się emocje, potrzeby, oczekiwania. Zmieniają się w końcu też nasi uczniowie i uczennice – dojrzewają! Każdy z nich jest w swojej biologicznej, emocjonalnej i fizycznej zmianie. To w okresie dojrzewania kształtują się nowe potrzeby w człowieku, szczególnie te psychospołeczne. Za najważniejsze uznaje się potrzeby kontaktu emocjonalnego, sensu życia, autonomii i potrzeby seksualne. Nastolatki będą dążyć m.in. do wyróżnienia się w grupie rówieśników i jednocześnie akceptacji grupy. Coraz częściej będą potrzebowali widzieć w działaniach, które podejmują, konkretne korzyści dla siebie, atrakcyjny cel. Zwiększy się również ich potrzeba samodzielnego decydowania o sobie.

## Co znajdziecie w tym zestawie materiałów?

Świadomość zmian, ich etapowości, dynamiki i konsekwencji zarówno dla pojedynczych uczennic i uczniów, ale także dla klasy jako grupy, pozwoli ci na uważne bycie wychowawcą/ wychowawczynią. Dlatego też z „Pigułki wiedzy”, którą przygotowaliśmy, dowiesz się o tym, czym jest proces grupowy, jakie są jego etapy oraz czym każdy z nich się charakteryzuje.

Oprócz tego w trzecim rozdziale narzędziownika znajdziesz materiały skupiające się na siedmiu tematach związanych z zagadnieniem procesu grupowego:

1. Budowaniu zespołu klasowego
2. Wartościach uczniów i wartościach grupy
3. Komunikacji w grupie – umiejętności wyznaczania granic i komunikowania potrzeb
4. Konflikcie jako zasobie i potencjale
5. Dyskryminacji i wykluczeniu z grupy

6. Budowaniu empatii
7. Współpracy

Podobnie jak w rozdziale drugim w każdym z tych obszarów znajdziecie:

- wskazówki do drobnych oddziaływań wychowawczych w codziennych sytuacjach szkolnych;
- inspiracje do działań specjalnych (projektowych);
- ćwiczenie na godzinę do dyspozycji wychowawcy.

W tym rozdziale znajduje się również „Autodiagnoza wychowawcy” – tym razem skupiająca się oczywiście na procesie grupowym.

## Jakie kompetencje uczniów i uczennic chcemy rozwijać?

### Wiedza:

- Czym są relacje?
- Co to jest empatia?
- Czym jest stereotyp i dyskryminacja?
- Jakie są sposoby prowadzenia dyskusji?

### Postawy:

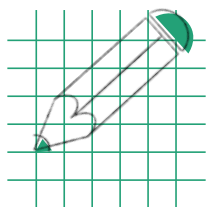
- empatia
- szacunek dla innych
- asertywność
- gotowość do współpracy
- świadomość, że odmienne wartości i poglądy nie stanowią zagrożenia dla moich wartości
- otwartość na dyskusję i wymianę poglądów
- gotowość do wysłuchania i uwzględnienia głosów mniejszościowych, zwłaszcza dostrzeżenia potrzeb mniejszości
- postrzeganie konfliktu jako wartości

### Umiejętności:

- dostrzeganie wartości w różnorodności
- umiejętność dyskusji
- słuchanie innych
- dostrzeganie relacji między własnymi wartościami a wartościami grupy
- tworzenie wspólnych norm w oparciu o wartości grupy
- wspólne podejmowanie decyzji
- współpraca; praca zespołowa
- rozumienie współzależności członków grupy
- rozwiązywanie konfliktów

Na początku rozdziału trzeciego zapraszamy do autodiagnozy, która pozwoli wam odnieść własne doświadczenia do zaprezentowanych dalej materiałów. Odpowiedzi na zamieszczone poniżej stwierdzenia, pozwolą sprawdzić, w którym z obszarów najbardziej przyda się wam wsparcie naszych autorów i ich podpowiedzi. Umożliwi to także rozpoczęcie lektury rozdziału od tekstu, który będzie najlepiej się wpisywał w wasze potrzeby. Powodzenia!

## ĆWICZENIE



# Autodiagnoza wychowawcy

Ewelina Gorczyca

Przeczytaj poniższe stwierdzenia i zaznacz w dowolny sposób, jak często prezentujesz wymienione postawy i zachowania: w zaproponowanej skali 1 oznacza „nigdy”, a 5 – „zawsze”.

Poszczególne tabele odnoszą się do kolejnych rozdziałów praktycznych tej części publikacji.

### Budowanie zespołu klasowego

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Stwarzam przestrzeń do rozmowy o tym, co ważne dla moich uczniów i uczennic. Dbam o to, by każdy mógł zabrać głos i poczuł się usłyszany.					
Stwarzam przestrzeń do podejmowania decyzji przez uczniów i uczennice, w kwestiach, które są dla klasy wspólne. Wspieram współdecydowanie.					
Oddaję odpowiedzialność za organizację klasowych kwestii moim uczniom i uczennicom. Wierzę, że odpowiedzialność za wspólne sprawy buduje zespół klasowy.					
Doceniam wspólne sukcesy klasy. Dbam o świętowanie.					
Inicjuję takie aktywności i momenty, które pozwolą moim uczniom i uczennicom poznać się nie tylko ze „szkolnej” perspektywy.					

### Wartości uczniów i wartości grupy

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Nie pouczam, a pytam. W codziennych rozmowach zadaję moim uczniom pytania, które zachęcają do refleksji nad własnym systemem wartości, np. Dlaczego to jest dla Ciebie ważne?					
Mówiąc o tym, co dla mnie ważne, mówię o swoich wartościach jako wychowawcy/ wychowawczynie. Modeluję tym komunikację o wartościach.					
We współpracy z uczniami i uczennicami ustaliam wartości, które są ważne dla nas wszystkich – dla całej klasy.					
Dbam o to, by uwspólnić rozumienie definicji wartości, które są ważne dla całej klasy.					

## Komunikacja w grupie

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
W rozmowie z uczniami i uczennicami posługuję się faktami, a nie ocenami. Częściej mówię np. „Usłyszałam, że ci zależy ....”, niż „Nie mów do mnie takim tonem”.					
Wiem, że uniesiony ton i nieodpowiednia forma wypowiedzi moich uczniów nie jest „o mnie”. Wiem, że w tym momencie nie potrafią inaczej, a górę wzięły ważne dla nich emocje i sprawy.					
Jasno komunikuję swoje granice, zanim zostaną one przekroczone. Częściej mówię „Nie daję ci zgody na...”, „Nie mam zgody na to, abyście....” niż „Znowu to samo...”, „Jak mogliście...”					
Dostrzegam i nazywam potrzeby moich uczniów i uczennic.					
Świadomie rozwijam własne kompetencje komunikacyjne, dzięki czemu wspieram swoich uczniów i uczennice w skutecznej komunikacji.					

## Konflikt jako zasób i potencjał

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Postrzegam konflikty jako naturalny etap procesu grupowego – nie „zamiatam ich pod dywan” i daję czas na to, aby wybrzmiały.					
W sytuacji konfliktowej upewniam się, czy moi uczniowie i uczennice chcą i potrzebują mojego wsparcia i uczestnictwa w rozwiązaniu konfliktu – sprawdzam, czy nie wolą zająć się tym samodzielnie.					
Nazywam fakty i uczucia osób zaangażowanych w konflikt – nie oceniam zachowania, sposobu wyrażania emocji, sposobu wypowiedzi uczniów i uczennic.					
Daję czas i przestrzeń moim uczniom i uczennicom, by konflikt wybrzmiał do końca. Nie oczekuję natychmiastowego rozwiązania, przyznania się do winy, przeprosin. Wiem, że to wymaga czasu i refleksji.					
Akceptuję złość, frustrację, rozczarowanie, rozgoryczenie, zawód, wiedząc, że to emocje, które potrzebują czasu, aby się wyciszyć.					

## Dyskryminacja i wykluczenie z grupy

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Dostrzegam własne wzorce dyskryminującego języka.					
Unikam dyskryminacji w przydziale zadań.					
Stwarzam uczniom i uczennicom możliwość współpracy w zróżnicowanych grupach tak, aby mieli szansę poznać się z każdej strony.					
Wspieram ucznia/uczennicę w sytuacji wykluczenia, nie wyręczam go/jej – sprawdzam jak on/ona się z tym ma. Opisuję to, co widzę i wspieram w zmianie.					

## Budowanie empatii

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Empatycznie komunikuję się z uczniami i uczennicami – dostrzegam, opisuję emocje, nie dyskredytuję ich bądź nie umniejszam ich rangi. Częściej mówię: „Rozumiem cię”; „Staram się wyobrazić sobie, co czujesz”; „Opowiedz o swojej sytuacji, abym mogła/mógł cię lepiej zrozumieć”; „Akceptuję to”; „Szanuję twoje zdanie”; „Domyślam się, że to może być dla ciebie...”; „Kiedyś byłem/byłam w podobnej sytuacji”, niż „No coś ty. Nic się przecież wielkiego nie stało”; „Nie płacz”; „Przestań krzyczeć”.					
W sytuacjach trudnych dla moich uczniów okazuję zrozumienie, nie wyręczam ich w poszukiwaniu rozwiązań, a towarzyszę w ich wypracowaniu. Mówię o tym, co dostrzegam bez krytyki i osądu.					
W rozmowie z uczniami i uczennicami słucham wypowiedzi do końca, nie przerywam, nie wypytuję, nie oceniam i nie wartościuję.					

## Współpraca

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Inicjuję gry kooperacyjne oraz proste zadania motywujące do współpracy, ucząc w ten sposób współpracy tak jak innych umiejętności.					
Stwarzam moim uczniom i uczennicom możliwość podjęcia samodzielnych i autonomicznych działań, w których będą mieli szansę współpracować, np. wspólne projekty, organizacja klasowej wycieczki czy wyjścia.					
Wspieram uczniów i uczennice w „organizacji” współpracy – w ustaleniu listy zadań, podziale ich między sobą, ustaleniu harmonogramu.					
Rozmawiam z uczniami i uczennicami o ich wrażeniach ze współpracy z innymi, o tym, co im pomagało współpracować, a co przeszkadzało.					
Wspieram uczniowskie inicjatywy i zachęcam do autorskich działań.					

### MOJE WNIOSKI

Przyjrzyj się teraz swoim odpowiedziom i zapisz wnioski, jakie z nich wyciągasz:

.....

.....

.....

### MOJE WYZWANIE

A teraz zaplanuj, nad czym i w jaki sposób chcesz popracować w najbliższym czasie. Ile czasu dajesz sobie na to wyzwanie?

.....

.....

.....

Po czasie wyznaczonym na twoje wyzwanie, możesz wrócić do tabeli autorefleksji i sprawdzić, co się zmieniło. Możesz też wracać do niej co roku, aby monitorować zmiany w twoim podejściu do pracy wychowawczej.

## PIGUŁKA WIEDZY

# Czym jest proces grupowy?

Maciej Wojdyna

Grupa skrywa wiele tajemnic. Wprawione oko wychowawcy potrafi je odgadywać i robić z nich pożytek. Podczas pierwszego spotkania z nową klasą często mamy przygotowane jakieś zadanie, np. przekazanie informacji, planu lekcji, niektórzy przeprowadzają zabawę integracyjną. Warto jednak podczas takiego spotkania włączyć ciekawość badacza, „wyjść” na chwilę poza strukturę spotkania i zastanowić się nad kilkoma kwestiami:

- jaka jest atmosfera w klasie;
- którzy uczniowie inicjują kontakt samodzielnie, a którzy nie;
- czy są uczniowie, których postawa ciała wskazywałaby, że są zamknięci;
- czy któryś z uczniów jest pobudzony, mówi uniesionym głosem, próbując radzić sobie tym samym z napięciem?

Jednocześnie dobrze jest zwracać uwagę na **swoje reakcje** – one też są często bardzo dobrym narzędziem do dalszej pracy wychowawczej. Podczas pierwszego spotkania z nową grupą lub chwilę po jego zakończeniu znajdź moment na refleksję:

- jak czuję się w nowej grupie;
- czy jest coś, co szczególnie mi się podobało podczas spotkania;
- czy jest uczeń, którego już zapamiętałam/zapamiętałem;
- ciekawe, o kim nie pomyślałam/pomyślałem;
- a może jest coś, co wzbudziło moją obawę już na samym początku?

Te pytania „na wejście” są bardzo pomocne, aby móc zobaczyć strukturę grupy – naturalne tendencje uczniów do zajmowania określonych ról lub „miejsc” w zespole. **Za rolę uznaje się charakterystyczne sposoby zachowania uczniów w grupie.** Choć lista **ról** jest otwarta, możemy wyróżnić kilka podstawowych, które będą widoczne w większości grup. Warto dodać, że część uczniów i uczennic będzie na przestrzeni czasu pełnić różne role w grupie – niektórzy mają tendencję do płynnego przechodzenia z jednych w drugie, inni będą od początku trzymać się jednej roli. Nie ma nic złego ani w jednej ani w drugiej postawie – różnica wynika ze struktury osobowości i indywidualnych predyspozycji.

## Role grupowe:

Role lidarskie:

- **lider aktywny** – ma dużą potrzebę działania, dodaje grupie energii, wykonuje ruch do przodu, pomaga grupie szczególnie na początku rozpocząć pracę;
- **lider emocjonalny** – troszczy się o dobrą atmosferę, wyczuwa nieszczerości, korzysta ze słuchu emocjonalnego, wyczuwa nastroje w grupie. Często pomaga grupie w poradzeniu sobie z napięciami i konfliktami;
- **lider-nawigator** – podtrzymuje działanie grupowe, porządkuje chaos, porządkuje działalność lidera aktywnego.



Pozostałe role grupowe:

- **Sumienie grupy** – dba o to, by grupa nie zrobiła nikomu „krzywdy”, może wspierać kozła ofiarnego;
- **Kamikadze** – opowiada o swoich trudnościach w momencie, kiedy inni członkowie grupy nie są jeszcze na to gotowi;
- **Błazen** – żartami i humorem rozładowuje napięcie w grupie. Jest to wyjątkowo przydatne na początku rozwoju grupy. Wtedy jest wyjątkowo ceniony w grupie. Kiedy jednak grupa lepiej się pozna, może stracić swoją pozycję.
- **Szara eminencja** – stara się wpłynąć na któregoś z liderów po to, żeby uzyskać wpływ na grupę.
- **Kozioł ofiarny** – obiekt rozładowania negatywnych emocji grupy. Często są to osoby, które wcześniej pełniły w grupie rolę lidera aktywnego, kamikadze lub błazna.
- **Dobry uczeń** – stara się jak najlepiej spełniać oczekiwania prowadzącego lub lidera aktywnego.
- **Maskotka** – osoba wyróżniająca się jakąś cechą np. najmłodsza lub wyjątkowa atrakcyjna. Ma „taryfę ulgową” na stosowania określonych norm grupowych.
- **Buntownik** – osoba atakująca lidera aktywnego lub prowadzącego grupę. Często ujawnia się w konfliktowej fazie rozwoju grupy.
- **Outsider** – osoba postrzegająca swoje miejsce poza grupą.
- **Ekspert** – osoba uznawana przez grupę za specjalistę. Uczestnicy kierują do niego pytania w sytuacjach niejasności i liczą się z jego zdaniem w określonych sprawach.

Jeśli zależy ci, aby twoja grupa pracowała zgodnie, warto zwrócić uwagę, co może wpływać na jej efektywność. Dobrze zgrany zespół to przede wszystkim poczucie bezpieczeństwa wszystkich uczniów, którzy są w klasie oraz wysoki poziom satysfakcji związany z byciem w danym zespole klasowym.

## Cechy efektywnej grupy

- rozumie swoje cele i zadania;
- elastycznie dostosowuje sposób działania do przyjętych celów;
- charakteryzuje się wysokim stopniem komunikacji i zrozumienia między swoimi członkami;
- indywidualne odczucia, stanowiska i poglądy wszystkich jej członków są przekazywane w sposób bezpośredni i otwarty;
- potrafi podjąć i doprowadzić do końca proces podejmowania decyzji; rozpatruje przy tym wnikliwie punkt widzenia mniejszości i zapewnia wszystkim członkom udział w podejmowaniu wszelkich ważnych decyzji;
- osiąga równowagę pomiędzy skutecznością działań zespołowych a realizacją potrzeb indywidualnych;
- zapewnia dzielenie odpowiedzialności przez wszystkich swoich członków; wszyscy mogą przedstawiać własne pomysły, rozwijać i opracowywać projekty innych, opiniować, sprawdzać wykonywalność potencjalnych decyzji, a także w inny sposób przyczyniać się do osiągnięcia celów przyjętych przez grupę i do właściwego jej funkcjonowania;
- jest zwarta, ale nie ogranicza niezależności swoich członków;
- właściwie wykorzystuje umiejętności swoich członków;

- nie jest zdominowana przez przywódcę ani przez żadnego ze swoich członków;
- jest obiektywna w ocenianiu samej siebie; nie ucieka od własnych problemów i jest zdolna do modyfikacji swoich działań;
- utrzymuje równowagę pomiędzy emocjami a rozsądkiem oraz twórczo wykorzystuje emocje, które przeżywają członkowie grupy.

Każdy zespół klasowy jest inny – w niektórych klasach uczniowie mają specjalne potrzeby edukacyjne, są też uczniowie z niepełnosprawnościami ruchowymi lub intelektualnymi, niektóre zespoły w sposób naturalny są zgrane i chętne do działania, w innych należy wspierać uczniów poprzez działania integrujące grupę. Jest jednak podobieństwo w działaniu wszystkich grup – są to tzw. **etapy procesu grupowego**, czasem nazywane fazami. Proces grupowy i jego fazy powtarzają się, niektóre etapy trwają dłużej, inne wymagają mniej czasu. Ważne, aby do procesu grupowego podchodzić z ciekawością – jest to natura grupy, którą można porównać do cykliw przyrody. Przyroda ma swoje cykle – pory roku, a grupa ma swój proces – etapy/fazy.

## Etapy procesu grupowego

1. **Etap orientacji i zależności** – celem całej grupy i wszystkich jej członków jest przynależność do grupy. Członkowie grupy przyglądają się sobie, orientują się, kto jest w grupie. Dominuje wtedy lęk, niepokój, napięcie, wahanie, ciekawość, obawa, niechęć do wyrażania własnych opinii. Członkowie grupy często nie wiedzą o tych uczuciach i stanach, nie mają takiej świadomości.
2. **Etap buntu, różnicowania się, konfliktu** – celem grupy jest wyodrębnienie się i zróżnicowanie. Co się wtedy dzieje? Uczestnicy odczuwają złość, występują spory, kłótnie, wyznaczanie własnego terytorium, dominuje złośliwość, uwagi, krytyczne oceny, pojawiają się koalicje, podgrupy, sojusze. Ujawniają się walki i rywalizacja, okazywanie wrogości. Jest to moment, kiedy grupie przestaje się podobać, jest to faza konfliktu i buntu grupy przeciwko prowadzącemu.  
  
Na tym etapie pracę w klasie należy skoncentrować wokół: nauki budowania informacji zwrotnej, pokazywania, jak konstruktywnie rozwiązywać konflikty bez wzajemnego krzywdzenia się i agresji; pozwalaniu, aby każdy uczeń wypowiedział się do końca.
3. **Etap spójności i konstruktywnej współpracy** – uczestnicy mają wrażenie, że ich grupa jest świetna, najlepsza, zmniejsza się krytycyzm, ale jednocześnie wzrasta też chęć do współpracy dla dobra wspólnego. Pojawiają się różne normy grupowe, więcej kompromisów, przejawianie miłych uczuć.
4. **Etap końcowy** – rozpad wspólnoty, zakończenie pracy. Następuje bez względu na to, jak pracuje dana grupa. Ma pokazać członkom grupy, jak zdobyte umiejętności, sprawności mogą przydać się w życiu i sprawdzić, z czym uczestnicy grupy kończą.

Na koniec warto wspomnieć o **siłach tkwiących w grupie**. Już samo bycie w zespole klasowym, może być dla uczniów i uczennic motorem do osobistego rozwoju. Niesieni siłą grupy nawet nie zauważają, że zaczynają się rozwijać.

Uczeń w zgranym zespole klasowym:

- uczy się odpowiedzialności za decyzje, które wpływają na innych;
- jest w dynamicznych relacjach rówieśniczych;
- mierzy się z rozwiązywaniem konfliktów;
- uczy się współpracy;
- poznaje inne rozwiązania, które mogą zaproponować inni członkowie grupy.

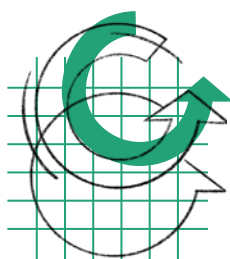
Zachodzące zmiany cywilizacyjne oddalają młodych ludzi od grupy. Rozwój technologii wpłynął na zmianę w przestrzeni potrzeb społecznych nowego pokolenia. Coraz rzadziej grupa rówieśnicza jest stawiana przez uczniów na pierwszym miejscu (co jeszcze do niedawna było oczywistym wyborem dorastających ludzi). Nasi uczniowie będą obywatelami przyszłości, której my możemy się nawet nie domyślać.

To, co dobrego możemy zrobić dla naszych uczniów, to pokazywać im korzyści i moc płynącą z przynależności do grupy. Pokazywać, że prawdziwe, oparte na zaufaniu i szacunku relacje nie mogą być niczym zastąpione. Możemy rozmawiać z uczniami o roli koleżeństwa i przyjaźni, pokazując drzemący w nich potencjał, wspierać rozwój ucznia w grupie, jego starania, odkrywać jego talenty, które mogą się wyłonić tylko w zespole rówieśników. Możemy tworzyć takie środowisko szkolne, aby bycie w grupie było w nim wartością. Wyzwaniem nowych czasów jest pokazywanie uczniom atrakcyjności płynącej z bycia częścią grupy.

*Dlaczego budowanie zespołu jest najważniejsze? Ponieważ ten proces rozpoczyna się w dniu przekroczenia przez wychowawcę progu sali podczas pierwszego spotkania z nową klasą i trwa do momentu ukończenia wspólnej drogi. Wychowawca staje się budowniczym – jego zaprawą murarską są umiejętności komunikacyjne, a cegiełkami wszystkie interwencje wychowawcze. Czy jesteśmy tego świadomi, czy nie, tych cegiełek jest kilkaset w każdym tygodniu. W tym podrozdziale przyjrzymy się skutecznym interwencjom, które są pomocne w budowaniu zespołu klasowego.*

# Budowanie zespołu klasowego

Maciej Wojdyna



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### USK, czyli Unikatowy System Komunikacji waszej klasy.

Ustal sposób komunikacji ze swoimi uczniami i uczennicami. Zapytaj ich, jakie mają pomysły – pozwól współdecydować. Zaangażuj uczniów, aby przekazywali sobie informacje. Stwórzcie sobie system powiadomień. Rozmawiajcie o skutecznych i nieskutecznych sposobach porozumiewania się między wami. Eksperymentujcie, aż znajdziecie taką formę, w której informacje w waszej klasie będą przekazywane skutecznie i szybko.

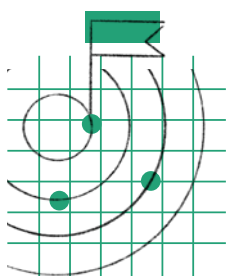
Oto lista skutecznych sposobów komunikacji, które mogą posłużyć jako inspiracje:

- nauczyciel przekazuje ważną informację przewodniczącemu klasy, ten przekazuje ją reszcie klasy (sprawy małej wagi, które trzeba szybko przekazać);
- wychowawca wraz z uczniami mają wspólną grupę komunikacyjną (np. Messenger, WhatsApp) – tam nauczyciel umieszcza różne informacje ważne dla uczniów (ta metoda dotyczy tylko krótkich komunikatów organizacyjnych);
- raz w tygodniu uczniowie spotykają się na długiej przerwie w klasie i tam omawiają ważne sprawy, przewodniczący klasy po spotkaniu przekazuje informacje nauczycielowi (np. nauczyciel prosi o propozycję spędzenia klasowej wigilii);
- wychowawca na godzinie wychowawczej „dzieli się czasem” z uczniami, podczas zajęć uczniowie dyskutują między sobą, ustalają stanowisko (np. wychowawca prosi o propozycję wyjść, które byłyby dla uczniów atrakcyjne – to świetne zadanie, aby uczniowie przygotowali dla wychowawcy np. 5 propozycji).

### Współdecydowanie i zaangażowanie uczniów.

Warto od samego początku pokazywać uczniom i uczennicom, że klasa jest wspólnotą. Pamiętaj, że nie musisz o wszystkim decydować sam lub sama. W zależności od możliwości twojego zespołu kwestię podejmowania decyzji można przedstawić na różne sposoby:

- Współdecydowanie: uczniowie zupełnie inaczej podejść do realizacji zadania, jeśli będą czuć, że jest to ich zadanie, na które sami się zdecydowali; np. wyjścia klasowe – możesz poprosić swoich uczniów o sprawdzenie repertuaru kin, teatrów, ważnych wydarzeń kulturalnych w okolicy szkoły.
- Oddawanie decyzji: imprezy klasowe to przestrzeń, w której uczniowie mogą kształtować swoje preferencje. Zachęcamy do eksperymentowania w tym obszarze. To też świetne miejsce, aby nauczyć się wyciągać wnioski z ewentualnych porażek. Uczniowie sami mogą od początku do końca przygotować np. spotkanie grudniowe, które nie musi być klasową „wigilią” a np. podsumowaniem roku kalendarzowego.
- Głos doradczy: wszyscy lubimy być usłyszani. Nawet jeśli nie wybierzesz opcji, którą zaproponowali twoi uczniowie, to będą mieli poczucie, że na jakimś etapie brali udział w procesie decyzyjnym. Przykładem może być tablica w klasie lub przed salą i tworzenie dekoracji albo tworzenie kącika tematycznego.



## Działania specjalne – inspiracje

Nie zapominaj o **podsumowaniach i świętowaniu**. To niezwykle rozwija świadomość – buduje w uczniach i uczennicach poczucie bezpieczeństwa – to raz, a dalej przekłada się na satysfakcję, która jest świetnym budulcem dla grupy.

Świętowanie to bardzo ważny etap w procesie wychowawczym – zbyt często kładziemy akcent na wymaganie, stawianie celów. Natomiast gdy wraz z naszymi uczniami osiągamy sukces, temat jakby się rozpuszcza, zapominamy, przestaje nas interesować.

Warto w tym momencie zrobić „stop-kłatkę” – ustalić z grupą sposób świętowania. I nie chodzi tu o wielkie nakłady finansowe – walutą jest dostrzeżenie trudu, zaangażowania i wzajemna wdzięczność.

Jest wiele sposobów na podkreślenie ważnych momentów. Można np.:

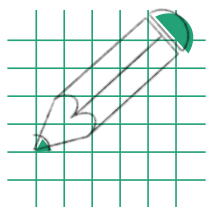
- zorganizować wyjście klasowe, na które umówiliście się, jeśli uda Wam się osiągnąć zamierzony cel;
- obejrzeć podczas godziny wychowawczej film, który jest ważny dla twoich uczniów;
- wykonać pamiątkowe zdjęcie w momencie zakończenia zadania – zdjęcie powieszone w klasie będzie przypominać wszystkim chwile związane z sukcesem klasy;
- po skończonym zadaniu wyjść na boisko i puszczać latawce, jeśli to będzie atrakcyjne dla twojej grupy;
- włączyć ulubione utwory muzyczne uczniów i uczennic;
- zagrać w gry planszowe;
- przygotować poczęstunek np. ciastka z herbatą;
- wręczyć dyplomy albo certyfikaty;
- spędzić czas tak, jak uczniowie chcą, np. zagrać mecz na boisku albo w „państwa-miasta”.

Jeśli wybraliście samorząd, to znajdź czas, aby zapytać grupę, jak się z tym wyborem czuje. Po miesiącu pracy możecie poświęcić część godziny wychowawczej na to, aby klasa i wychowawca powiedzieli o mocnych stronach współpracy z samorządem klasowym. Uczniowie, którzy pełnią funkcje w klasie, mogą powiedzieć z czego są najbardziej dumni podczas działania na rzecz klasy, czego się nauczyli. Samo zauważenie pracy na rzecz społeczności klasowej jest wielkim docenieniem.

Jeśli pracowaliście na przykład nad punktualnością, to zapytaj swoich uczniów, jak się z tym mieli. Możesz przygotować dla swoich uczniów „wklejki” do dzienniczków, aby każdy dzień, który zaczęli punktualnie, zaznaczali sobie np. uśmiechniętą buźką. Podsumowując zadanie, poszukajcie wspólnie plusów związanych z tym obszarem:

- przychodząc wcześniej do szkoły nie zaczynam dnia w napięciu, stresie;
- mogę przed lekcją porozmawiać z koleżankami i kolegami;
- mogę sobie wszystko przygotować przed lekcją.

Świętujcie!



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### PIERWSZY KRĄG

Usiądźcie w kole. Na chwilę zapomnij o wszystkich formalnościach, które są od ciebie wymagane – zgody, usprawiedliwienia, regulaminy i zasady oceniania. Usiądź ze swoimi uczniami – spójrz na nich, jeśli to możliwe, wyłącz obawy i ocenę, a włącz ludzką ciekawość. To, co wydarzy się podczas zajęć w kręgu, zależy w dużej mierze od tego, na co ty jako wychowawca będziesz gotowy/a.

**Czas trwania:** 45 minut

**Materiały i środki dydaktyczne:**

- Krzesła ustawione w kole
- Przedmiot do przekazywania np. maskotka

**Grupa docelowa:** uczniowie klas 4-8 (zajęcia najlepiej przeprowadzić na jednej z pierwszych godzin wychowawczych)

### Przebieg ćwiczenia:

1. Uśmiechnij się, weź głęboki oddech, włącz ciekawość.
2. Powiedz uczniom i uczennicom, że to wasz pierwszy krąg. Podczas krótkiego wprowadzenia możesz opowiedzieć o tradycji kręgów.

Dawne plemiona zwoływały kręgi zawsze, gdy trzeba było omówić coś ważnego dla całej społeczności. Krąg jest symbolem jedności i równości – nie ma rzędów i podziałów.

3. Ustalcie trzy zasady, które będą obowiązywały w waszym kręgu. Jeśli uczniowie będą mieli trudności z ustaleniem zasad, możesz zaproponować:
  - a) Zaufanie – nie rozmawiamy z innymi o tym, co usłyszeliśmy podczas zajęć w kręgu.
  - b) Szacunek – nie komentujemy tego, co usłyszeliśmy.
  - c) Tolerancja – staramy się rozumieć innych, nie oceniać.
4. Pozwól zdecydować uczniom!

Niech uczniowie sami zdecydują, kto chce mówić pierwszy i co chcą o sobie powiedzieć. Później niech uczniowie przekazują sobie przedmiot – kto ma przedmiot, ten ma głos.

Jeśli pozwolisz uczniom zdecydować o kolejności wypowiedzania się oraz o tym, co będą mówić, będziesz mógł zbudować sobie socjogram grupy – dowiesz się, kto jest bardziej śmiały oraz co jest ważne dla twoich uczniów. Pozwól, aby uczniowie bardziej nieśmiali powiedzieli ciszej lub mniej – świat nie jest tylko dla ekstrawertyków. Twoi uczniowie bardzo to docenią.

5. Nie zapomnij o sobie!

Wybierz moment, w którym chcesz zabrać głos. Zastosuj się do waszych zasad. Powiedz wtedy, kiedy będziesz gotowy/a i tyle, ile będziesz chciał/a. Twoi uczniowie na pewno są ciebie bardzo ciekawi.

- \*6. Jeśli zostanie czas, poproś uczniów, aby ustawili się w rzędzie bez używania słów zgodnie z kolejnością zabierania głosu. To będzie ciekawe zadanie na współpracę.

Omówcie na koniec, co było największym wyzwaniem w tym zadaniu. Zapytaj uczniów, jakie alternatywne formy komunikacji zostały przez nich użyte podczas ustawiania się. Zastanówcie się wspólnie, gdzie można je zastosować w codziennym życiu.

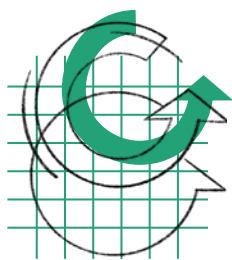
**Informacja zwrotna:** Po ćwiczeniu udziel uczniom i uczennicom informacji zwrotnej. Unikaj ocen! Podkreślaj, że to twój punkt widzenia. Używaj komunikatów „ja”. Pamiętaj, że w ten sposób modelujesz, jak uczniowie mogą nawzajem komunikować się między sobą. Podziękuj za otwartość. Nazwij, co się wydarzyło (opowiedz o atmosferze, która panowała na zajęciach, czy sprzyjała otwieraniu się przed grupą, czy nie), opowiedz co widziałeś/eś – docień otwartość uczniów. Poproś uczniów, aby odpowiedzieli na pytanie, czy łatwiej im było mówić, czy słuchać (to ważna informacja dla ciebie, ale i dla nich).

**Zwróć na to uwagę:** Pilnuj czasu – możesz poprosić jednego z uczniów, aby wraz z tobą sprawdzał, ile macie czasu. To ważne, aby każdy z grupy mógł się wypowiedzieć. Jeśli ktoś nie będzie chciał zabrać głosu – nie naciskaj. To jest po prostu informacja, że ktoś nie jest gotowy na zabranie głosu na forum klasy (to może być w przyszłości świetny obszar do pracy z tym uczniem lub uczennicą).

*Budzenie świadomości w temacie własnych wartości to lekcja samopoznania. Refleksja wokół tego, co jest dla mnie najważniejsze, ważne, mniej ważne, jest źródłem bardzo ciekawych informacji i może być inspiracją do rozwoju. Jak rozpoznać i nazwać wartości uczniów i uczennic i jak „złapać” wartości grupy? O tym w poniższym rozdziale.*

# Moje wartości a wartości grupy

Maciej Wojdyna



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Zamiast pouczać – pytaj.

Jeśli chcesz, aby twoi uczniowie i uczennice rozpoznawali, co jest dla nich ważne, stwarzaj sytuacje, które ich zachęcą lub wręcz sprowokują do refleksji na temat własnego systemu wartości.

np. Jeśli widzisz ucznia, który opowiada z ekscytacją o jakimś temacie...

Zadaj pytania:

- Czy to jest dla ciebie ważne?
- Dlaczego to jest dla ciebie ważne?
- Czy to jest ważniejsze niż ....?

Innym przykładem będzie sytuacja, kiedy uczeń lub uczennica zrobi coś, co jest zachowaniem niepożądanym, np. obrazi słownie innego ucznia.

Zadaj pytania:

- Czy relacje z rówieśnikami są dla ciebie ważne?
- Czy ważniejsze w tej sytuacji jest postawienie na swoim, czy znalezienie rozwiązania?

Na podstawie tych dwóch pytań, możesz udzielić informacji zwrotnej:

Słyszę, że dla ciebie na ten moment ważne jest...

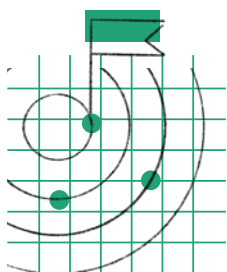
### Wartości, które są ważne w naszej klasie.

Nie czekaj na kryzys, aby powiedzieć uczniom i uczennicom, jakie wartości są dla ciebie ważne. Każdy dzień jest dobry, aby w neutralnych sytuacjach mówić o tym, nad czym będziecie pracować. Dobrym pomysłem jest wybranie jednego obszaru na tydzień. Pamiętaj, że w trakcie dojrzwania uczniów, ich wartości będą/mogą się zmieniać.



## Etapy pracy nad systemem wartości.

1. Zanim przeprowadzisz zajęcia związane z systemem wartości, stwórz sytuacje, aby twoi uczniowie mogli się trochę o nich dowiedzieć. Dobrym sposobem jest zrobienie gazetki w sali, na której będą wymienione różne wartości (możesz na początku wybrać 20).  
20 przykładowych wartości:  
*odwaga, współczucie, życzliwość, ciekawość, miłość, ambicja, wolność, równość, zaufanie, wiedza, umiejętności, spokój, otwartość, optymizm, rozwój, uczciwość, działanie, tradycja, harmonia, nadzieja*
2. Od początku pracy z klasą jasno mów o swoich wartościach – o tym, co dla ciebie jako wychowawczynie/wychowawcy jest ważne, a czemu mówisz wyraźne STOP.
3. Stwórzcie swój katalog wartości klasowych. Dobrą praktyką jest wybranie od 3 do 5 wartości. Mamy wtedy największą szansę na to, że uczniowie je zapamiętają i przy okazji będą mogli je zgłębić.
4. Wywieście je w widocznym miejscu w klasie z tytułem „To jest dla nas ważne”.
5. Na dalszym etapie pracy nad systemem wartości klasy, poproś uczniów i uczennice, aby wypowiedzieli się, jak rozumieją te wartości, jakie korzyści czerpią, gdy postępują w zgodzie z nimi. Wybierz formę, która najbardziej pasuje do twojej grupy: rysunki, komiksy, krótkie formy literackie lub pozwól je wybrać samym uczniom, jeśli są już na to gotowi.
6. Za pół roku wywołaj dyskusję wokół tematu wartości klasowych. Sprawdźcie, na jakim etapie jesteście – czy nadal są aktualne, a może zmieniła się kolejność, może na ten moment co innego jest na pierwszym miejscu? To może być bardzo ciekawe!
7. Jeśli w bieżącej pracy wychowawczej występuje problem z jakimś obszarem np. z zaufaniem, powiedz swoim uczniom, że:
  - zauważyłaś/eś trudność w obszarze zaufania i ten tydzień to czas, w którym będziesz często ten temat poruszać, zachęcać do refleksji i działania wokół niego;
  - zapytaj uczniów, jak ją rozumieją, powiedz, jak ty ją widzisz, podziel się z uczniami swoją motywacją do pracy nad tym obszarem;
  - daj informację zwrotną pod koniec tygodnia – zbierz wszystkie działania wokół pracy nad danym obszarem, zapytaj uczniów o refleksje nad pracą.



## Działania specjalne – inspiracje

Praca wokół osobistych wartości i wartości grupy nie należy do najłatwiejszych ze względu na to, że niektórym dzieciom trudno może być na początku zrozumieć, czym one są.

Dużym ułatwieniem w codziennej pracy mogłoby być stworzenie **piramidy wartości**.

W zależności od materiałów, którymi dysponujesz, może to być narysowana piramida, może to być interaktywna mata na rzepy, na której będzie umieszczona grafika piramidy. W dowolnym miejscu klasy umieść przygotowaną piramidę, a obok wypisane na mniejszych prostokątach wartości, które uczniowie będą sobie mogli na nią przyczepiać. Tę piramidę możesz wykorzystywać na wiele sposobów:

- Uczniowie i uczennice w dowolnym momencie dnia mogą sobie do niej podchodzić i układać swoją hierarchię wartości.
- Mogą pracować w dwójkach – jeden uczeń układa hierarchię wartości, a drugi pyta:  
*Dlaczego wybrałeś taką kolejność?*  
*Czym dla ciebie jest dana wartość?*
- Piramida może być wykorzystywana do pracy z całą klasą – na przykład, gdy nauczycielka/nauczyciel chce pracować w danym czasie nad konkretnymi wartościami. Pomoc ta może świetnie zilustrować to, co będzie ważne i poruszane w danym tygodniu.
- Na piramidzie można umieścić daną wartość i poniżej przyczepić konkretne działania klasy, które będą skupiały się wokół niej.

Drugim pomysłem na działanie pozalekcyjne będzie całoroczny projekt **wartości na każdy miesiąc**.

Celem działania będzie poznanie wartości, którymi należy kierować się w życiu oraz refleksja nad własnym systemem wartości.

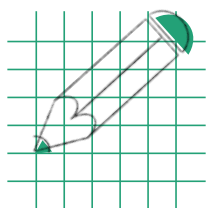
Na każdy miesiąc przydzielona jest jedna wartość.

- Wybór wartości w poszczególnych miesiącach wynika z przypadających na dany miesiąc świąt, uroczystości lub wydarzeń z życia klasy;
  - Wartości podawane będą jako „Hasła miesiąca” na gazetce klasowej.
1. Takie zadania możecie podejmować na godzinach wychowawczych, lekcjach przedmiotowych, tworzyć do nich prace plastyczne, literackie, dramowe.
  2. Zadbajcie o dokumentowanie waszych działań – możecie robić zdjęcia, zaproponować któremuś uczniowi lub grupie uczniów, aby przygotowali na koniec roku prezentację dotyczącą całego projektu.
  3. Podsumowaniem projektu może być praca plastyczna wykonana wspólnie przez całą klasę pt. „Kalendarz wartości klasy x.”.

Poniżej propozycja wyboru wartości oraz świąta, które wypadają w danym miesiącu.

miesiąc	wartość	święto
Wrzesień	ciekawość	Rozpoczęcie roku szkolnego
Październik	współpraca	Dzień Edukacji Narodowej
Listopad	patriotyzm	Święto Niepodległości
Grudzień	empatia	Międzynarodowy Dzień Wolontariusza (5.12)
Styczeń	szacunek	Dzień Babci i Dziadka

Luty	życzliwość	Światowy Dzień Przytulania
Marzec	tolerancja	Międzynarodowy Dzień Walki z Dyskryminacją Rasową (21.03)
Kwiecień	rzetelność	Światowy Dzień Książki i Praw Autorskich (23.04)
Maj	rodzina	Dzień Matki (26.06)
Czerwiec	świadomość własnych praw i obowiązków	Dzień Dziecka (1.06)



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### WARTOŚCI W DZIAŁANIU

Czas na pracę z wartościami w działaniu. Nic tak nie otwiera uczniów, jak możliwość samodzielnego tworzenia. Uczniowie i uczennice będą tworzyli komiksy, których bohaterami będą wymyślone przez nich postaci, które będą miały na imię tak samo, jak wylosowane wartości. W tym zadaniu niejako ożywią wartości i wymyślą im cechy istot żyjących. Dzięki czemu w działaniu będą mogli zastanowić się, jak postępować „zgodnie z jakąś wartością” i przy tym dobrze się bawić!

**Czas trwania:** 45 minut

**Materiały i środki dydaktyczne:**

- opcjonalnie w ramach inspiracji przed lekcją można obejrzeć z klasą film „W głowie się nie mieści” (oryginalny tytuł „Inside Out”) jako inspirację do tworzenia własnych postaci uosabiających abstrakcyjne pojęcia
- kartka A4 podzielona na 6 części lub „storyboard” (załącznik 1)
- przygotowane karteczki do losowania z nazwami wartości (załącznik 2)

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-6 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

1. Każdy uczeń i uczennica losuje 3 wartości.
2. Wszyscy uczniowie dostają kartki podzielone na sześć części (storyboards – scenorysy).
3. Przedstaw uczniom cel zadania – ich zadaniem jest:
  - wykonanie komiksu, którego bohaterami będą trzy wylosowane wartości;
  - fabuła komiksu oraz sposób przedstawienie bohaterów są dowolne.

Zachęć uczniów do twórczego podejścia do zadania – zapytaj, jakie cechy mogą mieć dani bohaterowie, jak mogą wyglądać.

4. Uczniowie pracują samodzielnie nad fabułą komiksu, rysują, wymyślają dialogi.
5. Na koniec zadania poproś każdego z uczniów, aby wybrał jedną scenę ze swojego komiksu i opowiedział, co się na niej wydarzyło.

**Informacja zwrotna:** Poproś uczniów i uczennice, aby powiedzieli do której wylosowanej wartości jest im najbliższej. To pytanie możesz zadać też w inny sposób – do którego z wymyślonych przez siebie bohaterów jest ci najbliższej? Zapytaj też, które z wartości są dla twoich uczniów najmniej zrozumiałe – zróbcie listę. To świetna inspiracja do dalszej pracy!

**Zwróć na to uwagę:** Pozwól uczniom błędzić. Świat wartości jest trudny dla dorosłych, a co dopiero dla dzieci. Już niezwykle cenne jest to, że zapraszasz je na lekcje i dajesz im przestrzeń. W tym zadaniu skup się bardziej na rozumieniu wartości przez uczniów i uczennice, niż na ich słownikowych definicjach – na to jeszcze przyjdzie czas w życiu twoich uczniów.

W ramach inspiracji możesz wylosować jedną wartość dla siebie i narysować ją na tablicy – uczniowie to uwielbiają!

## ZAŁĄCZNIK 1.

Tytuł scenorysu (storyboardu): .....

Scena	Scena	Scena

Scena	Scena	Scena

## ZAŁĄCZNIK 2.

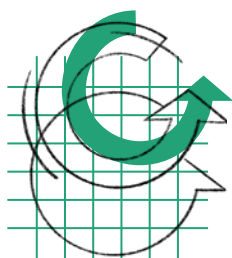
<b>ODWAGA</b>	<b>WSPÓŁCZUCIE</b>	<b>ŻYCZLIWOŚĆ</b>	<b>CIEKAWOŚĆ</b>
<b>MIŁOŚĆ</b>	<b>AMBICJA</b>	<b>WOLNOŚĆ</b>	<b>RÓWNOŚĆ</b>
<b>ZAUFANIE</b>	<b>WIEDZA</b>	<b>UMIEJĘTNOŚCI</b>	<b>SPOKÓJ</b>
<b>OTWARTOŚĆ</b>	<b>OPTYMIZM</b>	<b>ROZWÓJ</b>	<b>UCZCIWOŚĆ</b>
<b>DZIAŁANIE</b>	<b>TRADYCJA</b>	<b>HARMONIA</b>	<b>NADZIEJA</b>

<b>ODWAGA</b>	<b>WSPÓŁCZUCIE</b>	<b>ŻYCZLIWOŚĆ</b>	<b>CIEKAWOŚĆ</b>
<b>MIŁOŚĆ</b>	<b>AMBICJA</b>	<b>WOLNOŚĆ</b>	<b>RÓWNOŚĆ</b>
<b>ZAUFANIE</b>	<b>WIEDZA</b>	<b>UMIEJĘTNOŚCI</b>	<b>SPOKÓJ</b>
<b>OTWARTOŚĆ</b>	<b>OPTYMIZM</b>	<b>ROZWÓJ</b>	<b>UCZCIWOŚĆ</b>
<b>DZIAŁANIE</b>	<b>TRADYCJA</b>	<b>HARMONIA</b>	<b>NADZIEJA</b>

*Komunikacja jest labiryntem, po którym poruszamy się wraz z naszymi uczniami i uczennicami. Granice w tym labiryncie możemy symbolicznie zobaczyć jako jego ściany, które zmuszają nas, by zmienić kierunek drogi. W końcu uczymy się siebie i osiągamy cel – porozumienie. W tej części będziemy szukać skutecznych dróg komunikacji, uczyć się wyrażać swoje potrzeby oraz sygnalizować granice.*

# Komunikacja w klasie – moje potrzeby i granice

Maciej Wojdyna



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Zielone światło dla treści, żółte światło dla formy

W codziennej komunikacji ze swoimi uczniami i uczennicami zwracaj uwagę na dwie rzeczy:

1. Treść wypowiedzi.
2. Formę, czyli sposób, w jaki uczeń lub uczennica się do Ciebie zwraca.

Pomoże ci w tym ćwiczenie „Zielone światło dla treści, żółte światło dla formy”.

Zbyt często zostawiamy uczniów z komunikatami typu: „nie tym tonem”, „nie mów do mnie w taki sposób”. Niestety, większość uczniów nie do końca rozumie, o co może chodzić z „tym tonem”, czy „sposobem”. Tu potrzebujemy precyzji!

Jeśli uczeń zwraca się do nas z trudną dla niego sprawą i zamiast załatwić ją grzecznie, spokojnie i kulturalnie, zaczyna na nas krzyknąć, jest to sygnał, że ta sprawa jest dla niego trudna i z dużym prawdopodobieństwem sam sobie z nią nie radzi. I możliwe, że jest to jedyna strategia komunikacyjna jaką do tej pory poznał.

Warto tu zastosować komunikat „1,2,3”!

1. *Widzę, że to o czym mówisz, jest ważne dla Ciebie i wywołuje duże emocje.*
2. *Zielone światło dla treści: Usłyszałam/usłyszałem, że zależy ci na...*

*Żółte – czasem czerwone – światło dla formy: ...Czy umiałabyś/umiałbyś powiedzieć o tym w inny sposób?*

Czasem już w tym momencie uczeń próbuje zmienić formę swojej wypowiedzi. W ogóle zwraca uwagę, że jest coś takiego jak forma/sposób wypowiedzania treści.

3. Formułowanie nowego komunikatu.
  - a) W idealnym świecie uczeń sam formułuje nowy komunikat, którego forma jest spójna z treścią i możliwa do przyjęcia. Ale wiemy, że idealny świat istnieje tylko w bajkach.
  - b) Najskuteczniejszą metodą nauczania odpowiedniej formy komunikatu jest modelowanie.

Oto propozycja interwencji:

- „Jeśli zależałoby mi na tej sprawie, mówiłabym/mówiłbym spokojnie, przygotowałabym/przygotowałbym sobie wcześniej argumenty.”
- „Powiedz mi teraz dwa komunikaty o tej samej treści, ale w innej formie. Pierwszy wykrzyczę, drugi powiem spokojnie. Która z form jest łatwiejsza do przyjęcia? Na który komunikat reagujesz pozytywnie?”

## Mów jasno o swoich granicach

Niestety w naszej kulturze zawodowej mówienie o granicach nie jest zbyt popularne.

Ciekawe, ilu uczniów zastanawia się nad tym, jakie granice mają ich nauczyciele. Mówienie o swoich granicach jest supermocą i wstępem do długowieczności. Nauczyciele i nauczycielki najczęściej zaznaczają swoje granice nie wprost – po fackie przekroczenia granicy denerwują się na uczniów, zdarza się im podnieść głos, w niektórych przypadkach dochodzi do „cichych dni” albo tradycyjnego „ja im teraz pokażę”.

Spróbujmy inaczej.

W momencie, gdy któryś z uczniów przekroczy twoje granice:

1. Zrób STOPKLATKĘ. Zatrzymaj się.
2. Jeśli było to w obecności innych uczniów, możesz sprawę omówić przy nich. Warto dodać komunikat: „Ponieważ sprawa wydarzyła się w waszej obecności, chciałabym/chciałbym omówić ją także z wami.”
3. W przypadku granic nie należy pozwalać uczniom zgadywać. Jest to temat wywołujący dużo emocji.
4. Powiedz jasno, że zostały przekroczone twoje granice.

- a) Nazwij, co zobaczyłaś/zobaczyłeś. Np.:

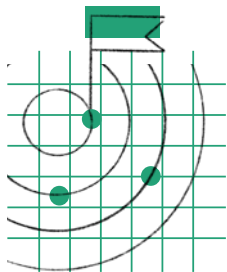
*Janku, na przy całej klasie zacząłeś krzyczeć, że jestem oszustem, bo nie przyznałem ci punktu za zadanie.*

- b) Powiedz, na co się nie zgadzasz.

Oto kilka propozycji komunikatu:

- *Nie życzę sobie, abyś nazywał mnie oszustem.*
  - *Proszę, abyś mnie nie nazywał oszustem – jest to nieprawdą.*
  - *Źle się z tym czuję, że nazwałeś mnie oszustem.*
  - *Nazywając mnie oszustem, przekroczyłeś moją granicę.*
- c) Nie denerwuj się na Janka – jemu nadal będzie chodziło o ten punkt. Dopóki nie załatwisz z nim sprawy, jego głowa będzie zajęta „walką o punkt”.

- d) Załatw sprawę – przyjmij lub odrzuć oskarżenie. Zaznaczyłaś/zaznaczyłeś granicę, ta sprawa jest załatwiona. Przejdź do merytorycznego rozwiązania – to bardzo imponuje uczniom. To o takich nauczycielach mówi się potem, że „byli ponad to”.



## Działania specjalne – inspiracje

### Gadające ciała, czyli mowa ciała

Stwórzcie w swojej klasie **Dzień Gadających Ciał!** Postarajcie się w jak największym stopniu używać komunikatów płynących z ciała. Wykluczcie, na ile tylko to możliwe, komunikację werbalną. Podczas takiego dnia warto poruszyć następujące kwestie w uczniach:

1. Jak „gada” ciało? Czyli: co do nas mówi? Jak odczytywać sygnały z ciała?
2. Komnata luster. Poproś uczniów i uczennice, aby stanęli naprzeciwko siebie i ze sobą rozmawiali bez słów, tylko za pomocą gestów. Poproś ich, aby po skończonej zabawie udzielili sobie informacji zwrotnej, co zrozumieli z niewerbalnych komunikatów.
3. Ciuch w ruch!

Tego dnia możecie puścić wodzę fantazji! Przecież za pomocą stroju można wyrazić więcej niż za pomocą tysiąca słów. Wie o tym doskonale królowa angielska, która z racji piastowanego urzędu musi być dość powściągliwa, w związku z czym zdarza się, że detale jej garderoby (np. broszki) są manifestem politycznym.

Przebierzcie się – zamanifestujcie coś swoim strojem.

- a) Porozmawiajcie na forum klasy, jak odczytujecie manifesty wyrażone strojem.
- b) Jakie macie odczucia w związku z ze strojami innych – poczuliście się bardziej sprowokowani, a może zaintrygowani?
- c) Nie zapomnijcie o pamiątkowych zdjęciach.

Zdjęcia warto przechować i wykorzystać np. za rok. To okazja, by zrobić zajęcia związane z ubiorem i zapytać uczniów, czy dziś ubraliby się tak samo albo co sądzą o swojej kreacji sprzed roku. To zadanie będzie bardzo ciekawe dla uczniów. Pokaże im zmianę, która zachodzi w nich, jakiś proces, drogę. Choć przede wszystkim będzie to dla nich świetna zabawa!

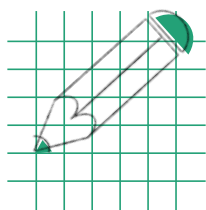
4. Bal maskowy

Poprowadź lekcję w masce. Załóż maskę i zachowuj się normalnie, po prostu prowadź zajęcia.



Omawiając zajęcia z uczniami, poproś ich o informacje zwrotne:

1. Jak im się Ciebie słuchało, gdy nie widzieli Twojej twarzy?
2. Czego im brakowało? A może widzieli w tym jakieś korzyści?
3. Porozmawiajcie o mimice twarzy – o wyrażaniu emocji i ich odczytywaniu.
4. Nie zapomnij powiedzieć, jak Ty się czułeś/czułaś prowadząc zajęcia w masce, jakie reakcje uczniów zauważyłeś/zauważyłaś. Powiedz o tym, co było innego w lekcji, gdy miałeś/miałaś zasłoniętą twarz.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### POCIĄG DO RELACJI

Pojęcie „relacja” dla uczniów jest dość abstrakcyjne, większość z nich wie, że to coś związanego z ludźmi i że chyba dużo się przy tym trzeba napracować. Spróbujemy więc pomóc zobrazować samo pojęcie relacji – zobaczyć, że to jest właśnie... no co to jest?

Relacja to jest to „coś” pomiędzy ludźmi – chodzi o wyrażanie emocji, uczuć i postaw między nimi.

**Czas trwania:** 45 minut

**Materiały i środki dydaktyczne:**

- tablica
- sznurki długości 1-1,5 metra (jeden sznurek na dwoje uczniów), mogą być skakanki

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-8 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

1. Narysuj na tablicy rysunek poglądowy (bez obaw, dość łatwy):
  - z lewej strony tablicy rysujesz tablicę informacyjną z nazwą jednej miejscowości, a z prawej strony tablicę z nazwą drugiej miejscowości.
  - pomiędzy tablicami rysujesz tory kolejowe.

np. WARSZAWA ##### GDAŃSK

2. Zadaj uczniom i uczennicom pytanie:

*Jak mówimy o pociągu jadącym z Warszawy do Gdańska?*

*Odpowiedź: Pociąg relacji Warszawa-Gdańsk.*

3. Wytłumacz uczniom związek między twoim rysunkiem a tematem zadania.  
*Odległość między miastami jest metaforą relacji między dwojgiem ludzi.  
I tak jak pociąg podróżuje między dwoma miastami, tak między ludźmi podróżują – uczucia i emocje.*
4. Zapytaj uczniów, czy miałby inne pomysły na zobrazowanie relacji międzyludzkich, czy przychodzą im do głowy inne porównania. Porozmawiajcie o nich.
5. W drugiej części ćwiczenia wylosuj pary, w których uczniowie będą pracować:
  - poproś uczniów, aby stanęli naprzeciwko siebie;
  - każdej parze daj sznurek, niech każdy z pary złapie za jeden jego koniec.
6. Następnie poproś uczniów, aby pokazywali za pomocą sznurka:
  - napięcie w relacji (uczniowie zapewne mocno napną sznurki);
  - konflikt – „każdy ma rację i nie chce odpuścić” (zapewne zaczną się „przeciąganie liny”);
  - równowagę w relacji;
  - upór jednej ze stron;
  - brak napięcia w relacji – „rozluźnienie” .
7. Usiądźcie w kole, aby omówić zadanie.
  - Zapytaj uczniów, w której sytuacji relacyjnej czuli się najlepiej.
  - Zapytaj, jakie emocje pojawiały się, gdy obrazowali konflikt.
  - Zwróć uwagę, że bycie w konflikcie wymagało od nich używania siły, musieli się zaprzeć, aby się nie przewrócić. Zapytaj, czy mają świadomość, że kiedy są w konfliktach, to często też muszą zużywać tyle energii.

### Informacja zwrotna:

Po omówieniu zadania z klasą warto dać informację zwrotną dotyczącą wszystkich obserwacji związanych z relacjami w grupie:

- docenić dwójki, które zgodnie współpracowały;
- powiedzieć o atmosferze, jaka panowała przy konkretnych zadaniach:  
np. przy pokazywaniu równowagi w klasie zrobiło się spokojnie;  
przy pokazywaniu uporu jednej ze stron było dużo hałasu, część z uczniów i uczennic podnosiła głos.
- Zapytać uczniów, jak im było z drugą osobą? Czy czuli, że współpracują czy że walczą? (To może być dla niektórych ważna koleżeńska informacja zwrotna.)

### Zwróć na to uwagę:

- (pkt 4) Jeśli dla twoich uczniów i uczennic szukanie innych porównań dla zobrazowania relacji będzie bardzo ciekawe, to idź za tym. Rozdaj uczniom kartki i niech zilustrują swoje porównania. Wtedy zajęcia możesz rozłożyć na 2 jednostki lekcyjne.
- Przed ćwiczeniem ze sznurkami (pkt 5) należy z uczniami omówić kwestie bezpiecznego zachowania.

Propozycja komunikatu:

*Za chwilę będziemy robić ćwiczenie, które może wywoływać duże emocje – pamiętajcie jednak, żeby nie dać im się ponieść. Zachowujcie się rozważnie – to jest tylko ćwiczenie, które obrazuje różne sytuacje, a nie prawdziwe zdarzenie.*

(pkt 6) Od razu po skończeniu zadania 6 możesz poprosić uczniów, aby podnieśli otwartą dłoń. Zapewne większość z nich będzie miała czerwone dłonie od wewnątrz. Jest to znak wysiłku i ciężkiej pracy wokół „utrzymania się w relacji”. Możesz uczniom zwrócić uwagę, że jest to symbol i poruszyć temat uporu – że gdy się upieramy i „zaciskamy” to ponosimy ogromny koszt energetyczny. Można uczniom zadać pytanie, w jakich sytuacjach relacyjnych warto się upierać?

*A gdyby tak na konflikty spojrzeć z ciekawością badacza? Pobadać sobie każdą ze stron? Zobaczyć, w co się gra...? Nauczylismy się pracować z konfliktem szybko, dyrektywnie i często w atmosferze strachu. A gdyby odczarować to podejście i w konflikt wejść z dużym zaciekawieniem – zamiast rozwiązywać go za uczniów, dać im przestrzeń, aby sami wzięli odpowiedzialność za to, co się wydarzyło? Spróbujmy!*

# Konflikt jako zasób i potencjał

Maciej Wojdyna



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Hotspot, czyli gorący punkt!

Trudno jest konfliktu nie zauważyć. Konflikty występują w różnych konfiguracjach. Najczęstszymi z nich są nieporozumienia na linii uczeń-uczeń. Zdarza się jednak, że musimy być mediatorami między uczniami a nauczycielem. Ostatni przypadek zakłada, że to my jesteśmy stroną konfliktu, a po drugiej stronie jest uczeń/uczennica lub cała klasa.

Dobrze o konflikcie myśleć jak o burzy, która jest naturalnym zjawiskiem pogodowym. Po prostu raz na jakiś czas w przyrodzie dochodzi do wyładowania – powstają pioruny i grzmi.

Tak samo jest z naturą ludzką – napięcie nagromadzone w relacji czasem wybuchają.

To właśnie wtedy mamy **hotspot, czyli gorący punkt**. Mamy przysłowiowy grzmot, piorun i zbiera się wichura.

Co wtedy?

Zaczynamy pracować wokół hotspotu:

1. Po pierwsze uspokój siebie – pamiętaj, że konflikty, które wybuchają w klasie nie są bezpośrednio związane z twoją osobą.
2. Zobacz, co się stało – jeśli dochodzi między uczniami lub uczennicami do przepychanek, rozdziel ich.
3. Powiedz uczniom, że mamy „**hotspot**” w klasie i musimy się nim zająć.
4. Jeśli to możliwe, wstrzymaj inne działania i skup uwagę na tym, co się wydarzyło. Jeśli nie możesz się tym zająć od razu, umów się z uczniami na konkretny czas, w którym rozwiążecie tę sprawę.
5. Pozwól każdej ze stron powiedzieć, co według niej się stało.
6. Nie szukaj rozwiązań za uczniów. Nazywaj tylko to, co usłyszałaś/usłyszałeś, np. usłyszałam dwie wersje, które się ze sobą nie zgadzają – co wy na to?

7. Zapytaj uczniów, czy chcą rozwiązać konflikt, czy w ogóle czują, że są jeszcze w konflikcie (czasem uczniowie po opowiedzeniu swojej wersji, przestają czuć urazę).
8. Dopytaj, czy uczniowie dostrzegają perspektywę drugiej strony.
9. Nie dąż za wszelką siłę do zgody. To powinna być ich decyzja i ich gotowość.
10. Zamknij sprawę mówiąc, na co na pewno nie zgadzasz w przyszłości, np. rozumiem, że pojawiły się w was silne emocje, natomiast nie daję wam zgody, na używanie wulgaryzmów i szarpanie się.
11. Zdecyduj, czy tę sprawę zostawiasz na tym etapie, czy informujesz o niej rodziców uczniów.

## Gorące krzesła

Jeżeli mamy w klasie konflikt długoterminowy, taki który ciągle się powtarza, przy najmniejszej okazji wybuchu, warto zastosować metodę **gorących krzeseł**.

Zapraszamy uczniów, którzy uczestniczą w konflikcie na „gorące krzesła”, czyli krzesła ustawione naprzeciwko siebie w bezpiecznej odległości.

I zaczynamy pracę z konfliktem:

1. Na początek powiedz, dlaczego poprosiłeś/poprosiłaś uczniów lub uczennice, aby usiedli naprzeciwko siebie.
2. Zapytaj, czy uczniowie mają zgodę na rozwiązywanie konfliktu w tym czasie i w takiej formie. Jeśli nie chcą pracować w ten sposób nad rozwiązaniem sporu, uszanuj to.

Zapytaj wtedy, czy mogą zaproponować inny sposób rozwiązania sytuacji.

3. Zapytaj, jak się czują (jeśli zauważysz duży opór, to rozważ, czy to jest dobry moment na rozwiązywanie konfliktu – może warto to spotkanie przełożyć na inny termin).
4. Poproś uczniów/uczennice, aby zwracali się bezpośrednio do siebie, i mówili o tym, co czują, jak się czują; jak reagują na słowa drugiej strony, np. Złoszczę się, gdy przezywasz mnie „Donald”.
5. Uczniowie w trakcie trwania konfliktu często mają trudność z poskromieniem emocji – nie potrafią obejść się bez zarzutów wobec drugiej strony.

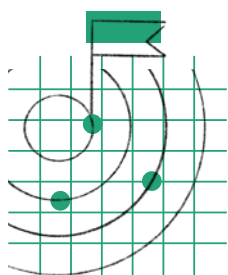
### Praca z zarzutem

- a) Jeśli jedna ze stron wypowiada zarzut, pozwól drugiej stronie go usłyszeć.
- b) Zrób „stopklatkę”. Zapytaj ucznia, czy chce na ten zarzut odpowiedzieć. Często właśnie to pytanie ratuje nas przed tzw. „przepychanką słowną”.
- c) Pozwól odpowiedzieć na zarzut.
- d) Pogratuluj obu stronom formy (jeśli oczywiście jest czego gratulować).

Docień to, że:

- uczniowie lub uczennice rozmawiali, a nie krzyczeli,
- mówili o swoich uczuciach,
- zaznaczali swoje granice.

6. Zapytaj uczniów, jak na przyszłość mogliby rozwiązać konflikt. Jeśli sami nie będą umieli znaleźć rozwiązania, możesz podać im propozycję:
- prosimy o pomoc nauczyciela;
  - prosimy o pomoc innego kolegę;
  - odходимy od siebie zanim wybuchnie między nami przepychanka, następnie prosimy kogoś o pomoc;
  - próbujemy sami powiedzieć sobie na spokojnie, co nas zezłościło; przestajemy wyjaśniać konflikt sami, gdy zaczniemy na siebie krzyczeć.
  - (...)



## Działania specjalne – inspiracje

### Oficjalny Dzień Konfliktów

Szaleństwo? Trochę tak!

Zaproponuj swojej klasie dzień, który będzie kręcił się wokół tematu konfliktów. Nieporozumienia są często tematem tabu – nikt o nich nie chce słyszeć, tym bardziej o nich rozmawiać. Klasowy dzień, w którym damy przestrzeń na działania związane z konfliktami, może być jednym z najbardziej oczyszczających doświadczeń dla waszej grupy!

Do dzieła – zamieszajmy!

#### 1. Krąg wokół konfliktu

Zorganizujcie klasowy krąg – usiądźcie w kole i porozmawiajcie na temat doświadczeń związanych z konfliktami. Nie musi to być rozmowa bardzo poważna i głęboka. Możecie zapytać o to, jakie najśmieszniejsze konflikty widzieli wasi uczniowie. A może sami robią coś śmiesznego, gdy się na kogoś zdenerwują? Zaproponowana aktywność zdejmuje ciężar, jaki urósł wokół przeżywania konfliktów. Uczniowie będą mogli zobaczyć sytuacje konfliktowe nie tylko jako sytuację niechcianą i wartą unikania.

#### 2. Splątane ręce

Skonfliktujcie waszą grupę! Ale tylko na potrzeby ćwiczenia i tylko na chwilę.

Niech wasi uczniowie stojąc w kręgu zamkną oczy, wyciągną ręce do przodu i zaczną powoli iść w swoim kierunku.

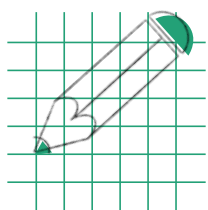
Następnie niech złapią pierwsze napotkane dłonie. Po otwarciu oczu, powiedzcie uczniom, że ich splecione ręce są symbolem klasowych sporów. Zadaniem uczniów jest teraz rozplątać się bez przerywania dłoni. Będą mieć przy tym dużo zabawy, ale i nauczą się współpracy.

Po skończonym zadaniu, zapytaj uczniów, co było dla nich najciekawsze w tym zadaniu. Jeśli uczniowie podczas tego zadania spierali się lub kłócili – „**złap**” to! Zapytaj uczniów, którzy uczestniczyli w sporach, co je wywołało. Zapytaj klasę, czy można ich było uniknąć. A może były do czegoś potrzebne?

### 3. Malarski konflikt klasy...

Przygotuj duże prześcieradło albo sklej duże arkusze papieru. Waszym zadaniem będzie narysowanie wspólnie pracy pt. „Konflikt klasy...”. Pozwól uczniom samym ustalić, jak będzie wyglądała ta praca. Na pewno się przy tym pokłócą. To dobrze. Możesz z uśmiechem im powiedzieć, że to właśnie o to chodzi, tylko, że zamiast kłócić się słownie, niech pokłócą się malarsko. Uczysz w ten sposób swoich uczniów, że konflikt może zasilać kreatywność, emocje mogą znaleźć swoje ujście w działaniach plastycznych. Znajdźcie miejsce w klasie, aby powiesić pracę, która będzie pamiątką po Oficjalnym Dniu Konfliktu.

Dzień zakończ słowami: „Uroczycie zamykam Oficjalny Dzień Konfliktu i ogłaszam pokój”. I oby to ostatnie zdanie było magicznym zaklęciem, które gwarantować będzie pokój i spokój w waszej grupie!



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### SUPERBOHATEROWIE ROZWIĄZUJĄ KONFLIKTY!

Uczniowie często doświadczają nieporozumień z rówieśnikami i dorosłymi. Zdarza się, że brakuje im kompetencji komunikacyjnych i społecznych, aby rozwiązywać konflikty w taki sposób, aby stawały się dla nich dobrymi lekcjami, a nie tylko trudnymi doświadczeniami. Na tej lekcji uczniowie będą wymyślać superbohaterów – postaci, które będą miały moc rozwiązywania każdego konfliktu!

**Czas trwania:** 45 minut

**Materiały i środki dydaktyczne:**

- karta pracy – załącznik nr 1
- kredki, flamastry, długopis

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4–8 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

1. Na początku powiedz uczniom, że dziś będziemy pracować nad konfliktami. Ale do zadania podejmiemy kreatywnie.
2. Zapytaj uczniów o ich doświadczenia związane z konfliktami, a dokładnie o to, jak najczęściej kończą się ich nieporozumienia.

A dokładnie zapytaj, jak się najczęściej kończą ich nieporozumienia?

Czy zawsze są z ich rozwiązania zadowoleni?

3. Po krótkiej dyskusji przejdźcie do zadania. Rozdaj uczniom karty pracy.
4. W pierwszym zadaniu uczniowie wymyślają cechy, jakie musi posiadać postać, która potrafi rozwiązywać konflikty. /zadanie 1/
5. Następnie uczniowie nadają imiona swoim bohaterom i wybierają cechę, która jest jego supermocą. /zadanie 2/
6. W tym punkcie należy narysować swojego superbohatera, uwzględniając jego wszystkie supermoce. /zadanie 3/
7. Uczniowie rysują komiksy, w których ich superbohaterowie rozwiązują konflikty za pomocą swoich supermocy. /zadanie 4/
8. Czas na refleksję: uczniowie na końcu zapisują, czego mogą nauczyć się od stworzonych przez siebie postaci w kwestii rozwiązywania konfliktów.

**Informacja zwrotna:** Docenij kreatywność uczniów – to zadanie wymagało dużo twórczego działania.

Staraj się nie oceniać prac pod względem estetyki. Zapytaj uczniów, z czego są najbardziej dumni. Poproś ich o informację, czego nauczyli się na temat rozwiązywania konfliktów podczas tego zadania.

**Zwróć na to uwagę:** W zależności od wieku, uczniowie mają różne kompetencje związane z rozwiązywaniem konfliktów. Jeśli trudno im będzie znaleźć w zadaniu 1. cechy, które pomagają rozwiązywać konflikty, rozważ, czy nie poszukać ich wspólnie z całą klasą.

Poniżej kilka propozycji cech pomocnych przy rozwiązywaniu konfliktów:

- opanowanie
- umiejętność słuchania
- umiejętność współpracy
- pozytywne nastawienie do innych
- ciekawość
- empatia
- zaangażowanie
- wytrwałość

Dla niektórych uczniów praca związana z konfliktem może być trudna. Nasi uczniowie mają różne doświadczenia relacyjne. Jeśli ktoś będzie wymyślał nieadekwatne cechy, ciągle żartował, gryzmołił – to mogą być sygnały, że temu uczniowi może być wyjątkowo nie po drodze z tym tematem. Pozwól mu na to działanie odbiegające od tematu – jeśli oczywiście nie pisze nic obraźliwego. Nie traktuj osobiście jego podejścia do zadania. Widocznie w tym momencie ma do załatwienia inną sprawę. Jeśli dasz mu przestrzeń, na pewno to doceni.



---

## SUPERBOHATER ROZWIĄZUJE KONFLIKTY

---

Jakie cechy musi mieć superbohater, aby rozwiązywać konflikty?

---

.....

.....

.....

.....

.....

.....

---

Mój superbohater nazywa się

---

.....

.....

---

Jego największą supermocą jest

---

.....

.....

---

A tak wygląda mój superbohater!

Narysuj komiks, w którym Twój superbohater uczestniczy w konflikcie i go rozwiązuje za pomocą swojej supermocy.


Czego mogę się nauczyć od mojego superbohatera?

---

.....

.....

.....

.....

.....

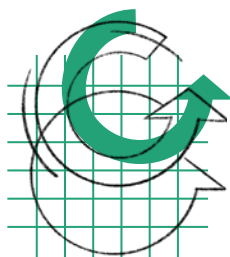
.....

---

*W wielu kulturach inność zaskakuje, zaciekawia, zajmuje uwagę i traktowana jest jak szansa do rozwoju, poszerzenia horyzontów. W tej części będziemy starali się zamieniać „inność” na wyjątkowość. Zmiana perspektywy pomoże nam lepiej zrozumieć sytuację uczniów i uczennic, którzy doświadczają wykluczenia z grupy. Poszukamy sposobów, jak zaciekawiać naszych uczniów postawą otwartości. Przecież zamiast bać się nieznanego możemy się nim zainteresować. Przyjrzymy się zjawisku dyskryminacji i wykluczenia w szkole.*

# Dyskryminacja i wykluczenie z grupy

Maciej Wojdyna



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Wsparcie ucznia, który ma trudności adaptacyjne

Nie każdy uczeń/uczennica potrafi odnaleźć się w grupie rówieśniczej. Wiemy o tym doskonale, że są uczniowie, którzy bez naszej pomocy będą mieli trudności z funkcjonowaniem w grupie. Powodów może być bardzo dużo: od nieśmiałości aż po trudne zachowania wobec rówieśników. Czasem po prostu mamy grupę, w której większość osób w sposób naturalny czuje się ze sobą dobrze i nie ma specjalnie złych intencji wobec osoby doświadczającej wykluczenia.

Jak możemy pomóc uczniowi doświadczającemu wykluczenia?

Krok pierwszy.

1. Jak się z tym masz?

Zacznij od ustalenia z uczniem/uczennicą, którego sytuacja dotyczy, jak on/ona się z tą sytuacją ma.

Opisz swoją perspektywę, mów o konkretnych sytuacjach, np. *Widziałam/widziałem, że podczas ostatnich trzech przerw z rzędu siedziałś/siedziałaś sam i z nikim nie rozmawiałś/eś. Jak się z tym masz?*

Przyjmij odpowiedź ucznia.

2. Zmiana

Zapytaj ucznia/uczennicę o chęć zmiany.

*Czy chciałabyś/chciałbyś, aby to się zmieniło? Czy chciałabyś/chciałbyś, aby to się zmieniło? Czy masz jakieś pomysły, co możesz zrobić, aby zmienić tę sytuację? Czy mogę ci w tej sytuacji jakoś pomóc? Na jednej z przerw zaproponuję koledze, żeby pójść razem do biblioteki.*

Bez względu na odpowiedź ucznia, zadając te pytania, skłaniamy go do szukania odpowiedzi i tym samym do uświadomienia sobie, że ma na tę sytuację wpływ i przede wszystkim ma w tobie sprzymierzeńca.

### 3. Umówcie się na jedną rzecz

Umówcie się na jedną drobną rzecz, która wydarzy się w ciągu najbliższych trzech dni.  
np. Podczas jednej przerwy podejść do koleżanki i zapytać ją, jak się ma.

Na jednej z przerw zaproponuję koledze, żeby pójść razem do biblioteki.

Ta z pozoru błaża rzecz, może być wielkim wyczynem dla ucznia. Jednocześnie będzie uczyć go/ją sprawczości. Najważniejszy pierwszy krok – nieważne, że będzie on mały.

### 4. Zapytaj, jak poszło i świętuj

Po trzecim dniu zapytaj, jak udał się eksperyment. Nie zapomnij o tym – to bardzo ważna część. Nawet jeśli uczeń nie dotrzymał umowy i nie spróbował, podsumuj z nim to zadanie. Zapytaj, dlaczego tak się stało. Doceń chęci i wysiłek włożony w całe przedsięwzięcie. Powiedz uczniowi, że to zadanie tylko z pozoru jest łatwe i że to nic strasznego, że mu się nie udało. Zachęć go do drugiej próby.

Jeśli udało się wykonać zadanie, pogratuluj, doceń. Powiedz o korzyściach, jakie płyną z wykonania zadania: że nauczył się właśnie inicjować kontakt, przełamał swoją trudność. Świętujcie – ustal z uczniem formę świętowania np. zagrajcie w grę planszową. Możesz przygotować symboliczny dyplom, albo „wklejkę” do dzienniczka.

## Praca z uczniami z orzeczeniami z poradni psychologiczno-pedagogicznej

Coraz częściej pracujemy z uczniami, którzy mają specjalne potrzeby edukacyjne. Często w orzeczeniach mamy szereg dostosowań i zaleceń, które musimy wdrożyć w codzienną pracę z uczniem. Podchodząc do tego zadania, nie zapominajmy o odpowiednim przygotowaniu ucznia.

### 1. Sprawdź, co uczeń wie.

Porozmawiaj z rodzicami ucznia i zapytaj, co już powiedzieli uczniowi o treści orzeczenia.

Poproś rodziców, aby przygotowali ucznia na to, że w związku z orzeczeniem będzie traktowany inaczej niż grupa. Po stronie rodziców leży odpowiedzialność za przygotowanie ucznia do nowej sytuacji.

### 2. Porozmawiaj z uczniem.

Następnym krokiem jest rozmowa z samym uczniem. Przedstaw uczniowi konkretne rozwiązania – zalecenia, które nauczyciele będą stosować wobec niego, np.

*Będziesz miał więcej czasu na sprawdzianie.*

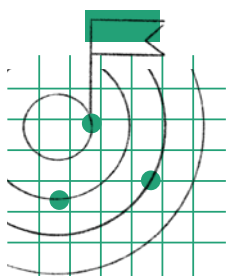
*Duże prace pisemne będziesz pisał na komputerze.*

*Będziesz miał o jedno zadanie mniej.*

*Czasem podczas lekcji będziesz mógł wstać i zmienić miejsce.*

Na koniec zapytaj, jak się z tym ma.

Przyjmij odpowiedź.



## Działania specjalne – inspiracje

Niech różnorodność będzie waszą siłą. Naucz swoich uczniów czerpać radość i być dumnym ze swojej niepowtarzalności. Oto kilka pomysłów, jak można to osiągnąć.

### Każdy inny, wszyscy równi!

Stwórzcie galerię klasowych osobliwości – narysujcie swoje karykatury. Zachęć swoich uczniów, aby podeszli z dużym dystansem do tego zadania. Będzie świetnie, jeśli też narysujesz siebie.

Zanim zaczniecie rysować:

1. Poproś uczniów, aby wybrali jedną cechę, która wydaje się im w nich samych wyjątkowa.
2. Poproś, aby narysowali swoją karykaturę tak, aby ta cecha była widoczna.  
np. ktoś, kto uważa, że jest pomocny i ofiarny może narysować się w stroju strażaka lub pielęgniarki.  
Tu ogranicza was tylko wasza wyobraźnia.
3. Po zakończonej pracy zagrajcie w zgadywanki: niech uczniowie sami zgadują między sobą, o jaką wyjątkową cechę chodziło kolegom na ich karykaturach.
4. Z wykonanych prac zróbcie gazetkę ścienną pod hasłem „Każdy inny, wszyscy równi”.

### Wszystkie dzieci na świecie śmieją się w tym samym języku

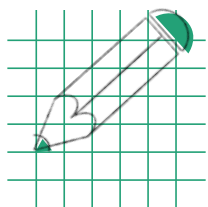
Internet daje nam nieograniczone możliwości komunikacyjne. Dzięki niemu naszą edukację możemy wyprowadzić ze szkolnych ław i skierować daleko za kontynent.

Poproś uczniów i uczennice, aby znaleźli tzw. szkołę partnerską, czyli szkołę, z którą będziecie mogli wykonywać wspólne zadania – uczyć się wzajemnie swojej kultury i obyczajów. Na pierwszym etapie działań twoi uczniowie mogą sami szukać kontaktów z innymi szkołami. Może to być dla nich bardzo ciekawe zadanie. Dopiero w momencie, gdy trzeba będzie podjąć konkretne decyzje, wkroczyć do akcji. Twoi uczniowie będą mogli wykonywać wspólnie zadania przez internet. Niektóre programy szkół partnerskich zakładają także odwiedziny klas – to może być dla nich przygoda życia!

Dlaczego warto zostać szkołą partnerską?

1. Twoja szkoła może gościć uczniów z całego świata.
2. Informacja o twojej klasie dotrze do najdalszych zakątków świata.
3. Twoi uczniowie będą brać udział w warsztatach międzykulturowych.
4. Dzięki twoim działaniom szkoła zyska bogatą ofertę programu międzynarodowego.
5. A twoja klasa będzie mogła dokonać wymiany klasowej i wyjechać za granicę.

Nic tak nie nauczy twoich uczniów otwartości i tolerancji, jak prawdziwa ludzka relacja. Podczas takich spotkań nawiązują się prawdziwe przyjaźnie, a uczniowie na długo po zakończeniu projektu mają ze sobą kontakt. Dzięki mediom społecznościowym wiedzą, co się u nich dzieje, mogą na bieżąco obserwować życie poznanych kolegów. Różnice kulturowe zacierają się, ciekawość zostaje.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### DRAMA W PRZECIWDZIAŁANIU DYSKRYMINACJI

W ostatnim czasie mamy coraz więcej uczniów i uczennic, którzy przyjeżdżają do nas z innych krajów. W bardzo krótkim czasie muszą nauczyć się naszej kultury oraz systemu edukacji. Podczas tych zajęć postaramy się stworzyć przestrzeń, aby wczuć się w sytuację osób, które znajdują się w podobnej sytuacji. Nasi uczniowie za pomocą techniki dramy będą uczyć się empatycznej postawy.

**Czas trwania:** 45 minut

**Materiały i środki dydaktyczne:** Krzesła ustawione w kole

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-8 szkoły podstawowej

#### Przebieg ćwiczenia:

1. Zapoznaj uczniów i uczennice z tematem zadania. Powiedz, że na dzisiejszych zajęciach będziemy odgrywać role i na ich podstawie poruszać tematy związane z dyskryminacją.

2. **Ćwiczenie 1 – „Inne języki”**

- Podziel klasę na czteroosobowe zespoły.
- Poproś, aby z każdego zespołu jedna osoba opuściła na chwilę klasę.
- W tym czasie poproś pozostałe trzy osoby, aby wymyśliły sobie język, w którym będą się porozumiewały tylko ze sobą.
- Po powrocie czwartej osoby w każdej czwórce trzy osoby rozmawiają w wymyślonym języku, a czwarta osoba się temu przygląda. (3-5 minut)

Omówcie zadanie – poproś o zabranie głosu osoby, które nie znały języka, zapytaj:

- Jak się czuły, gdy nie mogły znaleźć porozumienia?
- Jak były nastawione do pozostałej trójki – wrogo czy przyjacielsko? Dlaczego?

### 3. **Ćwiczenie 2 – „Pomnik przeciw dyskryminacji”**

- Uczniowie nadal pracują w czwórkach.
- Ich zadaniem jest stworzyć pomnik ze swoich ciał o nazwie „Pomnik przeciw dyskryminacji” (5 minut)
- Cała klasa siedzi w kole, grupy prezentują swoje pomniki po kolei.
- Omawiając ćwiczenie, pytamy każdą z grup o to, co było dla nich najważniejsze do przekazania przez ich grupę tworzącą pomnik. Możesz poprosić, aby każda grupa wykonała to zadanie pisemnie lub ustnie.

### 4. **Ćwiczenie 3 – „Wolność, równość, tolerancja”**

Zastosowana tu będzie metoda „stopklatki”.

Uczniowie chodzą swobodnie po klasie. Ich zadaniem będzie pokazanie tego, co nauczyciel powie.

- Uczniowie chodzą po klasie.
- Nauczyciel mówi: „wolność”, uczniowie pokazują „wolność” za pomocą pozy .
- Uczniowie chodzą po klasie.
- Nauczyciel mówi: „równość”, uczniowie pokazują „równość” za pomocą pozy .
- Uczniowie chodzą po klasie.
- Nauczyciel mówi „tolerancja”, uczniowie pokazują „tolerancję” za pomocą pozy .

Podsumowując zadanie, zapytaj uczniów, które hasło było dla nich najtrudniejsze do pokazania i dlaczego.

### 5. Podsumowanie zajęć

Usiądźcie na koniec zajęć w kole i porozmawiajcie o tym, jak uczniowie się czuli podczas tych trzech ćwiczeń. Zapytaj, czy dzięki tym zadaniom łatwiej im będzie zrozumieć osoby, które przyjechały z zagranicy do Polski uczyć się? Zapytaj klasę, jak rozumieją każde z haseł: wolność, równość, tolerancja.

**Informacja zwrotna:** Udziel uczniom informacji zwrotnej. Docen zaangażowanie uczniów w tworzenie postaci metodą dramy. Powiedz, który moment pracy podczas tych zajęć uważasz za najważniejszy i dlaczego. Docen uczniów, którzy mieli trudności z tym zadaniem, a mimo to nie wycofali się z pracy.

**Zwróć na to uwagę:** Drama to tylko rola! Pamiętaj o tym. Warto też o tym powiedzieć uczniom, że wchodzą w rolę tylko na czas zadania. A później z nich wychodzą. Jeśli zauważysz, że któryś z uczniów za mocno angażuje się i zaczyna intensywnie przeżywać zadanie, zwróć mu uwagę na to, że to jest tylko zadanie i wchodzimy w rolę, a następnie z nich wychodzimy.

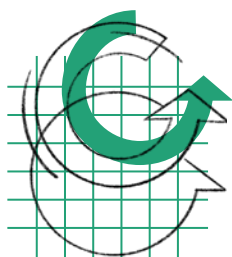
Twoi uczniowie, w zależności od wieku, mogą mieć trudności z definicją haseł „wolność”, „równość”, „tolerancja”. Są to hasła uniwersalne i dla wielu będą znaczyły coś innego. Waszym zadaniem nie jest znalezienie słownikowej definicji. Ważne, że poruszyście ten temat w klasie, że wystąpi wymiana doświadczeń i perspektyw – to jest największa wartość tego zadania. Dla niektórych samo zwrócenie uwagi na to, że takie hasła istnieją, będzie już wielką sprawą.

Nie wymagaj podczas tych zajęć zbyt wiele. W zasadzie nie nastawiaj się na cel. Te zadanie to przestrzeń, w której twoi uczniowie mogą doświadczać i te doświadczenia opowiedzieć. Tylko tyle i aż tyle.

*Empatia nie rozwija się w próżni. Jeśli chcemy, aby zagościła w naszej klasie, potrzebujemy się do tego przygotować – stworzyć warunki, w których postawa empatyczna naszych uczniów i uczennic ma szansę zaistnieć. Zaczniemy od zaufania w grupie, docerimy wrażliwość, która w empatycznym środowisku jest atutem. Empatii nie można nauczyć się w izolacji – dorośli w szkole powinni reprezentować pewien model zachowań, dzięki którym uczniowie poczują się bezpiecznie. W tej części będziemy przyglądać się sytuacjom szkolnym, które sprzyjają budowaniu empatii.*

# Budowanie empatii

Maciej Wojdyna



## Codzienne sytuacje szkolne – wskazówki

### Nauka przez modelowanie

Trudno jest uczyć empatii, samemu nie będąc empatycznym. W codziennych sytuacjach wychowawczych warto zwracać uwagę, jak formułujemy komunikaty. Oczywiście są sytuacje, kiedy dla bezpieczeństwa naszych uczniów dobrze jest zareagować dyrektywnie. Ale w codziennej komunikacji, podczas zajęć warto „uzbroić się” w empatyczne komunikaty.

Na pewno zauważysz zmianę atmosfery w twoim zespole klasowym, jeśli będziesz stosowała/stosował poniższe komunikaty:

- „Rozumiem cię”.
- „Staram się wyobrazić sobie, co czujesz”.
- „Opowiedz o swojej sytuacji, abym mogła/mógł cię lepiej zrozumieć”.
- „Akceptuję to”.
- „Szanuję twoje zdanie”.
- „Domyślam się, że to może być dla ciebie...”.
- „Kiedyś byłem/byłam w podobnej sytuacji”.

### Demokratyczny Statut Klasy

Pracując ze swoją klasą nad statutem nie ograniczaj się tylko do nakazów i zakazów. Wykorzystaj tę szansę do budowania empatycznej postawy wśród swoich uczniów.

Pracując nad przygotowaniem statutu klasy, warto zwrócić uwagę na kilka elementów:



1. Zapytaj uczniów, jak chcieliby czuć się w klasie każdego dnia. Zapiszcie odpowiedzi.
2. Następnie zapytaj, co należy zrobić, aby to było możliwe.  
np. Jeśli uczniowie wskazali, że chcą czuć się bezpiecznie w klasie, strategią, która pozwoli to osiągnąć, może być: „staram się zrozumieć rozmówcę, słuchamy nie komentując”.
3. Przeprowadźcie demokratyczne głosowanie i wybierzcie 5 zasad, które zdobędą największą liczbę głosów.
4. Zapytaj uczniów, czy są gotowi wziąć odpowiedzialność za wypracowane zasady i oczekiwania.
5. Przeprowadź z uczniami rozmowę o tym, w jaki sposób mają zamiar dbać o to, by w waszej klasie statut był przestrzegany i stał się misją waszej klasy.
6. Może to być temat jednej z godzin wychowawczych.

Pracując z klasą, wracaj do zapisów w statucie. Zawsze, gdy tylko zauważysz, że twoi uczniowie postępują zgodnie z zasadami w nim zawartymi, docień to! Powiedz, że jesteś dumna/dumny. Wzmacniaj pozytywnie działania, które rozwijają twoich uczniów.

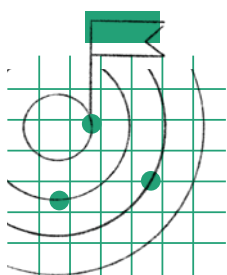
Jeśli uczniowie mają trudność w przestrzeganiu któregoś punktu, zwołaj „zebranie statutowe”. Zróbcie burzę mózgow, jak możecie pracować z tym obszarem. Unikaj pracy na poczuciu winy, to byłby przeciwny kierunek niż empatia.

Przeznacz jedną z godzin wychowawczych na koniec roku, aby podsumować Demokratyczny Statut Klasy. A może będąc na wycieczce klasowej, znajdziecie chwilę czasu, aby o tym porozmawiać?

Przypomnij uczniom, jak powstawał, jak wybierali zasady, przypomnijcie sobie momenty, w których udawało się uczniom postępować zgodnie z przyjętymi przez nich zasadami.

Zapytaj, czy wyznaczanie zasad dla samych siebie było dla nich bardziej motywacją do rozwoju, czy pułapką, w którą sami wpadli? Jeśli odpowiedzi rozkładają się mniej więcej po połowie, urządź klasową debatę pod tytułem „Demokratyczny Statut Klasowy – motywacja do rozwoju, czy pułapka”.

Wybierzcie obszar, który chcielibyście przenieść do następnej klasy. W przyszłym roku szkolnym zacznijcie od niego pracę nad nowym statutem.



## Działania specjalne – inspiracje

### Uroczyste obchody Międzynarodowego Dnia Empatii – 2 października

To świetny pretekst, aby popracować ze swoją klasą nad empatią i jednocześnie promować postawę empatyczną wśród uczniów i uczennic innych klas.

#### Plakaty

Podziel klasę na trzy zespoły. Zadaniem każdego z zespołów będzie stworzenie plakatu, który będzie zawierał następującą treść.

### Zespół 1

Czym nie jest empatia?

1. Pocieszaniem.
2. Litowaniem się.
3. Udzielaniem rad.
4. Ocenianiem.

### Zespół 2

Co blokuje empatię?

1. Szukanie rozwiązań za kogoś.
2. Zaprzeczanie uczuciom, emocjom.
3. Przesłuchiwanie, wypytywanie.
4. Ocenianie, wartościowanie, etykietowanie.

### Zespół 3.

Korzyści płynące z bycia empatycznym.

1. Budujesz relacje.
2. Masz wsparcie, kiedy go potrzebujesz.
3. Możesz być wysłuchany.
4. Jesteś częścią grupy.

Umieście plakaty w widocznym miejscu w szkole.

### Codziennie sytuacje

Obok waszych plakatów umieście duże arkusze papieru, na których będą opisane codzienne sytuacje (na każdym arkuszu jedna sytuacja). Obok przyczepcie kartkę z poleceniem:

Polecenie: Jak mógłbym zareagować empatycznie na taką sytuację?

**Arkusze 1:** Mama Twojej koleżanki przeczytała wczoraj jej smsy, dodatkowo zrobiła aferę związaną z ich treścią.

**Arkusze 2:** Twój kolega umieścił zdjęcie na Facebooku, chwilę później pojawiły się komentarze, w których został wyśmiany.

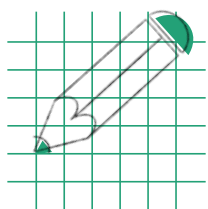
**Arkusze 3:** Wczoraj zmarł ukochany kot Twojego kolegi z klasy.

Na przerwie zachęćcie uczniów z innych klas, aby dopisywali swoje odpowiedzi. Możecie podzielić się na dwuosobowe zespoły, które na każdej przerwie będą stać przy arkuszach i koordynować wpisywanie odpowiedzi przez innych uczniów.

Podsumujcie wasze działania na koniec dnia.

- Omówcie wykonane przez was plakaty. Zapytajcie się innych grup, co jest dla nich najciekawszego w pracach kolegów.
- Odczytajcie odpowiedzi napisane przez uczniów szkoły. Dokonajcie analizy, czy rzeczywiście wszystkie są empatycznymi odpowiedziami. Bądźcie wyrozumiali dla tych, którzy zrobili sobie żarty – widocznie nauka empatii dopiero przed nimi.
- Jeśli zdecydowaliście się pełnić dyżury na przerwach, porozmawiajcie o swoich obserwacjach: jakie pytania uczniowie zadawali najczęściej, nad czym się zastanawiali, czy wykorzystywali informacje zawarte w waszych plakatach? Jak wiele osób zrezygnowało z napisania czegoś na arkuszu i odeszło, bo to zadanie było dla nich trudne?

Na sam koniec wybiercie odpowiedzi, które według was są najtrafniejsze. Jeśli trudno wam będzie wybrać jedną odpowiedź dla całej klasy, możesz zaproponować uczniom, aby każdy wybrał sam dla siebie. Bądź empatyczny i wyrozumiały.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### PODAJ DALEJ MINĘ

Na drodze do budowania empatii napotkamy emocje. Warto pracować z uczniami i uczennicami nad umiejętnością ich odczytywania i wyrażania. Podczas tych zajęć twoi uczniowie będą uczyć się interpretować wyraz twarzy rówieśników oraz sami będą próbowali wyrazić emocje za pomocą mimiki twarzy.

**Czas trwania:** 30-45 minut (w zależności od tego, ile razy uczniowie będą chcieli zagrać w tę grę)

**Materiały i środki dydaktyczne:** Krzesła ustawione w kole

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-6 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

1. Przeprowadźcie w klasie burzę mózgów. Zapytaj uczniów, jakie nazwy emocji znają. Wypiszcie je wszystkie na tablicy.
2. Przekaż instrukcję do gry:
  - Wszyscy uczniowie siedzą w kole, ale odwróceniem do siebie tyłem.
  - Grę rozpoczyna wybrany uczeń, który klepie w ramię ucznia siedzącego przed nim.
  - Następnie za pomocą mimiki twarzy pokazuje mu wybraną przez siebie emocję, robi tzw. „minę”.
  - Uczniowie po kolei pokazują sobie emocje, starając się jak najdokładniej przekazać to, co zobaczyli.

- Gdy „mina” dotrze do ostatniego uczestnika, poproś wszystkich uczniów (oprócz pierwszego ucznia – autora miny), aby odgadli, o jaką emocję chodzi. Następnie poproś pierwszego ucznia, aby powiedział, o jaką emocję chodziło i aby pokazał raz jeszcze swoją minę.
  - Na „trzy, cztery” wszyscy pokażcie jeszcze raz miny, które robiliście.
3. Zabawę powtórzcie tyle razy, ile razy będą chcieli uczniowie.
  4. Na koniec zabawy wypiszcie na tablicy wszystkie emocje, które w tej grze pokazywaliście.

**Informacja zwrotna:** Powiedz o swoich obserwacjach: którą z emocji uczniowie pokazywali z największym zaangażowaniem. Docen otwartość, podziękuj za staranne przekazywanie emocji za pomocą mimiki. Zapytaj uczniów, czy to było dla nich łatwe, czy trudne. Poproś o koleżeńską informację zwrotną: co najbardziej zaciekało ich w pracy kolegów. Poproś, aby mówili o swoich odczuciach i zwracali się bezpośrednio do siebie.

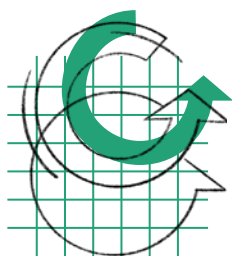
**Zwróć na to uwagę:** Robiąc na początku burzę mózgow, warto dość szczegółowo omówić emocje, dzięki temu uczniom i uczennicom łatwiej będzie później je wyrazić w zadaniu.

Nie bójcie się trudnych emocji: złości, strachu, smutku, rozczarowania, frustracji. Warto wtedy przy dawaniu informacji zwrotnej uczniom, powiedzieć o atmosferze, jaka panowała podczas wyrażania tych emocji, jak się zmieniła oraz zapytać ich, jak oni się czuli, gdy musieli pokazać jedną z trudnych emocji.

Współpraca uczniów w klasie i poza nią jest ogólnie uznana za świetną metodę edukacyjną, prowadzącą do rozmaitych korzyści wychowawczych. Jej efektem może być wzrost kompetencji społeczno-emocjonalnych uczniów, jak i ich rozwój moralny. Współpracując, uczniowie mogą pogłębić swoje zrozumienie dla odmiennych punktów widzenia i potrzeb, dostrzec wartość szacunku i sprawiedliwości, poprawić swoją umiejętność negocjacji, rozwiązywania konfliktów czy też dotrzymywania zobowiązań. Uczenie się w grupie może też być po prostu skuteczniejsze niż nauka indywidualna, co wykazała metaanaliza Robyn Gillies z ponad 400 odrębnych badań (Gillies, 2016). Nie każdy jednak przypadek współdziałania i kooperacji w klasie będzie prowadził do tych wychowawczych korzyści. Niektóre będą źródłem zespołowych konfliktów i frustracji, marnowaniem czasu i energii, którą można by wykorzystać w inny sposób. Ten niełatwy proces wymaga umiejętności, których uczniom może po prostu brakować. Dobrze o tym pamiętać w momentach zwątpienia – jeśli uczniowie ponoszą porażkę przy kooperacji, to często nie dlatego, że nie chcą współpracować, tylko dlatego, że nie potrafią. Nie są to bowiem proste sprawy: sprawiedliwy podział pracy, wyrażanie swoich potrzeb w grupie, asertywne komunikowanie swoich oczekiwań, negocjowanie, rozwiązywanie konfliktów w grupie. Jak wielu dorosłych ma problemy z tymi obszarami?! Co zrobić, by współpraca stała się dla uczniów rozwojowym i satysfakcjonującym zajęciem? Zacznijmy od początku, czyli od próby wsparcia uczniów w opanowaniu tej kompetencji i od interwencji, które mogą w tym pomóc.

# Umiejętność współpracy kompetencją przyszłości

Karolina Giedrys-Majkut



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

Zdaniem Michaela Tomasello, amerykańskiego psychologa rozwojowego i autora książki „Dlaczego współpracujemy”, współpracę pomiędzy ludźmi umożliwiają działania w trzech nachodzących na siebie obszarach: koordynacji i komunikacji, tolerancji i zaufania, norm i instytucji. Planując oddziaływania wychowawcze skierowane na kształtowanie umiejętności współpracy, warto brać je wszystkie pod uwagę.

### Niech sposób komunikowania się uczniów będzie obiektem waszej refleksji

Rozmawiajcie o tym, jak udzielać sobie informacji zwrotnej czy też jak rozmawiać o konfliktach. Modeluj uważne słuchanie, stwarzaj okazje do tego, by uczniowie mogli dzielić się swoimi opiniami. Inicjuj dialog z uczniami i podchodź do współpracy z nimi podobnie, jak chcesz, by sami do niej podeszli – słuchając, co mają do powiedzenia i podejmując z nimi dialog. Przy pracy w grupie szczególnie znaczenie mają umiejętności negocjacyjne, dlatego warto odwołać się do ćwiczeń, które pokazują, iż negocjacje nie muszą kończyć się przeforsowaniem czy też zwycięstwem jednej opcji, np. Bitwa o pomarańczę (Kompasik, Edukacja na rzecz praw człowieka w pracy z dziećmi, str. 57 – <http://www.bc.ore.edu.pl/Content/185/Kompasik.pdf>).

## Pozwól uczniom dobrze przygotować się do zadania.

Zadbaj o przestrzeń na rozmowę o pracy do wykonania i zaplanowanie kolejnych kroków w grupach – to nigdy nie będzie stracony czas! Niech przy pracy nad bardziej złożonymi wspólnymi projektami pojawią się takie pojęcia jak harmonogram czy też kryteria sukcesu, a w przypadku starszych uczniów – narzędzia online'owe ułatwiające uporządkowanie zadań, takie jak Trello, Asana, czy inne. Upewnij się, że uczniowie mają świadomość celu, jaki im stawiasz. Sprawna i satysfakcjonująca współpraca wymaga, by uczniowie wiedzieli, czego się od nich oczekuje, ale także, by dzielili ten cel i byli gotowi razem do niego dążyć. Bez zbieżnych celów i wspólnego pola uwagi łatwo o sytuacje, w których tylko część uczniów angażuje się w zadanie, gdyż reszta zespołu nie uznała przyjętych celów za własne albo w ogóle ich nie rozumie. Wypracowanie zespołowej zgody co do celu wspólnego działania zajmuje czas.

## Wspieraj uczniów w znajdowaniu osobistego sensu dla podejmowanych działań.

Tym, co – zgodnie z teorią Deciego i Ryana – motywuje nas do podjęcia jakiejś aktywności są poczucie autonomii, kompetencji i istotności. Gdy uczniowie czują, że mają wpływ na przebieg i cele zadania, potrafią je wykonać, a także że ich praca ma sens i jest widoczna, łatwiej jest im współpracować i utrzymać się w tym działaniu pomimo trudności. Poczucie istotności może pojawić się naturalnie przy realistycznych problemach, dotyczących kwestii z życia społeczności szkolnej, bieżących wydarzeń społecznych i debat, które same z siebie żywo interesują uczniów; poczucie kompetencji – gdy uczniowie wybiorą dla siebie zadania, w których czują się mocni lub takie, które chcieliby wykonać, by się ich nauczyć.

## Wesprzyj podział pracy i rolę w zespole.

Przy podziale pracy ważne będą zasady (o nich więcej poniżej), dzięki którym uczniowie zyskają poczucie sprawiedliwości, czyli będą wynagradzani zgodnie ze swoim wkładem. Specjaliści twierdzą, iż tak zwany „efekt próżniactwa społecznego”, zmniejsza się, gdy wkład poszczególnych członków zespołu jest identyfikowalny, zaś oni sami czują, że ich praca przekłada się na zysk dla całej grupy, zaś zysk całej grupy będzie także dla nich korzystny. Idąc za tą teorią, precyzuj zadania do wykonania, role do obsadzenia, tak by uczniowie wiedzieli, za co konkretnie są odpowiedzialni. Nagradzaj też zależnie od zaangażowania i indywidualnego wysiłku. Identyfikowalność wkładu do wspólnej pracy mogą zapewnić sami uczniowie, udzielając sobie oceny rówieśniczej. By ułatwić im uczciwą wymianę opinii, przyznaj za dane zadanie określoną ilość punktów do podziału pomiędzy członków grupy (warto zadbać o to, by ilość punktów do podziału nie dawała się równo podzielić pomiędzy uczniów, inaczej mogą „dla świętego spokoju” rozdzielić punkty po równo) i poproś o to, by ocenili swoją pracę.

## Upewnij się, że zadanie wyznaczone uczniom ma właściwą strukturę.

Czy pracę do wykonania da się sprawiedliwie podzielić pomiędzy uczniów? Czy poszczególne poddziałania wiążą się z podobnym nakładem pracy? Przykładem dobrze zaplanowanej współpracy uczniów jest nauka kooperacyjna według metody układanki. Dokładny opis metody w wersji angielskiej znajdziesz na kanale youtube Jennifer Gonzales (<https://www.youtube.com/watch?v=euhtXUgBEts>) lub na polskich stronach, na przykład tutaj: <https://www.wychowaniefiz.pl/artukul/metoda-jigsaw-czyli-wyprobuj-ukladanke-na-lekcji>

## Ucz współpracy, tak jak uczysz innych umiejętności i kompetencji.

Modeluj, upewniając się, że dzieci dostrzegają wszystkie pozytywne przykłady współpracy wokół siebie. Ćwicz z uczniami, zaczynając od prostych zadań lub gier kooperacyjnych. Twórz bezpieczną przestrzeń do omawiania doświadczeń ze współpracy – podsumowań pracy w grupie, refleksji nad wspólnymi sukcesami (co nam pomogło

odnieść ten sukces? które zachowania były dla niego kluczowe?) i porażkami (dlaczego ponieśliśmy porażkę? co moglibyśmy poprawić następnym razem?). Na tym etapie przydatne będą gotowe rubryki oceny rówieśniczej lub autoewaluacji, w których poprosisz uczniów o ocenę takich zachowań, jak „punktualność wykonywania zadań”, „pomaganie kolegom z zespołu”, „słuchanie pomysłów innych”, itp.

## Twórz atmosferę do współpracy, opartą na tolerancji i zaufaniu.

Dobra atmosfera przełoży się na lepszą komunikację i większą życzliwość uczniów wobec siebie. Jest też konieczna, by umożliwić „rozbrajanie” sytuacji potencjalnie lękowych lub konfliktowych. Klimatu zaufania i wzajemnej akceptacji nie da się jednak wyczarować tuż przed trudnym i angażującym zadaniem opartym o współpracę. Budowanie relacji klasowych i atmosfery zapewniającej bezpieczeństwo i stymulację jest rozpisane na cały wspólny czas uczniów w szkole. Ponieważ jest to temat szeroko omawiany w innych podrozdziałach Narzędziownika w tym miejscu ograniczę rekomendację do pomysłu [Lori Desautels](#), proponującą włączanie uczniów w tworzenie atmosfery wsparcia i bezpieczeństwa w klasie. Zdaniem ekspertki portalu Edutopia podobnie jak powierzamy uczniom obowiązki związane z czystością w klasie, możemy powierzać im role opiekunów klasy, także w sensie emocjonalnym. Role te można rozpisać zgodnie z bieżącym zapotrzebowaniem, stosownie do wieku i dojrzałości uczniów – ważne, by odnosiły się do klasowych zasobów i potencjału. Lekko zmodyfikowana propozycja Desautels zawiera następujące role, rotacyjnie powierzane kolejnym uczniom:

1. motywator – osoba, która oferuje słowa zachęty i dzieli się z innymi dobrymi sposobami na utrzymanie motywacji;
2. opowiadacz – osoba, która snuje opowieść o klasie w formie graficznej lub słownej, być może na blogu lub w innej formie;
3. odkrywca skarbów – osoba, której zadaniem jest rejestrowanie wszystkich pozytywnych wydarzeń i gestów (przeciwieństwo skarżypyty);
4. kronikarz życzliwości – osoba, której zadaniem jest rejestrowanie wszystkich gestów życzliwości w klasie;
5. kreator możliwości – osoba, której zadaniem będzie wyszukiwanie pomysłów i propozycji, jak ulepszyć wspólne życie w klasie;
6. współpracownik – osoba, której zadaniem będzie łączenie klasy ze szkolną społecznością.

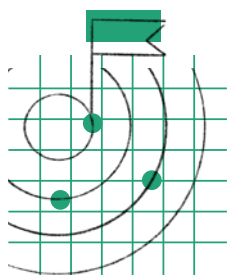
Wdrożenie powyższych (lub zmodyfikowanych) ról w klasie może w ciekawy sposób uzupełnić inne, bardziej bazowe interwencje. To one będą kluczowe, gdyż w przeciwnym razie ta i podobne do tej zabawy umożliwią uczniom jedynie fasadową integrację.

## Dbaj o normy i zasady, które wspierają uczniów w realizacji wspólnych zadań.

Zasady wspólnej pracy najlepiej jest wypracowywać wspólnie przed rozpoczęciem zadania kooperacyjnego, poprzez przyjrzenie się temu, jak wyglądają oczekiwania i potrzeby uczniów wobec siebie nawzajem. Ważne będzie także egzekwowanie zasad i norm. Jeśli uczniowie poczują, że zasady ustalone wspólnie nie działają, zaczną wyciągać konsekwencje na własną rękę, choćby poprzez wykluczenie i odrzucenie, które mogą być narzędziami grupy do dyscyplinowania kolegów i koleżanek. Nie zachęcając do podobnych praktyk, warto przyglądać się ich źródłom, m.in. potrzebie sprawiedliwości, jak też tworzyć przestrzeń na bezpieczną rozmowę na temat doświadczeń ze wspólnej pracy.

Normy to jednak nie tylko doraźne porozumienia na rzecz danego zadania. Znacznie większe znaczenie będą miały niewypowiedziane normy, regulujące życie uczniów w klasie. Czy współpraca jest wartością, którą się ceni w tym środowisku? A może uczniowie są głównie zachęceni do rywalizacji i skupienia na osobistych osiągnięciach? Jak wygląda system oceniania? Czy uczniowie rywalizują o jedną nagrodę, a na ile doceniane jest przekraczanie

własnych ograniczeń? Czy uczniowie są zachęceni do samodzielności i zapraszani do współtworzenia klimatu w klasie? A może to nauczyciel ustanawia wszystkie zasady, jest głównym inicjatorem i prowadzącym wspólną pracę? Tajemnica nieudanych eksperymentów ze współpracą może być związana właśnie z tymi ukrytymi zasadami i z nich wynikać.



## Działania specjalne – inspiracje

### Projekt uczniowski

Sport w szkole może być dla uczniów niezwykle istotnym treningiem współpracy. W grach zespołowych współdziałanie wszystkim się opłaca, przynosząc natychmiastowe sportowe, ale też i te być może ważniejsze, emocjonalne korzyści. Wsparcie ze strony kolegów i namacalne skutki udanej komunikacji będą utwierdzały uczniów w prospołecznej postawie i dobrych nawykach. Tworzenie zgranych zespołów nie jest jednak sprawą prostą. Uczniowie reprezentują przecież niejednorodny poziom predyspozycji i umiejętności sportowych, mają odmienne doświadczenia z aktywnością fizyczną, a czasem ekstremalnie różne do niej nastawienie. Nie jest im łatwo współpracować, szczególnie w klimacie stresującej rywalizacji, nastawienia na bicie rekordów i promocji garstki wybranych talentów. W proponowanym całorocznym projekcie wychowawczym zachęcam do uważniejszego przyjrzenia się doświadczeniom uczniów w sportach zespołowych i ułatwienia im współpracy na boisku. Celem projektu jest wykorzystanie potencjału gry zespołowej do rozwoju u uczniów komunikacji, kooperacji i samoświadomości. W bonusie – korzyści sportowe.

Jak przeprowadzić projekt?

#### Przygotowanie i planowanie:

1. Przygotujcie spotkanie z wuefistą na lekcji wychowawczej (chyba, że sami prowadzicie w-f wtedy zaproście drugiego wuefistę odpowiedzialnego za nauczanie przedstawicieli/przedstawicielek drugiej płci) i porozmawiajcie wspólnie z uczniami na temat tego, na czym ich zdaniem polega pozytywna sportowa współpraca, co im ją ułatwia, a co utrudnia na lekcjach w-f. Nie bójcie się szczerych głosów i rozmowy o trudnościach – to przez nie wiedzie droga do poprawy sytuacji. Dyskusję można podzielić na dwie lekcje (np. jedną bez obecności dodatkowego nauczyciela i drugą już w pełnym gronie), tak by ośmielić uczniów do wyrażenia swoich opinii i dać im czas na przemyślenie swojego wyboru.
2. Wspólnie zaplanujcie działania sportowe, których główny cel będzie polegał na opanowaniu umiejętności koniecznych do współpracy. To ważne! – komunikujcie cel działań (lepsze opanowanie umiejętności współpracy), tak by przesunąć akcent na ten aspekt gry drużynowej i tym samym wesprzeć uczniów, którzy nie lubią sportu i przełamać ich niechęć lub lęk.
3. Trudnością będą różnice w umiejętnościach i zaangażowaniu uczniów. Pomóżcie uczniom znaleźć osobisty cel tego działania i swoje miejsce. Możecie ustanowić odrębne role odzwierciedlające predyspozycje, preferencje i kompetencje poszczególnych osób i poprosić je o wybranie jednej lub kilku: liderów drużyn, współpracowników trenera, którzy będą wspierać kolegów w opanowaniu koniecznych umiejętności, nawigatorów, czyli osoby naprowadzające grupę na cel działania i przypominające o nim, łączników, czyli osoby



strzegące integracji drużyny, negocjatorów, którzy będą wspierać rozwiązywanie konfliktów, kronikarzy dokumentujących postępy drużyny, itp.

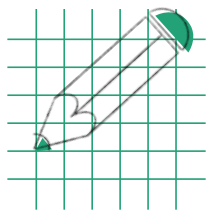
4. Wypracujcie formułę, która będzie dla was optymalna i możliwa do wdrożenia – spotkania w ramach zajęć dodatkowych dla chętnych, zajęcia w-f dla całej klasy raz w miesiącu. Opracujcie harmonogram i zastanówcie się nad kryteriami sukcesu. W przypadku tego projektu sport jest jedynie polem do treningu, tak więc kryteria powinny być wychowawcze, np. „będę się lepiej komunikował”, „stworzymy naprawdę zintegrowaną drużynę”, itp.
5. Jeżeli uznacie, że wam to pomoże, zastosujcie formułę pozytywnej rywalizacji: wybierzcie jedną grę zespołową, a następnie podzielcie klasę na dwie drużyny o podobnym poziomie, które będą ze sobą rywalizować w ciągu roku szkolnego. Ważne jest to, by w tej rywalizacji wyjść poza wyniki sportowe. Ujmijcie w niej kryteria sukcesu odnoszące się do umiejętności ułatwiających współpracę, będące przedmiotem waszej refleksji na godzinie wychowawczej, np. umiejętność rozwiązywania konfliktów, czy też umiejętność dotrzymywania zobowiązań. Ustalcie wspólnie z grupą i wszystkimi zaangażowanymi nauczycielami, że będą one nagradzane w końcowej ocenie. Ustalacie także wskaźniki do ich oceny, tak by uniknąć późniejszych dyskusji. Na przykład, jeśli na godzinie wychowawczej będziecie pracować nad udzielaniem informacji zwrotnej i uczniowie poznają, jakieś dobre praktyki w tym zakresie, ocena końcowa rywalizacji powinna ujmować umiejętność wdrażania tych praktyk w sytuacji boiskowej. Ważnym kryterium sukcesu powinna być też ogólna satysfakcja z obecności w drużynie, jak też stopień integracji zespołu. Ocenę tych dwóch kryteriów można ustalić wspólnie.

### Realizacja:

1. Zajęcia w ramach działania mają się skupiać na grach zespołowych, które będą miejscem do przyglądania się uczniowskim umiejętnościom komunikacji i pracy zespołowej. By dać wszystkim równy start i budować dobrą atmosferę, przed przejściem do gier typowo sportowych, spróbujcie poćwiczyć przy pomocy prostych gier kooperacyjnych. Takie gry, jak np. najdłuższe podbijanie balonu przez uczniów stojących w kręgu i trzymających się za ręce (balonu nie wolno podbijać nogą, zabronione jest też puszczanie rąk), mogą być świetną rozgrzewką do bardziej zaawansowanych zadań opartych na współpracy.
2. Zadbajcie o to, by współpraca w trakcie gry zespołowej miała dobre podstawy, o których powyżej. Na przykład – upewnijcie się, że wszyscy znają zasady danej dyscypliny, że zastosowanie mają normy dotyczące dobrej komunikacji, że na zajęciach panuje dobra atmosfera zaufania i tolerancji, ale także dobrej zabawy. Twórcie mieszane zespoły, a w informacji zwrotnej podkreślajcie zachowania, które przyczyniły się do włączania innych do gry, do pozytywnego rozwiązania konfliktów na boisku, do integracji drużyny.
3. Włączcie dziejące się działania sportowe do refleksji na zajęciach wychowawczych. Stwórzcie uczniom przestrzeń do rozmowy na temat tego, co dzieje się na zajęciach sportowych. Do tego dwutorowego działania z pewnością można włączyć ćwiczenia z niniejszego narzędziownika, np. rozmowy o porażce, rozmowy o dobrej komunikacji, rozmowy o wartościach (czy można pogodzić rywalizację ze współpracą?). Refleksje z parkietu mogą być pożywką do ćwiczeń na te tematy.

### Podsumowanie:

1. W ramach podsumowania projektu zorganizujcie końcowe spotkanie z wuefistami na lekcji wychowawczej. Podsumujcie doświadczenie – czy to roczne doświadczenie zmieniło w jakiś sposób myślenie uczniów o współpracy? Czego się nauczyli? Co im pomagało, a co utrudniało wspólną pracę?
2. Nagroďte wszystkich uczestników indywidualną pochwałą, wskazując na zdobyte w projekcie kompetencje, osobiste zasługi dla rozwoju zespołu, wkład do udanej współpracy.
3. Zastanówcie się nad kontynuacją działań i zorganizowaniem dnia sportu, w trakcie którego podzielicie się z innymi dobrymi praktykami w zakresie



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

**Czas trwania:** Minimum 45 minut (optymalnie 1,5 godziny)

**Materiały i środki dydaktyczne:**

Możliwość wyświetlania filmu z internetu, projektor, ekran.

Flipchart, flamaster, kartki, przybory do pisania.

Dostępne w miejscu wykonywania ćwiczenia drobne instrumenty muzyczne. Oraz butelki plastikowe, kawałki drewna, folia, tektury i inne przedmioty, które mogą służyć do produkcji dźwięków.

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4–8 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

*Instrukcja dla nauczycielki/la:*

#### **Wprowadzenie: 10/15 minut**

Na początku poinformuj uczennice/ uczniów o tym, że będą na tej lekcji zajmować się opracowywaniem w grupach ścieżki dźwiękowo-dubbingowej do wybranego filmu. Jeśli masz przestrzeń i możliwość możesz zaproponować krótkie wprowadzenie do tematu.

#### **Wprowadzenie:**

Zapytaj uczestników lekcji, jak sądzą, kto może odpowiadać za nagranie ścieżki dźwiękowej?

Podpowiedz, że na początku takiej pracy reżyser filmowy, który ma nakręcić dany film spotyka się z kompozytorem i przekazuje mu informacje o swojej wizji filmu, klimacie, opowiada, w jaki sposób chciałby pokazać taki obraz, o czym w końcu jest ten film czy jaką filozofię reżyser chce w dzięki temu filmowi zaprezentować. Kompozytor z taką wiedzą, którą otrzymał od reżysera, zabiera się za komponowanie poszczególnych partii muzyki. Kiedy muzyczny zapis jest gotowy, partytura przechodzi do rąk orkiestry / zespołu muzycznego / muzyków, którzy nagrywają całą ścieżkę muzyczną. Na tym etapie dochodzi do podziału muzyki na różne instrumenty czy dźwięki.

W filmie oprócz muzyki dogrywa się również specjalnie różnego rodzaju dźwięki, które słyszymy oglądając film. Są to tak zwane efekty dźwiękowe.

Nie jest to część ścieżki muzycznej, ale dźwiękowej. W skład ścieżki dźwiękowej wchodzi oczywiście dialogi lub monologi bohaterów filmu lub różnego rodzaju komentarze. Np. w filmie dokumentalnym często spotykamy się z zabiegiem włączania do filmu narratora, który przybliży nam oglądaną historię.

Nagranie dubbingu to podłożenie głosu pod konkretnymi postaciami filmu. Zazwyczaj wtedy, kiedy chcemy, aby mówili w języku, jakim będzie posługiwać się większość odbiorców. W Polsce dubbing najczęściej spotykany jest w bajkach, choć coraz częściej można go spotkać w filmach dla starszych.

Zastanówcie się, kto potrzebny jest do nagrania dubbingu. Możesz zadać to pytanie uczniom i uzupełnić ewentualnie o rozpisane poniżej szczegóły:

1. Scenarzysta, który przygotowuje listę dialogową (czasami jest dostosowywana do realiów tłumaczenia na inny język oraz uwzględnia realia kulturowe np odwołanie się do polskich nazw, nazwisk, wydarzeń kulturalnych itd). Scenarzysta rozpisuje wszystkie dialogi w tzw. liście dialogowej.
2. Aktorzy, którzy mają odpowiednio zinterpretować i podać dźwięk dialogów.
3. Instrumentaliści, którzy podają dźwięk efektów dźwiękowych .
4. Reżyser nagrania, czyli ktoś kto będzie czuwał nad tym, aby nagranie i interpretacja scenariusza przez aktorów była optymalna względem filmu i oddawała odpowiedni nastrój / przekaz.
5. Reżyser dźwięku, czyli ktoś, kto odpowiada za fizyczny zapis nagrania i zazwyczaj też montuje ścieżkę dubbingową / dźwiękową z obrazem.

Następnie zapytaj o rodzaje filmów (poniżej do uzupełniania) i to, jaka według nich pojawia się w nich muzyka/ ścieżka dźwiękowa, jak można by ją scharakteryzować, opisać:

1. Film familijny
2. Przygodowy
3. Grozy / horror
4. Kryminalny
5. Komedia
6. Dramat

Zapytaj uczniów o to, czy wszystko do tej pory jest zrozumiałe i czy mają jakieś pytania odnośnie przedstawionych treści. Jeżeli tak, zaprosz ich do przeprowadzenia ćwiczenia.

### Ćwiczenie:

Podziel uczniów na cztery zespoły (mogą odliczyć do czterech w celu zbudowania zróżnicowanych grup), a następnie rozdaj amatorskie „instrumenty”.

Powiedz, że ćwiczenie polega na opracowaniu i wykonaniu przez każdy z zespołów ścieżki dubbingowo-dźwiękowej do krótkiego filmu krótkometrażowego.

Najpierw zaprosz klasę do wspólnej projekcji filmu (oglądają wszystkie zespoły).

W tym miejscu zaprezentuj film, do którego grupy będą tworzyć swoje ścieżki dubbingowo-muzyczne. Proponujemy wybrać film z bogatej kolekcji dzieł wczesnego kina, np. film „The Haunted Castle” George’a Meliesa z 1896 roku. Jest to film niemy, z dynamiczną akcją i sporą dawką humoru, stwarzający okazję do dialogów, jak i innych efektów dźwiękowych. Po zakończeniu projekcji poinformuj uczniów, że mają 20 minut (w sytuacji, gdy jest to możliwe, możecie zwiększyć czas do 1 godziny) na przygotowanie swojej propozycji filmowo-dubbingowej.

### Prezentacja: 3,5 min na każdą grupę

Każdy z zespołów po przygotowaniu prezentuje swoją wersję dubbingu (na żywo) przed resztą klasy.

### Informacja zwrotna/ Dyskusja: około 20-25 min

Po ćwiczeniu zorganizuj z uczniami podsumowanie ćwiczenia. Zachęć uczniów do wyrażania swoich opinii o przeprowadzonym ćwiczeniu. Jak im się pracowało? Na co zwracali szczególną uwagę? Co przyniosło im to ćwiczenie? Czy wpłynęło na ich odbiór innych uczestników zespołu / klasy? Co by zmienili w tym ćwiczeniu? Zadbaj o to, by

uczniowie udzielali sobie konstruktywnej informacji zwrotnej. Przypominaj o różnicy pomiędzy opinią a oceną. Podkreślaj, że każdy wypowiada się ze swojego punktu widzenia. Zachęcaj do używania komunikatów „ja”. Podpowiedz rozpoczęcia zdań: „Ważne/cenne było dla mnie...”, „Trudne w tym ćwiczeniu było dla mnie...”, „Kiedy słyszałam/łem, jak X mówił o..., czułam/czułem...”.

*Konsultacje merytoryczne: Agnieszka Paduch, Małgorzata Leszko*

## Przeczytaj także:

### Bibliografia:

- Desaultes, L. (2014) New Class Roles: Building Environments of Cooperation <https://www.edutopia.org/blog/new-roles-building-environments-cooperation-lori-desautels> [dostęp: 20.12.2020]
- Dobre praktyki w-f z klasą II edycja <https://www.szkolazklasa.org.pl/materialy/dobre-praktyki-wf-klasa-ii-edycja/> [dostęp: 20.12.2020]
- Gillies, R. M. (2016) Cooperative learning: Review of research and practice. Australian Journal of Teacher Education, 41(3). Retrieved from <https://ro.ecu.edu.au/cgi/viewcontent.cgi?article=2902&context=ajte>
- Goffman E., *Człowiek w teatrze życia codziennego*, Aletheia, Warszawa 2008.
- Goodman N., *Wstęp do socjologii*, Zysk i S-ka, Poznań 2001. Gordon T., *Wychowanie bez porażek w szkole*, Warszawa 1995;
- Hall C., Hall E., Hornby G., *Nauczyciel wychowawca*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2005;
- Puszka, D. (2019) Metoda jigsaw, czyli wypróbuj układankę na lekcji!, <https://www.wychowaniefiz.pl/arttykul/metoda-jigsaw-czyli-wyprobuj-ukladanke-na-lekcji> [dostęp: 20.12.2020]
- Sztompka P., *Socjologia. Analiza społeczeństwa* Znak, Kraków 2012.
- Tomasello, M., *Dlaczego współpracujemy*, Copernicus Center Press, Kraków 2016

### Materiały Centrum Edukacji Obywatelskiej:

Tytuł materiału CEO	Link	Krótki opis
Webinarium „Przepis na dobrze działającą grupę”	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=lhbrMlkLgRE">https://www.youtube.com/watch?v=lhbrMlkLgRE</a>	Webinarium z udziałem Judyty Ziętkowskiej i Michała Tragarza (Dział Aktywności Społecznej i Obywatelskiej) porusza kwestię procesu grupowego w projekcie społecznym.
Trudny temat. Weź to na warsztat. Metody pracy z trudnymi tematami i dobre praktyki ze szkół	<a href="https://trudnytemat.ceo.org.pl/sites/trudnytemat.ceo.org.pl/files/publikacja_trudny_temat_wez_to_na_warsztat.pdf">https://trudnytemat.ceo.org.pl/sites/trudnytemat.ceo.org.pl/files/publikacja_trudny_temat_wez_to_na_warsztat.pdf</a>	Publikacja zawiera opis metod pracy z trudnymi tematami (edukacja filmowa, Teatr Forum, warsztaty CoResolve, kampanie społeczne).
Konflikt w klasie. Jak towarzyszyć uczniom poprzez mini mediacje	<a href="https://www.youtube.com/results?search_query=konflikt+w+klasie">https://www.youtube.com/results?search_query=konflikt+w+klasie</a>	Webinarium z udziałem Pauliny Orbitowskiej-Fernandez skierowane jest do nauczycieli klas 1-3, jednak metoda pracy (w duchu NVC) jest do zastosowania na każdym etapie edukacyjnym.



rozdział 4.

# **JAK WŁĄCZAĆ UCZNIÓW I UCZENNICE WE WSPÓŁDECYDOWANIE O SZKOLNEJ WSPÓLNOTY?**





# Wprowadzenie

*Michał Tragarz*

Głównym obszarem do pracy wychowawczej jest wspólnota klasowa. Wpływ wychowawcy lub wychowawczynie jest jednak znacznie szerszy, ponieważ pracując na poziomie klasy, modeluje i inicjuje różnego rodzaju zachowania uczniów i uczennic, które mają wpływ na to, jak młodzi ludzie funkcjonują na poziomie wspólnoty szkolnej, a więc również na to, jak działa ta wspólnota.

W Centrum Edukacji Obywatelskiej widzimy samorząd uczniowski jako instytucję, która po pierwsze – składa się z wszystkich uczniów i uczennic szkoły, a po drugie – co za tym idzie – tworzy warunki, w których wszyscy oni mają poczucie wpływu na to, co dzieje się w szkole. **Dobry samorząd uczniowski to taki samorząd, który umożliwia to, żeby głos wszystkich miał możliwość wybrzmieć i zostać wysłuchany.** Innymi słowy – samorządność uczniowska powinna wzmacniać partycypację uczniowską, a nie skupiać się na organizacji imprez szkolnych i akcjach charytatywnych.

Największe wyzwania, przed jakimi stoi obecnie w polskich szkołach partycypacja czy też samorządność uczniowska to:

- brak zaufania uczniów do instytucji samorządu, postrzeganie go jako fasadowego lub też sterowanego przez dorosłych, niereprezentującego interesów uczniów;
- ograniczenie zakresu działań władz samorządu uczniowskiego do różnego rodzaju szkolnych akcji, wydarzeń, działań charytatywnych, często nawet nie odnoszących się do realnych potrzeb i zainteresowań uczniów, a realizowanych z roku na rok, często z inicjatywy nauczycieli i dyrekcji – brakuje za to realnego wpływu samorządu uczniowskiego na istotne decyzje w życiu szkoły (pozorność działań);
- ograniczenie rozumienia samorządu do grupy reprezentantów: często samorząd uczniowski jest widziany jako swoiste kółko zainteresowań dla osób aktywnych, rzadko postrzega się go i myśli o nim całościowo – jako o organie szkoły mającym konkretne zadania wobec ogółu uczniów.

Poradzenie sobie z tymi wyzwaniami wymaga nie tylko wsparcia dyrektora i zaangażowanej opiekunki lub opiekuna samorządu uczniowskiego, ale również zaangażowania całego grona pedagogicznego. Jednak wspólnotą najbliższą uczniowi jest klasa. To, jak ona działa, w dużej mierze modeluje postawę wobec szerszej wspólnoty – szkolnej. Jeśli na poziomie klasy uczniowie nie poczują możliwości realnego wpływu, znaczenia swojego głosu, dobrej współpracy z innymi, raczej niechętnie i z brakiem zaufania będą podchodzić również do życia społeczności szkolnej.

Rola wychowawcy klasy w tym obszarze to przede wszystkim:

- inicjowanie i wspieranie wspólnego podejmowania decyzji i współpracy na poziomie klasowym – wzmacnianie realnej samorządności uczniowskiej na poziomie klasy, dążenie do tego, żeby wszyscy uczniowie klasy czuli, że stanowią samorząd klasowy;
- wspieranie samorządności oraz działań społecznych i wolontariackich na poziomie ogólnoszkolnym – ułatwianie uczniom ze swojej klasy zaangażowania się, aktywne zachęcanie do włączania się w życie szkoły i rozmawianie o nim oraz przychylność i wspieranie takich inicjatyw na forum rady pedagogicznej.

Samorząd uczniowski, który wzmacnia realną partycypację uczniowską, przynosi wiele korzyści – na poziomie zarządzania życiem szkoły, jak i na gruncie edukacyjno-wychowawczym. Realna uczniowska partycypacja:

- poprawia samopoczucie uczniów w szkole i klasie, pozwala dostosować to, co dzieje się w szkole do bieżących potrzeb uczniów;

- wzmacnia kompetencje społeczne i obywatelskie uczniów w obszarach, których nie da się wzmocnić inaczej niż przez praktyczne działanie; proste procesy decyzyjne mogą realizować zapisy z programu profilaktyczno-wychowawczego szkoły oraz podstawy programowej;
- buduje zespołowość i integruje klasę, daje uczniom narzędzia do dobrej komunikacji i współpracy również w interakcjach nie inicjowanych przez nauczyciela;
- po pewnym czasie ułatwia zarządzanie klasą i szkołą, uczniowie chętniej i sprawniej komunikują swoje potrzeby i pomysły, wzrasta ich samodzielność i poczucie odpowiedzialności za szkołę/klasę;
- buduje zaufanie młodych ludzi do instytucji demokratycznych w ogóle i uczy ich funkcjonowania w nich – w dłuższym wymiarze wzmacnia społeczeństwo obywatelskie.

Pierwsze kroki we wzmacnianiu partycypacji nie są łatwe, ale warto je wykonać. Szczególnie sytuacja, kiedy zaczynamy pracę z klasą, która jeszcze nie ma wyrobionych nawyków oraz sposobów działania, jest idealnym momentem na to, żeby od początku pracować w takim duchu. Jednak również w trakcie pracy z klasą wychowawczą nigdy nie jest za późno na wprowadzanie takich elementów małymi krokami.

## Co znajdziecie w tym zestawie materiałów?

Temat włączania uczniów i uczennic postanowiliśmy przedstawić w pięciu aspektach, w narzędziowniku znajdziecie części dotyczące:

1. Decyzyjności uczniów i uczennic.
2. Włączania uczniów i uczennic w życie szkoły.
3. Wychowawczej roli samorządu klasowego.
4. Angażowania się na rzecz innych – wolontariat klasowy.
5. Wzmacniania partycypacji uczniów i uczennic – współpraca wychowawcy z radą pedagogiczną.

Każdy rozdział zawiera:

- wskazówki do drobnych oddziaływań wychowawczych w codziennych sytuacjach szkolnych;
- inspiracje do działań specjalnych (w tym projektowych);
- ćwiczenie na godzinę do dyspozycji wychowawcy.

## Jakie kompetencje uczniów i uczennic chcemy rozwijać?

### Wiedza:

- Czym jest „grupa”, „wspólnota”?
- Czym jest samorząd uczniowski jako wspólnota wszystkich uczniów?
- Jaka jest rola i funkcje samorządu klasowego i szkolnego?

### Postawy:

- szacunek
- empatia
- asertywność
- prawość
- gotowość do współpracy
- odpowiedzialność za wspólne miejsce
- zaangażowanie na rzecz dobra wspólnego
- gotowość do partycypacji, proaktywność
- poczucie wpływu i sprawczości

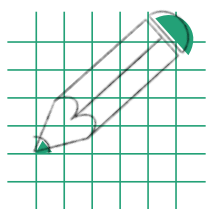
- podejmowanie działań wolontariackich
- samorządność

#### Umiejętności:

- wspólne rozwiązywanie problemów
- wspólne podejmowanie decyzji (również w sytuacjach trudnych, negocjacje, sytuacje konfliktowe)
- współpraca; praca zespołowa
- rozumienie współzależności i współodpowiedzialności członków grupy
- rozwiązywanie konfliktów; negocjacje
- angażowanie się w inicjatywy w społeczności

Na początku rozdziału czwartego zapraszamy do autodiagnozy, która pozwoli wam odnieść własne doświadczenia do zaprezentowanych dalej materiałów. Odpowiedzi na zamieszczone poniżej stwierdzenia, pozwolą sprawdzić, w którym z obszarów najbardziej przyda się wam wsparcie naszych autorów i ich podpowiedzi. Umożliwi to także rozpoznanie lektury rozdziału od tekstu, który będzie najlepiej się wpisywał w wasze potrzeby. Powodzenia!

## ĆWICZENIE



# Autodiagnoza wychowawcy

Monika Prus-Głaszczka

Przeczytaj poniższe stwierdzenia i zaznacz w dowolny sposób, jak często prezentujesz wymienione postawy i zachowania: w zaproponowanej skali 1 oznacza „nigdy”, a 5 – „zawsze”.

Poszczególne tabele odnoszą się do kolejnych rozdziałów praktycznych tej części publikacji.

### Decyzyjność uczniów i uczennic

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Ustalę wspólnie z uczniami i uczennicami zasady współpracy i komunikacji w klasie np. w formie kontraktu.					
Daję możliwość podejmowania ważnych decyzji dla życia klasy.					
Wykorzystuję codzienne sytuacje do oddawania decyzyjności uczniom i uczennicom np. możliwość wyboru tematu lekcji wychowawczych, sposobu obchodzenia świąt z kalendarza szkoły i sposobu realizacji innych inicjatyw.					
Poruszam tematy ważne dla uczniów i uczennic i daję czas na rozmowę o nich.					
Pozwalam na swobodne wyrażanie opinii podczas dyskusji.					
Używam metod demokracji bezpośredniej do wypracowania z klasą decyzji i rozwiązań problemów.					

### Włączanie uczniów i uczennic w życie szkoły

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Wspieram zaangażowanie samorządu klasowego w życie szkoły.					
Myślę o samorządzie uczniowskim jako społeczności wszystkich uczniów i uczennic.					
Uważam za istotne przeprowadzenie lekcji wychowawczej o samorządności uczniowskiej.					
Zachęcam uczniów i uczennice do kandydowania do samorządu uczniowskiego oraz zaangażowania się w działalność samorządu uczniowskiego i klasowego.					
Dbam o standardy głosowania podczas wyborów do organów samorządu uczniowskiego i klasowego.					

## Wychowawcza rola samorządu klasowego

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Komunikuję działalność samorządu klasowego jako działalność całej społeczności klasy, a nie tylko pojedynczych przedstawicieli.					
Buduję poczucie wpływu uczniów na istotne problemy, obszary z życia klasy.					
Oddaję uczniom i uczennicom inicjatywę w działaniach ważnych wychowawczo np. poprowadzenie części lekcji wychowawczej.					
Dbam o to, żeby zaangażowanie w działania klasowe nie ograniczało się do kilku osób.					
Wzmacniam rolę władz samorządu klasowego jako prowadzącego klasowe procesy podejmowania decyzji.					

## Angażowanie się na rzecz innych – wolontariat klasowy

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Pokazuję klasie, czym są działania wolontariackie także w szerszym kontekście: jako działania, w którym młodzi mogą przejąć inicjatywę.					
Przeprowadzam z klasą diagnozę najbliższego otoczenia, na podstawie której klasa podejmuje decyzje, czy chce zaangażować się w pomysł na wspólne działanie wolontariackie.					
Stwarzam możliwości zaangażowania się nie tylko osobom, które przejawiają cechy lidereckie.					
Jestem w kontakcie z opiekunem/ką szkolnego koła wolontariatu w sprawie możliwości zaangażowania się oraz rozwoju kompetencji moich wychowanków.					
Zachęcam uczniów i uczennice do podejmowania działań wolontariackich w obrębie klasy i szkoły.					
Ułatwiam uczniom i uczennicom angażowanie się w działalność wolontariacką w szkole np. jeśli jest taka potrzeba, pozwalam na zwolnienie z lekcji lub rozmawiam na ten temat z innymi nauczycielami/kami przedmiotowymi.					
Podkreślam sukcesy i działania wolontaryjne mojej klasy na forum rodziców.					
Uznaję wolontariat za ważny element oddziaływań wychowawczych.					

## Wzmacnianie partycypacji uczniów i uczennic – współpraca wychowawcy z radą pedagogiczną

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Wiem, jak wspierać moich uczniów i uczennice, którzy przychodzą z pomysłem na działanie.					
Wspieram samorządność uczniów na forum rady pedagogicznej.					
Czuję się pewnie, przeprowadzając moją klasę przez proces decyzyjny.					
Radzę sobie w sytuacjach, gdy procesy decyzyjne prowadzą do trudnych momentów wychowawczych np. sporów, przedłużających się dyskusji i braku konsensusu.					
Czuję się pewnie w radzie pedagogicznej jako wychowawca wspierający partycypację uczniów i uczennic w życie szkoły.					
Jestem przekonany/na, że oddając decyzyjność uczniom i uczennicom, buduję potrzebne kompetencje społeczne i obywatelskie.					
W pracy wychowawczej zakładam komunikację z opiekunem/ką samorządu uczniowskiego i koła wolontariatu oraz ich wsparcie.					

## MOJE WNIOSKI

Przyjrzyj się teraz swoim odpowiedziom i zapisz wnioski, jakie z nich wyciągasz:

.....

.....

.....

## MOJE WYZWANIE

A teraz zaplanuj, nad czym i w jaki sposób chcesz popracować w najbliższym czasie. Ile czasu dajesz sobie na to wyzwanie?

.....

.....

.....

Po czasie wyznaczonym na twoje wyzwanie, możesz wrócić do tabeli autorefleksji i sprawdzić, co się zmieniło. Możesz też wracać do niej co roku, aby monitorować zmiany w twoim podejściu do pracy wychowawczej.

*Istotą samorządności uczniowskiej jest umożliwianie uczniom i uczennicom wpływania na to, co dzieje się w szkole i współdecydowania o tym. Tak rozumiana samorządność właściwie nie ma żadnych ograniczeń. Uczniów można włączać w podejmowanie decyzji w wielu obszarach. Jednak najszybciej i najłatwiej realizować taką samorządność na poziomie klasy – ze względu na to, że jest to mała grupa, jej członkowie znają się, czują znacznie mniejsze obawy przed wyrażaniem swoich potrzeb niż na forum szkoły. Dlatego wychowawca może tu odegrać dużą rolę jako osoba, która wspiera uczniowską decyzyjność, określa jej ramy i inicjuje takie podejmowanie decyzji.*

# Decyzyjność uczniów i uczennic.

Michał Tragarz, Tomasz Gromadka



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Wspólne zasady.

Kontrakt, czyli spisane wspólnie z uczniami zasady współpracy, to znane wychowawcom narzędzie. To również podstawa do włączania uczniów w podejmowanie decyzji – zasady tworzą ramę postępowania. Uczniowie muszą czuć, że wychowawca poważnie traktuje kontrakt, odwołuje się do niego w czasie pracy, pilnuje zasad i sam ich przestrzega. Przed podjęciem wspólnych decyzji dobrze uzupełnić kontrakt o bardziej szczegółowe zasady związane z komunikowaniem – mówienie komunikatem „ja” (wraz z wyjaśnieniem tego uczniom), odnoszenie się do pomysłów/propozycji, a nie do osób, szacunek do odmiennego zdania, prawo do niezgadzania się z większością, itp.

### Klasowe insygnia.

Takie jak nazwa lub przydomek klasy, herb, motto, piosenka. Stanowią one elementy dodatkowo jednoczące osoby w klasie, ale też proces ich wyboru może być dobrym wprowadzeniem do wspólnego podejmowania decyzji. Dokonywanie tego wyboru może mieć również charakter integracyjny np. na początku roku szkolnego.

### Zagospodarowanie części sali.

Możliwe do zrealizowania w przypadku dysponowania przez klasę przypisaną salą lekcyjną. Poza tradycyjnym dbaniem o salę w postaci np. podlewania kwiatów czy ich przynoszenia można pójść dalej i umożliwić uczniom zagospodarowanie jakiejś części tej przestrzeni bardziej po swojemu – szczególnie w młodszych klasach. Może być to miejsce na zdjęcia/obrazki ważne dla uczniów, wspólnie stworzony kolaż, tablicę z odfitymi odciskami dłoni, przestrzeń, w której zapisujemy wnioski po lekcjach wychowawczych, itp. Jeśli macie taką możliwość – również pomalowanie sali na kolor wybrany przez uczniów (być może w ramach wspólnego malowania?).

### Codziennie decyzje podejmowane wspólnie.

Wykorzystuj codzienne sytuacje, aby przyzwyczajać uczniów do wspólnego podejmowania decyzji. Przedmiotem decyzji mogą być np. tematy, o których chcemy rozmawiać na lekcjach wychowawczych, to, jakie działania świąteczne chcemy podjąć jako klasa, jak będziemy świętować dzień wiosny, na jaki film (z zaproponowanej puli)

pójść do kina, co odwiedzić w czasie wycieczki klasowej do Krakowa – każda podobna sytuacja może być okazją do wspólnego podjęcia decyzji. W ćwiczeniu poniżej opisujemy przykładowy schemat, według którego powinno ono przebiegać. Początkowo może to wzbudzać nieufność uczniów – co skutkować będzie albo próbami ośmieszenia sytuacji, albo biernością, niechęcią. Jeśli jednak wychowawca będzie konsekwentny, a decyzje uczniowskie będą wprowadzane w życie, to większość szybko nabierze zaufania do procesu, a zasady kolektywnego podejmowania decyzji będą przestrzegane i egzekwowane przez samych uczniów.

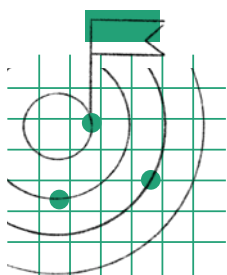
Obszarem do codziennego współdecydowania może być również lekcja – takie metody jak wspólne ustalanie kryteriów sukcesu czy celów lekcji, udzielanie informacji zwrotnej przez nauczyciela i uczniów sobie nawzajem, pomagają podnosić poczucie decyzyjności młodych na co dzień.

## Dyskusje o rzeczach ważnych dla uczniów.

Z badań społecznych wynika, że wielu młodych ludzi nie ma okazji do dyskusowania o sprawach dla siebie ważnych, wyrażania swojego zdania – ani w rodzinie, ani w szkole. Bardzo istotne jest umożliwianie tego właśnie na godzinach wychowawczych – sam wybór tematów, o jakich chcemy rozmawiać, może być ważny dla uczniów, a wychowawcy pozwoli lepiej poznać zakres spraw, które naprawdę poruszają młodzież. Nie należy się bać tematów trudnych czy kontrowersyjnych. Jak prowadzić takie dyskusje pokazują materiały programu „Rozmawiajmy o uchodźcach – kluby dobrej rozmowy” prowadzonego przez CEO. Poruszając z młodzieżą aktualne tematy, pokazujemy, że ich zdanie jest ważne i traktujemy je poważnie, a ponadto w praktyce uczymy jego wyrażania bez wchodzenia w otwarty konflikt.

## Godziny wychowawcze prowadzone przez uczniów.

Lekcja nie musi być domeną nauczyciela – warto pozwolić uczniom na zagospodarowanie przynajmniej niektórych! Ten punkt można połączyć z poprzednim i poprosić chętnych uczniów o przygotowanie zajęć lub dyskusji na temat, który sami wybrali jako ważny dla siebie. To dodatkowo wzmocni ich poczucie wpływu. W przypadku młodszych klas mogą to być wybrane fragmenty lekcji, prostsze i powtarzalne.



## Działania specjalne – inspiracje

**Demokratyczny dzień wiosny.** Działanie może dotyczyć innego dnia „wolnego” (np. andrzejki, dzień sportu, dzień podczas zielonej szkoły lub dłuższej wycieczki).

W pierwszym kroku ustal, jakimi zasobami – czasowymi i rzeczowymi – dysponujecie jako grupa. Rangę działania z pewnością podniesie możliwość skorzystania ze środków finansowych np. od rady rodziców, można też wcześniej z uczniami zaplanować sposoby zdobycia środków (np. kiermasz ciast), które potem stanowiąc będą budżet wydarzenia.

Następnie przedstaw uczniom ramy, tematykę dnia i zasady. Jasno musi wybrzmieć, jakiego rodzaju aktywności mogą być proponowane (np. tylko aktywności sportowe; czy powinno się to dziać w szkole czy poza szkołą – a jeśli tak, to gdzie?; czy można proponować aktywności, które wymagają pieniędzy). Przedstaw ramy czasowe procesu. Wyraźnie powinno wybrzmieć, że wybrane pomysły będą realizowane przez całą klasę podczas danego dnia.

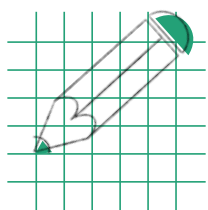


Kolejnym krokiem jest zgłaszanie pomysłów przez uczniów – mogą być one zgłaszane samodzielnie lub przez grupy kilkuosobowe. Dobrze, żeby każdy pomysł był przedstawiony w podobny sposób (prosta formatka do uzupełnienia online), żeby można je było łatwo prezentować i porównywać. Wychowawca lub inna osoba dorosła powinna weryfikować, czy pomysły spełniają wymogi formalne ogłoszone na początku i czy są realne do zrealizowania – jeśli tak nie jest, należy porozmawiać z wnioskodawcami i poprosić o modyfikacje pomysłu.

Po upływie terminu zgłaszania pomysłów jest czas na ich zaprezentowanie – dobrze zadbać o to, żeby opisane w podobny sposób pomysły były dostępne dla wszystkich (np. plakaty wiszące w sali lub też materiały opublikowane online). Każdy z pomysłodawców powinien mieć również czas, żeby na forum klasy krótko opowiedzieć o swoim pomysle, odpowiedzieć na pytania.

Ostatnim etapem jest głosowanie – powinno odbywać się w sposób tajny (nie poprzez podnoszenie rąk), każda osoba może głosować na tyle pomysłów, ile możecie zrealizować.

Po wyborze pomysłów kluczowe jest to, żeby zostały one zrealizowane – inaczej dużym ryzykiem jest utrata zaufania uczniów do podobnych procesów. Realizacja nie powinna spoczywać przede wszystkim na pomysłodawcach – może to zniechęcać ich do brania na siebie podobnej odpowiedzialności w przyszłości, jako że wyboru dokonała klasa, wszyscy powinni być włączeni w realizację.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### Podejmowanie decyzji w codziennych sprawach

Celem ćwiczenia jest podjęcie przez grupę uczniów i uczennic dowolnej, wspólnej decyzji **przy wykorzystaniu prostych technik demokracji bezpośredniej**. Ćwiczenie ma za zadanie dać osobom w nim uczestniczącym przekonanie o własnej sprawczości i sile kolektywnych procesów decyzyjnych. Warunkiem powodzenia naszego działania jest przede wszystkim wybranie do pracy zagadnienia, które pozwoli uczniom i uczennicom podjęcie realnej decyzji, czyli takiej, która ma wpływ na rzeczywistość. Demokracja bezpośrednia w przeciwieństwie do demokracji większościowej nie zakłada przegłosowywania mniejszości, ale przewiduje gruntowne wysłuchanie różnorodnych opinii, debatę z osobami w mniejszości i dążenie do konsensusu, czyli wspólnej, wypracowanej poprzez rozmowę zgody na dany wybór.

**Czas trwania:** 20-30 minut

**Materiały i środki dydaktyczne:** spisane zasady i ramy podejmowania decyzji, zasady dobrej dyskusji

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-8 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

1. Na potrzeby ćwiczenia wybieramy realną decyzję, którą uczniowie i uczennice mogą wspólnie podjąć. U nas będzie to wybór filmu na klasowe wyjście do kina. Oczywiście może być to dowolna decyzja, wynikająca

z aktualnych wydarzeń mających miejsce na poziomie klasy. Ważne, żeby nie wymyślać tematu wspólnego podejmowania decyzji na siłę, powinno być to coś, co realnie angażuje uczniów i będzie miało na nich wpływ w niedługim czasie.

2. Pierwszym etapem podejmowania decyzji jest ogłoszenie ram, w jakich ono się będzie odbywać. Ramy określają osoby koordynujące proces podejmowania decyzji – mówią one np. o tym, jakie opcje są możliwe albo też jakie są minimalne warunki, które muszą zostać spełnione w przypadku danej propozycji. W przypadku filmów ramy mogą zawierać listę kilku tytułów filmów, które są obecnie grane w kinach i nadają się do obejrzenia w ramach szkolnego wyjścia. Z kolei warunki mogłyby mówić o tym, jaki powinien być film, który rozważamy (np. dopuszczony dla młodzieży w tym wieku, dostępny w kinach w naszym mieście).

Ważnym elementem ustalenia ram jest ustalenie zasad dobrej dyskusji lub przypomnienie już istniejących, które pozwolą wszystkim na równorzędny udział (każda osoba może zabrać głos/zadać pytanie, nie przerywamy sobie, nie atakujemy siebie nawzajem – odnosimy argumenty do tematu dyskusji itp., które jako grupa uznacie za ważne)

Ustalenie ram podejmowania decyzji jest kluczowe – ponieważ po tym, jak je ogłosimy, jako dorośli czy osoby koordynujące proces – nie możemy w nich nic zmieniać, inaczej cały proces i my sami tracimy mocno na wiarygodności. Dlatego lepiej na początku określić węższe ramy (np. lista 3 konkretnych filmów, z której wybieramy 1) niż szersze, a następnie próbować zmienić decyzję podjętą przez młodzież.

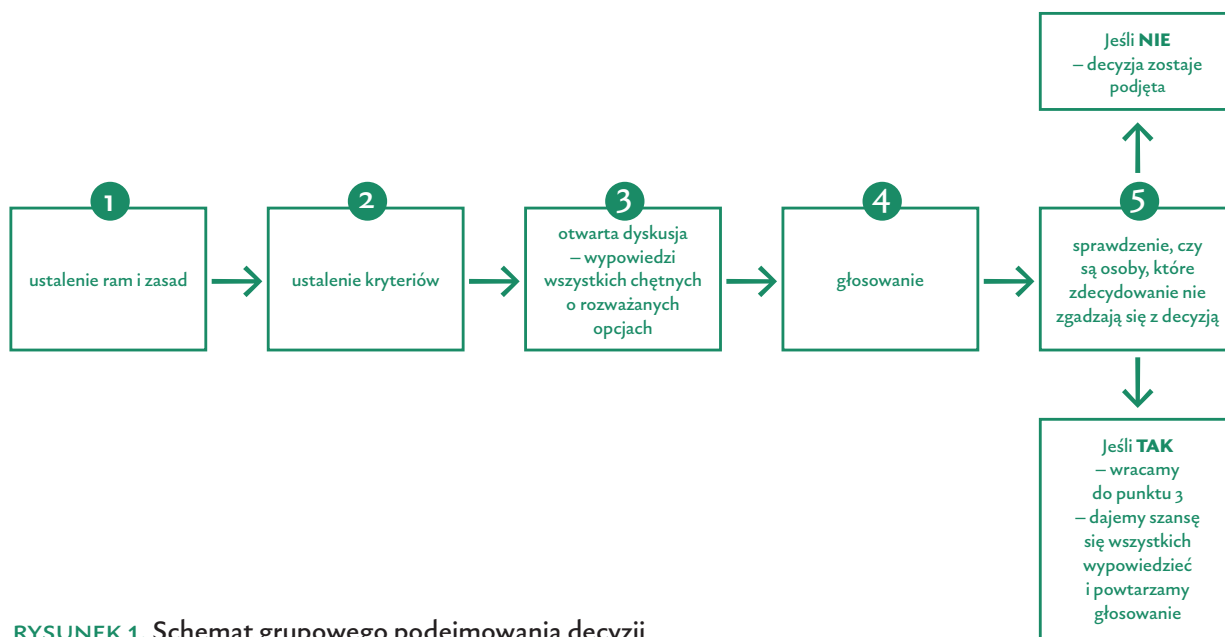
3. Jeśli decyzja dotyczy bardziej złożonej lub budzącej emocje kwestii dobrze ustalić również kryteria, którymi będziecie się kierować, podejmując ją. Dobrze jest wspólnie ustalić, co pozwoli wam określić, czy dane rozwiązanie jest właściwe. W przypadku filmu mogą to być np. takie kryteria jak: film jest grany w kinie w naszym mieście w godzinach 10-15, tematyka filmu pozwala na przeprowadzenie na jego temat dyskusji na następnej lekcji wychowawczej, film nie trwa dłużej niż 2 godziny itp. Spisane kryteria będą punktem odniesienia przy dalszych etapach – dyskusji nad możliwymi rozwiązaniami i przy głosowaniu.
4. W przypadku, kiedy mamy dostępnych kilka opcji do wyboru, metodą, po którą sięga się najczęściej, jest głosowanie. Oczywiście jest ona najszybsza, jednak jeśli ograniczamy się zawsze tylko do niej, nie mamy możliwości pracy nad umiejętnością dyskusyjną i dochodzenia do porozumienia. Ponadto w takich sytuacjach osoby w mniejszości mogą poczuć się niewysłuchane, zignorowane, pominięte – zmniejsza się ich poczucie wpływu. Dlatego **na samym początku ćwiczenia dajemy głos wszystkim osobom, które chcą powiedzieć, czemu mają ochotę pójść na ten, a nie inny film.** Dzięki temu jeszcze przed pierwszym głosowaniem dajemy możliwość swobodnego przepływu opinii o filmach i wyrobienia sobie zdania przez osoby niezdecydowane.

W nieco innej wersji możemy również poprosić osoby zgłaszające dany pomysł o jego zaprezentowanie, przedstawienie korzyści oraz umożliwienie pozostałym osobom zadania pytań.

5. Po wstępnej dyskusji, w której każdy mógł zabrać głos, wyrazić swoje zdanie lub zadać pytania, przeprowadzamy pierwsze głosowanie na zgłoszone i wypisane na tablicy filmy. Każda osoba może zagłosować na dowolną liczbę filmów.
6. Po podliczeniu głosów osoba prowadząca dopytuje, czy jest wśród uczniów osoba, która zupełnie nie chce iść na film, który ma najwięcej głosów? Zachęcamy uczniów i uczennice do wypowiedzi. Pytanie możemy powtórzyć, aby dać przestrzeń na niezgadanie się z opinią większości. Jeśli nikt się nie wypowie, decyzja zostaje podjęta, wypracowana demokratycznie po debacie i przestrzeni na sprzeciw.
7. Wysłuchujemy zdania każdej osoby, która zgłosi się ze sprzeciwem wobec głosu większości. Pytamy też klasę, co sądzi o podanych przez nią wątpliwościach i czy ktoś się z nimi zgadza. Jeśli słyszymy głosy poparcia, powtarzamy głosowanie. Niezależnie od tego, czy pojawią się głosy poparcia czy nie, staramy się zachęcić osobę lub osoby, które nie zgadzają się z głosami większości, do opowiedzenia o filmie, na który chciałyby pójść.

8. Głosowanie powtarzamy maksymalnie trzy razy, aby dać możliwość uczniom i uczennicom na zmianę zdania po wysłuchaniu różnorodnych opinii. Zachęcamy ich do brania pod uwagę argumentów innych osób w klasie. Po trzecim głosowaniu lub wcześniej, podsumowujemy debatę, podkreślając wartość rozmowy i zwracamy uwagę na czas: w wyznaczonym na ćwiczenie czasie, zrobiliśmy jako grupa to, co w naszej mocy, żeby wysłuchać wszystkich głosów; decydujemy się w końcu na film, który w ostatnim głosowaniu miał największe poparcie.

Na poniższym obrazku zobaczysz jakie kolejne etapy powinno się przejść przy grupowym podejmowaniu decyzji:



RYSUNEK 1. Schemat grupowego podejmowania decyzji

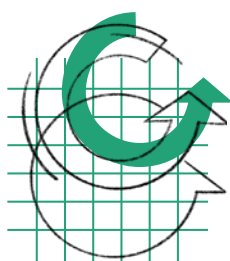
**Informacja zwrotna:** Podkreśl, że w tym ćwiczeniu najważniejsze było słuchanie innych osób, ponieważ to bardzo ważne, żeby każda osoba mogła się wypowiedzieć, a jej głos został zauważony przez klasę. Zachęcaj uczniów i uczennice do używania komunikatu „ja” i rozpoczynania wypowiedzi od sformułowań typu: moim zdaniem, w mojej opinii, itd. Sam/a też używaj komunikatu „ja”.

**Zwróć na to uwagę:** Staraj się być otwarta/y na różnorodność opinii w grupie. Nie traktuj osób, które nie zgadzają się z większością, jako z założenia „żartownisiów” i „przeszkadzaczy”. Postaraj się wysłuchać każdego głosu, ale też oczywiście weź pod uwagę, że niektóre osoby mogą stroić sobie żarty. Ważne, żeby podczas głosowań uczniowie i uczennice mogli decydować się na wszystkie opcje, nie tylko na jedną. Dzięki temu wzmocniasz pluralizm.

*Samorząd uczniowski to społeczność wszystkich uczniów i uczennic szkoły. Wynika z tego, że wszyscy uczniowie w klasie również są członkami i członkiniami samorządu uczniowskiego. Jednak bardzo często zaangażowanie wychowawców klas w rozwój samorządności ogranicza się tylko do zorganizowania wyborów przedstawicieli samorządu klasowego, ewentualnie kandydatów do władz ogólnoszkolnego samorządu uczniowskiego. Bez mocniejszego wsparcia ze strony wychowawców samorządność uczniowska w szkołach pozostanie ograniczona do wąskiego grona osób i działań, zamiast obejmować realnie całą społeczność uczniowską i całość życia szkolnego. Obszarem bezpośredniego wpływu wychowawcy jest działanie samorządu na poziomie klasy, ale również może on wzmacniać to działanie na poziomie ogólnoszkolnym.*

# Włączanie w życie szkoły.

Michał Tragarz



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Lekcja o samorządności uczniowskiej.

Rzadko w szkołach prowadzi się osobne zajęcia o samorządności uczniowskiej – samorząd po prostu jest. Często uczniowie nie wiedzą jednak, po co jest samorząd i jakie oni osobiście mogą mieć z istnienia tej instytucji korzyści lub mają utrwalone błędne myślenie, wytworzone na bazie wcześniejszych złych doświadczeń. Najlepszy moment na przeprowadzenie takiej lekcji to okres przed wyborami/na początku roku szkolnego. Mogą ją poprowadzić sami uczniowie – przedstawiciele samorządu uczniowskiego (to również doskonała okazja, żeby lepiej się poznali z klasą) – jak i nauczyciel. Zachęcamy do oparcia jej na pytaniu: po co mi samorząd uczniowski? Więcej materiałów inspirujących do przeprowadzenia lekcji znajdziecie na: [samorząduczniowski.pl](http://samorząduczniowski.pl)

### Zachęcanie do kandydowania i głosowania.

Z przeprowadzeniem pierwszego punktu może być połączone również aktywne zachęcanie uczniów do tego, żeby zgłaszali swoje kandydatury, a później – głosowali w wyborach. Zachęta do kandydowania nie może jednak przerodzić się w delegowanie kandydatów. Jeśli żaden z uczniów realnie nie jest zainteresowany pełnieniem funkcji na poziomie szkolnym, nie należy tego forsować. Oczywiście dobrze, żeby każda klasa miała swojego przedstawiciela/przedstawicielkę w organach ogólnoszkolnego samorządu, ale powinna być to osoba, która będzie wewnątrz zmotywowana do pełnienia takiej funkcji.

### Nieograniczanie prawa biernego (do kandydowania)

Często zdarza się, że szkoły wprowadzają niedemokratyczne ograniczenia prawa do kandydowania do władz ogólnoszkolnego samorządu np. wymóg posiadania przez kandydata/kę określonej średniej ocen, oceny z zachowania lub nawet „pozytywnej opinii wychowawcy”. Założenie, że tylko tzw. „dobrzy uczniowie” mogą pełnić

funkcję reprezentantów, ogranicza tę możliwość wielu osobom, które może niekoniecznie mają dobre oceny lub też są w dobrych relacjach z nauczycielami, ale chcą działać na rzecz swoich koleżanek i kolegów. Wychowawca powinien w rozmowie zachęcać kandydatów do rozważenia swoich pomysłów na to, co chcieliby zmienić/zrobić w szkole, ale w żaden sposób nie powinien ich zniechęcać lub uniemożliwiać im startowania w wyborach.

### **Ułatwianie udziału w głosowaniu, ale też zwracanie uwagi na procedury (tajność, dobrowolność udziału)**

Dzień wyborów władz samorządu uczniowskiego powinien być ważnym dniem w szkole. To, czy taki będzie, zależy w dużym stopniu od podejścia wychowawców. Często w imię „porządku” w szkołach nagina się demokratyczne procedury, naruszając tajność i dobrowolność udziału w wyborach. Przykładem takiego naruszenia jest np. głosowanie całymi klasami – w takiej sytuacji wszyscy uczniowie niejako są zmuszeni do oddania głosu, a jeśli tego nie zrobią, będzie to zauważalne. Dlatego uczniowie powinni mieć możliwość głosowania przez cały dzień – na przerwach, podczas „okienek”, a także przed lekcjami i po nich. Uczniowie z komisji wyborczej powinni być zwolnieni na ten dzień z zajęć, żeby móc odpowiednio przygotować i prowadzić proces głosowania.

### **Ułatwianie udziału w inicjatywach społecznych np. poprzez zwalnianie z lekcji, ale też informowanie i zachęcanie**

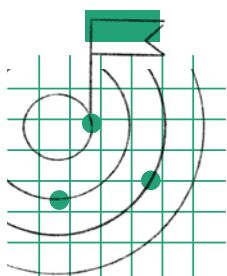
Częstą przeszkodą utrudniającą działanie ogólnoszkolnych organów samorządu uczniowskiego oraz innych inicjatyw społecznych jest brak możliwości udziału w zebraniach czy spotkaniach w trakcie lekcji, a po lekcjach jest to trudne z powodu np. godzin odjazdów autobusów. Wychowawcy powinni wspierać uczniów zaangażowanych w samorządność i inicjatywy społeczne, umożliwiając im zwalnianie się z lekcji na zebrania lub inne ważne aktywności (oczywiście w porozumieniu z nauczycielem-opiekunem samorządu uczniowskiego albo odpowiedzialnym za daną inicjatywę).

### **Docenianie udziału w inicjatywach społecznych i samorządowych poprzez ocenę zachowania, oceny przedmiotowe**

Aktywność w samorządzie uczniowskim i inicjatywach społecznych powinna mieć przełożenie na ocenę zachowania, oceny przedmiotowe (np. wiedza o społeczeństwie), punkty na koniec szkoły podstawowej (tzw. punkty za wolontariat) – wychowawco, pamiętaj, żeby doceniać aktywnych społecznie uczniów!

### **Zapraszanie przedstawicieli władz samorządu uczniowskiego na spotkania w klasie, przekazywanie informacji, ułatwianie im poprowadzenia zajęć w klasie**

Żeby ogólnoszkolny samorząd uczniowski mógł działać sprawnie, konieczne jest przekazywanie informacji i dobry kontakt z całą społecznością szkolną. Bezpośrednie spotkania w klasach są dla przedstawicieli samorządu uczniowskiego doskonałą okazją, żeby przekazać najważniejsze informacje, ale też by dać się poznać swoim kolegom i koleżankom. Być może na początku roku/przed wyborami mogą oni także poprowadzić zajęcia o samorządności uczniowskiej na godzinie wychowawczej?



## Działania specjalne – inspiracje

### Mapa naszej szkoły – co lubimy, co do zmiany

Aktywność ta ma na celu pomoc uczniom w myśleniu o szkole jako o miejscu, na które mają wpływ. Ponadto w ćwiczeniu możliwe jest zidentyfikowanie ważnych dla uczniów spraw i wspólne wypracowanie rozwiązań i ich wdrożenie. Można je przeprowadzić w dowolnej grupie wiekowej.

Przeprowadzenie tej aktywności w kilku klasach i przyjrzenie się wnioskowi może być dobrą bazą do planowania działań samorządu uczniowskiego, jak również zidentyfikowania spraw ważnych dla uczniów oraz do znalezienia osób, które są chętne, aby zaangażować się w działania na rzecz zmiany w szkole.

Dobrze, jeśli aktywność wynika z realnej potrzeby szkoły – np. przeprowadzenie remontu, zakup sprzętu itp. Wtedy może ona służyć wypracowaniu przez uczniów pomysłów na to, jak dane działania mają wyglądać.

**Czas trwania:** 60–90 minut

**Materiały:** kolorowe karteczki samoprzylepne w dwóch kolorach (wersja skrócona);

schematyczny plan szkoły wyrysowany na tablicy lub flipczarce, ewentualnie wydrukowane plany szkoły na kartkach A3 (jeden na 2–3 osoby), kolorowe naklejki: kropki zielone i czerwone, ewentualnie również w innych kolorach lub kolorowe markery (wersja rozbudowana).

### Przebieg:

1. W przygotowanie i współprowadzenie aktywności zaangażuj przedstawicieli samorządu klasowego – jako osoby, które wnioski z dyskusji klasowej będą miały za zadanie przedstawić na forum ogólnoskolnym.
2. Powiedz uczniom, że chciałabyś/chciałbyś porozmawiać z nimi o tym, co lubią, a czego nie lubią w szkole jako miejscu, w którym spędzają znaczną część swojego dnia. Powiedz, że wnioski z tego, co wypracujecie, będą omawiane na forum całej szkoły/przedstawione dyrekcji i radzie pedagogicznej/zebrane z poziomu kilku klas. Oczywiście im bardziej konkretny pomysł na to, jak będziecie dalej z tymi wnioskami pracować, tym łatwiej będzie zaangażować uczniów w aktywność. Jeśli takiej perspektywy nie ma, celem aktywności może być wasza wspólna rozmowa na forum klasy, co możecie zrobić, żeby czuć się w szkole dobrze.
3. W pierwszej kolejności zaproś uczniów do rozmów w parach (losowanych, wymieszanych) wokół dwóch pytań, po około 4–5 minut na każde pytanie:
  - co sprawia, że dobrze (bezpiecznie, wygodnie) się czuję w szkole;
  - co przeszkadza mi dobrze się czuć w szkole.

Niech uczniowie rozmawiając mówią również o miejscach, z którymi wiążą się dane odczucia.

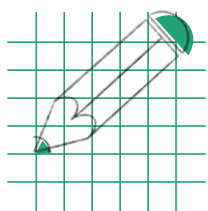
Odpowiedzi w formie skrótowej niech zapisują na karteczkach samoprzylepnych w dwóch kolorach (jeden kolor do jednego typu odpowiedzi).

4. W wersji skróconej zbierasz odpowiedzi od uczniów – niech osoby przykleją karteczki na tablicę. Pogrupuj odpowiedzi w podobne kategorie, żeby zobaczyć, jakie rzeczy się powtarzają. Dopytuj, jeśli jakies odpowiedzi są lakoniczne lub niezrozumiałe.
5. W wersji rozszerzonej możesz dodatkowo poprosić uczniów o zaznaczenie kropkami w dwóch kolorach na planie szkoły miejsc, w których czują się dobrze oraz tych, które ich zdaniem należałoby zmienić, ponieważ źle się w nich czują. Dysponując dużą tablicą, można pokusić się również o połączenie miejsc na planie z karteczkami, żeby widoczne były również przyczyny, dlaczego uczniowie tak się czują w danych miejscach.
6. Przeprowadź krótką dyskusję o miejscach lub czynnikach, które najczęściej się powtarzają, dopytuj o uzasadnienie, zachęcaj do wypowiedzania się wszystkich – również osoby, które się nie zgadzają z większością w danym temacie.
7. W dalszej dyskusji skupiaj się na tych rzeczach, które są wspólne dla dużej części uczniów, budzą największe emocje. Możesz spytać się klasy, nad czym chcieliby pracować, co uznają za najważniejsze – ale też na co my możemy mieć wpływ, ponieważ dalsze kroki będą nastawione na szukanie rozwiązań. Czasem będzie to oczywiste po krótkiej dyskusji. Pamiętaj, żeby nie skupiać się tylko na miejscach i rzeczach, które są zabarwione negatywnie – dobrze wziąć na warsztat również te pozytywne.
8. Podziel uczniów na grupy, z których każda zajmie się jedną wybraną kwestią/miejscem. Grupy będą pracowały w 3 turach, podczas każdej z nich mają za zadanie myśleć nad tym, jak dane miejsce mogłoby się zmienić, żeby uczniowie czuli się lepiej, lub – jeśli pracują nad miejscem dobrze ocenianym – co możemy zrobić, żeby to utrwalić lub też rozpowszechnić na poziomie całej szkoły.

UWAGA: praca grup może dotyczyć nie tylko miejsca, ale również mniej materialnych kwestii, które są dla nich ważne (np. zachowanie uczniów).

9. **I tura pracy – faza idealna (ok. 7-10 min.)** – tutaj uczniowie mogą puścić wodze fantazji i wymyślać różnego rodzaju pomysły na poprawę/zmianę danego miejsca bez ograniczeń, skupiając się jednak na tym, co jest kluczowe. Osoba prowadząca powinna zwracać uwagę, że nie chodzi o wymyślanie najbardziej szalonych pomysłów, lecz takich rzeczy, które realnie odpowiadają na omawiane w poprzedniej części problemy.
10. **II tura pracy – faza ograniczeń (ok. 7-10 min.)** – na tym etapie grupy pracują nad tym, co utrudnia wprowadzenie pomysłów z pierwszej fazy w życie, co jest konieczne, żeby dana rzecz została wprowadzona w życie. Nie chodzi też o to, żeby wszystkie pomysły storpedować poprzez „nie da się”, ale żeby odrzucić to, co zupełnie nierealne oraz zidentyfikować bariery w przypadku tych rzeczy, którymi można się jakoś zająć.
11. **III tura pracy – faza realności (ok. 7-10 min.)**. Teraz przychodzi czas na określenie tego, co jest możliwe do zrobienia i czym chcemy się zająć (lub też przekazać do dalszej pracy na forum ogólnoszkolnym). Zwracaj grupom uwagę, że warto skupiać się również na małych rzeczach, może nie wprowadzających rewolucyjnej zmiany, ale łatwych do przeprowadzenia.
12. Na koniec grupy dzielą się swoimi pomysłami, jest czas na dodanie swoich uwag do pomysłów pozostałych grup. Na tym etapie zastanawiamy się również, co dalej z tymi pomysłami – kto będzie odpowiedzialny za dalszą pracę nad nimi lub przekazanie wniosków na poziom ogólnoszkolny. Dobrze, jeśli minimum 1 rzecz będzie możliwa do wdrożenia lub zrobienia na poziomie klasy, przez osoby, które czują, że mają ochotę daną rzeczą się zająć.
13. Ważne jest również informowanie po jakimś czasie, co udało się zrobić, czego nie i dlaczego, żeby uczniowie nie pozostali z poczuciem, że ich pomysły w żaden sposób nie zostały wykorzystane.





# Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

## Dyskusja o tym, po co nam samorząd uczniowski

Samorząd uczniowski zazwyczaj po prostu jest, zarówno uczniowie, jak i nauczyciele traktują go jako coś oczywistego. Przez to często również działania samorządów są niezmiennie, rutynowe, niepoparte podstawową refleksją: po co my to w ogóle robimy? Jeśli uczniowie nie widzą realnego przełożenia działań samorządu na swoje życie, zaczynają postrzegać go jako instytucję pozorną, sterowaną przez dorosłych. Dlatego pytanie: „Po co mi samorząd uczniowski?” jest podstawowym, jakie należy zadawać uczniom, rozmawiając o samorządności. Dobrym momentem na wzbudzenie takiej refleksji jest np. okres przed wyborami do władz samorządu uczniowskiego w szkole. Na taką dyskusję dobrze również zaprosić (być może jako współprowadzących) reprezentantów samorządu uczniowskiego.

**Czas trwania:** 20 minut

**Materiały:** tablica, markery, ewentualnie kartki samoprzylepne;

## Przebieg aktywności:

1. Zapisz na środku tablicy pytanie: Po co **mi** samorząd uczniowski?
2. Poproś uczniów, żeby najpierw indywidualnie, a potem w parach zastanowili się nad tym pytaniem. Zwróć uwagę, że nie pytasz o to, co robi obecnie samorząd uczniowski w szkole, ale o to, jakie osobiste potrzeby danej osoby samorząd uczniowski może realizować, w jaki sposób może sprawiać, że ja osobiście lepiej się w szkole czuję, odnajduję itp. Skupiamy się na osobistej perspektywie.
3. Po 5–6 minutach rozmowy zbierz odpowiedzi (ustne lub zapisane na karteczkach). Zapisuj je wokół głównego pytania na tablicy, podobne kwestie grupuj obok siebie.
4. Krótko podsumuj obszary, jakie się pojawiły. Dopytuj o to, czy obecnie dane rzeczy są realizowane przez samorząd, a jeśli nie, to co byłoby potrzebne, żeby tak się działo.
5. Zwróć uwagę, czy pojawiły się następujące kwestie:
  - dawanie uczniom wpływu na to, jak wygląda i działa szkoła;
  - ochrona praw ucznia w relacjach uczeń-nauczyciel;
  - dbanie o dobre relacje uczniowie-uczniowie;
  - zdobywanie wiedzy i umiejętności, które nie są do zdobycia podczas lekcji, a jedynie w praktyce (komunikacja, planowanie, dochodzenie do konsensusu, realizowanie projektów) i jednocześnie są to kompetencje ważne na obecnym rynku pracy.

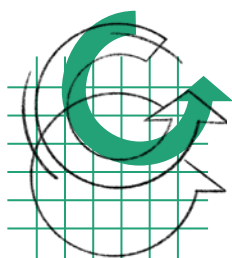
Podkreśl, że samorząd uczniowski ma sens jedynie wtedy, kiedy zajmuje się kwestiami ważnymi dla uczniów i że każda osoba w klasie jest członkiem samorządu uczniowskiego, dlatego ma prawo do wpływania na życie szkoły. Jeśli podczas dyskusji pojawiły się konkretne pomysły na to, czym mógłby się zająć samorząd uczniowski w szkole, poproś przedstawicieli samorządu klasowego o to, żeby przekazali te pomysły na najbliższym zebraniu.



*Samorząd klasowy to społeczność **wszystkich** uczniów klasy. Samorządność uczniowska na poziomie klasy to przede wszystkim włączanie uczniów w podejmowanie decyzji dotyczących życia i funkcjonowania klasy – piszemy o tym szerzej w części I. Jako wychowawca mam duży wpływ na to, czy samorząd w mojej klasie będzie realną społecznością, czy też ograniczymy jego działanie do kilku funkcji nie mających większego znaczenia ani wpływu na życie uczniów. Samorząd klasowy jest najbliższy każdemu uczniowi i uczniom, dlatego od tego, jak będzie on funkcjonował na poziomie klasy, zależy podejście uczniów do samorządu ogólnoszkolnego.*

# Samorząd klasowy i jego rola wychowawcza.

Michał Tragarz



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Komunikowanie samorządu klasowego jako społeczności.

Słowa mają znaczenie – dopóki będziemy mówili o samorządzie, mając na myśli jedynie kilkoro reprezentantów, dopóty również uczniom ciężko będzie zmienić takie myślenie. Dlatego przy każdej okazji należy o tym uczniom przypominać – osoby wybrane w wyborach to reprezentanci i reprezentantki lub przedstawiciele i przedstawicielki SK, a nie sam samorząd.

### Tajność głosowania w wyborach przedstawicieli/reprezentantów SK.

Jeśli już robimy wybory przedstawicieli samorządu klasowego (a poniżej pokazujemy, że nie jest to wcale konieczne), to róbmy to porządnie i z zachowaniem demokratycznych procedur. Najczęstszym błędem popełnianym przy wyborach klasowych jest niezachowanie tajności głosowania (głosowanie przez podniesienie rąk). Również na poziomie klasy w przypadku wyborów głosy powinny być anonimowe (oddane na kartach do głosowania – może to być zwykła kartka z listą nazwisk kandydatów).

### Włączanie przedstawicieli samorządu klasowego w podejmowanie klasowych decyzji.

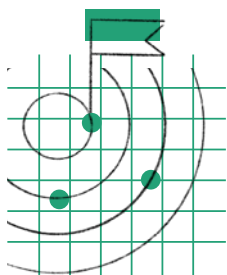
Najważniejszą rolą przedstawicieli samorządu klasowego może być prowadzenie klasowych procesów podejmowania decyzji. Pierwsze tego typu działania powinny się wydarzać z inicjatywy nauczyciela, jednak zawsze przedstawiciele samorządu klasowego muszą być włączeni (np. konsultacja tematów, w jakich chcemy podejmować decyzję, sposobu podejmowania decyzji). Z czasem będą oni potrafili samodzielnie proponować tematy i prowadzić procesy podejmowania decyzji.

## Nieograniczanie działania samorządu klasowego do podlewania kwiatów.

Brak pomysłów na to, co może robić samorząd klasowy kończy się na tym, że jego reprezentanci pełnią zaszczytne role osób podlewających kwiaty, przynoszących kredę lub w najlepszym wypadku zbierających pieniądze na klasowe wyjście do teatru. Ciężko w takiej sytuacji zbudować poczucie wpływu uczniów i wizerunek samorządu klasowego jako instytucji mającej reprezentować uczniów. Żeby tak było, osoby te muszą mieć jakieś „poważniejsze” kompetencje (patrz punkt wyżej).

## Włączanie przedstawicieli samorządu klasowego w przygotowanie i prowadzenie godzin wychowawczych i innych elementów wspólnych.

Reprezentanci samorządu klasowego mogą mieć również swoją rolę w prowadzeniu części zajęć wychowawczych – np. dyskusji na ważne dla uczniów tematy. Mogą to robić samodzielnie lub – na początku lub gdy czują się niepewnie – wspólnie z nauczycielem.



## Działania specjalne – inspiracje

### Rotacyjne funkcje w samorządzie klasowym

Tradycyjną metodą wyłonienia reprezentantów samorządu klasowego są klasowe wybory. Najczęściej przeprowadzane są one raz do roku – na samym początku roku szkolnego. Jak pisaliśmy wcześniej, często są one prowadzone niezgodnie z demokratycznymi zasadami – brakuje tajności głosowania (odbywa się przez podnoszenie rąk), często również te same osoby z roku na rok pełnią te same funkcje. Wybory przeprowadzane są często na szybko, bez możliwości rozmowy o tym, czym samorząd klasowy może się zajmować, jakie są role i zadania reprezentantów – same wybory nie są więc postrzegane przez uczniów jako coś ważnego. Wielu wychowawców boryka się z brakiem osób chętnych, by stanąć do wyborów – ze względu na to, że uczniowie nie widzą dla siebie żadnych korzyści i dostrzegają raczej fasadowość i pozorność tej funkcji.

Dodatkowym minusem tak prowadzonych wyborów (zarówno na poziomie klasy, jak i szkoły) jest fakt, że jedynie kilka osób – najbardziej aktywnych, wygadanych lub po prostu chętnych do działania – ma okazję pełnić funkcje samorządowe. Już na poziomie klasy lub szkoły pojawia się swoista „elita” samorządu – podczas gdy pozostali uczniowie, mniej pewni siebie, mniej chętni, niewyróżniający się aktywnością, pozostają w rolach biernych odbiorców. Utrwała się w ten sposób mechanizm, który znamy z „dorosłej” polityki – wąska grupa osób sprawujących władzę i większość osób rządzonych, pielęgnujących w sobie przekonanie, że sami nic nie mogą i oczekujących od „władzy” działania. O ile na poziomie państwa ciężko realnie zapewnić wszystkim obywatelom wpływ szerszy niż głosowanie w wyborach, to na poziomie szkoły – a szczególnie klasy – jest to jak najbardziej możliwe. Szkoły i nauczyciele, którzy chcą wprowadzać realną demokrację w szkołach powinni myśleć przede wszystkim o tym, jak zwiększać grupę uczniów, którzy tę szkolną „władzę” mają, a najlepiej – tworzyć sytuacje, w których głos każdego ucznia jest tak samo ważny. Samorząd klasowy, jako najmniejsza, a jednocześnie dobrze zintegrowana grupa, jest idealną instytucją do tego typu demokratycznych eksperymentów.

Jednym ze sposobów na odmianę skostniałej struktury samorządu klasowego jest odejście od wybieralnych funkcji. Przy tak małej grupie osób naprawdę nie ma konieczności organizowania wyborów! Jest kilka innych sposobów na to, żeby odejść od wyborów i włączyć jak najwięcej uczniów w działanie na rzecz klasy i szkoły.

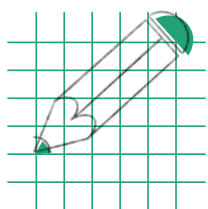
1. Pierwszym krokiem powinno być spisanie obszaru odpowiedzialności samorządu klasowego. To krok po stronie wychowawcy – bo też od niej lub od niego zależy, ile wpływu na to, co dzieje się w klasie, zechce oddać uczniom. Ważne, żeby pokazać uczniom, jakie będą kompetencje samorządu klasowego i reprezentantów. Na początku nie musi to być długa lista, ważne żeby znalazły się na niej rzeczy istotne dla uczniów (np. współdecydowanie o wyjściach klasowych, wybór tematów/współprowadzenie dyskusji na godzinach wychowawczych, decyzja o urządzeniu sali, itp.). Dobrze dopytać samych uczniów, czy widzą takie rzeczy, którymi będą chcieli się zajmować i wspólnie stworzyć taką listę. Podstawowym założeniem powinno być to, żeby samorząd klasowy miał na celu wzmocnienie głosu uczniów i umożliwiał im współdecydowanie o wspólnym klasowym życiu, a nie służył wykonywaniu drobnych zadań zleconych przez nauczyciela.

**UWAGA:** przed stworzeniem listy kompetencji samorządu klasowego zapoznaj się z Regulaminem samorządu uczniowskiego w waszej szkole. Być może znajdują się w nim zapisy odnoszące się do SK, które należy uwzględnić. Zazwyczaj regulaminy traktują kompetencje samorządu klasowego bardzo ogólnie, ale dobrze to sprawdzić.

Po wspólnym stworzeniu lub zaprezentowaniu listy kompetencji samorządu klasowego pora na decyzję: ile osób będzie jednocześnie reprezentantami samorządu klasowego (optymalnie minimum 2, maksymalnie 4 jednocześnie) i jak długi będzie czas ich kadencji (proponujemy ok. 3 miesiące – dzięki temu możliwe będzie przeprowadzenie 3 kadencji w jednym roku szkolnym).

**UWAGA:** również dobrze jest sprawdzić w regulaminie działania samorządu uczniowskiego w waszej szkole, czy jego zapisy nie regulują również tej kwestii. Jeśli tak jest, może być to dobry moment na zaproponowanie w nim zmian. Pamiętaj jednak, że to, jak działa samorząd klasowy, nie może być sprzeczne z regulaminem.

2. Ostatnim krokiem jest wybór zasady, na podstawie której będzie rotował skład reprezentacji samorządu klasowego – optymalne jest losowanie z założeniem, że osoby które pełniły już tę funkcję odpadają z puli losowania. W ten sposób w klasie liczącej np. 21 osób przez 3 lata każda osoba może raz pełnić funkcję reprezentantki lub reprezentanta!
3. Trudnością tego rozwiązania jest to, że część osób będzie potrzebowała wsparcia w pełnieniu swojej roli, jednak korzyści z pewnością to wynagrodzą! Dzięki rotacji funkcji reprezentantów wszyscy uczniowie będą mieli okazję ją pełnić, dzięki czemu większe będzie ich poczucie współodpowiedzialności, za to, co dzieje się w klasie. Łatwiej będzie im również wczuć się w rolę reprezentantów i dzięki temu wspierać się nawzajem.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### Dobry reprezentant lub reprezentantka samorządu uczniowskiego

Ćwiczenie można przeprowadzić np. przed wyborami reprezentacji samorządu klasowego lub w przypadku braku takich wyborów – na początku roku szkolnego. Jego celem jest pobudzenie wśród uczniów refleksji o tym, jakie cechy powinna mieć i co robić osoba chcąca reprezentować innych – czy to na poziomie klasy, czy też szkoły.

To też okazja do tego, żeby porozmawiać z uczniami o tym, jakie mogą być potencjalne korzyści z dobrze działającego samorządu.

**Czas trwania:** 20-30 minut

**Materiały:** narysowana na tablicy lub dużym arkuszu papieru sylwetka kandydatki/kandydata (w wersji zdalnej możesz przygotować zarys sylwetki i zaprosić uczniów do wspólnej pracy np. za pomocą aplikacji jamboard), karteczki samoprzylepne, markery/mazaki.

## Przebieg aktywności:

1. Powiedz uczniom, że ze względu na zbliżające się wybory reprezentantów samorządu uczniowskiego, zastanowicie się wspólnie, jaka powinna być taka osoba. Pokaż narysowaną na arkuszu papieru lub w jamboardzie sylwetkę – powiedz, że przedstawia ona kandydata lub kandydatkę idealną. Oczywiście w świecie realnym nikt nie jest idealny, ale wyobrażenie sobie takiej postaci pozwoli dostrzec ważne dla was cechy.
2. Na samym początku dobrze jest również przypomnieć uczniom, za co odpowiadają reprezentanci na poziomie klasy lub szkoły, jaki jest ich zakres odpowiedzialności i jakimi zadaniami mają się zajmować.
3. Napisz lub przyklej kartki z wypisanymi pytaniami:
  - Co wie/potrafi? – przy głowie
  - Co robi? – przy rękach
  - Co jest dla niej/niego ważne? – przy sercu
  - Co go/ją motywuje do działania, napędza? – przy nogach
4. Poproś uczniów, żeby rozmawiali w parach, odpowiadając na zamieszczone pytania i zapisywali swoje odpowiedzi na karteczkach samoprzylepnych. Daj 5-10 minut na tę rozmowę, a po jej zakończeniu poproś o umieszczenie karteczek w odpowiednim miejscu na arkuszu. Posegreguj odpowiedzi umieszczając podobne obok siebie.
5. Podsumuj odpowiedzi, jakie znalazły się na tablicy. Dopytuj uczniów, co mieli na myśli oraz czy wszyscy się zgadzają z propozycjami pozostałych. Powiedz, że różne osoby mogą mieć różne oczekiwania wobec swoich reprezentantów i na pewno nie da się uzgodnić jednej wspólnej dla wszystkich wersji. Spytaj uczniów, które rzeczy ich zdaniem są kluczowe – bez których trudno jest pełnić dobrze rolę reprezentantki/a społeczności uczniowskiej – i zaznacz je na tablicy.
6. Dodatkowe pytania, które możesz zadać w dyskusji:
  - w jaki sposób można się dowiedzieć, czy dana osoba jest odpowiednia do takiej roli? jak możemy to zweryfikować na poziomie szkoły?
  - czy bycia dobrym reprezentantem uczniów można się nauczyć? co jest do tego potrzebne?
  - czego potrzebują reprezentanci od uczniów, żeby móc skutecznie działać? jaka jest rola pozostałych uczniów w sprawnym działaniu samorządu uczniowskiego?
  - jakie korzyści odnoszą osoby zaangażowane w działania samorządu (elementy, które zostały umieszczone na nogach – jako motywacja) – jaką wiedzę, umiejętności, inne korzyści niematerialne zdobywają? czy warto się angażować w działania samorządu uczniowskiego i dlaczego?

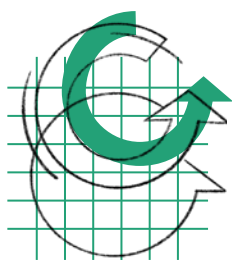
Wolontariat jest kolejnym obszarem, który mocno wspiera partycypację uczniów i uczennic, a wychowawczo stwarza wiele możliwości na wzmacnianie poczucia sprawczości, talentów, postaw empatii i działania dla wspólnego dobra. W Centrum Edukacji Obywatelskiej zachęcamy, aby rozszerzyć jego ukierunkowanie nie tylko na działania na rzecz innych, ale także na stwarzanie możliwości samodzielnego angażowania się w sprawy ważne dla społeczności uczniów i uczennic, które stanowią wkład w zmianę społeczną. Wolontariat szkolny możemy zatem traktować szerzej niż zorganizowane przez dorosłych akcje, do których młodzi mogą się włączać – szerzej także, niż wykorzystanie możliwości zaangażowania, jakie stwarzają organizacje czy instytucje. Szeroko pojmowany wolontariat to takie działania, gdzie młodzi mają szansę przejąć inicjatywę i nadać im formę.

Jednocześnie wolontariat w samej klasie może dawać poczucie satysfakcjonującej współpracy w grupie, możliwość odkrycia i wykorzystania swoich umiejętności, pasji. Wolontariat daje wychowawczo wiele okazji do aranżacji tzw. „momentów wychowawczych” i co najważniejsze bezpośrednio daje poczucie wpływu młodym ludziom.

Z perspektywy wychowawczej warto, aby działania wolontaryjne klasy wzmacniały mocne strony lub pomagały odkrywać talenty uczniów i uczennic, były oparte na ich zainteresowaniach. Aby klasa sama potrafiła dokonać diagnozy potrzeb środowiska, szukała możliwości, mogła inicjować pomysły na działania i decydować, które chciałaby podejmować. Aby na różnych etapach realizacji pomysłów miała także możliwość bezpiecznego wnoszenia swojego głosu i refleksji na temat tego, jak się odnajduje w prowadzonych działaniach i ich podsumowaniu. Wychowawca/ wychowawczynie oprócz działań bezpośrednio z klasą może także wspierać opiekuna/opiekunkę szkolnego koła wolontariatu na przykład poprzez pomoc w rekrutacji, ułatwienie uczniom zaangażowanym w wolontariat uczestnictwa w działaniach z nim związanych, wymianę informacji na temat rozwoju ucznia, docenianie jego zaangażowania.

## Angażowanie się na rzecz innych – wolontariat klasowy.

Monika Prus-Głazczka



### Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki:

#### 1. Inspiruj i pokazuj możliwości

Stały kontakt z opiekunem/opiekunką szkolnego koła wolontariatu pozwoli na bieżące informowanie klasy o inicjatywach podejmowanych w szkole. Świadomość mocnych stron, pasji i zainteresowań klasy może pomóc w inspirowaniu do podejmowania konkretnych działań.

#### 2. Nie tylko liderzy i liderki

Istnieje mit, że najbardziej w działania angażują się osoby, które przejawiają tzw. cechy lidarskie. Tymczasem osoby, które zajmują inne miejsce w grupie także świetnie sprawdzają się we współpracy. Dlatego rozpoznając,

w jakich zadaniach poszczególne osoby z twojej klasy czują się najlepiej (np. lubię mieć coś do powiedzenia, ale nie chcę być na czele grupy albo dobrze działam na zapleczu), możesz pokazywać, że nie tylko liderzy są ważną częścią zespołu i mają wpływ na to, czy uda się osiągnąć cel.

### 3. **Twórz pary koleżeńskie**

Możesz pokazać, czym jest działanie na rzecz innych w obrębie klasy i zorganizować akcję wolontariatu koleżeńkiego. Uczniowie i uczennice w parach wymieniają się swoimi umiejętnościami. Zadbaj tutaj o dobrowolne wymienianie się zasobami: czas, wiedza, zainteresowania i określ ramy takiego działania (czas wolontariatu, zakres, forma spotkań).

### 4. **Zorganizuj spotkanie w formie żywej biblioteki**

Zaproszenie ucznia lub uczennicy, który aktywnie działa wolontaryjnie, może być inspiracją dla klasy, szczególnie gdy uczniowie będą mieli możliwość swobodnego zadawania pytań, dzielenia się wątpliwościami i refleksjami.

### 5. **Świętuj Dzień Wolontariusza w klasie**

Zapytaj uczniów i uczennice, jaki mają pomysł na świętowanie tego dnia w obrębie klasy, może to być coś przyjemnego, doceniającego wkład poszczególnych osób albo moment na refleksję, jak chcielibyśmy realizować wolontariat w roku szkolnym i np. które indywidualne kompetencje będziemy wspierać.

### 6. **Doceniaj – osobiście, na forum klasy, przy rodzicach**

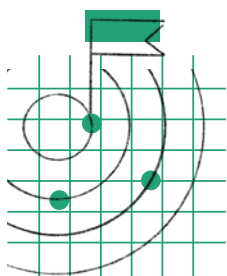
Każda okazja, aby docenić i pokazać to, co się udało wolontariuszom i wolontariuszkom wzmacnia ich motywację i daje poczucie ważności tego, co robią. Widoczność tego, co się udało dokonać, nie tylko z perspektywy osiągnięcia celu, ale również drogi i doświadczeń grupy, jest także sposobem na wzmocnienie działań wychowawczych.

### 7. **Wspieraj przedstawicieli klasy działających w szkolnym Klubie Wolontariatu**

Możesz to robić poprzez docenianie, ułatwienie zaangażowania w wolontariat (np. zwolnienie z lekcji czy prośbę o wsparcie innych nauczycieli przedmiotowych), podsumowanie z osobami zaangażowanymi w wolontariat szkolny ich osiągnięć i korzyści, wsparcie w momencie pojawienia się trudności czy spadku motywacji.

### 8. **Wprowadzaj mikroaktywności wolontariackie**

To forma wolontariatu „przy okazji” momentów z życia klasy. Na przykład kiedy idziecie na spacer, możesz zwrócić uwagę na możliwość zadbania o otoczenie albo zaproponować zebranie śmieci; kiedy klasa idzie na film o tematyce społecznej, można przy tej okazji pokazać możliwość podpisania petycji, która odwołuje się do problemu poruszanego w filmie.



## Działania specjalne – inspiracje

### Wolontariat klasowy

Poniższe ćwiczenie możesz wykorzystać jako początek do przeprowadzenia wspólnej akcji klasowej i tym samym zaangażowania klasy w działania wolontariackie. Przemyślenia uczniów i uczennic dotyczące tego, jak indywidualne działania – nawet proste i codzienne – zmieniają otoczenie na lepsze, mogą być punktem wyjścia do diagnozy tego, co klasa chciałaby zrobić wspólnie dla społeczności klasowej lub szkolnej. Konkretnie pomysły grupy można przekształcić zatem w działanie klasowe, przeprowadzone metodą projektu. Podczas kilku spotkań, najlepiej regularnych, przejdź z uczniami i uczennicami kroki metody projektu, biorąc pod uwagę poniższe wskazówki:

1. **Zespół gotowy do działania.** *Stwórzcie zgrany zespół, poznajcie się.*

Ten etap może być może macie już za sobą, ponieważ jest on częścią integracji klasy, która wpisuje się w działania wychowawcze, zwykle podejmowane na początku roku szkolnego. Możesz zajrzeć też do trzeciej części materiałów „Wychowanie to podstawa”: *Jak wzmacniać proces grupowy w klasie?*

2. **Sprawdzamy potrzeby.** *Ustalcie, co jest ważne i ciekawe zarówno dla was jak i osób w waszym otoczeniu.*

Jeśli uczniowie będą działali w obrębie klasy, mogą to być potrzeby, które dostrzegają jako ważne dla niej samej. Każda osoba może zgłosić pomysł, można też przygotować krótką ankietę czy badanie na ten temat. Jeśli grupa zdecyduje się na działanie na rzecz społeczności szkolnej, warto zadbać tutaj o szerszą diagnozę, zapytać o opinię, wykorzystując np. ankietę, „gadającą ścianę”, pudełko opinii, stworzyć mapę szkoły lub zrobić wywiady z osobami z różnych klas.

3. **Podajemy decyzje.** *Wybierzcie cel projektu. Uzgodnijcie, co chcecie wspólnie osiągnąć, jak to zrobicie i do kogo kierujecie swoje działania.*

To moment w projekcie, kiedy decydujemy się na to, co ostatecznie jest celem działań i jak można go osiągnąć. Klasa w odpowiedzi na cel i poznane potrzeby generuje sposoby jego realizacji i decyduje, które ostatecznie chciałaby podjąć.

4. **Szukamy chętnych osób do działania z nami.** *Sprawdźcie, kto może was wesprzeć w realizacji projektu.*

Być może są osoby w szkole, które mogą być sojusznikami pomysłu i wesprzeć go swoimi zasobami. Chociażby dyrekcja szkoły, która na przykład pozwoli na wykorzystanie sali klasowej poza lekcjami itp.

5. **Planujemy działanie.** *Umówcie się na harmonogram prac i podzielcie zadania w zespole.*

Na tym etapie konkretne osoby podejmują się zadań, które są częścią ustalonego harmonogramu. Warto go określać, nawet jeśli wasze działanie na pierwszy rzut wydaje się mało skomplikowane np. organizacja klasowego wyjścia do kina. Ustalenie harmonogramu działań ułatwia komunikację, pozwala monitorować postępy prac, dzięki temu wiecie, w jakim momencie przedsięwzięcia jesteście.

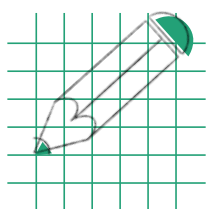
6. **Działamy.** *Bądźcie czujni/ne na przeszkody, poszukajcie rozwiązań, współpracujcie ze sobą.*

Grupa monitoruje postępy realizacji harmonogramu, sprawdza przeszkody, modyfikuje plany, gdy jest taka potrzeba. To jest też moment największej współpracy i czerpania radości z działania, ale też pojawienia się trudności wynikających ze współpracy w grupie, czyli pole do działań wychowawczych.



7. **Świętujemy sukcesy i podsumowujemy pracę.** *Cieszcie się z tego, co udało wam się osiągnąć, zobaczcie, co dała wam praca w zespole.*

Nawet jeśli efekt jest widoczny i wszyscy mają poczucie osiągniętego celu, grupa powinna podsumować, co udało się jej osiągnąć, docenić siebie oraz sprawdzić, co dało to działanie z poziomu indywidualnego. Być może zdecyduje także o kontynuacji podobnych działań w przyszłości.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### Działam, zmieniam!

**Czas trwania:** 35 min

**Materiały i środki dydaktyczne:** wydruk na A4 kart stwierżeń (załącznik nr 1) i wycięte karty „Działanie – odbiorcy” (załącznik nr 2), tablica lub flipchart, karteczki samoprzylepne.

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4–6 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

1. Powiedz grupie, że dziś zobaczycie, czym jest działanie na rzecz innych i jak ono może zmieniać otaczający nas świat. Zapytaj klasę, czy wie, czym jest wolontariat i z czym im się kojarzy.
2. Rozłóż na podłodze karty ze stwierdzeniami i poproś uczniów i uczennice, żeby stanęli obok karty, z którą się zgadzają albo opisującej sytuację, która im się kiedyś zdarzyła. Gdy okaże się, że dwie osoby wybrały taką samą kartę, mogą zacząć ze sobą porozmawiać o tym, z jakiego powodu ją wybrały. Zwróć uwagę grupie, aby obie strony się wypowiedziały. Następnie zrób zmianę i poproś, aby uczniowie i uczennice wybrali kolejną kartę. Przeprowadź 2–3 takie rundy.
3. Porozmawiaj z grupą, jak się czuła podczas tego spaceru, co ich zaniepokoiło, czego się dowiedzieli/ły o innej osobie. Podsumuj to ćwiczenie podkreślając, że działanie na rzecz innych lub otoczenia może mieć wiele aspektów i każdy może być zaangażowany w wolontariat na tyle, ile czuje w sobie możliwości. Pomysły na wolontariat także mogą być nieograniczone i wynikać z bieżących potrzeb otoczenia.
4. Po tym odniesieniu się do swoich doświadczeń i przemyśleń zapytaj klasę, jaki ich zdaniem powinien być wymarzony wolontariat. Czyli co powinien dawać obu stronom, jak powinien przebiegać?

Jeśli jest taka potrzeba (np. temat jest zupełnie nowy dla klasy), możesz przybliżyć im definicję wolontariatu:

„Wolontariat” jako świadoma, dobrowolna działalność podejmowana na rzecz innych wykraczająca poza więzy rodzinno-koleżeńsko-przyjacielskie” – *Centrum Wolontariatu*.

Poproś, aby uczniowie i uczennice rozmawiali o tym w parach i zapisali na karteczkach samoprzylepnych swoje odpowiedzi. Następnie uporządkuj te karteczki tematycznie (wg powtarzających się aspektów). Mo-



żesz to zrobić w formie słońca, gdzie w centrum będzie napis „wymarzony wolontariat”, a promieniami będą odpowiedzi uczniów i uczennic.

Jeśli takie odpowiedzi się nie pojawią, zwróć uwagę, że wolontariat powinien być: dobrowolny, zgodny z potrzebami odbiorców, mieć jasne zasady, dawać możliwość realizacji pasji i zainteresowań, być rozwijający itp.

6. Zwróć uwagę, że nie tylko działania typu zbiórki albo praca w organizacji lub instytucji może być działaniem wolontariackim. My sami/same możemy stwarzać możliwości zmiany otoczenia lub naszej społeczności. Podziel uczniów i uczennice na dwie grupy. Możesz wymieszać dwa typy kart, tak aby obie grupy mogły pomyśleć o działaniach i odbiorcach. Poproś grupy o przedstawienie swoich pomysłów na forum.
7. Zapytaj, czy któreś działanie jest najciekawsze, które im się podoba i dlaczego, być może jest takie, którego mogliby się podjąć jako klasa. Wyjaśnij, że mając pomysł i odbiorców, warto też pomyśleć o tym, na co wpłynie nasze działanie, jaką zmianę może przynieść. Sprawdź, czy klasa chce kontynuować pomysł, ale nie jest to kryterium sukcesu tej lekcji. Klasa może zakończyć lekcję na twórczym generowaniu pomysłów i poczuciu ich różnorodności oraz wpływu na formę wolontariatu.

**Informacja zwrotna:** Po każdej aktywności staraj się podsumować to, co padło ze strony klasy, parafrazuj. Unikaj ocen. Stwórz możliwość rozmowy o wątpliwościach. Jeśli uczniowie i uczennice odbiegają od tematu, „parkuj” go, czyli powiedz, że się zatrzymamy, spisujemy, żeby nam nie umknął (możesz do tego przygotować specjalny flipchart); następnie wróć do tego na koniec lekcji sprawdzając, czy nadal to są istotne kwestie na ten moment.

**Zwróć uwagę:** Pierwsze ćwiczenie jest pracą na postawach, odwołuje się do doświadczeń. Zobacz, czy przypadkiem nie dzieje się tak, że dana osoba kilkakrotnie stoi sama przy karcie. Wyjaśnij wcześniej, że spacer służy autorefleksji i jeśli nie spotkamy nikogo do rozmowy, to nie szkodzi, bo ważniejsze jest to, co odkryliśmy w związku z tymi stwierdzeniami, bo może stanowić bazę do pracy na resztę lekcji.

## ZAŁĄCZNIK 1.

Karty stwierdzeń (skopiuj stwierdzenia i wydrukuj na pojedynczych stronach A4).

Fajnie jest robić coś dla innych „przy okazji”. Liczą się małe gesty.

Współpracując z innymi, można się wiele nauczyć.

Wspólne działanie dla innych daje satysfakcję.

Jest wiele możliwości zmiany na lepsze tego, co jest wokół nas.

Zanim zaczniemy pomagać lub zmieniać coś w otoczeniu, warto sprawdzić, czy to jest potrzebne i co dokładnie jest potrzebne.

Można pomagać innym dzieląc się swoją: pasją, umiejętnościami, czasem.

Decyzję o angażowaniu się dla innych podejmujemy sami/same.

Angażowanie się w działanie dla innych może być dla nas czasem męczące. Trzeba wtedy zadbać o siebie (emocje, zmęczenie itd.)

## ZAŁĄCZNIK 2.

Działanie – odbiorcy (karty do wycięcia)

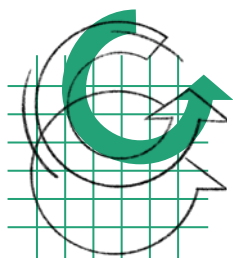
<p>Działanie: Pomoc w nauce w parach koleżeńskich. Dla kogo?</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Działanie:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Dla kogo? koledzy i koleżanki z klasy</p>
<p>Działanie: Przeprowadzenie lekcji na temat swojej pasji, zainteresowań. Dla kogo?</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Działanie:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Dla kogo? rodzice uczniów i uczennic</p>
<p>Działanie: Przeprowadzenie ankiet wśród uczniów na temat aranżacji miejsca odpoczynku w szkole. Dla kogo?</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Działanie:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Dla kogo? uczniowie i uczennice z klasy równoległej</p>
<p>Działanie: Organizacja festynu sportowego w szkole. Dla kogo?</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Działanie:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Dla kogo? nauczyciele/nauczycielki z naszej szkoły</p>
<p>Działanie: Zadbanie o teren wokół szkoły, posadzenie krzewów, kwiatów, zielnika. Dla kogo?</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Działanie:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Dla kogo? uczniowie i uczennice z naszej szkoły</p>
<p>Działanie: Przeprowadzenie kampanii społecznej na temat ważnego tematu. Dla kogo?</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Działanie:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Dla kogo? personel pracujący w naszej szkole (osoby pracujące np.w sekretariacie, kuchni, sprzątające szkołę)</p>
<p>Działanie: Pomoc w organizacji zajęć na świetlicy szkolnej. Dla kogo?</p> <p>.....</p> <p>.....</p>	<p>Działanie:</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Dla kogo? cała społeczność szkolna</p>

Prezentowana w poprzednich rozdziałach koncepcja samorządności, zakładająca współdecydowanie całej społeczności szkolnej, z jednej strony wydaje się kusząca i naturalna, z drugiej – w praktyce może przynieść wyzwania w pracy już bezpośrednio z uczniami i uczennicami oraz w komunikacji z radą pedagogiczną. Oddawanie przestrzeni do współdecydowania młodym ludziom może budzić wątpliwości, a nawet początkowo opór. Przyczyny oporu mogą dotyczyć samych uczniów, tego, czy ich decyzje będą odpowiedzialne i czy nie będzie to droga do zburzenia autorytetu wychowawcy. Obawy mogą być związane także z potrzebą dodatkowego nakładu pracy wychowawcy, która nie przynosi natychmiastowego efektu. Dodatkowo jeśli klasa jest zaangażowana w jakieś działanie, to pojawia się wątpliwość, na ile można postawić granice odpowiedzialności, nawet jeśli projekt nie zakończy się sukcesem. Wątpliwości mogą przenieść się również na współpracę z gronem pedagogicznym: na ile oddawanie młodym ludziom przestrzeni do partycypacji w tak bezpośredni sposób jest spójne z kulturą pracy szkoły i jak jest odbierane przez innych nauczycieli i nauczycielki.

Punkt „Codzienne sytuacje szkolne – wskazówki” w tym rozdziale zmodyfikowaliśmy do kilku wskazówek, które mogą cię wesprzeć w tych wątpliwościach. Zwracamy uwagę, że tym razem nie są one skoncentrowane na metodach pracy z klasą, ale dotyczą samego wychowawcy i warunków, jakie może sobie zapewnić oraz komunikacji z gronem pedagogicznym ułatwiającej współpracę w tym obszarze.

# Wzmacnianie partycypacji uczniów i uczennic – współpraca wychowawcy z radą pedagogiczną.

Monika Prus-Głaszczka



## Codzienne sytuacje szkolne – wskazówki

### Poszukaj sojusznika/sojuszniczek

Może to być inny nauczyciel/ka, który planuje podobne działania albo chce zaangażować swoją klasę w projekt. Połączenie sił, pomysłów może być nieocenionym wsparciem w ich realizacji. Zanim przedstawiś dyrekcji pomysł na działanie, zbierz argumenty, szczególnie takie, które odnoszą się do realizacji podstawy programowej. Warto także porozmawiać z nauczycielami innych przedmiotów – być może dane działanie umożliwi realizację podstawy programowej z kilku przedmiotów.

### Zaplanuj momenty wychowawcze z uwagą na siebie

Planując działania wychowawcze, poddaj refleksji, na ile czujesz się pewnie i komfortowo z danym zagadnieniem. W przypadku włączania klasy w procesy decyzyjne, możesz robić to stopniowo lub znanymi ci wcześniej metoda-

mi lub przy okazji drobnych wydarzeń z życia klasy, a następnie poszerzać je o nowe komponenty np. wdrażając zasady kolektywnego podejmowania decyzji.

## **Zdystansuj się do zachowań manifestujących opór**

Być może w samych uczniach lub gronie pedagogicznym pojawią się zachowania, które będą manifestowały niechęć, niezadowolenie czy opór wobec twoich działań. Zauważ, że takie postawy nie są wymierzone w ciebie, ale wiążą się bezpośrednio z emocjami, które pojawiają się wobec nowej sytuacji.

## **Poddawaj ewaluacji nowe działania**

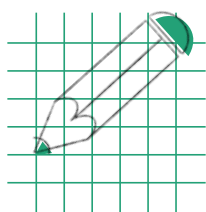
Wprowadzając nowe działania wychowawcze w obszarze decyzyjności i angażowania uczniów co pewien czas zrób „stopklatkę” i poddawaj refleksji, co się zmieniło, co samym uczniom i uczennicom dało uczestnictwo w jakimś wspólnym działaniu na rzecz społeczności szkolnej czy klasowej, na ile się rozwijają procesy decyzyjne w klasie i jak wpływają na zaangażowanie uczniów i uczennic. Może okazać się, że pojawiają się trudności lub procesy nie zachodzą tak, jak sobie zaplanujesz. Na każdym etapie możesz sprawdzać i modyfikować swoje interwencje, daj sobie i klasie czas.

## **Promuj ideę samorządności i szerszego rozumienia wolontariatu**

Pokazuj szersze podejście do wolontariatu i samorządności na forum rady pedagogicznej, zaprezentuj korzyści wychowawcze, jakie przynoszą oraz wymieniaj się dobrymi praktykami z innymi nauczycielami.

## **Podjmij współpracę z opiekunem samorządu/koła wolontariatu**

Bądź w stałym kontakcie z opiekunami samorządu i koła wolontariatu, wspieraj ich działania, zachęcaj klasę do brania udziału w organizowanych przedsięwzięciach. Taka współpraca może także przynieść większą świadomość tego, w jaki sposób uczniowie angażujący się w działania się rozwijają, jakie kompetencje dzięki temu zdobywają. Rozmowa z uczniem na temat jego odczuć związanych z uczestnictwem w kole wolontariatu czy pracy w organach samorządu może być dodatkowo motywująca i wzmacniająca.



# **Ćwiczenie dla wychowawcy**

## **Planer momentów decyzyjności uczniów i uczennic**

Celem tego narzędzia jest zaplanowanie momentów wychowawczych oraz działań, które mogą wspierać uczniów w angażowaniu się na rzecz społeczności szkolnej.

Każda szkoła, klasa, wychowawca są niepowtarzalni, dlatego pozostawimy planer do samodzielnego wypełnienia. Aby ułatwić refleksję nad poszczególnymi elementami, poniżej tabeli umieszczamy wyjaśnienie lub pomysły, wskazówki, co może się tam znaleźć. Niektóre z nich znajdziesz też we wcześniejszych rozdziałach tej publikacji. Zachęcamy do dowolnego modyfikowania tabeli w zależności od potrzeb.

<b>Rok szkolny</b> .....					
<b>Klasa</b> .....					
<b>Miesiące</b>	<b>Kalendarz pracy szkoły uwzględniający etapy działań wychowawczych</b>	<b>Momenty wychowawcze wzmacniające decyzyjność uczniów</b>	<b>Metody pracy</b>	<b>Zakres współpracy z radą pedagogiczną</b>	<b>Uwagi/ obserwacje</b>
<b>WRZESIEŃ</b>					
<b>PAŹDZIERNIK</b>					
<b>LISTOPAD</b>					
<b>GRUDZIEŃ</b>					
<b>STYCZEŃ</b>					
<b>LUTY</b>					
<b>MARZEC</b>					
<b>KWIECIEŃ</b>					
<b>MAJ</b>					
<b>CZERWIEC</b>					

- **Kalendarz pracy szkoły uwzględniający etapy działań wychowawczych** – w tej kolumnie możesz zapisać etapy, które są istotne z perspektywy wychowawczej np. integracja klasy zwykle odbywa się na początku roku i może zawierać szereg działań, a koniec roku jest dobrym momentem na podsumowanie, kolejne to np. stałe święta i uroczystości, wycieczki, wyjścia, zaplanowane programy profilaktyczne itd.
- **Momenty wychowawcze wzmacniające decyzyjność uczniów** – czyli konkretne pomysły, które zastosujesz w kontekście etapów pracy wychowawczej. Pomysły na nie znajdziesz w pierwszych rozdziałach tego narzędziownika np. wybór samorządu klasowego, tematy godzin wychowawczych, lekcja o samorządności czy wolontariacie, projekty i inne pomysły, które pojawiają się na pewno w odniesieniu do twojej klasy.
- **Metody pracy** – takie, z których zwykle korzystasz, ale też nowe, które zechcesz poznać czy pogłębić np. kolektywne podejmowanie decyzji, debaty, dyskusje, kampanie społeczne, metoda projektu, metoda design thinking, informacja zwrotna, praca na procesie grupowym.
- **Zakres współpracy z radą pedagogiczną** – pomysły, jak szerzej współpracować z radą pedagogiczną, aby dodatkowo wspierać ten obszar np. spotkanie z opiekunem samorządu oraz koła wolontariatu, aby podsumować postępy konkretnych uczniów, międzyklasowe akcje, rozmowa z gronem na temat szkolnej demokracji, pokazanie korzyści i swoich dokonań, dzielenie się dobrymi praktykami i trudnościami, wspieranie zainteresowanych tematem wychowawców innych klas.

## Bibliografia

### Zajrzyj też do:

Samorząd uczniowski. Poradnik dla dyrektorów. [https://samorzad.ceo.org.pl/sites/samorzad.ceo.org.pl/files/samorzad\\_uczniowski\\_michal\\_tragarz.pdf](https://samorzad.ceo.org.pl/sites/samorzad.ceo.org.pl/files/samorzad_uczniowski_michal_tragarz.pdf)

Szkoła Demokracji. Poradnik o współdecydowaniu.

[https://samorzad.ceo.org.pl/sites/samorzad.ceo.org.pl/files/szkoła\\_demokracji\\_praktyczny\\_poradnik\\_o\\_wspoldecowaniu\\_e\\_w\\_szkole.pdf](https://samorzad.ceo.org.pl/sites/samorzad.ceo.org.pl/files/szkoła_demokracji_praktyczny_poradnik_o_wspoldecowaniu_e_w_szkole.pdf)

Wybory do władz samorządu uczniowskiego. Poradnik praktyczny.

[https://samorzad.ceo.org.pl/sites/samorzad.ceo.org.pl/files/wybory\\_do\\_wladz\\_samorzadu\\_uczniowskiego.pdf](https://samorzad.ceo.org.pl/sites/samorzad.ceo.org.pl/files/wybory_do_wladz_samorzadu_uczniowskiego.pdf)

Wolontariat w szkole. Przewodnik o wzmocnieniu poprzez wolontariat celów edukacyjnych szkoły, rozwijaniu kompetencji uczniów i uczennic (w tych kompetencji społecznych, związanych także w wychowawczą misją szkoły).

<https://alorus.ceo.org.pl/sites/alorus.ceo.org.pl/files//wolontariat.pdf>

Pomysły na działania wolontariackie w szkole.

[https://ochotnicy.waw.pl/images/bazawiedzy/ktonaochotnika/DOBRE\\_PRAKTYKI.pdf](https://ochotnicy.waw.pl/images/bazawiedzy/ktonaochotnika/DOBRE_PRAKTYKI.pdf)

Szkolne programy wolontariatu. Przewodnik.

[https://ceo.org.pl/sites/default/files/ceo\\_publicacja\\_kto\\_na\\_ochotnika\\_online.pdf](https://ceo.org.pl/sites/default/files/ceo_publicacja_kto_na_ochotnika_online.pdf)



rozdział 5.

# **JAK ANGAŻOWAĆ UCZNIÓW I UCZENNICE W DZIAŁANIA NA RZECZ SPOŁECZNOŚCI LOKALNEJ?**



# Wprowadzenie

*Judyta Ziętkowska*

Maria Montessori napisała kiedyś „w otoczeniu jest moc wychowawcza obecna dookoła, a wszyscy – dzieci i nauczyciel – mają w niej swój udział”. Czytając słowa tej znanej twórczyni systemu wychowania dzieci i lekarki wyobrażamy sobie, że chodzi o najwyższe kilkulatki, które zachęcane do eksplorowania terenu, poznają w ten sposób podstawowe prawa przyrody, np. że liście spadają z drzew, a kałuże robią się po deszczu. Ale równie dobrze to zalecenie może odnosić się do starszych dzieci, a nawet nastolatków. Szczególnie jeśli zadamy sobie pytanie, czym właściwie jest to „otoczenie” naszych uczniów i uczennic.

Otoczenie to miejsce, w którym żyją na co dzień. To widoki, które mijają w drodze do szkoły i do domu niemal każdego dnia. To infrastruktura, z której zdarza im się korzystać (parki, przystanki autobusowe, place zabaw). To instytucje działające w okolicy (np. ich szkoła, urząd gminy, kościół, świetlica miejska). I wreszcie otoczenie to przede wszystkim ludzie, których wokół siebie mają – rodzina, rówieśnicy, nauczyciele, sąsiedzi, pan sprzedawca z osiedlowego sklepu i pani pracująca w pobliskiej bibliotece.

Wszystkie te elementy nie istnieją w oderwaniu od siebie, wręcz przeciwnie – są z sobą powiązane, często zależą od siebie. Dzieje się tak, ponieważ osoby zamieszkujące określony obszar siłą rzeczy korzystają z tych samych zasobów, mają wspólne interesy czy potrzeby, trapią ich podobne problemy. Mówimy wtedy o tzw. społeczności lokalnej. Ale dostrzeżenie przez młodych ludzi tych powiązań i tego, że są ich częścią, jest zwyczajnie trudne. Trudne, ale kluczowe.

Zrozumienie, jak działa świat wokół mnie, poczucie bycia jego ważną częścią, świadomość własnych praw i obowiązków, które mam jako obywatel lub obywatelka, wiara w to, że mogę wpływać na to, jak wygląda otaczająca mnie rzeczywistość – to istotne elementy pozwalające lepiej odnaleźć się młodemu człowiekowi na progu dorosłego życia. Ale nie są to rzeczy, których jest on w stanie nauczyć się wyłącznie z podręcznika, choćby był on najlepszy. Jedyną skuteczną drogą do tego jest stworzenie bezpiecznych warunków, w których dziecko będzie mogło doświadczyć pewnych rzeczy w praktyce – poznać okolicę i jej mieszkańców oraz mieszkanki, zrozumieć, jak ona działa, podjąć inicjatywę na jej rzecz i wziąć za nią odpowiedzialność, współpracować z różnymi osobami i podmiotami na drodze do realizacji swojego celu.

W innym miejscu Montessori podkreślała, że „dziecko, które opuszcza ciało matki, nie wchodzi w naturalne środowisko, lecz w środowisko cywilizacji, w którym rozgrywa się życie dorosłych. [...] Dlatego rodzice, a później nauczyciele muszą stać się dla dziecka łącznikiem, tłumaczem i interpretatorem skomplikowanego świata...”. Jako wychowawca lub wychowawczyni możesz stać się tym „łącznikiem i interpretatorem” dla swojej klasy.

Z tego zestawu materiałów dowiesz się, jak wykorzystać godziny wychowawcze, codzienne sytuacje szkolne oraz dodatkowe działania takie jak projekty edukacyjne do rozwijania u uczniów i uczennic tych kompetencji, które dadzą im szansę na bycie świadomymi, znającymi własne możliwości i zaangażowanymi w lokalne sprawy obywatelami i obywatelkami. Wśród tych kompetencji można wymienić:

## Wiedza:

- Czym jest projekt edukacyjny/lokalny?
- Jakie są zasoby i potrzeby okolicy?
- Jakie podmioty działają w okolicy i jakie są sposoby na współpracę z nimi?
- Jakie są dostępne narzędzia i pola wpływu obywatelskiego w wymiarze lokalnym?
- Jakie są współzależności pomiędzy nami, szkołą a społecznością lokalną?
- Czym jest tożsamość lokalna?

**Umiejętności:**

- Praca w grupie
- Komunikacja (w tym komunikowanie swoich potrzeb i dochodzenie do konsensusu)
- Wspólne podejmowanie decyzji
- Identyfikowanie wyzwań i wspólne ich rozwiązywanie
- Planowanie i przeprowadzanie projektu lokalnego
- Rozpoznawanie zasobów i potrzeb społeczności lokalnej
- Współpraca z różnymi podmiotami
- Pozyskiwania wsparcia dla swoich działań.

**Postawy:**

- Otwartość i szacunek dla innych
- Empatia
- Gotowość do współpracy z innymi
- Branie odpowiedzialności za siebie i sprawy społeczności lokalnej
- Zaangażowanie się w sprawy ważne dla mnie i dla mojej okolicy
- Poczucie wpływu i sprawczości
- Wzmacnianie poczucia bycia częścią miejsca, w którym żyję
- Inicjatywność

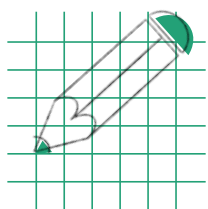
W zestawie znajdziesz materiały zgromadzone wokół pięciu tematów:

- **Ja, moi uczniowie i uczennice oraz nasza szkoła jako część społeczności lokalnej.** Dowiesz się tutaj, jak wyjaśniać klasie powiązania występujące w społeczności lokalnej i jak stworzyć ze szkoły ważne miejsce lokalnej aktywności.
- **Jak zainteresować uczniów i uczennice tym, co się dzieje w okolicy?** Znajdziesz tu podpowiedzi, jak zachęcić klasę do spojrzenia na najbliższe otoczenie w inny sposób niż dotychczas i odkrycia jego potencjału.
- **Modelowanie postawy obywatelskiego zaangażowania w sprawy lokalne.** Odkryjesz, jak poprzez własne postawy przekonać młodych ludzi do działania.
- **Jak zaangażowanie uczniów i uczennic w działania ze społecznością lokalną i na jej rzecz może wzmocnić mnie jako wychowawcę?** Zobaczysz, co tobie może dać włączenie klasy w działania lokalne.
- **Jak zaangażowanie w działanie ze społecznością lokalną i na jej rzecz może wzmocnić uczniów i uczennice?** I przede wszystkim, zastanowisz się nad tym, co konkretnie da dzieciom zachęcenie ich do podejmowania inicjatyw lokalnych.

Zdajemy sobie sprawę z tego, że inicjowanie uczniowskich działań skierowanych do społeczności lokalnej to czasem trudna i wyboista droga. Wymaga dodatkowego wysiłku i czasu. Twoi uczniowie i uczennice na starcie tej przygody też niekoniecznie muszą widzieć, po co właściwie mają podejmować się takiej pracy. I wtedy to swoją własną motywacją trzeba obdzielić kolejne 20 czy 30 młodych osób patrzących na ciebie. Ale jednocześnie każde najmniejsze ćwiczenie czy podpowiedź zaproponowane w tym materiale daje szansę na realne wzmocnienie twojej klasy. Kto wie, być może kiedyś, mijając swojego dawnego ucznia lub uczennicę na ulicy, dowiadując się, co teraz w życiu robi, jak sobie radzi, pomyślisz, że masz w tym swoją cegiełkę jako wychowawca czy wychowawczyni.

Na początku rozdziału piątego zapraszamy do autodiagnozy, która pozwoli wam odnieść własne doświadczenia do zaprezentowanych dalej materiałów. Odpowiedzi na zamieszczone poniżej stwierdzenia, pozwolą sprawdzić, w którym z obszarów najbardziej przyda się wam wsparcie naszych autorów i ich odpowiedzi. Umożliwi to także rozpoczęcie lektury rozdziału od tekstu, który będzie najlepiej się wpisywał w wasze potrzeby. Powodzenia!

## ĆWICZENIE



# Autodiagnoza wychowawcy

Judyta Ziętkowska

Zachęcamy do autorefleksji nad każdym z pięciu tematów poruszanych w tym rozdziale. Przeczytaj poniższe stwierdzenia i zastanów się, jak często obserwujesz u siebie przedstawione zachowania i postawy. Zaznacz w dowolny sposób odpowiednią cyfrę, przyjmując że 1 oznacza „nigdy” a 5 oznacza „zawsze”.

Daj sobie czas do zastanowienia się, odpowiadaj możliwie szczerze. Potraktuj to jako szansę na własny rozwój i lepsze zrozumienie siebie. Niezależnie od odpowiedzi postaraj się wracać do notatek co jakiś czas i sprawdzać – co się zmieniło? Jakie zachowania i postawy zauważam u siebie częściej? Jakiej rzadziej? Z czego to wynika?

### Ja, moi uczniowie i nasza szkoła jako część społeczności lokalnej.

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Pokazuję uczniom i uczennicom powiązania między nimi, szkołą a społecznością lokalną.					
Włączam rodziców w działania, które podejmuję razem z klasą (np. mówię o nich, zapraszam do współpracy).					
Zapraszam osoby ze społeczności lokalnej na zajęcia z klasą (np. żeby opowiedzieli o swoich zawodach, wyjaśnili, jak działa urząd).					
Wyjaśniam uczniom i uczennicom, kto poza nimi i pracownikami szkoły korzysta z niej i w jakim celu.					
Inicjuję działania, które włączają mieszkańców i mieszkanki okolicy w życie szkoły.					

### Jak zainteresować uczniów i uczennice tym, co się dzieje w okolicy?

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Podczas wspólnych wyjść poza szkołę zachęcam uczniów i uczennice do zwracania uwagi na to, co mijają.					
Włączam ciekawostki o okolicy do moich rozmów z uczniami i uczennicami (np. o historii, przyrodzie).					
Korzystam z wiedzy moich uczniów i uczennic o okolicy (np. gdzie najlepiej coś załatwić, jak można spędzić wolny czas).					
Poruszam podczas godzin wychowawczych tematy, które mają wzmocnić poczucie przynależności uczniów i uczennic do miejsca, w którym żyją.					
Reaguję na wypowiedzi wyrażające niechęć do miejsca, w którym uczniowie i uczennice żyją i staram się z nimi o tym rozmawiać (np. „u nas nic nie ma”, „tutaj to już wrony zawracają”).					

## Modelowanie postawy obywatelskiego zaangażowania w sprawy lokalne.

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Własnym zachowaniem staram się pokazać uczniom i uczennicom, co to znaczy być zaangażowanym obywatelem lub obywatelką.					
Jestem na bieżąco z tym, co dzieje się w mojej okolicy i wiem, w jakim przedsięwzięciu mogę zaproponować udział moim uczniom i uczennicom.					
Zachęcam uczniów i uczennice do refleksji nad tym, co ich otacza (np. jak wygląda ich okolica, co się w niej zmienia, co chcieliby sami zmienić, a co im się podoba).					
Proponuję uczniom i uczennicom zaangażowanie się w takie działania na rzecz innych, do których sam lub sama mam przekonanie.					
Zwracam uwagę na to, jak sam lub sama wypowiadam się o okolicy i jej mieszkańcach i mieszkankach wobec klasy (unikam określeń pejoratywnych, używam języka neutralnego lub pozytywnie nacechowanego).					

## Jak zaangażowanie uczniów w działanie z i na rzecz społeczności lokalnej może wzmocnić mnie jako wychowawcę.

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Zauważam i doceniam działania na rzecz innych podejmowane przez moich uczniów i uczennice.					
Wykorzystuję projekty lokalne realizowane wspólnie z klasą jako szansę do zacieśniania więzi z moimi uczniami i uczennicami.					
Potrafię wskazać, jakie kompetencje przydatne w dalszym życiu zdobywają osoby z mojej klasy poprzez angażowanie się w działania lokalne.					
Wiem, co moi uczniowie i uczennice myślą o miejscu, w którym żyją na co dzień.					
Podejmuję działania, które mają na celu przełamywanie niewiary we własne siły uczniów i uczennic.					

## Jak zaangażowanie w działanie ze społecznością lokalną i na jej rzecz może wzmocnić uczniów i uczennice?

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Angażuję do projektów nie tylko uczniów i uczennice z najlepszymi wynikami, ale też tych o słabszych osiągnięciach edukacyjnych.					
W informacji zwrotnej udzielanej uczniowi lub uczennicy podkreślam jego/jej potencjał do działania.					
Realizując z klasą dodatkową inicjatywę (np. projekt skierowany do społeczności lokalnej), pozwalam uczniom i uczennicom podejmować samodzielnie część decyzji z nią związanych.					
Dbam o to, żeby uczniowie i uczennice znali ramy współpracy już na początku wspólnego działania (m.in. jaka będzie moja rola, jaka będzie ich rola, o czym będą mogli decydować sami, jak często będziemy się spotykać).					
Ważniejsze jest dla mnie skupienie się na tym, co dzieje się w grupie (np. jak uczniowie się z sobą dogadują, jak sobie radzą z konfliktem, czy ktoś nie pozostaje na uboczu) niż wykonanie wszystkich zadań przewidzianych w harmonogramie projektu.					

### MOJE WNIOSKI

Przyjrzyj się swoim odpowiedziom i zapisz, jakie wnioski ci się nasuwają:

.....

.....

.....

### MOJE WYZWANIE

Chciałabym/chciałbym bardziej świadomie stosować następujące elementy:

.....

.....

.....

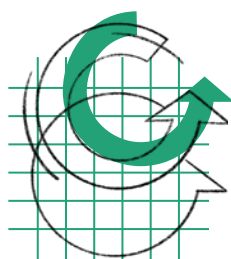
Po czasie wyznaczonym na twoje wyzwanie, możesz wrócić do tabeli autorefleksji i sprawdzić, co się zmieniło. Możesz też wracać do niej co roku, aby monitorować zmiany w twoim podejściu do pracy wychowawczej.

*Wykorzystanie lokalnych zasobów (historycznych, przyrodniczych, osobowych) i nawiązywanie do nich w pracy wychowawczej pozwala uczniom i uczennicom rozpoznać i zrozumieć powiązania między różnymi grupami, instytucjami, miejscami. Stają się w ten sposób obywatelami i obywatelkami bardziej świadomymi swojego miejsca.*

*Jednocześnie wszelkie inicjatywy, które otwierają szkołę dla społeczności lokalnej – zapraszanie na wydarzenia, udostępnianie przestrzeni, kierowanie działań do mieszkańców i mieszkańek – odczarowują jej obraz jako oderwanego od świata „na zewnątrz” mikrokosmosu. Wychodząc z działaniami do najbliższego otoczenia, twoja klasa uczy się współpracy i współistnienia z różnymi grupami, buduje w sobie postawę otwartości i empatii, ma szansę poczuć się bardziej związana ze szkołą i odpowiedzialna za nią.*

# Ja, moi uczniowie i nasza szkoła jako część społeczności lokalnej.

Judyta Ziętkowska



## Codzienne sytuacje szkolne – wskazówki

### Zainicjuj klasowe śniadania z lokalnych produktów i specjalności

Zaproponuj klasie, żeby co jakiś czas (np. raz w miesiącu) godzina wychowawcza odbywała się w formie wspólnego śniadania. Zachęć do tego, żeby każdy przyniósł do jedzenia coś, co kojarzy mu się z miejscowością lub regionem, co jada się u niego w domu albo też co po prostu lubi. Podczas posiłku możesz zainicjować rozmowę, np. o tym, czy uczniowie i uczennice wiedzą, skąd pochodzą produkty znajdujące się na stole, co to znaczy, że produkt jest lokalny, jakie potrawy typowe dla waszego regionu kojarzą, czy je się takie dania u nich w domach. Zwróć uwagę, że wspólne śniadania pozwalają też na to, żeby w bardziej swobodnej atmosferze móc poruszyć z klasą różne tematy wychowawcze. To także dobra okazja do zauważenia i poznania poszczególnych osób w grupie. Może z czasem zdecydujesz się zaprosić na takie śniadanie rodziców, dziadków czy reprezentantów lub reprezentantki lokalnych instytucji?

### Stwórz mapę społeczności w sali klasowej

Sala należąca do twojej klasy to miejsce, które możesz wykorzystać do zaciekawienia uczniów miejscem, w którym żyją i zachęcenia do jego eksplorowania. Stwórz z klasą mapę społeczności lokalnej (np. na szarym papierze), którą powiesicie w widocznym miejscu. Nanieście na nie punkty ważne dla mieszkańców i mieszkańek, miejsca symboliczne/historyczne, miejsca, gdzie ludzie lubią się spotykać, rozwijają swoje pasje, np. szkoła, park, skwerek, rynek, kościół, pomnik, itp. Zaznaczcie te punkty, które są ważne też dla was. Zadbaj o to, żeby na mapie pojawiła się też wasza szkoła.



Postaraj się co jakiś czas wracać z klasą do mapy i sprawdzać, co się zmieniło, może przybyło jakieś nowe miejsce. Dzięki temu spojrzysz na okolicę oczami swoich uczniów i uczennic. Możesz też wykorzystać w dogodnym czasie mapę jako punkt wyjścia do większego działania, np. pytając klasę, jakie miejsca według nich są zaniedbane, co warto byłoby zmienić i w jaki sposób.

## **Włączaj rodziców**

Rodzice są tą grupą, która może być szczególnie zainteresowana tym, co dzieje się w szkole i z którą jako wychowawca masz zapewne często do czynienia. Zachęcamy do spojrzenia na rodziców twojej klasy jako na przedstawicieli i przedstawicielki społeczności lokalnej, których zapraszasz do szkoły i pokazujesz, że to miejsce jest dla nich otwarte. Mogą to być drobne gesty, np. zadbanie o miejsce, gdzie rodzice mogą spokojnie poczekać na dziecko, zwrócenie uwagi na to, żeby w sali klasowej czy na korytarzu były zwroty bezpośrednio skierowane do nich. A może jesteś gotowy/gotowa zaprosić rodziców do współdecydowania, np. o tematach, jakie warto poruszyć z klasą? Dzięki takim działaniom nie tylko włączasz rodziców w życie szkoły, ale też pokazujesz klasie, że szkoła to nie zabarykadowany budynek z zasadami narzuconymi z góry, ale miejsce, w którym podejmuje się dialog z innymi. Rodzice mogą być cennymi sprzymierzeńcami we wzmacnianiu zaangażowania swoich uczniów i uczennic w działania lokalne. Przy okazji rozmów z rodzicami mów o tym, jakie projekty związane z okolicą planujecie lub realizujecie, a także dziękuj im za włączanie się ich dzieci w konkretne inicjatywy na rzecz innych – to bardzo doceniające dla samych młodych ludzi.

## **Reaguj na to, co słyszysz**

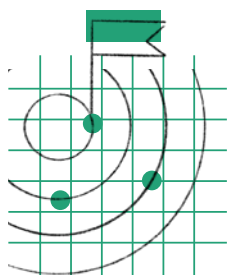
Jeśli dotrą do Ciebie głosy od klasy, na które możesz zareagować i podjąć temat, chwyć się ich. Ktoś z klasy zauważył, że jest głośno, bo obok w sali odbywa się zebranie lokalnego chóru? Świetnie! Porozmawiaj o tym, kto – poza uczniami i uczennicami oraz pracownikami i pracowniczkami – korzysta jeszcze z zasobów szkoły i dlaczego. Może to właśnie odwiedzający szkołę staną się waszym największym wsparciem, kiedy będziecie planować większe działania – w końcu są na wyciągnięcie ręki. Słyszysz, że któryś z uczniów lub któraś z uczennic wygłasza stwierdzenia przyrównujące szkołę do zamkniętych instytucji takich jak więzienie czy koszary? Super! Podejmij wątek i rozpocznij dyskusję o tym, dlaczego tak myślą, co by sprawiło, że spojrzeliby na szkołę jako na miejsce bardziej otwarte dla nich i dla osób z okolicy.

## **Zapraszaj reprezentantów i reprezentantki społeczności**

W środowisku lokalnym twojej szkoły z pewnością można znaleźć wiele osób, które mogą swoim doświadczeniem i wiedzą podzielić się z uczniami i uczennicami. Pracownik lub pracowniczka urzędu gminy może opowiedzieć, na czym polega budżet partycypacyjny. Lokalna organizacja pozarządowa pokaże, w jakie inicjatywy mogą włączyć się młodzi. Policjant lub policjantka przeprowadzi zajęcia o tym, jak zadbać o swoje bezpieczeństwo. Artysta lub artystka z waszej miejscowości uświetni swoim występem wydarzenie szkolne. Dziadek Franka z równoległej klasy przyjdzie, by jako świadek historii przybliżyć ją młodszemu pokoleniu. A może chętni rodzice dzieci mogliby opowiedzieć o swoich zawodach? Dla twoich uczniów i uczennic to nie tylko uatrakcyjnienie zajęć. To również pokazanie im, że w ich otoczeniu istnieje wiele powiązań między ludźmi czy miejscami (w tym szkołą), a oni są częścią społecznej sieci.

## Proponuj włączenie wątków lokalnych do programu szkoły

Zaproponuj dyrekcji i gronu pedagogicznemu dyskusję o tym, na ile ważne jest dla was, żeby szkoła była otwarta/przyjazna dla środowiska lokalnego i co to znaczy, że jest jego częścią. Czy takie zapisy znajdują się w jej misji? Jeśli są, jakie działania to pokazują? Jeśli nie ma, czy chcecie, żeby tam się znalazły? Rozważcie też umieszczenie w programie wychowawczo-profilaktycznym szkoły zagadnień związanych z lokalnością, np. wspierania inicjatyw wolontariackich podejmowanych przez uczniów i uczennic, wzmocnienia wrażliwości na potrzeby innych, wykorzystania potencjału autorytetów i instytucji ze środowiska lokalnego do kształcenia pożądanych postaw u młodych ludzi. To działania z poziomu całej szkoły. Jako wychowawca możesz też zadbać o własne poletko i np. zastanowić się, jak włączyć tematy związane z małą ojczyzną i jej mieszkańcami oraz mieszkankami do programu godzin wychowawczych.



## Działania specjalne – inspiracje

### Bank czasu

Założ z uczniami i uczennicami bank czasu i zachęćcie osoby ze szkoły, ale i mieszkające w okolicy, do zapisania się do niego. W banku czasu walutą jest czas zamiast pieniądza. Należąc do banku czasu poświęcasz swój czas na nauczenie innych tego, co potrafisz (np. obsługa komputera) albo podzielenie się tym, co cię pasjonuje (np. zgłębianie tajników kuchni azjatyckiej). Taka inicjatywa daje szansę na spotkanie się różnych pokoleń, wzajemne poznanie się i zmierzenie się ze wzajemnymi stereotypami („młodym ludziom nic się w dzisiejszych czasach nie chce”, „starzy to tylko gadać potrafią”).

### Wymienialnia rzeczy różnych

Zasugeruj klasie zorganizowanie na terenie szkoły tzw. „garażówki” dla społeczności lokalnej. Zaproście znajomych, sąsiadów i sąsiadki, rodzinę do przyniesienia rzeczy, które są już im niepotrzebne i są gotowi je oddać, np. ubrania, meble, pocztówki, zabawki, książki. Może ten fikus, o który codziennie się potykasz, będzie dla kogoś spełnieniem marzeń? Pamiętajcie, żeby oddawane przedmioty były w dobrym stanie. Rzeczy, które nie znajdą nowego właściciela lub właścicielki, można oddać odpowiedniej organizacji, np. Dom Samotnej Matki. Przy okazji przygotowań wymienialni można porozmawiać z klasą o tym, czym jest świadoma konsumpcja i jak można ją wdrażać w codziennym życiu. Może to być też pretekst do rozmowy z klasą o idei recyklingu, a nawet stworzenia wspólnie rzeźby recyklingowej.

### Wspólne obchodzenie świąt

Przy okazji zbliżających się świąt (wielkanocnych, bożonarodzeniowych, ale też święta szkoły) zaprosz chętnych na warsztaty przeprowadzane wspólnie z klasą. Zastanówcie się, kto mógłby być zainteresowany udziałem – rodzice, koledzy i koleżanki ze szkoły, a może panie z koła gospodyń? Podczas warsztatów można razem tworzyć ozdoby choinkowe, stroiki, własnoręcznie robione prezenty lub przyrządzić coś prostego do jedzenia. Takie działanie łatwo przekuć w coroczną tradycję, na którą będą czekać zarówno twoi uczniowie i uczennice, jak i pozostali zainteresowani.

## Nocny turniej gier planszowych

Szkoła może żyć także nocą, wystarczy zamienić ją na chwilę w miejsce, gdzie odbędą się wielkie igrzyska planszówek! Zaproponuj klasie przygotowanie nocnego turnieju dla społeczności szkolnej, ale też dla gości z zewnątrz, np. rodzin rówieśników jak i pracowników i pracowniczek szkoły. Urządźcie stanowiska do grania na sali gimnastycznej lub (przy sprzyjającej pogodzie) na szkolnym boisku – taka planszowa olimpiada pod chmurką. Wolicie przeprowadzić kilka rozgrywek równocześnie w salach? Jest wiele opcji. Zaproś uczniów i uczennice do wspólnego tworzenia planu rozgrywek. Zasugetuj, że mogą w szkole i w okolicy zrobić krótką sondę, w której zapytają się potencjalnie zainteresowanych wydarzeniem o ich ulubione planszówki.

Jeśli twoja klasa nie przepada za planszówkami, nic straconego. Możesz zaproponować jej zorganizowanie igrzysk gier podwórkowych – zarówno tych, w które grają sami uczniowie i uczennice, jak i tych, w które kiedyś (a może i teraz?) grali ich rodzice i dziadkowie. Więcej o tym, jak przygotować takie rozgrywki, znajdziesz w publikacji „Młody obywatel na sportowo” – rozdział „Kronika sportowa”: <https://ceo.org.pl/publikacje/edukacja-obywatelska-i-ekonomiczna/mlody-obywatel-na-sportowo-czyli-jak-rozruszac-okolice>

## Questing

Questing to rodzaj gry terenowej, która pozwala biorącym udział na samodzielne odkrywanie (często nieoczywistych) miejsc w okolicy poprzez podążanie za rymowanymi wskazówkami. Przedstaw klasie pomysł opracowania questingu dotyczącego obszaru, który chcecie przybliżyć mieszkańcom i mieszkankom i zachęcić do jego eksplorowania. Może to być teren waszej szkoły, osiedla, dzielnicy, ale też całej miejscowości. Przygotowując questy twoi uczniowie i uczennice sami będą musieli bardzo dobrze poznać dany obszar, sprawdzić, co na nim jest, co znaczy dla osób, które z niego korzystają, z czym się kojarzy.

Materiał „Zmiennicy” i „Rozegraj okolice” podpowie ci, jak zorganizować grę w terenie krok po kroku:

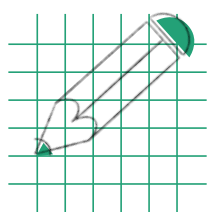
- [https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/sites/mlodyobywatel.ceo.org.pl/files/user-files/Materialy\\_educacyjne/MOB5/zmiennicy\\_broszura.pdf](https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/sites/mlodyobywatel.ceo.org.pl/files/user-files/Materialy_educacyjne/MOB5/zmiennicy_broszura.pdf)
- [https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/sites/mlodyobywatel.ceo.org.pl/files/user-files/Materialy\\_educacyjne/MOB5/rozegraj-okolice.pdf](https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/sites/mlodyobywatel.ceo.org.pl/files/user-files/Materialy_educacyjne/MOB5/rozegraj-okolice.pdf)

## Zjazd absolwentów i absolwentek

Zaproponuj uczniom i uczennicom zorganizowanie zjazdu absolwentów i absolwentek klasy lub szkoły. Kto kiedyś chodził do 5b? Co teraz robi? Jak wspomina szkołę? Co pamięta najlepiej z czasów szkolnych? Które miejsca za jego czasów były kryjówką przed nauczycielami i nauczycielkami? Twoja klasa będzie miała możliwość spojrzenia na swoją szkołę jako na miejsce ważne dla wielu osób, zakorzenione w społeczności, zmieniające się razem z nią. Być może da im to światełko nadziei, że kiedyś spojrzą z sentymentem na czasy szkolne. Zarówno dla zaproszonych gości, jak i dla klasy to także sygnał, że szkoła pamięta o swoich uczniach i uczennicach i chce podtrzymać z nimi kontakt.

## Współpraca z innymi szkołami

Zastanów się, do których działań realizowanych z klasą możesz włączyć inne szkoły z okolicy. Dzięki temu wasze inicjatywy mogą być realizowane na większą skalę, pozwolą dotrzeć do szerszego grona osób. Ale też może to być przyczynek do budowania szkolnej sieci współpracy, wymiany pomysłów między uczniami i uczennicami, kadrą pedagogiczną i dzielenia się zasobami. Dla twojej klasy to także praktyczna nauka współpracy z innymi grupami, instytucjami.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### Otwieramy szkołę

Celem ćwiczenia jest pokazanie klasie, że szkoła to coś więcej niż budynek, do którego przychodzą „tylko ci, co muszą”. Podczas lekcji uczniowie i uczennice zastanowią się, jakie są szkolne zasoby i kto z nich korzysta. Wzmocnią swoje poczucie bycia współgospodarzami miejsca ważnego dla okolicy, czyli swojej szkoły.

**Czas trwania:** 35-40 min

**Materiały i środki dydaktyczne:** wycięte z papieru puzzle z wypisanymi zasobami szkoły – tymi materialnymi i tymi niematerialnymi (np. biblioteka, boisko, sala komputerowa, sprzęt sportowy, chór, zajęcia dodatkowe z matematyki, organizowany co roku festyn, tablica ogłoszeń, itp.), puste puzzle do uzupełnienia, markery/długopisy

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-8 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

1. Wyjaśnij klasie, że dziś na zajęciach wspólnie zastanówicie się, jakie zasoby ma wasza szkoła, kto z nich korzysta i w jaki sposób.
2. Rozłóż na podłodze puzzle z wypisanymi zasobami szkoły. Zachęć grupę, żeby wybrała te, z których sama korzysta lub korzystała. Jeśli uczniowie i uczennice zasygnalizują, że jakichś zasobów brakuje, pozwól je dopisać na pustych puzzlach.
3. Poproś o ułożenie z wybranych puzzli szlaku biegnącego przez salę.
4. Następnie podziel klasę na 3-4- osobowe zespoły. Zachęć do zastanowienia się, kto jeszcze poza nimi korzysta z wybranych zasobów. W razie potrzeby wspomagaj pytaniami, np. Kto poza uczniami i uczennicami ma zajęcia na naszym boisku? Kto bierze udział w organizowanych przez szkołę wydarzeniach? Kto chodzi do szkoły codziennie, a kto odwiedza ją od czasu do czasu? Poproś o zapisywanie pomysłów na pustych puzzlach. Przykładowe odpowiedzi: uczniowie i uczennice z innych szkół, rodzice, rada gminy, nauczyciele i nauczycielki, fani ping-ponga, itp.
5. Powiedz grupie, żeby zapisane puzzle dodała do wcześniejszej układanki w odpowiednie miejsce, np. jeśli na puzzlu jest napisane „koło starszych szachistów” i ono raz w miesiącu korzysta ze szkolnej świetlicy, dołóżcie go do puzzla z napisem „szkolna świetlica”.
6. Podsumuj ćwiczenie na forum. Zwróć uwagę na to, co pojawiło się na puzzlach, kto korzysta z zasobów szkoły. Zachęć uczniów i uczennice do refleksji: Czy coś podczas ćwiczenia ich zaskoczyło? Co to było? W nawiązaniu do puzzli i do padających odpowiedzi dopowiedz, że szkoła jest przeznaczona nie tylko dla jej uczniów i uczennic oraz pracowników i pracowniczek. Szkoła pełni ważne miejsce dla otoczenia, w którym się znajduje – w tym dla jego mieszkańców i mieszkank. A oni jako współgospodarze tego miejsca mogą do niego zapraszać innych lub zgłaszać pomysły nauczycielowi czy nauczycielce, kogo chcieliby zaprosić.

7. Zachęć klasę do dyskusji, kogo ze społeczności lokalnej mogą zaprosić do swojej szkoły i w jakim celu. Jeśli nie starczy czasu, ten punkt może stanowić temat waszej kolejnej lekcji.

**Informacja zwrotna:** Podkreśl, żeby pracując w zespołach zapisali wszystkie swoje pomysły. Jeden zespół może mieć ich mniej, drugi więcej, to nie konkurs, kto zapisze najwięcej. Zaznacz, że nie ma złych odpowiedzi, bo w tym momencie patrzymy na szkołę i na odwiedzających ją ich oczami. Podziękuj za udział w zajęciach.

#### **Zwróć na to uwagę:**

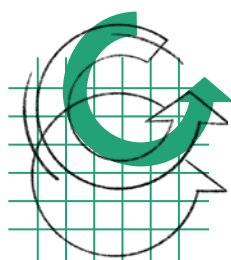
- Nic nie szkodzi, jeśli odpowiedzi na puzzlach będą się powtarzać w kilku zespołach. Możesz się do tego odnieść i powiedzieć, że im więcej podobnych odpowiedzi, tym bliżej szkoły jest dana grupa (np. rodzice).
- W młodszych klasach (4-5) może być większa trudność z wymianianiem osób czy grup, które korzystają z zasobów szkoły. Wtedy pracę w małych zespołach możesz zastąpić burzą pomysłów na forum.
- W klasie mogą pojawić się głosy polemizujące ze stwierdzeniem, że uczniowie i uczennice są współgospodarzami szkoły. Potraktuj to jako punkt wyjścia do rozmowy, dlaczego klasa tak uważa, co sprawi, że poczują się bardziej decyzyjni, odpowiedzialni za to miejsce.

*Chętnie się uczy my i uczestniczymy w różnych inicjatywach, jeśli nas coś zainteresuje. Dlatego tak ważne jest, by zaciekać siebie i swoich uczniów sąsiedztwem, okolicą szkoły, tym, co za oknem, po drodze, w pobliżu. Dzięki tym bliskim odkryciom, możemy lepiej poznać uczniów, zrozumieć, jak spędzają czas, z czym przychodzą na lekcje. Zainteresowanie się tym, co dzieje się okolicy, pomaga nam poczuć się jej częścią, buduje naszą lokalną tożsamość, wzmacnia naszą pewność siebie i poczucie bezpieczeństwa.*

*To pierwszy krok, by poczuć się częścią społeczności lokalnej, znaleźć sojuszników, skorzystać z dostępnych zasobów (tych bardziej i mniej oczywistych, np. wspomnień mieszkańców, archiwaliów, przestrzeni publicznej itp). A od ciekawości do zainicjowania własnych działań na rzecz okolicy już naprawdę blisko.*

# Jak zainteresować uczniów i uczennice tym, co się dzieje w okolicy?

Greta Drożdżel-Papuga



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Co słycać?

Zaczynasz lub kończysz lekcję rytuałem? Pytaniem jak się macie? Co u was dobrego, co nowego? Co się wydarzyło w ostatnim czasie, czym chcielibyście się podzielić? W jakim nastroju kończycie zadanie? Podczas takich aktywności, możesz wykorzystać karty metafory, przygotowane z obrazków przedstawiających okolicę. To może być stare drzewo, okoliczny skwerek, mniej lub bardziej charakterystyczny budynek, detal architektoniczny. Przygotuj takie karty, wycinając obrazki z lokalnej prasy lub drukując zdjęcia, zrobione podczas spaceru. Możesz zaprosić również dzieci do przyniesienia obrazków, wydruków przedstawiających ich okolicę (np. plac zabaw, skatepark, skwerek, ławkę, coś, co codziennie widzą, mijają). Po skompletowaniu kart używaj ich jako barometru nastroju, stałego elementu rytuału rozpoczynającego czy kończącego lekcję. Dzięki temu uczniowie i uczennice mogą spojrzeć na okolicę w bardziej metaforyczny, wieloznaczny sposób, mogą nadać znaczenie różnym, nawet nieznanym wcześniej miejscom. A to przyczyni się do zainteresowania ich odkrywaniem nowych przestrzeni i elementów małej i dużej architektury z okolicy.

### Co robić po lekcjach?

Zorganizujcie w swojej klasie miejsce, gdzie będziecie wspólnie umieszczać informacje o tym, co ciekawego dzieje się w okolicy. To może być fragment tablicy, pudełko z pomysłami na popołudnia i weekendy. Może ktoś z klasy gra ważny mecz w lokalnym klubie sportowym? Ktoś idzie na sąsiedzką gwiazdkę na swoim osiedlu? Informujcie i zapraszajcie się na różne wydarzenia, które dzieją się w pobliżu. Dzięki temu nie tylko dowiedziecie się więcej o sobie nawzajem, spędzicie wspólnie czas, ale też lepiej poznacie okolicę i jej możliwości. Wracaj do zapisków z tablicy/

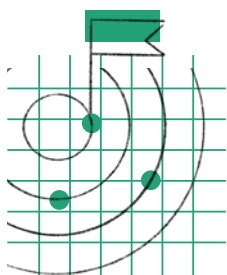
pudełka co jakiś czas, dopytuj uczniów i uczennice, czy ktoś był w jakimś nowym miejscu, skorzystał z zaproszenia, dowiedział się czegoś nowego o okolicy? Podziel się też swoimi odkryciami, jeśli udało ci się gdzieś wybrać, coś zobaczyć. Podziękuj za inspiracje, wzmocnij osoby, które angażują się w odkrywanie okolicy.

## Lokalne Muzeum Ciekawości

Chcesz lepiej poznać swoich uczniów i uczennice, dowiedzieć się o nich czegoś więcej? Tak, by zdobyta wiedza dotyczyła również życia pozaszkolnego? Zachęć uczniów do przygotowania Lokalnego Muzeum Ciekawości. To ćwiczenie integracyjne, które możesz wykorzystać jako aktywność służącą lepszemu poznaniu się uczniów. Każda osoba proszona jest o przyniesienie eksponatu/przedmiotu, który w jakiś sposób określa zainteresowania tej osoby, ale też jest związany z najbliższą okolicą. Medal z dzielnicowego biegu z okazji Dnia Niepodległości, a może książka znaleziona na ławce w parku czy kolekcja kasztanów ze spacerów? Poproś uczniów o przedstawienie się za pomocą przyniesionego przedmiotu. Przy opowiadaniu, prezentowaniu eksponatów, warto dopytać o historię i miejsce, jakie się z nim wiąże. Może ktoś z klasy również ma podobne wspomnienia, zainteresowania? Wykorzystaj tę rozmowę jako pretekst do tego, by porozmawiać o tym, co teraz się dzieje w danych miejscach. Pogłębioną wersję tej aktywności znajdziesz w opisie ćwiczenia na godzinę wychowawczą.

## Ktokolwiek słyshał, ktokolwiek wie?

Uczniowie/uczennice mogą być specjalistami od swojej okolicy. Skorzystaj z tego i poradź się ich. Gdzie warto pójść na spacer? Gdzie najlepiej kupić zeszyty? Gdzie zimą pojeździć na sankach? Przy pojawiających się odpowiedziach, dopytaj inne osoby, które nie tak chętnie dzielą się spostrzeżeniami – czy znają te miejsca, bywają w nich? Podziękuj za rady lokalnych specjalistów i specjalistek, podkreślając, jak przydatna jest wiedza na temat tego, co w pobliżu. Wracaj do rad i propozycji co jakiś czas. Zapytaj, czy ktoś skorzystał z podanych wskazówek. Podziel się również swoim doświadczeniem i refleksjami ze wskazówek z których skorzystałaś/eś – w ten sposób wzmocnisz uczniów, pokazując, że to, co mówią jest dla ciebie ważne, że traktujesz to poważnie.



## Działania specjalne – inspiracje

### Pokaż, co widzisz

Okolice szkoły nie zawsze pokrywają się z okolicą miejsca, w którym mieszkają twoi uczniowie. Bez względu na to, czy ktoś mieszka blisko czy daleko, tworzycie społeczność, która spotyka się w szkole. Nie zawsze jest okazja i możliwość, żeby się odwiedzać, poznawać swoje miejsca zamieszkania. Zaproś uczniów do aktywności, która ma na celu przybliżenie indywidualnych okolic każdego ucznia, każdej uczennicy. Poproś o narysowanie/naszkicowanie swojego widoku z okna (lub sfotografowanie i wydrukowanie na kartce a4). Inspiracją do tej aktywności może być strona: [www.window-swap.com](http://www.window-swap.com) – gdzie ludzie z całego świata, dzielą się swoimi widokami z okna. Przyniesione rysunki/zdjęcia możecie rozłożyć na podłodze lub zawiesić na ścianie. Zainteresowanie obrazem/widokiem jest pretekstem, żeby dowiedzieć się więcej o danej okolicy. Co ktoś w niej lubi, co można tam robić, co jest charakterystyczne, w co można się zaangażować? Co warto zmienić?

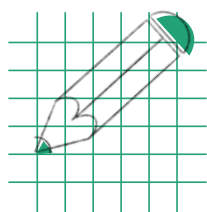
Drugim wariantem ćwiczenia jest odgadywanie po widoku, czyj on może być. A następnie przejście do rozmowy o okolicy i jej możliwościach. To ćwiczenie rozbudza ciekawość, ale też rozwija empatię.

## Na tropie

Spacery po okolicy w młodszych klasach szkoły podstawowej są bardzo częste. Im starsi uczniowie, tym spacery często zastępowane są innymi aktywnościami sportowymi lub wyjazdami gdzieś dalej. A gdyby tak zaproponować klasie spacer z wcieleniem się w daną rolę? Możesz zrobić losowanie lub głosowanie, w kogo wcielicie się na spacerze, możecie być np. detektywami, dziennikarzami, pisarzami, lokalnymi aktywistami, turystami, przewodnikami. Wyjdźcie na spacer po okolicy, z notesami, długopisami i – jeśli jest taka możliwość – z telefonami komórkowymi (które przydadzą się do robienia zdjęć). Poproś, by uczniowie/uczennice podczas wyprawy zanotowali/zaznaczyli/sfotografowali 5 rzeczy które im się podobają i 5, które chcieliby zmienić. Po powrocie do klasy porozmawiajcie o waszych odkryciach. Zastanówcie się wspólnie, co możecie zrobić, by wprowadzić wspomniane zmiany. Może w ten sposób zrodził się pomysł na lokalny dłuższy projekt? (Np. zamalowywanie napisów na ścianie budynku, złożenie projektu do budżetu obywatelskiego itp.).

## Czy wiesz, że...?

Zaproś klasę do przygotowania quizu o okolicy. Podziel grupę na mniejsze zespoły. Każdy zespół opracowuje trzy quizowe pytania (z propozycjami odpowiedzi: a, b, c). Dla ułatwienia i nie powtarzania pytań, stwórz kategorie, które będą losowane przez grupy, tworzące pytania, np. patroni ulic, wydarzenia historyczne, przyroda, tereny rekreacyjne, sławni ludzie, wydarzenia kulturalne itp. Do przygotowania pytań uczniowie mogą wykorzystywać telefony komórkowe lub lokalne gazety/wycinki (które warto przygotować sobie wcześniej). Następnie przeprowadź quiz – nagradzając poprawne odpowiedzi oklaskami. Jedna grupa zadaje pytania wszystkim pozostałym. Wprowadź zasady udzielania odpowiedzi, np. każda grupa zapisuje odpowiedź na kartce i pokazuje je na twój znak – dzięki tej zasadzie, zapanujesz nad emocjami w klasie i dasz możliwość odpowiedzi wszystkim grupom, a nie tylko jednej, najszybszej. Po grze porozmawiajcie o tym, czego się dowiedzieliście o okolicy, co było dla was odkryciem, zaskoczeniem. Podziel się swoimi przemyśleniami. Możesz zaproponować uczniom i uczennicom, by taki quiz przeprowadzili wśród znajomych czy rodziny. Gra jest nie tylko pretekstem do poznania okolicy, to również wyszukiwanie informacji, konstruowanie pytań i zaciekawienie tym, co w pobliżu.



# Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

## Lokalne Muzeum Ciekawości

Choć ćwiczenie to można przeprowadzić w szybki sposób jako lodołamacz (zabawę z metaforą, czyli opowiedzenie o sobie, swoich zainteresowaniach za pomocą przedmiotu związanego ze swoją okolicą), to zachęcamy do przeprowadzenia go w nieco pogłębionej, dłuższej wersji i poświęcenie na nie jednej godziny lekcyjnej.



Ćwiczenie to warto wykorzystać, kiedy chcesz lepiej poznać swoich uczniów i uczennice, czujesz, że klasa potrzebuje integracji, chcesz polepszyć atmosferę w grupie i włączyć wszystkie osoby do działania. Jednocześnie, zależy ci, żeby pokazać, jak ważna jest znajomość okolicy, jak wiele może nam zaoferować i jak możemy wpływać na miejsce w którym żyjemy, mieszkamy, uczymy się. Zaprosz klasę do małej przygody, która będzie bazowała na ich ciekawości, jednocześnie rozwijając ją.

**Czas:** 45 min

**Materiały:** przestrzeń z krzesłami ustawionymi w kręgu, większa torba na zakupy lub pudełko, ewentualnie flipchart i markery

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-8 szkoły podstawowej

## Przebieg ćwiczenia:

1. Zachęć uczniów, by na zaplanowaną godzinę przynieśli coś, co określa ich zainteresowania, mówi o tym, jak lubią spędzać wolny czas po lekcjach. To może być:

- przedmiot
- wydrukowane zdjęcie
- praca wykonana na dodatkowych zajęciach itp.

Ważne, by przyniesiona rzecz wiązała się w jakiś sposób z ich okolicą. Jeśli grupa ma problem ze zrozumieniem zadania, podaj kilka przykładów, które pomogą naprowadzić uczniów. Dane przedmioty mogą być związane z zajęciami dodatkowymi prowadzonymi w okolicy, na które chodzą po lekcjach np. pas od kimona, piłka do kosza, baletki, książka z biblioteki itp. To może być wydrukowane zdjęcie miejsca albo jakiś przedmiot z danej przestrzeni (szyszka, kasztan, liść), którą bardzo lubią, w której spędzają dużo czasu. Zadaj kilka pytań pomocniczych: *Co lubicie robić w okolicy? Gdzie spędzacie czas? Jakie macie miłe wspomnienia z miejsca, w którym mieszkanie/chodzicie do szkoły? Znajdźcie przedmioty, które odpowiedzą na te pytania – z waszą pomocą. Pamiętaj o tym, by samemu/samej również przynieść przedmiot.* Dla podsycenia ciekawości i lepszej zabawy, poproś, by uczniowie nie zdradzali sobie nawzajem, co przynieśli.

2. Przed wejściem do klasy ustaw torbę/pudełko i poleć, aby uczniowie włożyli tam swoje przedmioty.
3. Na lekcji usiądźcie w kręgu. Połóż na środku podłogi przyniesione przedmioty. Zachęć uczniów do tego, by wstali i obejrzeni przyniesione skarby, pomyśleli chwilę, co mogą oznaczać. Po tym krótkim przeglądzie, wróćcie do kręgu i usiądźcie.
4. Następnie ty lub ktoś z uczniów (np. na zmianę/chętna osoba itp), wybiera jedną rzecz, która ją ciekawi, ale która nie jest przyniesiona przez osobę wskazującą. Przez chwilę możecie się zastanowić i powiedzieć na forum, jak myślicie, kto przyniósł dany przedmiot. Dlaczego tak myślicie, co was nakierowało.
5. Następnie poproście właściciela, by się ujawnił i krótko opowiedział, dlaczego przyniósł dany przedmiot, co on o nim mówi, jak związany jest z okolicą. Zachęć uczniów do rozmowy/refleksji:
  - Czy ten przedmiot was zdziwił/zaskoczył? Dlaczego?
  - Czy dowiedzieliście się czegoś nowego o koledze/koleżance?
  - Czy dowiedzieliście się czegoś nowego o okolicy? Co to takiego? Czy ktoś ma podobne doświadczenia, wspomnienia związane z danym miejscem?
  - Jak postrzegacie swoją okolicę? Lubicie ją? Uważacie, że jest ciekawa? Co można robić, byście czuli się lepiej w miejscu, w którym mieszkanie/uczycie się?

**Informacja zwrotna:** Na koniec lekcji podziękuj uczniom i uczennicom za zaangażowanie, przyniesienie przedmiotów i podzielenie się swoimi historiami – w waszej klasie powstało prawdziwe Lokalne Muzeum Ciekawości. Podkreśl, że dzięki dzisiejszej lekcji, nieco lepiej ich znasz i rozumiesz, a jednocześnie masz nowe inspiracje i pomysły na to, co warto zobaczyć/zrobić w okolicy. Zbierz informację zwrotną od klasy: Co ich zaskoczyło, czego się dowiedzieli, z czego skorzystają?

### Na co zwrócić uwagę:

Nie przejmuj się, jeśli rzeczy przyniesione przez uczniów i uczennice – odbiegają od twoich wyobrażeń. Każdy, nawet najprostszy, codzienny przedmiot ma potencjał do tego, żeby rozpocząć rozmowę. Pamiętaj o pytaniach pomocniczych, które zachęcą do opowieści. Np.: Z jaką historią, sytuacją, miejscem wiąże się ten przedmiot? Co mówi o twoich zainteresowaniach? Jak często masz go ze sobą? Itp. Jeśli chcesz ośmielić grupę, możesz zacząć od przedstawienia siebie za pomocą przedmiotu, który związany jest również z twoją okolicą/okolicą szkoły.

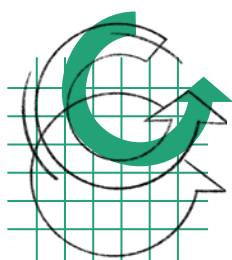
### Warianty:

- Podczas pojawiających się odpowiedzi, możecie zapisywać lokalne informacje na flipczarcie/większej kartce np. Park im...; zajęcia z malarstwa w domu kultury; mecze lokalnej drużyny itp. W ten sposób powstanie bank propozycji na to, co można robić w wolnym czasie w okolicy. Po jakimś czasie możecie wrócić do tych zapisków, uporządkowywać je, dodawać nowe. Zapytaj, czy ktoś był w jakimś nowym miejscu, coś chciałby dodać. A może ktoś wypróbował polecane przez kogoś miejsce/zajęcia i chciałby się podzielić refleksją?
- Jeśli macie przestrzeń w klasie (na korytarzu, świetlicy itp.) możecie stworzyć rzeczywiste Lokalne Muzeum Ciekawości – przyniesione przedmioty mogą pozostać w nim nieco dłużej. Zadbajcie o podpisy eksponatów z zaznaczeniem, do jakiego miejsca w okolicy nawiązują. Jeśli jakiś eksponat nie może zostać w klasie (bo jest np. w użyciu) – możesz poprosić daną osobę o narysowanie go i dołączenie do muzeum. Może uczniowie będą chcieli oprowadzić inną klasę po swojej wystawie albo opowiedzieć o niej rodzicom przed spotkaniem klasowym?
- W Lokalnym Muzeum Ciekawości zaproponowano zbieranie przedmiotów/zdjęć – ale możesz poprosić uczniów o przyniesienie całkiem innych rzeczy, np. nagrań dźwiękowych z ich okolicy albo zebranych i zapisanych wspomnień/historii rodziców/sąsiadów związanych z danym miejscem itp. Muzeum Ciekawości możecie bowiem profilować tematycznie w zależności od zainteresowań – twoich oraz uczniów i uczennic.

*W rozdziale „Jak rozwijać własne umiejętności wychowawcze?” opisaliśmy proces modelowania, jednego z najbardziej podstawowych i skutecznych narzędzi wychowawczych. Dzieci uczą się poprzez obserwację i naśladowanie, jednak tylko pozytywny wzorzec jest w stanie wpłynąć na ich zachowanie. Nauczyciel wychowawca, który podejmuje działania na rzecz społeczności lokalnej wbrew sobie, który nie jest szczery i przekonujący, nie stanie się wzorem dla dzieci. Nauczyciel zaangażowany w życie społeczności zna jej mocne i słabe strony, zasoby jakimi dysponuje, problemy, które ją trapią.*

# Modelowanie postawy obywatelskiego zaangażowania w sprawy lokalne

Agnieszka Jarmuł



## Codzienne sytuacje szkolne – wskazówki

### „Prasówka”, czyli przegląd wydarzeń

Jednym z kształconych nawyków może być pokazanie uczniom i uczennicom, jak ważne jest śledzenie na bieżąco, co dzieje się w ich miejscowości. Warto wykorzystać moment, gdy jeden z uczniów podzieli się z tobą lub na forum informacją, że słyszał/czytał, że w waszej miejscowości odbędzie się coś, co go zainteresowało – jarmark świąteczny, zbiórka plastikowych zakrętek dla schroniska, przyjazd pisarza na spotkanie autorskie. Podnieś ten temat na forum, docień i podkreśl, jak ważne jest śledzenie tego, co dzieje się w waszej gminie. Sprawdzanie wiadomości na stronie www i Facebooku gminy, czytanie lokalnych gazet, słuchanie radia – warto, żeby te wszystkie źródła stały się ich codziennością. Nauczyciel, który orientuje się w bieżących wydarzeniach miejscowości (imprezach, jarmarkach, konkursach, warsztatach), zarządzeniach gminy (w szczególności dotyczących młodzieży) łatwiej zainteresuje swoją klasę tym, co wokół niej się dzieje. Przekazanie uczniom od czasu do czasu informacji, która potencjalnie może ich zainteresować oraz wskazanie jej źródła, jest działaniem wystarczającym. Podziel się z uczniami kanałami na Youtube, tytułami gazet, które subskrybujesz. Może jesteś zapisany do jakichś newsletterów? Opowiedz o nich uczniom i uczennicom, powiedz, czego się dowiedziałeś, przekazuj wiadomości, które mogą ich zainteresować. To może sprawić, że sami zaczną na bieżąco śledzić media, może wspólnie zorganizujecie godzinę wychowawczą, na której podzielicie się „swoimi” miejscami w internecie.

### Ucz, ale też towarzysz

W twojej szkole stoją śmietniki do segregacji śmieci? Czy wiesz, jak je sortować, czy stosujesz te zasady? Pytaj uczniów i uczennice, dlaczego jest to ważne; czy jest formą angażowania się w życie społeczności lokalnej, a jeśli

tak, to dlaczego. Widzisz porzucane papierki w szkole? Poproś ucznia o pomoc w ich posprzątaniu. Niech nie robi tego sam. Towarzysząc mu, pokazujesz, że to jest ważne działanie.

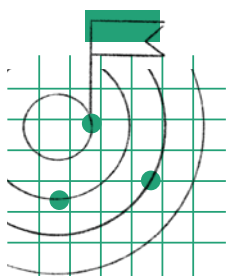
## Obserwuj, zauważaj!

Angażowanie się w sprawy lokalne to także przypatrywanie się swojej okolicy. Każdego dnia idąc do szkoły, jadąc rowerem czy podróżując autobusem pokonujemy jakiś odcinek drogi. Pytaj uczniów i uczennice o to, co zaobserwowali podczas tej krótkiej podróży. Wykorzystaj moment, gdy w klasie pojawią się głosy, że waszej miejscowości nic się dzieje, nic się nie zmienia – zachęć uczniów i uczennice do eksperymentu, w którym przez 14 dni będą dokładnie obserwować drogę z domu do szkoły. Naucz ich wrażliwości na to, co widzą dookoła. Czy coś się zmieniło w ich przestrzeni? Czy pojawiło się coś, co ich ucieszyło? Czy są w niej rzeczy, które chcieliby zmienić, poprawić, dodać? Jak zmienia się pokonywana przez nich droga każdego dnia? Być może przez kilka pierwszych godzin wychowawczych będą mówić, że widzą wciąż te same rzeczy. Przekaż im, że zmiana postrzegania wymaga czasu, wspieraj, gdy dostrzegasz ich zniechęcenie.

## Partyzantka uliczna

Uważne obserwowanie przestrzeni to pierwszy punkt. Ale jak zmieniać to, co nam się nie podoba? Wykorzystaj moment, gdy w klasie pojawią się głosy, które mogą stanowić punkt wyjścia do rozmowy o odpowiedzialności za przestrzeń np. uczniowie narzekają, że od kilku dni na słupie wiszą ledwo trzymające się plakaty, porzrywane kartki fruwały wokół przystanku; od dłuższego czasu pod szkołę przychodzi bezdomny pies, uczniowie dokarmiają go, ale czują, że to za mało; a może przystanek, na którym ciągle wysiadają, ma połamaną ławkę i pomazane szyby.

Dyskutuj z uczniami i uczennicami o tym, kto jest odpowiedzialny za przestrzeń. Czy wszystko leży w gestii gminy? A może coś możemy zrobić sami? A jeśli nie, to gdzie powinniśmy to zgłosić?



## Działania specjalne – inspiracje

### DZIAŁAJCIE, ORGANIZUJCIE SIĘ:

#### „Speed dating” mieszkańców i mieszkańek

Co to za pomysł? „Szybkie randki” mieszkańców?

Zaproponuj swojej klasie zorganizowanie spotkania w formie szybkich i krótkich spotkań. Jak to działa? Przy rozstawionych stolikach siadają po dwie osoby. Mają kilka minut na rozmowę, po czym dostają sygnał zmiany stolików. Tym samym w ciągu godziny mogą poznać bardzo wiele osób, a później z wybranymi zacieśnić relacje. Takie wydarzenie można przeprowadzić na placu, w parku, w miejscu, gdzie będzie można rozstawić dużo stołów, a do wydarzenia zaprosić mieszkańców w różnym wieku i pełniących różne funkcje w miejscowości. Dla ułatwienia rozmów na stolikach można postawić pudełka z przykładowymi pytaniami.

## Zbiórki charytatywne

Chyba najpopularniejsza inicjatywa, jaką podejmują uczniowie i uczennice, by włączyć się w działania na rzecz społeczności lokalnej: coroczne zbiórki na WOŚP, zbiórki karmy dla schronisk dla zwierząt czy sprzedawanie ciastek przed świętami. Staraj się inicjować takie zbiórki, które wynikają z twoich przekonań, które są ci bliskie. Uczniowie i uczennice mogą wyczuć, jeśli jakiś temat jest ci obcy, tym samym nie zaangażują się w niego na 100%. Kochasz zwierzęta? Zaproponuj zbiórkę na pobliskie schronisko. Z powodu sytuacji epidemiologicznej lokalna kawiarnia stoi na skraju zamknięcia, a ty codziennie kupowałeś/aś tam kawę? Opowiedz o tym uczniom, może będą chcieli wspólnie podjąć działanie na jej rzecz. Pokaż im, że w działaniu charytatywnym chodzi nie tylko o działanie, ale działanie zgodne z tym, co „gra nam w środku”.

## Po sąsiedzku z Wisłą. Zainspiruj się!

Święto rzeki to projekt przeprowadzony przez uczennice z Collegium Gostomianum w Sandomierzu. W ramach projektu CEO polegającym na „poznawaniu swoich sąsiadów” zdecydowali się na zaskakującą sąsiadkę – Wisłę. Uczennice nie tylko przybliżyły dzieciom i dorosłym historię rzeki, ale także zachęcały do podpisywania petycji [www.godzina dlaziemi.pl](http://www.godzina dlaziemi.pl), aby zapobiec planowanej regulacji rzeki, a tym samym utracie jej piękna.

Proponując uczniom działanie, w którym angażują się w zbieranie podpisów na rzecz jakiejś akcji, modelujesz postawę zaangażowanego obywatela/obywatelki, który „bierze sprawę we własne ręce”, wie, jak może wyrażać swoje opinie i robi to.

## „Od impresjonizmu...” w Lubartowie.

Działanie przeprowadzone w Lubartowie pod okiem artystki Edyty Weremczuk polegało na stworzeniu kopii obrazu Jeana Maetzingera pt. „Krajobraz wodny z ptakami”. Obraz w postaci muralu znalazł się na ścianie jednego z bloków. Jednak najważniejszym z elementów działania było to, że obraz został wybrany w głosowaniu mieszkańców i mieszkańek bloku, na którym powstał. Młodzież z pakietem różnych obrazów odwiedziła mieszkańców, prosząc o ich opinie. Obraz został wybrany w demokratycznych wyborach. W malowanie włączyli się mieszkańcy całego osiedla.

Proponując uczniom działanie, w którym mieszkańcy miejscowości wspólnie podejmują decyzje, modelujesz postawę demokratycznego obywatela/obywatelki, uczysz uczniów, jak „wychodzić z działaniami” do mieszkańców, jak działać dla wspólnego dobra.

## ANGAŻUJ

### Budżet obywatelski

Budżet Obywatelski, nazywany także budżetem partycypacyjnym, to część budżetu miasta, o której decydują bezpośrednio mieszkańcy i mieszkanki poprzez głosowanie.

W różnych miastach jego funkcjonowanie jest odmienne: np. w Gdańsku i Czeladzi na projekty głosować może każdy, oznacza to, że nawet małe dzieci wspierane przez rodziców mają głos. Młodzieży przysługuje nie tylko prawo głosu, ale także możliwość zgłaszania własnych projektów. Z kolei w Markach swoje pomysły zgłaszać mogą dzieci od 10 roku życia.

Budżet partycypacyjny pełni ważną rolę w edukacji obywatelskiej. Sprawdź, czy działa on w twoim mieście. Opowiedz o projektach, na które sam zgłaszasz, potwierdzi to twoje szczerze zaangażowanie w sprawy lokalne, uczniowie zobaczą, że nie jest to tylko „gadanie dla gadania”. Zachęć swoich uczniów/uczennice do zapoznania się ze zgłoszonymi propozycjami. Warto poświęcić godzinę wychowawczą na wspólne omówienie projektów, na które chcą zgłasować lub działać, które chcieliby zgłosić.

Namacalność efektów głosowania może pokazać uczniom i uczennicom, że ich zaangażowanie w sprawy lokalne przynosi konkretne rezultaty, co z kolei da im większe poczucie sprawstwa.

## Młodzieżowa Rada

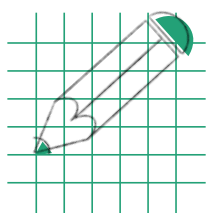
Ważnym działaniem budującym postawę ucznia/uczennicy zaangażowanego w sprawy lokalne jest przedstawienie mu możliwości aplikowania do Młodzieżowej Rady.

Czym ona w ogóle jest? To grupa młodych ludzi, która została wybrana przez swoich rówieśników w wyborach, organizowanych najczęściej w szkołach. Funkcją Rady jest reprezentowanie młodzieży na danym terenie, mają one także na celu uwrażliwienie władz samorządowych na ich potrzeby oraz wyrażanie opinii o działaniach podejmowanych przez organy samorządu terytorialnego.

Sprawdź, czy w twojej miejscowości działa Młodzieżowa Rada. Jeśli nie, może warto zachęcić uczniów/uczennice do przedstawienia tej propozycji radzie gminy. Pamiętaj, że także wsie mogą posiadać Młodzieżowe Rady.

## Młodzieżowe Budżety Obywatelskie

Innym pomysłem na włączanie młodzieży w sprawy lokalne są organizowane przez samorządy lokalne. Młodzieżowe Budżety Obywatelskie, w którym młodzi ludzie mogą zgłaszać pomysły na inicjatywy przeznaczone dla młodzieży. Inicjatywy zwykle mogą dotyczyć działań o charakterze społecznym, ale niekiedy także działań o charakterze inwestycyjnym. Taki budżet istnieje chociażby w Łomży czy od 2018 w Malborku. To także może być sposobem na włączenie młodzieży w życie społeczności lokalnej. Warto pamiętać, że na wsiach istnieje fundusz sołecki – zachęć uczniów i uczennice do udziału w zebraniu wiejskim.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### Eko mieszkaniac, eko mieszkanka!

Celem proponowanego ćwiczenia jest refleksja nad tym, w jaki sposób właściwie segregowanie śmieci wpływa na życie lokalnej społeczności. Podczas lekcji uczniowie i uczennice zastanowią się, czy segregowanie śmieci świadczy o byciu odpowiedzialnym mieszkańcem/mieszkanką oraz dlaczego powinno być ważne dla mieszkańców ich miejscowości?

**Czas trwania:** 45 minut

**Materiały i środki dydaktyczne:** folia, kolorowe kartki, worek przeróżnych śmieci, rzutnik i komputer

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-8 szkoły podstawowej

## Przebieg ćwiczenia:

1. Usiądź z uczniami i uczennicami w kole, rozpocznij krótkim ćwiczeniami na rozgrzewkę.
2. Rozłóż przeróżne rzeczy na stole np. plastikowe opakowanie po napoju, kartkę z namalowanym na niej rysunkiem, żarówkę itp. (jeśli możesz sobie na to pozwolić warto dodać takie rzeczy jak: ubrudzony dżemem słoik, skórki od banana itp.) Niech będą to zarówno odpady biodegradowalne, zmieszane, szkło, tektura czy elektrośmieci. Dodatkowo możesz umieścić zdjęcia rzeczy, które są zazwyczaj mylnie umieszczane w pojemnikach: np. ziemia doniczkowa; kości kurczaka (nie są to śmieci biodegradowalne – tylko zmieszane); szyby okienne (nie wrzucamy ich do szkła).

Więcej możesz przeczytać na <https://naszesmieci.mos.gov.pl/jak-segregowac> (strona przeznaczona jest dla dzieci, można na niej znaleźć materiały dla szkół, filmiki) lub skorzystać z aplikacji podpowiadającej, gdzie wyrzucać śmieci.

3. Rozłóż kolorowe kartki odpowiadające poszczególnym kolorom śmietników np. brązowy – biodegradowalny, żółty – szkło. Poproś uczniów i uczennice o przyporządkowanie śmieci do odpowiednich kolorów.
4. Rozpocznij dyskusję:
  - Czy segregowanie śmieci jest dla ciebie ważne? Dlaczego tak, dlaczego nie?
  - Dlaczego segregujesz/nie segregujesz śmieci? Jak wygląda to w twoim domu?
  - Dlaczego segregowanie śmieci powinno być ważne dla twojej miejscowości?
  - Czy segregowanie śmieci wpływa na twoją miejscowość? Jak wpływa jego brak?
  - Czy segregowanie śmieci świadczy o byciu odpowiedzialnym mieszkańcem/mieszkanką? Wymień argumenty, który potwierdzają lub obalają tę tezę.
  - Jak ty możesz zaangażować się w propagowanie wiedzy na temat segregowania śmieci w swojej miejscowości?

Podczas dyskusji, dziel się z uczniami i uczennicami swoimi przemyśleniami, opowiedz im, jak segregowanie śmieci wygląda w twoim domu, co sprawia ci problem, co jest dla ciebie ważne.

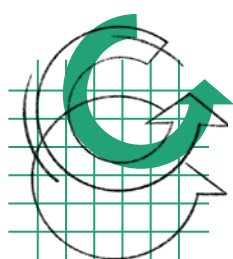
5. Jako utrwalenie wiedzy na temat segregacji śmieci możesz z uczniami i uczennicami zagrać w grę Odpadometr (<https://odpadometr.podzielnia.pl>). Możecie w nią grać w grupach na telefonach lub wspólnie, korzystając z komputera i rzutnika.

**Informacja zwrotna:** Po ćwiczeniu udziel uczniom informacji zwrotnej. W kilku słowach przypomnij przytaczane przez nich działania, podkreśl, jak mogą pozytywnie wpływać na całą społeczność. Wymień rzeczy, nad którymi warto popracować, zaproponuj konkretne rozwiązania np. powieszenie kartki dotyczącej segregacji śmieci na lodówce w domu. Podziękuj uczniom i uczennicom za udział w lekcji, podziel się myślą, która została ci w głowie po dzisiejszej lekcji, poproś ich o to samo.

**Zwróć na to uwagę:** Niektórzy uczniowie mogą twierdzić, że sprzątanie szkoły i miasta nie jest ich sprawą – od tego jest personel sprzątający oraz służby porządkowe. Potraktuj to jako informację o potrzebie przeprowadzenia w klasie lekcji dotyczących wspólnotowości, obywatelskiego poczucia odpowiedzialności.

# Jak zaangażowanie uczniów w działania ze społecznością lokalną i na jej rzecz może wzmocnić mnie jako wychowawcę?

*Bernadetta Białek*



## Wychowawcza rola działań lokalnych

Działania lokalne są sposobem na realizowanie zadań wychowawczych, bo kształtują odpowiednie postawy, uczą młodych, jak funkcjonować w miejscu, w którym żyją. Wychowawca ma wówczas poczucie, że podopieczni zostają wyposażeni w kompetencje miękkie, wzrasta ich oraz opiekuna poczucie wartości – mają wpływ na realną zmianę. Zacieśniają się więzy między wychowankami a nauczycielem. Nauczyciel czy nauczycielka poznaje lepiej grupę, którą się opiekuje. Bardzo ważne jest, aby zawsze wyjść od zachowań uczniów, odpowiadać na ich potrzeby. W jaki sposób?

### 1. Lodołamacze

Gdy dostrzegasz, że ktoś jest poza grupą – zaproponuj ćwiczenia integrujące klasę. Jeżeli uczniowie dobrze poznają się w klasie, będą mieli względem siebie zaufanie, to jest szansa, że z tym potencjałem wyjdą na zewnątrz, poza szkołę – realizując działania z mieszkańcami okolicy, w której uczą się czy mieszkają. Poczucie bycia częścią wspólnoty być może sprawi, że w przyszłości ta osoba stanie się świadomym obywatelem i włączy się w proces decyzyjny swojej gminy m.in. poprzez wybieranie władz samorządowych czy udział w budżecie partycypacyjnym. Dla ciebie każda taka sytuacja przełamania nieśmiałości i niewiary w siebie ze strony wychowanków okazuje się być ogromnym sukcesem wychowawczym.

### 2. Tożsamość

Jeśli zauważysz, że twoi podopieczni wypowiadają się na temat swojego miejsca zamieszkania, podejmij ten wątek. Porozmawiaj, na ile uczennice i uczniowie czują się związani z okolicą, w której mieszkają i uczą się? W jaki sposób czują, że mogą stać się świadomymi młodymi obywatelami? Dzięki temu wzmocnią poczucie tożsamości z lokalną ojczyzną. To jest dobry punkt wyjścia do późniejszego podjęcia konkretnych aktywności. Dzięki takim rozmowom poznasz dobrze swoich podopiecznych, którzy niejednokrotnie sami podpowiadają, co chcieliby w niej zmienić. Daj im i sobie przestrzeń do wypowiedzenia własnych odczuć i potrzeb związanych z miejscem zamieszkania. To buduje więzy między wami.



### 3. Rówieśnicza motywacja do działania

Gdy któryś z twoich wychowanków angażuje się np. w wolontariat, rozwiń ten temat. Zapytaj o jego motywację, na czym polegają jego zadania. Zachęć innych do zadawania pytań koledze/koleżance i wyrażania swojego zdania w tym temacie. Przykład idący z grupy rówieśniczej jest bardzo atrakcyjny i wiarygodny. Może to się stać doskonałą okazją do szerzenia idei wolontariatu i rozmowy na argumenty nawet dla jej przeciwników czy ignorantów. Porozmawiaj o wartości wolontariatu i korzyściach, jakie płyną dla dwóch stron (wolontariuszy i korzystających z wolontariatu). Masz szansę przekuć przykład rówieśniczy w kolejny sukces – rozpropagowanie idei wolontariatu.

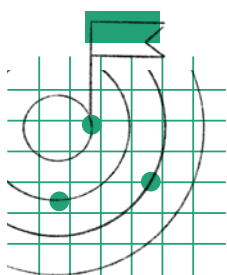
### 4. Wrażliwość na głosy z zewnątrz

Często dzieci, młodzież, rodzice czy mieszkańcy okolicy wychodzą z pomysłami organizowania różnych przedsięwzięć na terenie szkoły. Wsłuchuj się w różne głosy. Wyjdź naprzeciw ich oczekiwaniom dotyczącym organizowania wspólnych inicjatyw. Wzmocni to z jednej strony poczucie sprawczości twoich wychowanków, a z drugiej – twój autorytet.

### 5. Bycie lokalnym liderem

Przed rozpoczęciem projektu na rzecz społeczności lokalnej z klasą, warto zastanowić się nad swoimi kompetencjami, które ułatwiają nam samym zaangażowanie się w takie działania. Istotna jest nasza motywacja, autentyczność, szczerść. Wówczas osiągniemy satysfakcję na drodze samorozwoju. Świadomość, że uczymy „dla życia”, wpływa na nasz dobrostan. Być może staniesz się szkolnym liderem? Gdy wdrażasz nowe rozwiązania, stajesz się pionierem. Dzielenie się skutecznymi rozwiązaniami może wpłynąć na pozytywną zmianę procesu wychowawczego szkoły, która stanie się miejscem m.in. przygotowującym do życia w społeczeństwie obywatelskim.

Jako wychowawcy w naszych działaniach lokalnych mamy szansę być blisko spraw drugiego człowieka, który mieszka obok nas. Angażując się w inicjatywy lokalne, często odpowiadamy na potrzeby innych ludzi, ale i swoje potrzeby, zauważamy wspólnotę lokalną i potrzebę dbania o nią.



## Działania specjalne – inspiracje

### Solidarni z osiedlem

To projekt przeprowadzony w Zabrze, w Gimnazjum nr 25 z udziałem różnych uczniów i nauczycieli, w którym również brałam udział. Polegał on na zaangażowaniu w zbieranie głosów w ramach budżetu obywatelskiego na realizację projektu – budowę boiska szkolnego. Wychowawczy potencjał przedsięwzięcia okazał się ogromny: współpracowaliśmy w grupie, dzieliliśmy obowiązki (opracowanie grafiku dostępności uczniów i nauczycieli w określonych punktach na Osiedlu Kotarbińskiego (m.in. wejście i wyjście ze szkoły, pobliskie sklepy, teren kościoła), przeprowadziliśmy kampanię informacyjną o możliwości i miejscach głosowania na stronie szkoły i FB,

sporządziliśmy i rozdawaliśmy ulotki informacyjne, organizowaliśmy sprzęt mobilny do głosowania, namalowaliśmy plakaty); opracowaliśmy plan działań; nawiązaliśmy współpracę z Radą Osiedle Kotarbińskiego. Zauważyłam, że mieszkańcy osiedla zaczęli sobie bardziej ufać, np. jeden z panów, który głosował za pośrednictwem mojego smartfona, telefonował do sześciu osób ze swojej rodziny, by dowiedzieć się o numery PESEL i za pozwoleniem tych osób oddał głosy. Jako angażujący się nauczyciele poczulśmy się wzmocnieni sprawczością działań, a zaangażowanie wszystkich mieszkańców osiedla przełożyło się na ostateczny efekt – cel został osiągnięty i do dziś mamy piękne i funkcjonalne boisko. Zyskaliśmy jako grono pedagogiczne i mieszkańcy osiedla motywację do udziału w kolejnych projektach obywatelskich. Podejmujemy też jako szkoła wiele inicjatyw z Radą Dzielnicy Osiedle Kotarbińskiego.

## Pomoc starszym

Uczulaj swoich podopiecznych na położenie osób starszych w okolicy (szczególnie w sytuacjach kryzysowych, np. pandemii), które często są samotne i potrzebują pomocy, np. w zrobieniu zakupów i dostarczeniu ich do domu. Dzięki temu młodzież uczy się empatii i zwracania uwagi na różnych ludzi (na co dzień niewidocznych), którzy żyją obok nas. Potrzebujący mieszkańcy zyskują wsparcie. Z wychowawczego punktu widzenia zyskujesz poczucie sensu swojej pracy, nawiązując się więzy między najmłodszymi i najstarszymi mieszkańcami okolicy. Wzrasta poziom empatii u najmłodszych.

## Wieczornice

Być może zainspirujesz się inicjatywą zapoczątkowaną przez Panią Katarzynę Chmiel w Gimnazjum nr 25 i kontynuowaną w Szkole Podstawowej nr 25 w Zabrze polegającą na współpracy ze społecznością lokalną w ramach organizacji tematycznych **wieczornic** (m.in. *Wspólne kolędowanie* czy *Wieczornica Niepodległościowa*). Mogą okazać się doskonałą okazją do wspólnej rozmowy przy kawałku domowego ciasta, śpiewania, nauki autoprezentacji ze strony najmłodszych mieszkańców okolicy. Na takie wspólne spotkania szczególnie czekają najstarsze osoby osiedla, a Pani Kasia wyrosła na lokalną liderkę inicjatyw integrujących środowisko lokalne, włączając w organizację inne osoby z grona nauczycielskiego oraz zapraszając do współpracy przedstawicieli rady osiedla.

## Wolontariat

Sprawdź, czy w twojej klasie są już wolontariusze. Na jakim polu działają? Praca w schronisku dla zwierząt może być odpowiednią propozycją dla miłośników czworonogów, a zajęcia plastyczne w pobliskim szpitalu prowadzone przez młodzież umilą pobyt chorym dzieciom. Przeprowadźcie diagnozę potrzeb w zakresie działań wolontariackich w okolicy. Być może w waszej miejscowości znajduje się centrum wolontariatu, do którego można się zgłosić? Jako wychowawca na polu szkolnym możesz stać się koordynatorem młodzieżowego wolontariatu i wyzwolić wśród podopiecznych pozytywną energię do dzielenia się częścią siebie z innymi. Myślałeś/myślałaś o tym?

## Dzieci dzieciom

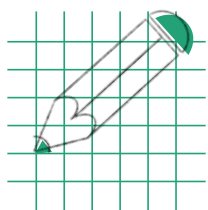
Podpowiedz inicjatywę czytania młodszym koleżankom i kolegom, np. z klas 1-3, lub z lokalnego przedszkola czy żłobka. Z powodzeniem sprawdza się ona w wielu szkołach w Polsce. Przyczynisz się wtedy do zacieśnienia więzów rówieśniczych w środowisku lokalnym, wzmocnisz postawę odpowiedzialności i systematyczności w działaniu – małe dzieci przyzwyczajają się do cyklicznych spotkań i zajęć, nie można ich zawieść. W Centrum Edukacji Obywatelskiej prowadzony jest projekt poświęcony takim działaniom: <https://poczytajmy.ceo.org.pl/>

## Czas na zmianę

Przeprowadź debatę klasową na temat: Czy mam wpływ na to, jak wygląda moja okolica? Zbierzcie pomysły. Zweryfikujcie je. Zastanówcie się, które można zrealizować. Zaplanujcie projekt, np. na temat: *Czas na zmianę – mam wpływ na to, jak wygląda moja okolica*. Możecie np. pomalować szkolne ogrodzenie lub stworzyć mural propagujący różne wartości, np. prawa człowieka. Po raz kolejny jako opiekun możesz zyskać poczucie sprawczości i razem z podopiecznymi dokonać realnej zmiany.

## Uczestniczenie w lokalnych zebraniach

Uczestniczenie w zebraniach np. rady gminy czy osiedla pokazuje młodym ludziom, kto, jak i o czym decyduje w ich okolicy. Być może sami w przyszłości zdecydują się partycypować w tym, co dotyczy ich społeczności lokalnej? Dobrym rozwiązaniem jest angażowanie się uczniów i uczennic w młodzieżowe rady miasta lub gminy (może już takie istnieją w waszej okolicy, a może warto zainicjować jej powstanie?). Ty natomiast masz szansę wyjść z nauczaniem obywatelskim poza mury szkoły i pokazać, od czego zaczyna się demokracja – od podejmowania decyzji przez obywateli na szczeblu lokalnym. Nauczanie postaw przez doświadczanie jest najlepszą metodą, a ty masz okazję być w nim doskonałym przewodnikiem



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### Mój pomysł na projekt w ramach budżetu obywatelskiego

Ćwiczenie wyzwala kreatywność uczniów i uczennic odnośnie ich potrzeb w środowisku lokalnym. Daje im możliwość zastanowienia się nad tym, jakie mają potrzeby oraz poczucie, że mogą coś w tej kwestii zrobić. Warto z niego skorzystać w momencie, gdy w gminach są składane propozycje do realizacji projektów obywatelskich. Dzięki temu wychowawca daje możliwość wypowiedzenia swoich pomysłów przez uczniów i uczennice odnośnie miejscowości/gminy/osiedla – miejsca, w którym mieszkają. Ćwiczenie pozwoli wychowawcy dowiedzieć się, co uczniowie wiedzą o tym, co się wokół nich dzieje. Będzie miał możliwość posłuchać, co dla wychowanków jest ważne i co według nich należy zmienić. Opiekun może stać się przewodnikiem w drodze do zmiany – pokaże sposób na to, jak uczniowie i uczennice mogą wpłynąć na miejsce, w którym żyją.

**Czas trwania:** 1 godzina lekcyjna

**Środki dydaktyczne:** karteczki samoprzylepne, długopis

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-8 szkoły podstawowej

## Przebieg:

1. Zrób burzę mózgów: Czym jest budżet obywatelski/partycypacyjny?
2. Zapytaj się uczniów i uczennic, czy wiedzą, jakie projekty zostały zrealizowane w gminie/mieście/na osiedlu w ramach budżetu obywatelskiego (ewentualnie uzupełnij wypowiedzi wychowanków).
3. Zaproponuj zadanie: *Mój pomysł na projekt w ramach budżetu* (praca indywidualna – zapisywanie pomysłów na karteczkach samoprzylepnych, prezentowanie na forum klasy i przyklejanie do arkusza papieru odpowiedzi, grupowanie odpowiedzi tematycznie).
4. Przeprowadź pogadankę, które z pomysłów są warte uwagi? Dlaczego? Które byłyby możliwe do realizacji?
5. Zachęć klasę do napisania i złożenia wniosku.
6. Na koniec porozmawiaj z uczniami o tym, co im dała lekcja (np. mogę mieć wpływ na to, jak zostaną wydane pieniądze na rzecz miejscowości, której mieszkam; zabieram głos w ważnych dla społeczności lokalnej sprawach; współdecyduję o tym, co jest ważne dla mojego miejsca zamieszkania, potrafię napisać wniosek przedstawiający projekt, wypowiadam swoje zdanie na forum klasy, przyglądam się propozycjom koleżanek oraz kolegów i dyskutuję z nimi, jestem świadomym młodym obywatelem).
7. Autorefleksja: – co to dla mnie (nauczyciela) znaczyło? (wyzwalam w podopiecznych kreatywność i poczucie sprawczości względem środowiska lokalnego; wyzwalam aktywność obywatelską; jeśli ćwiczenie jest wykonywane w różnych klasach – nawiązuję współpracę z innymi wychowawcami, nawiązuję z nimi dialog; gdy z ćwiczeniem wyjdę poza mury szkoły i wniosek rzeczywiście zostanie zgłoszony i ma szansę wziąć udział w głosowaniu – wychodzę poza typowo szkolne obowiązki, wzmacnia się moje poczucie sprawczości, zauważam wzrost zaufania społecznego do inicjatywy młodzieży ze strony dorosłych obywateli, mam szansę na wejście w bezpośrednią interakcję z mieszkańcami)

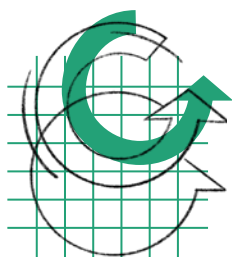
**Wskazówki:** W czasie lekcji warto oddać głos chętnym uczniom i uczennicom. Być może będą osoby, które jedynie napiszą na fiszce swoje propozycje, ale nie będą chciały mówić – wówczas warto zachęcić je do przyklejenia swojej karteczki na arkuszu papieru. Pomysł napisania wniosku proponuję przedstawić w starszych klasach. Gdyby pojawiły się trudności z podaniem pomysłów, można na początku zajęć przyjrzeć się propozycjom z ubiegłych lat, które zostały zrealizowane lub z innych miejscowości. Być może któryś z pomysłów okaże się na tyle ciekawy i możliwy do zrealizowania, że warto będzie złożyć rzeczywisty wniosek do budżetu obywatelskiego. To jeszcze bardziej wzmocni wychowanków pod względem poczucia sprawczości.

*Zachęcając klasę do działania na forum lokalnym, dajesz jej miejsce, w którym może budować pewność siebie, rozwijać poczucie sprawczości, uczyć się komunikacji i współdziałania z innymi, a wreszcie rozpoznawać swoje zasoby po to, by w przyszłości bardziej świadomie z nich korzystać.*

*Niezależnie do tego, jaki projekt skierowany do społeczności zdecydujesz się realizować ze swoimi uczniami i uczennicami, staraj się patrzeć na niego jako na środek, a nie cel sam w sobie. Wspólny projekt to okazja do oddania części decyzji grupie i zachęcenia jej do wzięcia za nie odpowiedzialności. To pretekst do zaangażowania tych osób z klasy, które wydają się być na uboczu. To szansa na przyjrzenie się własnym uczniom i uczennicom i pokazanie w praktyce, jak radzić sobie z trudniejszymi sytuacjami, ale też jak razem się cieszyć z tego, co się udało osiągnąć.*

## Jak zaangażowanie w działanie ze społecznością lokalną i na jej rzecz może wzmocnić uczniów i uczennice?

Judyta Ziętkowska



### Działania specjalne – inspiracje

#### „Dzieci i ryby...”

Zapewne wiesz, jak kończy się to przysłowie? Jest szansa, że od małego twoi uczniowie i uczennice słyszeli takie lub podobne teksty – wypowiedane nawet w żartach mogły zebrać swoje żniwo. Podobnie jak sytuacje, gdzie czuli, że niewiele mogą. Młodzi ludzie są w stanie przeprowadzać wiele wartościowych inicjatyw wpływających na to, co się dzieje w ich najbliższym otoczeniu. Ale ciężko im czasem uwierzyć, że ktoś ich wysłucha, potraktuje ich poważnie, da prawo do współdecydowania. Jeśli słyszysz w swojej klasie głosy wyrażające niemoc, niechęć do podejmowania działań wynikającą z braku wiary, że to ma sens („bo i tak nikt nie potraktuje nas poważnie”), porusz ten temat na forum. Porozmawiaj z uczniami i uczennicami, dlaczego tak uważają, co może sprawić, że zobaczą swój wpływ. Może jesteś w stanie oddać im decyzję co do tego, o czym będzie następna godzina wychowawcza? Podpowiedz też, jakie są np. sposoby na działanie obywatelskie dostępne dla młodych osób. Może ci w tym pomóc ćwiczenie na godzinę wychowawczą „Moje zdanie się liczy!”. Budowanie poczucia sprawczości i pewności siebie to jeden z ważniejszych kroków na drodze do wzmocnienia klasy. Taki krok jest kluczowy, żeby w ogóle uczniowie i uczennice chcieli sami z siebie podjąć działanie wychodzące poza szkołę.

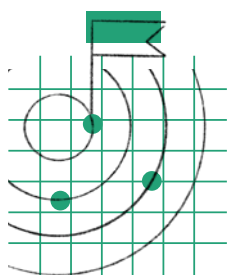
#### Skrzynia mocy

Zaproś klasę do przygotowania skrzyni mocy. Weź skrzynię (lub pudełko czy słoje) i różne materiały plastyczne. Wyjaśnij uczniom i uczennicom, że będą tam wrzucać zapisane lub narysowane na pocztówkach (lub zwykłych

karteczkach) wszystkie, nawet najmniejsze działania, w których zrobili coś dla innych – dla siebie wzajemnie (np. lekcja prowadzona dla rówieśników), dla okolicy (np. sprzątanie w czasie Dnia Ziemi) czy dla innych (np. zorganizowanie pikniku sąsiedzkiego na terenie szkoły). Podkreśl, że to będzie specjalna skrzynia, w której zbierają moc na kolejne wspólne przygody. Zbierajcie wasze osiągnięcia przez cały rok szkolny. Pod jego koniec możesz usiąść z klasą w kręgu, otworzyć skrzynię i rozłożyć wszystkie zebrane tam pocztówki. Zachęć klasę do tego, żeby każda osoba wybrała jedną kartę i o niej opowiedziała. Jakie są jej wspomnienia związane z tym wydarzeniem? Co najlepiej zapamiętała? Czego się nauczyła? Z czego jest dumna? Wybierz również jedną kartę dla siebie, najlepiej opisującą takie działanie, w którym brało udział możliwie najwięcej osób z klasy. To ci da możliwość docenienia wszystkich zaangażowanych na forum. Dzięki takiemu podsumowaniu uczniowie i uczennice będą mieli szansę dojrzeć, ile zdołali razem dokonać. Zadbaj też o ich motywację do dalszych działań.

## Siła informacji zwrotnej

Czy w swojej praktyce wychowawczej uwzględniasz dawanie każdej osobie w klasie informacji zwrotnej? Jeśli tak, wykorzystaj ją do podkreślenia tych kompetencji, które uwidoczniły się w twoich uczniach i uczennicach m.in. w czasie działań na rzecz innych. Jedną z trudniejszych rzeczy dla młodych ludzi jest zauważenie, czego właściwie się nauczyli, np. angażując się w projekt lokalny i do czego może im się to przydać w dalszym życiu. Dając informację zwrotną powiedz, co z twojej perspektywy szczególnie warto docenić u danej osoby (np. motywowanie innych do działania, pomaganie kolegom i koleżankom w ich zadaniach, wychodzenie z propozycjami rozwiązań). Dodaj, nad czym warto, żeby uczeń czy uczennica popracował/a przy okazji kolejnych przedsięwzięć (np. sposób, w jaki wyraża niezgodę na propozycje innych osób). Na koniec podsuń pomysł na to, jak w przyszłości może się rozwijać (np. kolejny klasowy projekt, zapisanie się do koła wolontariatu, poprowadzenie zajęć w domu kultury). Podziękuj za zaangażowanie. Postaraj się podkreślać potencjał do działania w informacji zwrotnej skierowanej do każdego ucznia i uczennicy w klasie. Dla jednych, którzy już mają za sobą wiele inicjatyw, to będzie docenienie ich dotychczasowej pracy. Dla drugich, którzy nie brali jeszcze udziału w większych działaniach na rzecz innych, to może być zachęta do spróbowania. Nie trzeba wiele, żeby znaleźć punkt zaczepienia. Przykładowo, jeśli jeden z uczniów lub uczennica opowiada o swojej pasji innemu i chce mu pokazać, jak się jeździ na desce, to w informacji zwrotnej możesz zauważyć tę pasję, powiedzieć, że jesteś pod wrażeniem energii, z jaką o tym opowiada i podsunąć pomysł darmowej lekcji dla zainteresowanych na szkolnym placu.



## Działania specjalne – inspiracje

Nie jest ważne, jakie działania zdecydujesz się przeprowadzić z klasą i jaki będzie ich temat przewodni. Prawdziwie wzmacniające dla młodych ludzi będzie to, w jaki sposób wykorzystasz wychowawczo ten czas spędzony wspólnie nad daną inicjatywą. Możesz wybrać jakikolwiek pomysł na działanie specjalne przedstawiony w całym narzędziu. Możesz równie dobrze wybrać z uczniami i uczennicami inny niż pokazane w tym miejscu. A potem zastanów się, jak włączyć opisane poniżej wątki do całego przedsięwzięcia. Nie musisz pracować ze wszystkimi naraz. Jeśli czujesz, że na tę chwilę jesteś w stanie udźwignąć tylko jeden, świetnie! To nie jest „tylko”, ale „aż” jeden ważny element dający szansę na wzmocnienie twojej klasy.

## Pozwól wybrać klasie, czym się zajmie

Jeśli planujesz wspólne przeprowadzenie projektu lokalnego ze swoją klasą, pozwól jej zdecydować, jaki to będzie projekt. Nawet najprostsze działanie wychodzące poza szkołę wymaga zebrania odwagi, poświęcenia wolnego czasu i włożenia dodatkowego wysiłku przez zespół uczniowski. Dlatego jeśli uczniowie i uczennice będą czuć, że temat projektu został im narzucony, a oni nie mieli nic do powiedzenia przy wyborze, zaczniesz działanie z grupą zdemotywowaną, niechętną do podejmowania się zadań. To nie znaczy, że twoje zdanie się nie liczy, przedstaw również swoją propozycję tego, czym możecie się zająć. Ale spróbuj wysłuchać też propozycji padających ze strony klasy. Jeśli zdecydujesz się realizować projekt, który „wyszedł” od uczniów i uczennic, pokażesz, że ich słuchasz, liczysz się z ich zdaniem, wierzysz w ich osąd. Umacniasz w klasie poczucie sprawczości i branie odpowiedzialności za swoje decyzje.

## Zaangażuj tych, którzy są mniej widoczni

Realizacja uczniowskiego projektu skierowanego do społeczności lokalnej, to dobra okazja do włączenia tych osób z klasy, które nie grają tzw. pierwszych skrzypiec i nie angażują się w każdą klasową lub szkolną inicjatywę. Planowanie i przeprowadzanie działań lokalnych daje możliwość zaangażowania uczniów i uczennic o bardzo różnorodnych kompetencjach. Pozwala na wymyślenie różnych zadań, w których osoby o odmiennych temperamentach, zainteresowaniach czy doświadczeniu będą miały szansę się odnaleźć. Angażując do projektu lokalnego te osoby z klasy, które nie są najbardziej widoczne, prawdopodobnie dokładasz sobie pracy. W przeciwieństwie do tych „z pierwszego rzędu”, „piątkowych” mogą wymagać więcej uwagi z twojej strony, więcej pchania do przodu, motywowania, a nawet zrobienia czegoś na znacznie mniejszą skalę niż można by zrobić z wyróżniającymi się uczniami i uczennicami. Ale jednocześnie dla ucznia lub uczennicy, który dotąd nie był włączany w takie przedsięwzięcia albo dostawał mało znaczące zadania, udział w nim będzie znacznie większym pozytywnym wzmocnieniem niż dla tych, którzy na forum klasy radzą sobie najlepiej.

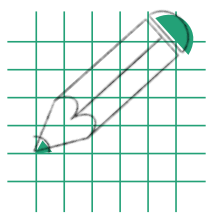
## Przemyśl, jaka będzie twoja rola w projekcie

Zanim zaprosisz klasę do wspólnego działania, zastanów się, jak widzisz swoją rolę podczas takiego przedsięwzięcia. Odpowiedz sobie szczerze na to, ile czasu chcesz lub możesz na to poświęcić, jakie decyzje czujesz, że możesz oddać klasie, czy chcesz bardziej kierować od początku do końca działaniami czy wystarczy ci, że od któregoś momentu będziesz tylko monitorować, co robi grupa uczniowska. Jeśli określisz swoją rolę w projekcie przed jego startem, wyjdiesz do klasy z konkretnymi ramami współpracy i wprost powiesz np. co jest po twojej stronie, a gdzie jest samodzielność do działania po stronie uczniów i uczennic. Dzięki temu klasa będzie wiedziała, które zasady możecie wypracowywać razem (np. podczas spotkań projektowych można jeść i pić), a co jest nienegocjowalne (np. zapraszając osoby lub instytucje do współpracy w projekcie, klasa powinna mieć twoją zgodę na to). To da jej jasne ramy do działania, oszczędzi frustracji i rozczarowania, gdy miałyby się tego dowiadywać na dalszych etapach wspólnej pracy.

## Patrz na grupę, nie tylko na projekt

Pracując z klasą nad projektem lokalnym nie skupiaj się tylko na zadaniach i celu, który macie razem osiągnąć. Potraktuj wspólne działanie przede wszystkim jako szansę na dokładniejsze przyjrzenie się poszczególnym uczniom i uczennicom, ich relacjom, sympatiom i antypatiom między nimi. Jak sobie radzą ze stresem? Jak ze sobą rozmawiają? W jaki sposób się ze sobą nie zgadzają? Co robią, gdy pojawi się przeszkoda na ich drodze? Jakie zachowania w grupie obserwujesz na poszczególnych etapach projektu i co one mogą znaczyć? Zachowując wrażliwość na to, co się w grupie dzieje w czasie pracy nad projektem, możesz wykonać dużo ważniejszą wychowawczą pracę niż samo np. zorganizowanie pikniku rodzinnego. To szansa na pokazanie klasie na bieżących sytuacjach jak np. radzić sobie z konfliktem w zespole, jak z kimś się nie zgadzać nie urażając go, jak ustalać wspólne zasady obowiązujące w grupie i ich przestrzegać.





## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### Powiedz nam...

Ćwiczenie ma zaprosić do refleksji nad tym, jak się czujemy, gdy mamy na coś wpływ i gdy ktoś liczy się z naszym zdaniem. Ma również pobudzić klasę do myślenia, co może zmieniać sama w swoim otoczeniu, w co sama może się angażować.

**Czas trwania:** 30 min

**Materiały i środki dydaktyczne:** arkusz z przygotowanymi pytaniami, cukierki w różnych kolorach

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-5 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

1. Usiądź razem z klasą w kręgu. Powieś lub połóż w widocznym miejscu plakat, na którym każde pytanie będzie miało inny kolor. Poniżej przykład. W miejscu dostępnym dla wszystkich umieść miskę z cukierkami o różnych kolorach. Ważne jest, żeby kolory cukierków odpowiadały kolorom umieszczonym na plakacie.
2. Wyjaśnij klasie, że teraz każdy i każda z was wybierze sobie pytanie do odpowiedzi. Wybór będzie odbywał się przez cukierki – wybierając określony kolor cukierka decydują, na które pytanie będą odpowiadać. Podkreśl, że nie ma złych odpowiedzi, chcesz poznać ich własne zdanie, jak coś czują.
3. Daj możliwość odpowiedzi każdej osobie. Również ty weź udział w rundzie. Jeśli coś dla ciebie jest niejasne, możesz krótko dopytać, czy dobrze rozumiesz mówiącego.
4. Na koniec podziękuj za udział. Podkreśl, że wszystkie odpowiedzi są dla ciebie tak samo ważne, bo pozwalają lepiej poznać, zrozumieć każdego i każdą z nich. Zaznacz, że dla ciebie jest ważne, żeby mieli poczucie, że ich zdanie się liczy, że mają moc i możliwość, żeby się angażować i współdecydować o tym, co ich otacza.

**Informacja zwrotna:** Zapytaj klasę, jak się czuje po tym ćwiczeniu. Na które pytania odpowiedź nasuwała im się szybko? Które pytania były trudniejsze? Z czego to wynikało?

### Zwróć na to uwagę:

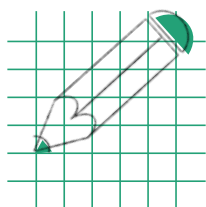
- Ćwiczenie pozwala rozeznac się w tym, jak myślą poszczególne osoby w klasie, jak oceniają swoją zdolność wpływania na otaczającą ich rzeczywistość. Może być punktem wyjścia do głębszej dyskusji na ten temat (Na co mam wpływ? Jak mogę go mieć?) albo do zaplanowania większych działań, np. klasowego projektu skierowanego do społeczności lokalnej.
- Ćwiczenie może dać tobie jako wychowawcy lub wychowawczynie materiał do refleksji nad swoją pracą – jak mogę zwiększać poczucie wpływu u mojej klasy podczas naszej lekcji? Na co jestem gotowy/gotowa w tym zakresie, a na co nie? Jak ja pokazuję, że liczę się ze zdaniem mojej klasy?
- Pytania można w ćwiczeniu modyfikować. Ważne jest zadbanie o to, żeby były to pytania, które pozwalają zaistnieć na forum każdej osobie w klasie. Np. zamiast stwierdzenia „Powiedz nam o swojej przygodzie



z wolontariatem”, lepiej dać „Powiedz nam o tym, które działania w wolontariacie wydają ci się najbardziej wartościowe” – w ten sposób nie wykluczysz tych osób w klasie, które dotąd nie miały doświadczeń z wolontariatem.

### POWIEDZ NAM:

	w jakiej sytuacji czułaś/czułeś że masz na coś wpływ...
	jak się czujesz, gdy ktoś liczy się z Twoim zdaniem...
	jak pokazujesz, że liczysz się ze zdaniem drugiej osoby...
	co możesz zmienić w okolicy samodzielnie...
	w jakie działania wolontariackie chciałbyś/chciałabyś się zaangażować i dlaczego...



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### Moje zdanie się liczy!

Celem ćwiczenia jest pobudzenie refleksji nad dostępnymi dla młodych ludzi formami partycypacji obywatelskiej na forum lokalnym, przedstawienie wybranych i zachęcenie do spróbowania jednej z nich. Ćwiczenie ma wzmocnić poczucie sprawczości uczniów i uczennic poprzez pokazanie, w jaki sposób mogą mieć wpływ na to, co się dzieje wokół nich.

**Czas trwania:** 45 min

**Materiały i środki dydaktyczne:** tablica/flipchart, post-ity, długopisy

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 6-8 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

1. Zapytaj klasę, czym według niej jest „partycypacja obywatelska”. Odpowiedzi zapisuj na tablicy lub flipcharcie. Następnie odwołując się do poszczególnych odpowiedzi wyjaśnij, że partycypacja obywatelska to aktywny udział w wydarzeniach czy decyzjach, które nas jako obywateli i obywatelki dotyczą. Dzięki partycypacji obywatelskiej np. mieszkańcy i mieszkanki danej miejscowości mogą mieć wpływ na decyzje podejmowane przez władze lokalne. Jest wiele sposobów na to, jak można partycypować.
2. Podziel klasę na mniejsze zespoły, np. 3-4-osobowe. Poproś, żeby każdy zespół na post-itach zapisał, jakie sposoby partycypacji obywatelskiej zna. Dla rozjaśnienia możesz podpowiedzieć, że może spotkali się z tym osobiście, rozmawiano o tym w ich domach, widzieli ogłoszenie w przestrzeni publicznej, słyszeli w mediach. Przykłady: napisanie/podpisanie petycji, udział w debacie, udział w konsultacjach społecznych (np. dotyczących rewitalizacji rynku czy parku), zgłoszenie pomysłu do budżetu partycypacyjnego lub/i głosowanie na

pomysł w budżecie partycypacyjnym, zgłoszenie rekomendacji władzom (np. co do oferty sportowej dla dzieci i młodzieży), zgłoszenie rzeczy do zmian na stronie [www.naprawmyto.pl](http://www.naprawmyto.pl), udział w spotkaniu rady gminy.

3. Po skończonej pracy w grupach zachęć uczniów i uczennice do przyklejenia post-itów w widocznym miejscu (tablica, flipchart). Podsumuj, co pojawiło się na post-itach, jednocześnie je porządkując.
4. Zaprosz klasę do dyskusji o tym, które z wymienionych sposobów na partycypację obywatelską są dostępne dla nich, w których mogą wziąć udział sami. Do których będą potrzebować wsparcia rodziców lub szkoły?
5. Na koniec podkreśl, że ich głos jako młodych osób jest ważny, bo tak jak i dorośli, reprezentanci poszczególnych grup są części społeczności, korzystają z tego, co wokół jest dostępne i mają prawo współdecydować, jak otoczenie wokół nich wygląda, co się w nim dzieje – szczególnie gdy są to sprawy, które dotyczą ich bezpośrednio. Jeśli masz możliwość zaproponuj takie inicjatywy, w które mogą się włączyć już teraz. Zachęć do wybrania jednego ze sposobów partycypowania i spróbowania go w najbliższym czasie. Może którąś z inicjatyw podejmiecie wspólnie jako klasa?

**Informacja zwrotna:** Po zakończonej lekcji podziękuj za udział. Docenź szczerą i otwartą uczniów i uczennic do dzielenia się swoimi spostrzeżeniami (szczególnie gdy pojawiły się krytyczne czy polemizujące ze sobą głosy co do tematu lekcji, poczucia wpływu). Zwracaj klasie uwagę, żeby wypowiadając się używała komunikatu „ja”, ty też go stosuj – może to być szczególnie ważne w sytuacji, gdy pojawi się dyskusja odwołująca się do tego, jak różne poczucie wpływu/sprawczości mogą mieć poszczególne osoby.

#### Zwróć na to uwagę:

- Klasie podzielonej na mniejsze zespoły może być trudno, szczególnie na początku, wymyślać pomysły na partycypację obywatelską. Dlatego monitoruj pracę grup, podchodź, możesz na początku nakierować.
- W klasie mogą pojawić się głosy, że bez sensu jest rozmawiać o tym, co mogą zrobić, skoro nic nie mogą i nikt nie liczy się z ich zdaniem, nie mają nic do powiedzenia. Jeśli usłyszysz, że tak się dzieje, warto w miarę możliwości pociągnąć ten wątek. Zapytaj, dlaczego tak uważają, z czego to wynika. Odwołaj się do klasy, co ona uważa. Co może sprawić, że będą mieć poczucie, że mają wpływ na to co się wokół nich dzieje.
- Jeśli pojawią się powyższe głosy będą mocno zauważalne w klasie, ostrożnie podejź do proponowania konkretnych inicjatyw partycypacyjnych na koniec lekcji. W takiej sytuacji ci z uczniów i uczennic, którzy uważają inaczej, na ten moment czują że nie mają wpływu, mogą źle zareagować na takie podsumowanie. Mogą poczuć, że ich zdanie nie jest ważne, udowodniane jest im na forum że nie mają racji oraz że i tak z góry była postawiona teza, forsowana za wszelką cenę. Wtedy bezpieczniej jest posłuchać klasy, dlaczego tak uważa, z czego to wynika.

## Bibliografia

### Zajrzyj też do:

Tytuł materiału CEO	Link	Krótki opis
„Zmiennicy, czyli jak młodzi ludzie mogą wpływać na przestrzeń lokalną” (przewodnik)	<a href="https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/zmiennicy-broszura-do-pobrania">https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/zmiennicy-broszura-do-pobrania</a>	Zestaw materiałów pomagających zaplanować i przeprowadzić krok po kroku działania z uczniami i uczennicami w przestrzeni publicznej takie jak gra miejska, sprawdzenie funkcjonalności i bezpieczeństwa okolicy, sztuka uliczna.
„Rozegraj okolicę” (zeszyt ćwiczeń)	<a href="https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/rozegraj-okolice">https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/rozegraj-okolice</a>	
„Lokalni architekci” (zeszyt ćwiczeń)	<a href="https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/lokalni-architekci">https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/lokalni-architekci</a>	
„Z(a)maluj na lokalnie” (zeszyt ćwiczeń)	<a href="https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/zamaluj-na-lokalnie">https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/zamaluj-na-lokalnie</a>	
„Młody Obywatel na sportowo”	<a href="https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/mlody-obywatel-na-sportowo-publikacja">https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/mlody-obywatel-na-sportowo-publikacja</a>	Publikacja pokazuje, jak zrealizować uczniowskie działania lokalne dotyczące tematyki sportowej, m.in. jak zorganizować sportowe wydarzenie charytatywne, jak przywrócić do życia dawne gry i zabawy, jak debatować o sporcie w okolicy.
„Młody Obywatel rozmawia”	<a href="https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/mlody-obywatel-rozmawia-publikacja">https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/mlody-obywatel-rozmawia-publikacja</a>	Publikacja zawiera trzy pomysły na projekt uczniowski skierowany do społeczności lokalnej i pokazuje, jak go przeprowadzić krok po kroku: organizacja warsztatów przyszłościowych, zrobienie reportażu z sąsiadami i sąsiadkami, zapoznanie się z dowolną instytucją działającą w okolicy.
„Młodzi w Akcji. Przewodnik po programie”	<a href="https://mlodziwakcji.ceo.org.pl/przewodnik-po-programie-mlodzi-w-akcji">https://mlodziwakcji.ceo.org.pl/przewodnik-po-programie-mlodzi-w-akcji</a>	Przewodnik pokazuje, jak zaplanować i przeprowadzić razem z zespołem uczniowskim projekty takie jak: kampania crowdfundingowa, przywracanie do życia zapomnianych lokalnych historii i warsztaty przyszłościowe.
„Młodzi w Akcji. Refleksja”	<a href="https://mlodziwakcji.ceo.org.pl/nowa-publikacja-mlodzi-w-akcji-refleksja">https://mlodziwakcji.ceo.org.pl/nowa-publikacja-mlodzi-w-akcji-refleksja</a>	Przewodnik pokazuje, jak zaplanować i przeprowadzić razem z zespołem uczniowskim projekty takie jak: kampania społeczna, działania związane z czytelnictwem, zmienianie przestrzeni publicznej w okolicy.

<p>„Młody Obywatel. Uczniowskie projekty na rzecz społeczności lokalnej. Pakiet edukacyjny”</p>	<p><a href="https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/uczniowskie-projekty-na-rzecz-spoleczności-lokalnej">https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/uczniowskie-projekty-na-rzecz-spoleczności-lokalnej</a></p>	<p>Na stronach 25-45 znajdują się scenariusze lekcji, które pozwalają wprowadzić klasę w tematy dotyczące społeczności lokalnej. Materiały dotyczące diagnozy lokalnej.</p>
<p>„Kolejny krok na szlaku współpracy”</p>	<p><a href="https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/kolejny-krok-na-szlaku-wspolpracy">https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/kolejny-krok-na-szlaku-wspolpracy</a></p>	<p>Publikacja zawiera odpowiedzi i scenariusze lekcji, jak przygotować klasę do współpracy z różnymi podmiotami w ramach działań lokalnych, np. z dyrekcją szkoły, z mediami, z władzami samorządowymi.</p>
<p>„Edukacyjny projekt uczniowski – wspólna sprawa! Jak angażować rodziców w realizację projektów uczniowskich.”</p>	<p><a href="https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/jak-angazowac-rodzicow-w-realizacje-projektow-uczniowskich">https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/jak-angazowac-rodzicow-w-realizacje-projektow-uczniowskich</a></p>	<p>Materiał wyjaśnia, dlaczego warto włączyć rodziców do lokalnych projektów uczniowskich i przedstawia wskazówki, jak to zrobić.</p>
<p>„Jak pielęgnować motywację podczas pracy w projekcie?”</p>	<p><a href="https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/jak-pielegnowac-swoja-motywacje-do-pracy">https://mlodyobywatel.ceo.org.pl/jak-pielegnowac-swoja-motywacje-do-pracy</a></p>	<p>Materiał skupia się nauczyciela i nauczycielce, podpowiadając jak zadbać o własną motywację podczas prowadzenia projektów z zespołem uczniowskim.</p>
<p>„Przybornik animatora kultury”</p>	<p><a href="https://issuu.com/majadobiasz/docs/przybornik_animatora_kultury">https://issuu.com/majadobiasz/docs/przybornik_animatora_kultury</a></p>	<p>Publikacja podpowiada, jak zrealizować lokalne projekty z obszaru kultury.</p>
<p>„Sztuka zaangażowania”</p>	<p><a href="https://rezydencje.ceo.org.pl/aktualności/publikacja-sztuka-zaangazowania">https://rezydencje.ceo.org.pl/aktualności/publikacja-sztuka-zaangazowania</a></p>	<p>Materiał wskazuje, jak włączyć elementy dotyczące sztuki do zajęć szkolnych.</p>
<p>„Notatnik kulthurralny”</p>	<p><a href="https://issuu.com/majadobiasz/docs/notatnik_kulthurralny">https://issuu.com/majadobiasz/docs/notatnik_kulthurralny</a></p>	<p>W materiale znajdują się przykłady projektów uczniowskich z obszaru kultury.</p>

rozdział 6.

# **JAK UWRAŻLIWIAĆ UCZNIÓW I UCZENNICE NA WYZWANIA GLOBALNE?**



# Wprowadzenie

*Julia Godorowska i Katarzyna Dzieciółowska*

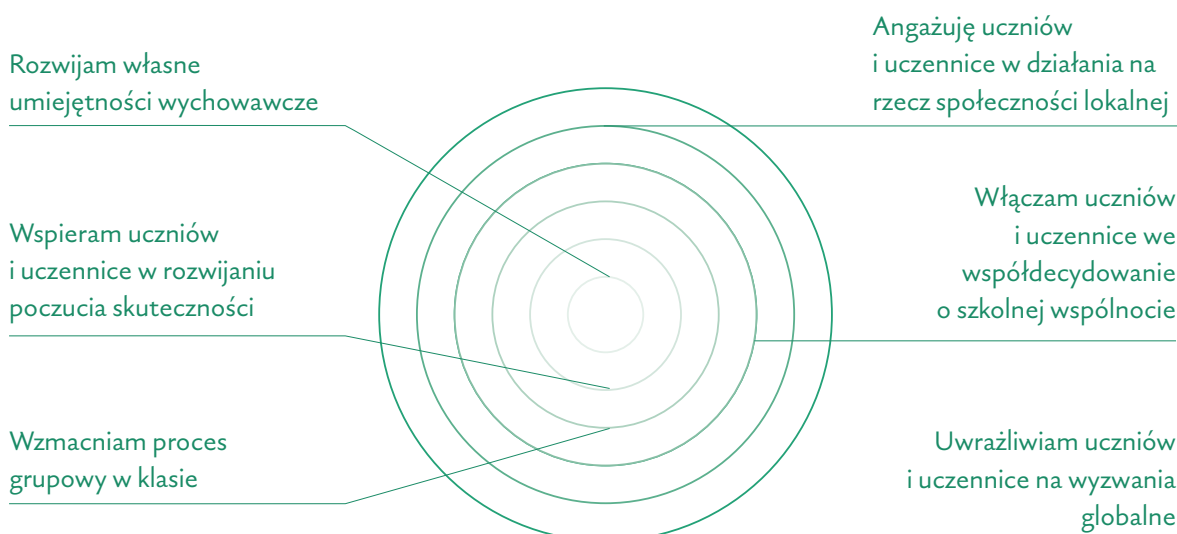
Co przedstawia zdjęcie, które przywiozłeś/przywiozłaś z ostatniej podróży? Co ta fotografia mówi o tobie, a co o świecie? Skąd pochodzi bluzka, którą masz na sobie albo kawa, którą dzisiaj wypijeś/wypiłaś? Czy wiesz, jaką drogę przebyły warzywa i owoce, które ostatnio jadłeś na śniadanie? Przypomnij sobie przyczyny przyjazdu uczniów i uczennic pochodzących z innych krajów, którzy są w twojej szkole. Policz, ilu twoich wychowanków i wychowanek studiuje na zagranicznych uczelniach, a ilu mieszkając w Polsce pracuje w międzynarodowych firmach. Nasze codzienne wybory i zachowania mają wpływ na dobrobyt mieszkańców i mieszkanek, środowisko naturalne, gospodarkę i politykę nie tylko we Wrocławiu, Lesznowoli czy Murowanej Goślinie, ale również w Ukrainie, Białorusi czy w odległych Polsce krajach, takich jak Bangladesz, Tajlandia, Kamerun, Stany Zjednoczone czy Chiny. Niezależnie od szerokości i długości geograficznej żyjemy w świecie globalnych powiązań, a podstawą świadomości tego jest nasza wrażliwość.

Zadaniem szkoły jest przygotowanie uczniów i uczennic do funkcjonowania we współczesnym świecie. Jest on w tej chwili „większy” niż kiedykolwiek wcześniej – zglobalizowany, skomplikowany, pełen ekonomicznych, kulturowych, społecznych powiązań i wyzwań. W zasobach, które młodzież wynosi ze szkoły, wiedza przedmiotowa (nawet najaktualniejsza) jest zaledwie ułamkiem tego, czego potrzebują. Aby móc efektywnie wykorzystywać ją w praktyce, uczniom i uczennicom potrzebny jest szereg kompetencji. Obok umiejętności rozpoznawania swoich mocnych stron, zdolności prowadzenia dyskusji, autorefleksji, współpracy i pracy zespołowej, niezbędne są takie, które pomagają odnaleźć się w świecie, który nie jest czarno-biały, m.in.: krytyczne myślenie, synteza i analiza informacji, rozwiązywanie konfliktów czy twórcze myślenie. Dlatego tak ważna jest rola wychowawczyń i wychowawcy, który wykorzystuje codzienne spotkania do tego, aby zainteresować i poruszyć młodych ludzi i zaprosić do refleksji i dyskusji na temat wartości we współczesnym świecie.

## Ja wychowawca/wychowawczynie

### ODPOWIADAJ NA WYZWANIA GLOBALNE

rola wychowawcza szkoły



Jednak skąd mamy wiedzieć, jak to robić i od czego zacząć uwrażliwianie na wyzwania przed którymi stoimy? Drogowskazem mogą być zagadnienia edukacji globalnej i ekologicznej, a także 17 celów zwanych Celami Zrównoważonego Rozwoju opracowanych przez Organizację Narodów Zjednoczonych w 2015 roku. Tematy te to wezwanie do działania dla nas wszystkich – obywateli i obywaterek, ale także rządów, sektora prywatnego i instytucji międzynarodowych. Nieoceniona jest również rola szkoły, miejsca w którym młodzież spędza większość dnia.

## Zagadnienia

- migracje
- pokój i konflikty na świecie
- prawa człowieka, demokracja i władza polityczna
- równość płci
- różnorodność i stosunki międzykulturowe
- edukacja
- ubóstwo
- zdrowie
- zrównoważony rozwój
- zmiana klimatu
- zasoby naturalne
- energia i transport
- produkcja, konsumpcja i odpady
- globalny rynek i handel międzynarodowy
- żywność i rolnictwo
- różnorodność biologiczna

Źródło: „Edukacja globalna na zajęciach przedmiotowych w szkole podstawowej”, Centrum Edukacji Obywatelskiej, 2018

## CELE ZRÓWNOWAŻONEGO ROZWOJU



Źródło: [www.un.org.pl](http://www.un.org.pl)



Poza współzależnościami między ludźmi i miejscami na świecie, warto również podkreślić powiązania pomiędzy zagadnieniami i naukami, które współczesny świat opisują. Wychowawca ma tu przestrzeń do działania, gdyż może bez ograniczenia podstawą programową reagować na aktualnie pojawiające się tematy oraz zainteresowania uczniów i uczennic. Zachęcamy również do interdyscyplinarnej współpracy z innymi nauczycielami i nauczycielkami. Z jednej strony będzie to oczywiste wsparcie merytoryczne i koleżeńskie, z drugiej rozwinie niezbędną do sprostania współczesnym wyzwaniom kooperację.

Mówiąc o wyzwaniach globalnych, chcielibyśmy wyraźnie podkreślić, że jest to z merytorycznego punktu widzenia studnia bez dna. Zajmując się na co dzień edukacją globalną i ekologiczną mamy świadomość, że jest to niemożliwy do opanowania zasób informacji. Wymaga to od edukatora czy edukatorki ciągłego rozwoju, ale też zaakceptowania swojej niewiedzy. Warto wybrać, co sprawia nam łatwość i radość, i na tym skoncentrować swoje działania, małymi krokami przybliżać uczniom i uczennicom najważniejsze dla nas elementy. Znajdź wsparcie wśród kolegów i koleżanek, zajrzyj do naszych praktycznych materiałów na stronie [www.globalna.ceo.org.pl](http://www.globalna.ceo.org.pl) i wejdź z nami oraz swoimi podopiecznymi na drogę zmieniania świata na lepsze.

Zapraszamy was do przygody, jaką jest zadawanie pytań, obserwowanie świata i ciągłe doskonalenie się w jego rozumieniu oraz do zaakceptowania własnych ograniczeń. W końcu jesteśmy częścią wielkiej sieci powiązań i jedynym sposobem na sprostanie wyzwaniom jest współpraca.

Powodzenia!

## Co znajdziesz w tym zestawie materiałów?

Proponujemy materiały, które mają uwrażliwiać uczniów i uczennice na wyzwania globalne. Zachęcamy cię do zapoznania się z pięcioma tematami:

1. Globalne obywatelstwo
2. Praktykowanie dobrej rozmowy
3. Krytyczna analiza otaczającego nas świata
4. Wpływ na świat
5. Twórcze odpowiadanie na wyzwania globalne

### W każdym z tych obszarów znajdziesz:

- wskazówki do drobnych oddziaływań wychowawczych w codziennych sytuacjach szkolnych;
- inspiracje do działań specjalnych (projektowych);
- ćwiczenie na godzinę do dyspozycji wychowawcy.

Kolejność proponowanych zagadnień głównych nie jest przypadkowa – głęboko wierzymy, że proces wychowawczy w kontekście uwrażliwiania młodzieży na wyzwania globalne warto prowadzić metodą małych kroków i systematycznie poszerzać tę tematykę.

Na początek postawmy sobie wspólnie pytanie: kim jesteśmy jako jednostki i jako część globalnej wspólnoty? Następnie zastanówmy się, jak we wspólnocie, która składa się z bardzo różnych osób, znaleźć sposób efektywnej i dobrej komunikacji – nastawionej na dialog i zrozumienie. Jak możemy wspierać młodzież w krytycznym spojrzeniu na świat i zachodzące procesy i uczyć, że mamy wpływ na globalne procesy, tak jak one, mają wpływ na nas.

Dzięki takiej pracy wychowawcy-nauczyciele w szkole wnoszą swój wkład w budowanie świadomych i zaangażowanych obywateli i obywaterek. Obywateli, którzy są samoświadomi i wyrażają sprzeciw wobec biernego podporządkowywania się zastanej rzeczywistości, przedstawiają własne zdanie, którego potrafią bronić oraz współpracują z innymi. W tym jest wychowawcza moc zmiany świata na lepszy.

Oprócz tego w zestawie znajdują się dwa materiały: znana ci już z poprzednich części „Autodiagnoza wychowawcy” – tym razem dotycząca obszarów, które zaproponowaliśmy w niniejszym opracowaniu – oraz „Pigułka doświadczenia” kilkunastoletniej praktyki wychowawczej i dydaktycznej. Bernadetta Białek, nauczycielka języka polskiego i wiedzy o społeczeństwie, opowiada o swojej przygodzie z uwrażliwianiem młodzieży na wyzwania globalne i pokazuje wypracowany przez siebie model holistycznego podejścia do kształcenia w zakresie wdrażania zagadnień edukacji globalnej w pracy z uczniami i uczennicami.

## Jakie kompetencje uczniów i uczennic chcemy rozwijać?

### Wiedza:

- Czym są współzależności globalne?
- Czym jest dobra rozmowa i jak ją przeprowadzić?
- Jaki mamy wpływ na świat, a jaki wpływ ma świat na nas?
- Jak, zadając pytania, poznaję świat?
- Jak wykorzystać twórcze myślenie w działaniach na rzecz zmiany lokalnie i globalnie?

### Umiejętności:

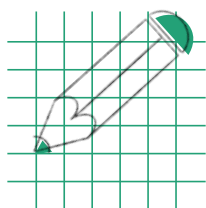
- dostrzeganie współzależności globalnych
- rozmawianie z osobami o różnych poglądach
- podejmowanie świadomych decyzji dotyczących zagadnień globalnych
- krytyczne myślenie
- poszukiwanie alternatywnych rozwiązań dla wyzwań globalnych

### Postawy:

- szacunek
- otwartość
- empatia
- uczciwość
- odpowiedzialność
- solidarność

Na początku rozdziału zapraszamy do autodiagnozy, która pozwoli ci odnieść własne doświadczenia do zaprezentowanych w publikacji materiałów. Odpowiedzi na zamieszczone poniżej stwierdzenia, pozwolą sprawdzić, w którym z obszarów najbardziej przyda się ci wsparcie naszych autorek i ich podpowiedzi. Umożliwi to także rozpoczęcie lektury rozdziału od tekstu, który będzie najlepiej się wpisywał w twoje potrzeby. Powodzenia!

## ĆWICZENIE



# Autodiagnoza wychowawcy

*Julia Godorowska, Katarzyna Dzięciołowska*

Przeczytaj poniższe stwierdzenia i zaznacz w dowolny sposób, jak często prezentujesz wymienione postawy i zachowania: w zaproponowanej skali 1 oznacza „nigdy”, a 5 – „zawsze”.

Poszczególne tabele odnoszą się do kolejnych rozdziałów praktycznych tej części publikacji.

### Globalne obywatelstwo

– kim jestem jako jednostka i jako część globalnej wspólnoty z jej współczesnymi wyzwaniami?

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Świadomie rozwijam swoje zainteresowania tym, co dzieje się na świecie. Dzięki temu wspieram swoich uczniów i uczennice w postrzeganiu powiązań między tym, co dzieje się w naszej miejscowości a wydarzeniami globalnymi i na odwrót.					
Poznaję zainteresowania swoich uczniów i uczennic. Stwarzam przestrzeń, by poznali je między sobą i mieli możliwość ich rozwijania bez stereotypowego patrzenia na płeć, pochodzenie, wygląd.					
Chętnie inicjuję rozmowy z uczniami i uczennicami na współczesne tematy, wykorzystując naturalne zainteresowania młodzieży tym, co dzieje się wokół nas.					
Akceptuję fakt, że ja i moi uczniowie oraz uczennice różnimy się między sobą wartościami, a w konsekwencji różnimy się opiniami i ocenami na temat otaczającej nas rzeczywistości.					

### Praktykowanie dobrej rozmowy

– jak się możemy komunikować z nastawieniem na wzajemne zrozumienie i dialog?

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Zapraszam swoich uczniów i uczennice do tego, aby stworzyli zasady dobrej rozmowy, które umożliwiają prowadzenie rozmowy na trudny, kontrowersyjny temat, której efektem będzie wzajemne zrozumienie swoich poglądów.					
Angażuję swoich uczniów i uczennice do prowadzenia rozmów, zgodnie z utworzonymi wcześniej zasadami dobrej rozmowy, dzięki którym poznają i mają szansę zrozumieć wzajemnie swoje punkty widzenia na złożoną kwestię globalną.					

Prowadząc rozmowy na trudniejsze tematy, takie jak migracje, zmiana klimatu czy równość płci, zwracam uwagę na emocje, które jej towarzyszą. Rozpoznaje je i nazywam. Jeśli czuję, że w trakcie spotkania emocje sięgnęły zenitu, proponuję krótką przerwę lub krótkie ćwiczenia fizyczne.					
Pomagam uczniom i uczennicom analizować różne punkty widzenia, odkrywać nowe sposoby myślenia oraz zmieniać swoje poglądy bez obawy o osąd.					

### Krytyczna analiza otaczającego nas świata

– jak możemy zrozumieć złożone i kontrowersyjne problemy na poziomie lokalnym i globalnym?

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Rozwijam w młodych ludziach umiejętność stawiania pytań odnośnie tego, co widzą, czego doświadczają. Stosuję pytania, które stymulują myślenie i angażują do dyskusji.					
Uwrażliwiam uczniów i uczennice na potrzebę rozwijania nawyku myślenia o swoim myśleniu i byciu refleksyjnym. Dopytuję o to, jak myślą i czym kierują się w tym procesie.					
Dbam o to, aby uczniowie i uczennice rozwijali na co dzień umiejętność wyszukiwania informacji, selekcji i krytycznej analizy otaczającego nas świata.					
Pobudzam młodzież do krytycznej i świadomej refleksji nad własnym stylem życia i codziennymi wyborami w kontekście pozytywnego bądź negatywnego wpływu na ludzi i środowisko.					

### Wpływ na świat

– jak ja wpływam na świat, a jak świat wpływa na mnie?

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Dążę do tego, by wiedzieć, w jaki sposób moje codzienne działania wpływają na ludzi i na środowisko w innych miejscach świata.					
Na co dzień podejmuję działania mające na celu zmniejszenie mojego negatywnego wpływu i zwiększenie pozytywnego wpływu na świat.					
W mojej pracy z uczniami i uczennicami promuję odpowiedzialne postawy poprzez m. in. przykład własny i poruszane na lekcjach zagadnienia edukacji globalnej.					
Dzięki odniesieniu do praktycznego działania buduję wśród uczniów i uczennic poczucie ich osobistego wpływu na rzecz zmiany w skali globalnej, wspólnego dobrobytu i zrównoważonego rozwoju świata.					

### Twórcze odpowiadanie na wyzwania globalne

– w jaki sposób możemy na nie odpowiadać?

Jak często prezentujesz te postawy i zachowania?	1	2	3	4	5
Stale pobudzam swoją dziecięcą kreatywność poprzez ponownie dziwienie się światu i szukanie nowych odpowiedzi.					
W celu rozbudzania kreatywności i innowacyjności uczniów i uczennic wykorzystuję na co dzień różnorodne aktywności, które pozwolą im się zaangażować w odpowiadanie na wyzwania globalne.					
W pracy z uczniami i uczennicami stosuję metody rozwijające twórcze myślenie np. burze pomysłów, pytania badawcze, kapelusze de Bono.					

Stawiam zadania otwarte, które uwzględniają indywidualne możliwości twórcze wszystkich uczniów i uczennic.					
Stosuję komunikaty utwierdzające uczniów i uczennice w przekonaniu, że każdy ma wyobraźnię i może ją rozwijać, że nie ma złych i dobrych odpowiedzi, że nie warto przestawać poszukiwać, oraz że porażką nie jest błąd tylko brak podjęcia próby.					

### MOJE WNIOSKI

Przyjrzyj się teraz swoim odpowiedziom i zapisz wnioski, jakie z nich wyciągasz:

.....

.....

.....

### MOJE WYZWANIE

A teraz zaplanuj, nad czym i w jaki sposób chcesz popracować w najbliższym czasie. Ile czasu dajesz sobie na to wyzwanie?

.....

.....

.....

Po czasie wyznaczonym na twoje wyzwanie, możesz wrócić do tabeli autorefleksji i sprawdzić, co się zmieniło. Możesz też wracać do niej co roku, aby monitorować zmiany w twoim podejściu do pracy wychowawczej.

*Czy warto uwrażliwiać uczniów i uczennice na wyzwania globalne? Moja odpowiedź jako wychowawczyni i nauczycielki przedmiotowej języka polskiego i wiedzy o społeczeństwie brzmi: zdecydowanie tak! Co z tego mam? Wreszcie poruszam zagadnienia przystające do problemów współczesnego świata, do realnych problemów szkolnej i pozaszkolnej rzeczywistości. Na dodatek zauważam w podstawie programowej sporadyczne nawiązania (ale jednak!) do postaw, jakie jestem zobowiązana wdrażać w procesie wychowania. I ku mojej uciechu odnajduję tu miejsce dla wyzwań globalnych. Wiedza, umiejętności i kompetencje miękkie, które wychowankowie zdobywają w czasie zajęć wychowawczych, przekładają się również na zaangażowanie w czasie lekcji przedmiotowych, m. in. uczą się współpracy, lepiej radzą sobie z zespołową pracą projektową, a umiejętność dyskusji czy krytycznego myślenia pozwala im trafniej formułować myśli oraz analizować i interpretować teksty kultury.*

## Pigułka doświadczenia

**Bernadetta Białek**

### ***Uczymy się nie dla szkoły, lecz dla życia***

W swojej kilkunastoletniej praktyce wychowawczej i dydaktycznej udało mi się wypracować model holistycznego podejścia do kształcenia w zakresie wdrażania zagadnień edukacji globalnej w pracy z uczniami i uczennicami. Nie zawsze jednak tak było. Tak naprawdę przypadek sprawił, że zaczęłam wdrażać wątki edukacji globalnej do swojego warsztatu pracy. Zostałam zaproszona do współpracy przy tworzeniu materiałów z zakresu edukacji globalnej zgodnych z podstawą programową z języka polskiego dla gimnazjum. Sama musiałam najpierw zgłębić temat. Skoro zaczęłam tworzyć tematyczne scenariusze, to również je praktykowałam. Od ośmiu lat ja i moi wychowankowie z wyzwaniami globalnymi jesteśmy za pan brat. Mimo kilkuletniego stażu wciąż nie uważam się za specjalistkę w tym temacie. Cały czas się uczę, poszukuję, przeorganizowuję swój warsztat, by nadążyć za zmianami w zglobalizowanym świecie i podążać za moimi uczniami, uczennicami oraz ich rodzicami. Korzystam ze sprawdzonych materiałów, wypracowanych przez Centrum Edukacji Obywatelskiej, które niejednokrotnie inspirują mnie do tworzenia własnych rozwiązań. Warto przełamać w sobie ewentualne obawy dotyczące podejmowania wyzwań globalnych na zajęciach szkolnych (np. ograniczony czas do wprowadzania takich tematów w pracy z młodzieżą, brak materiałów, niewystarczające kompetencje). Osobiście często się z tym zmagam.

Swoim wychowankom i rodzicom powtarzam, że proces wychowawczy i edukacyjny realizuję według maksymy: *Uczymy się nie dla szkoły, lecz dla życia*. A jaka była moja droga w tym procesie?

### **Innowacje pedagogiczne**

Po początkowym okresie testowania materiałów z zakresu edukacji globalnej (m. in. mój autorski scenariusz *O mechanizmach władzy. Cesarz Ryszarda Kapuścińskiego*, scenariusz Moniki Komisarczyk *Od jakiej iskry można zmienić świat? O sile jednostki i walce z niesprawiedliwością* czy scenariusz Jadwigi Jarosz *Małala waleczna. Charakterystyka postaci rzeczywistej*) zauważyłam, że takie materiały angażują wszystkich podopiecznych w klasie i wreszcie możemy odnieść się do aktualnych wyzwań świata (na przykładzie trzech wspomnianych lekcji poruszałam zagadnienia: władzy politycznej, demokracji i praw człowieka) bez szkody dla realizacji podstawy programowej. Pracując jako polonistka z dwiema klasami drugimi (poziom gimnazjum) zetknęłam się w nich z problemami takimi jak: brak motywacji do nauki, bierność, brak zainteresowania problemami współczesnego świata i bieżącymi wydarzeniami. Doszłam do wniosku, że moi uczniowie i uczennice potrzebują dodatkowego

wsparcia oraz materiału dydaktycznego, który będzie im bliski – bo praktyczny, odnoszący się do współczesnych zjawisk oraz problemów globalnych, społecznych, a zatem i dotyczących każdego z nich.

Odpowiedzią stała się właśnie edukacja globalna. Stworzyłam innowację pedagogiczną pt. *Jestem odpowiedzialny/ odpowiedzialna za świat. Jestem obywatelem/obywatelką świata. Edukacja globalna i obywatelska na zajęciach języka polskiego w gimnazjum*. Zainspirowana tendencjami nowoczesnej edukacji oraz potrzebami rynku pracy byłam przekonana, że cykliczne cotygodniowe spotkania włączone w plan lekcji pozwolą rozwinąć w uczniach i uczennicach kompetencje miękkie, otworzyć ich, wzmocnić poczucie własnej wartości. Inicjowałam aktywności, w których młodzież przez pryzmat swojej lokalnej społeczności spoglądała na problemy globalne i odwrotnie (np. wdrażaliśmy dobre praktyki, będące odpowiedziami m. in. na pytania: Co mogę zrobić, by być odpowiedzialnym konsumentem? W jaki sposób mogę ograniczyć emisję gazów cieplarnianych? Jak być otwartym w środowisku szkolnym na różnorodność i stosunki międzykulturowe?). Praca ta trwała dwa lata (do ukończenia gimnazjum przez te klasy).

Udało mi się stworzyć na lekcjach warunki sprzyjające procesowi nauczania i uczenia się: m. in. wprowadziliśmy zasady poszanowania zdania rozmówcy, słuchania, kultury prowadzenia dyskusji. Uczniowie i uczennice, początkowo niewierzący we własne możliwości, zaczęli pracować. To utwierdziło mnie w przekonaniu, że ważne jest systematyczne włączanie treści globalnych w cykl nauczania i wracanie do nich w toku nauki i działań wychowawczych. Spełniły się moje założenia dotyczące efektów, m. in.: zainteresowanie młodzieży problemami współczesnego świata i środowiska lokalnego; dostrzeganie współzależności między różnymi częściami świata a środowiskiem lokalnym w różnych aspektach; świadomość wykorzystania zdobytej wiedzy i umiejętności w praktycznym życiu. Za kryteria sukcesu uznałam m. in. zaangażowanie w lekcje, aktywność na zajęciach, zaangażowanie w działania o charakterze globalnym i obywatelskim. Istotna była dla mnie uważność na każdego podopiecznego (niezależnie od jego możliwości): przygotowanie wszystkich uczniów do wykorzystania nabytych w trakcie procesu umiejętności w praktyce, wyłonienie liderów w zakresie działalności obywatelskiej i w wymiarze globalnym. Dodatkowymi efektami innowacji okazało się otwarcie na innych ucznia z zespołem Aspergera, który wcześniej nie akceptował pracy w grupie czy parze. Dla mnie osobiście, jako opiekunki, wartością było to, że uczestniczyłam w procesie, który okazał się niezwykle interesujący i rozwijający.

## Klub Dobrej Rozmowy

Z tej trwającej dwa lata lekcji wyciągnęłam wniosek, że najważniejsze w pracy wychowawczej i dydaktycznej jest zbudowanie relacji z uczniami i uczennicami. Buduje się ją poprzez rozmowę. Aby ta mogła zaistnieć, potrzebny jest oprócz rozmówców, kontaktu i języka odpowiedni temat, który połączy obie strony. Znalazłam go w jednym z wyzwń globalnych, jakimi są współczesne migracje ludności. Założyłam *Klub Dobrej Rozmowy*, który realizowałam na godzinach wychowawczych oraz zajęciach dodatkowych z wszystkimi chętnymi uczennicami oraz uczniami ze szkoły.

*Klub Dobrej Rozmowy. Punkty widzenia* to inicjatywa Centrum Edukacji Obywatelskiej w ramach ogólnopolskiego projektu edukacyjnego *Rozmawiajmy o uchodźcach*, którego celem jest wsparcie nauczycieli i nauczycielek w podejmowaniu rozmów z młodzieżą o sytuacji uchodźców i uchodźczyń oraz o współczesnych procesach migracyjnych, a także o wartościach i postawach, które są bliskie młodym ludziom (<https://migracje.ceo.org.pl/klub-rozmowy>). Na naszych spotkaniach rozmawialiśmy o tym, kim są uchodźcy. Skąd pochodzą? Dlaczego opuścili swój kraj pochodzenia? Jak się czują? Czym są spowodowane ich emocje? Czy są wśród nas? Jaka jest różnica między migracją a uchodźstwem? Analizowaliśmy artykuły prasowe na temat migrantów i uchodźców publikowane w codziennej prasie.

Nasz Klub ewoluował, bo z biegiem czasu naturalnie zaczęliśmy podejmować rozmowy na inne tematy. Na bieżąco diagnozowałam potrzeby podopiecznych w zakresie interesujących ich spraw. Młodzież na kolejnych spotkaniach sama proponowała tematy dotyczące m. in.: wyboru ich dalszej drogi życiowej, dzielenia się swoimi



pasjami, niezrozumienia ze strony dorosłych. Najpierw pracowałam z gimnazjalistami, a po reformie zaprosiłam do współpracy wszystkich chętnych uczniów i uczennice ze szkoły podstawowej.

## Od rozmowy do działania

Z czasem gimnazjalistki same wyszły z propozycją poznania konkretnej osoby, która ma za sobą doświadczenie uchodźcze. Stworzyliśmy projekt: *Dać część siebie innym – od rozmowy i zbudowania relacji do działania*. Młodzież postawiła diagnozę, że rozmowa nie jest celem samym w sobie, ale jest nim zmiana postaw i podjęcie działania. Jako cel postawiliśmy sobie świadomą i skuteczną pomoc uchodźcom i uchodźczyniom w Polsce. Przygotowania rozpoczęliśmy od kontaktu telefonicznego z panią Mariną Hulią (działaczką społeczną zajmującą się dziećmi skrzywdzonymi przez wojnę oraz uchodźcami dotkniętymi stresem pourazowym i szokiem kulturowym). Rozpoznaliśmy potrzeby rodzin, przygotowaliśmy ulotki i kampanię informacyjną. Zorganizowaliśmy zbiórkę rzeczową według listy ustalonej z panią Mariną Hulią, której finał zakończyliśmy szkolną debatą publiczną na temat solidarności międzyludzkiej: *Co mogę przekazać drugiej osobie w mojej paczce solidarności?* Wydarzenie promowaliśmy przez stronę szkoły, Facebooka, dziennik elektroniczny, Radę Osiedle Kotarbińskiego, prasę lokalną. Następnie przekazaliśmy zebrane przez młodzież dary czeczeńskim mamom i ich dzieciom podczas spotkania na żywo, na Placu Zamkowym w Warszawie. W czasie realizacji naszego projektu młodzież miała szansę przełamać swoje stereotypy dotyczące uchodźców – poznała osobiście z imienia i nazwiska konkretne osoby, które z obawy o swoje życie przyjechały do Polski. Inicjatywa zrobienia czegoś konkretnego obudziła w uczniach i uczennicach poczucie sprawczości i zapał do dalszych działań.

Na co warto zwrócić uwagę podejmując się takich działań? Zanim podejmie się jakąkolwiek akcję, dzieci i młodzież muszą być wdrożone w tematykę, problematykę, należy przeprowadzić ich przez proces, by sami podejmowali różnego rodzaju inicjatywy. Jakich wskazówek mogę udzielić innym? – warto wpleść akcje niesienia mądrości i odpowiedzialnej pomocy w tok nauczania, traktować inicjatywę jako część procesu, a nie jednorazowy wyczyn, a także zadbać o przemyślaną kampanię informacyjną.

## Młodzież działa na rzecz młodszych kolegów i koleżanek

Razem z chętną młodzieżą wzięłam udział w projekcie czytelniczym *Poczytajmy o DOMach, czyli Dobre Opowieści o Mieszkańcach* Centrum Edukacji Obywatelskiej. Uczniowie i uczennice klas szóstych przygotowywali spotkania czytelnicze dla pierwszoklasistów, podczas których czytali udostępnione wcześniej opowieści o różnych domach na świecie, o ich mieszkańcach i mieszkankach oraz prowadzili rozmowy na ten temat. W ten sposób uczniowie i uczennice dowiedzieli się więcej nie tylko o mieszkalnictwie i nierównościach społecznych, ale także o tym, czym są Cele Zrównoważonego Rozwoju i na czym polega ich realizacja (<https://poczytajmy.ceo.org.pl/publikacje/poczytajmy-o-domach-publicacja>, m. in. scenariusz: *Nasze miasto w świecie zrównoważonego rozwoju*). Punktem wyjścia do pracy z dziećmi była książka *Domy* Carson Ellis (Wydawnictwo Wilga, 2016) oraz przygotowane przez CEO scenariusze zajęć i akcji czytelniczych. Zanim szóstoklasiści samodzielnie zaczęli prowadzić projekt, przeprowadziłam z nimi kilka spotkań integrujących grupę projektową i wprowadziłam ich w problematykę Celów Zrównoważonego Rozwoju. Rozmawialiśmy, co oznaczają wszystkie cele i w jaki sposób można je realizować, (np. *Koniec z ubóstwem, Zero głodu, Dobre zdrowie i jakość życia* itd.). Zatem moi podopieczni, aby czegoś nauczyć dzieci, sami musieli udoskonalić swój warsztat pracy. Dzieci pod opieką swoich starszych koleżanek i kolegów m. in. rysowały zrównoważone domy, z czasem robiły w grupach makiety zrównoważonego osiedla, wykorzystując surowce wtórne. Nieustannie nadarzała się okazja, by porozmawiać o zrównoważonym mieście, odpowiedzieć na pytanie, co to znaczy, że nasze codzienne postępowanie ma znaczenie dla funkcjonowania całego świata.

Przy okazji festynu szkolnego organizowanego z radą osiedla, ogłosiłam konkurs na pracę *Moje zrównoważone miasto – moje zrównoważone osiedle*. Polegał on na sfotografowaniu dowolnej części osiedla, wywołaniu fotografii w dwóch kopiach i stworzeniu na jednym ze zdjęć własnej wizji zrównoważonego osiedla. Prace można



było obejrzeć podczas wystawy w dniu festynu. Wtedy też zostali nagrodzeni autorzy najciekawszych rozwiązań. Młodzież prezentowała również swoje propozycje podczas Ogólnopolskiej Prezentacji Projektów Młodzieżowych w Warszawie.

## Wychowawczy potencjał

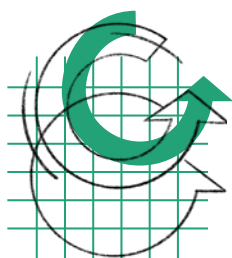
Wychowawczy potencjał wyżej przedstawionych działań jest ogromny. Rozwija się twórcza inwencja młodego człowieka, jego kreatywność, przejmuje on odpowiedzialność za proces uczenia się, ale także nauczania. Mam świadomość, że wypuszczam w świat absolwenta wyposażonego w umiejętności potrzebne do świadomego i mądrego funkcjonowania w świecie.

Na koniec roku szkolnego roku przed prawie trzema laty, jedna z moich wychowanek obdarowała mnie wizerunkiem mojej karykatury opatrzonej cytatem: *Zawsze idź przez życie tak, jakbyś miał coś nowego do nauczenia się, a tak się stanie* – rzeczywiście idę przez proces wychowawczy razem z moimi wychowankami i razem się siebie uczymy, poprzez to, czego doświadczamy. Wzrasta zaufanie między nami. Ponieważ idę razem z nimi – nie udaję, że wszystko wiem, jestem dla nich wiarygodna. Inny cytat umieszczony przez uczennicę przy wspomnianym wizerunku to: *Jest tylko jeden sposób nauki. Poprzez działanie* – taki sposób proponuję i okazuje się skuteczny. Jednak, by dojść do działania, najpierw trzeba stworzyć warunki do rozmowy. Podczas niej wybrzmiewają wyzwania i problemy, o których można krytycznie myśleć i wspólnie szukać twórczych rozwiązań.

*Jednym z celów kształcenia ogólnego w szkole podstawowej jest wzmocnienie poczucia tożsamości. Jeszcze nigdy odpowiedź na pytanie Kim jestem? nie była tak wielowymiarowa. Poszukiwanie jej będzie wspierać uczniów i uczennice w rozumieniu siebie, swojej wyjątkowości i potencjału, a w rezultacie przygotuje obywateli i obywatelki pewnych swojej wartości do stawiania czoła skomplikowanej i pełnej wyzwań codzienności XXI wieku. Ponadto chcemy, by tożsamość uczniów i uczennic budowana była w oparciu o ich pozytywne relacje z otaczającym światem: rodziną, klasą, szkołą, społecznością lokalną i międzynarodową oraz naturą. Zatem proponujemy, by wychowawczą rolę szkoły dziś było wspieranie uczniów i uczennic w poszukiwaniu odpowiedzi na bardziej złożone pytanie: Kim jestem jako jednostka i jako część globalnej wspólnoty, z jej współczesnymi wyzwaniami?*

# Globalne obywatelstwo

Katarzyna Dzięciołowska



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Wspieranie potencjału uczniów i uczennic bez stereotypów

Poznaj zainteresowania swoich uczniów i uczennic, stwórz przestrzeń, by poznali je między sobą i mieli możliwość ich rozwijania bez stereotypowego patrzenia. Wspieraj ich w podejmowaniu zadań, w których dopiero odkryją swoje kompetencje i będą mogli się sprawdzić w nowych rolach. Często wydaje nam się, że nie poddajemy się stereotypowemu myśleniu, a nasze postrzeganie uczniów i uczennic jest wolne od uprzedzeń. Jednak mechanizmy, o których mowa, są nieświadome i warto przyjrzeć się bliżej swojemu zachowaniu i językowi, którego używamy. Przykładem takiego myślenia są stereotypy płciowe, np. różnicowanie zadań na „dziewczęce” i „chłopięce”, lub automatyczne określanie cech osób na podstawie płci.

Zadaj sobie pytania:

- Czy pozwalam wykazać się dziewczętom i chłopcom w różnych zadaniach?
- Czy jestem wolna od oceniania dziewczynek jako grzecznych, dobrze się uczących, a chłopców jako nie-subordinowanych i wymagających?
- A może uważam, że dziewczynki na ogół nie są dobre w przedmiotach ścisłych, a chłopcy są zdolniejsi w zadaniach ruchowych?

Tego typu przekonania przekazujemy naszym podopiecznym, przez co mogą nigdy nie odkryć swego potencjału. Dotyczy to nie tylko stereotypów płciowych, czasem dzieci i młodzież przechodzą cały cykl edukacji z „przyklejoną etykietą” (np. leniwy, zdolny, grzeczny, nierozgarnięty), której nie sposób się pozbyć. To ogranicza ich myślenie, że jacyś są i nie stać ich na nic innego. Jako dorośli mamy moc nadawania tych „etykietał”, ale możemy również uświadamiać sobie takie zachowanie i uwalniać uczniów i uczennice od tego bagażu, dając im szansę rozwijać się w zgodzie ze sobą.

Pomocą w ocenie naszych zachowań i zmianie ich może być artykuł Mai Dobiasz-Krysiak i Justyny Frydrych: <https://blog.ceo.org.pl/jak-to-jest-z-rownoscia-plci-w-polskiej-szkole/>.

## Zachowania wychowawcy są wzorem dla uczniów i uczennic

Bądź wzorem dla swoich uczniów i uczennic, wejdź w rolę globalnego obywatela lub obywatelki: zgłębiaj wyzwania współczesnego świata i ucz się, w jaki sposób adekwatnie na nie reagować. Mów o tym, co umiesz i o tym, czego nie potrafisz. Gdy przytrafi się okazja – dziel się tym, jak ty dysponujesz swoimi zasobami i kompetencjami na rzecz zrównoważonego świata. Może szyjesz wielorazowe woreczki na zakupy, jeździsz rowerem do pracy lub aktywnie działasz w jakiejś organizacji pozarządowej? Warto, by uczniowie i uczennice o tym wiedzieli, bo być może właśnie to zainspiruje ich do działania. Zachęcaj również innych nauczycieli i nauczycielki do wspólnych przedsięwzięć na rzecz sprawiedliwszego i bardziej zrównoważonego świata – im was więcej, tym większe oddziaływanie na młodzież. Razem bierzcie udział w formach rozwoju osobistego, dzięki którym pogłębicie wiedzę i umiejętności w zakresie tematów globalnych.

O tym, jak włączać tematy globalne do pracy szkoły, dowiesz się z naszych programów opisanych na stronie [www.globalna.ceo.org.pl/programy](http://www.globalna.ceo.org.pl/programy). Jeśli masz ochotę na więcej inspiracji, zajrzyj na strony Polskiej Akcji Humanitarnej: [www.pah.org.pl/edukacja/](http://www.pah.org.pl/edukacja/) i dowiedz się więcej o mądrym pomaganiu lub Instytutu Globalnej Odpowiedzialności: [www.igo.org.pl/kategoria/edukacja-globalna/](http://www.igo.org.pl/kategoria/edukacja-globalna/), gdzie jest wiele materiałów na temat ekonomicznej edukacji globalnej – nierównościach na świecie i sposobach przeciwdziałania im.

## Pozytywne wzorce zachowań

Buduj swój autorytet i poszerzaj horyzonty uczniów oraz uczennic o nowe wzorce – przybliżaj im postacie, które działają na rzecz zrównoważonego świata – zarówno twoje starania, jak i przykłady działań aktywistów i aktywistek mogą być inspiracją dla uczniów i uczennic do własnego rozwoju. Dziel się wiedzą o zmianach, które zostały wprowadzone dzięki niezgodzie młodych ludzi na kształt świata, który zastali. Takie informacje na temat aktywności współczesnych młodych Polaków i Polek znajdziecie np. w książce Justyny Sucheckiej pt. „Young Power”. Ale historia zna wiele różnorodnych przykładów aktywności społecznej i obywatelskiej młodzieży – od polskiego strajku szkolnego w 1905 roku po indyjski kobiecy Różowy Gang (Gulabi Gang). Oba te ruchy łączy walka o upodmiotowienie grupy ignorowanej dotychczas przez władze – w pierwszym przypadku młodych ludzi w Polsce pod zaborami, w drugim kobiet w dzisiejszych Indiach.

Wspieraj dążenia młodzieży do poszukiwania swojej drogi, choćby były to sposoby niewygodne dla ciebie – jak np. dyskusja, podczas której uczniowie i uczennice ewidentnie się z tobą nie zgadzają czy formy protestu (jak np. uczestnictwo w Młodzieżowym Strajku Klimatycznym w czasie zajęć szkolnych). W takiej sytuacji warto rozmawiać, zadawać pytania i próbować zrozumieć postawę młodych ludzi, którzy w ten sposób uczą się postaw społecznych. Potraktowanie młodzieży podmiotowo to najlepszy sposób na zbudowanie w nich sprawczości. Globalne obywatelstwo oznacza również uwzględnianie potrzeb i słuchanie opinii osób oraz grup, których głos nie jest słyszalny na co dzień w debacie publicznej.

O aktywistkach na rzecz przeciwdziałania zmianie klimatu przeczytasz na naszych kartach do gry w Piotrusia: [www.bit.ly/KartyAktywistki](http://www.bit.ly/KartyAktywistki). Hindou Oumarou Ibrahim z Czadu czy Amerykanka Alexandria Ocasio-Cortez to młode innowatorki znane na świecie ze względu na swoją społeczną i ekologiczną działalność.

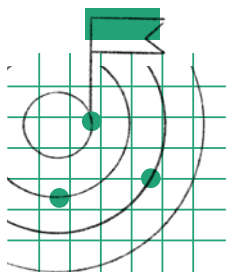
## Rozmowa o wartościach

Rozmawiaj z uczniami i uczennicami o wartościach w kontekście uwrażliwiania na wyzwania globalne.

- Co jest dla mnie ważne, co jest ważne dla nas? Co jest ważne dla świata i wszystkich ludzi?
- Czy moje wartości są podobne do wartości innych osób? Czym się różnią? Z czego te różnice wynikają?
- Skąd wiem, że moje poglądy są moje i są ważne? Co oznacza być nonkonformistą?

Tematów do takich rozmów dostarczają bieżące wiadomości – przyglądajcie się wspólnie światu i rozmawiajcie na ważne, często kontrowersyjne, tematy – to one uruchamiają w uczniach postawy, na których kształtowaniu nam zależy. Pandemia koronawirusa? Zmiana klimatu? Zamach terrorystyczny? Daj uczniom dojść do głosu: pozwól podzielić się wiedzą, którą mają, emocjom, które się w nich pojawiają, wreszcie, wartościom, na których bazują. Gdy usłyszysz perspektywę uczniów i uczennic, łatwiej będzie pracować nad tym, aby do repertuaru ważnych dla nich rzeczy dołączyły (lub utrwaliły swoją obecność): sprawiedliwość, godność, równość, wolność, różnorodność, pokój i równowaga środowiskowa.

W rozmowach stwarzaj przestrzeń do wypowiedzenia, co nie podoba się twoim uczniom i uczennicom w funkcjonowaniu świata, a na czym im zależy. Zwracaj uwagę na to, że można się buntować w obliczu niesprawiedliwości i w obronie wartości, mów o tym, jakie możliwości wypowiedzenia własnej opinii daje demokratyczne społeczeństwo. Jeśli nie czujesz się gotowy na taką rozmowę, nie przyspieszaj jej. Najpierw zbuduj relację z podopiecznymi, bądź otwarty i chętny do rozmowy, znajdź wsparcie. Informacje o tym, czym jest dobra rozmowa i jak prowadzić ją w szkole, znajdziesz w kolejnej części tego materiału.



## Działania specjalne – inspiracje

### Inicjuj szkolne projekty wolontariackie dotyczące współzależności globalnych

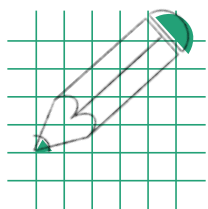
Projekty młodzieżowe są przestrzenią do działań – na przykład na rzecz Celów Zrównoważonego Rozwoju ONZ. Ciekawą formułą projektów uczniowskich są kampanie informacyjne. Wymagają zapoznania się młodzieży z Celami Zrównoważonego Rozwoju, a następnie opracowania formuły, w jakiej przekażą swoją wiedzę kolegom i koleżankom w szkole lub społeczności lokalnej. Uczniowie i uczennice chętnie przygotowują plakaty, ulotki, spotkania informacyjne, lekcje dla młodszych kolegów i koleżanek, ankiety, happeningi, piszą artykuły do lokalnych gazet, kręcą filmiki. Konkretną pomocą w realizacji tego zadania są plansze, które przy każdym z Celów zawierają przykłady młodzieżowej aktywności: <http://bit.ly/PlanszeCZR>. Opis metody projektu w edukacji globalnej, przykłady takich działań w społecznościach szkolnych i materiały znajdują się na stronie: <http://bit.ly/projektyEG>.

### Przestrzeń do prezentowania treści globalnych

Wyznacz przestrzeń, w której uczniowie i uczennice będą mogli w oparciu o swoje pasje przekazywać wartościowe globalne treści – uczniowską gazetkę szkolną poświęconą Celom Zrównoważonego Rozwoju, audycje w radiowęźle na temat globalnych współzależności czy redakcję szkolną poświęconą tematowi zmiany klimatu (możecie na przykład włączyć się do społeczności CEO i Planet4All: <https://ekologia.ceo.org.pl/iplanet4all>). Każde z tych działań wychodzi poza jednorazową formułę projektu edukacyjnego, umożliwiając zdobycie nowych kompetencji, ale i przeżycie wspólnej radości z nieoczywistych trwałych działań. Warto przy tym sięgnąć do tematów bliskich odbiorcom – smog w waszej okolicy może być pretekstem do eksploracji zagadnienia odnawialnych źródeł energii, pobliski las daje pretekst do rozmowy o roli społeczności lokalnej w zachowaniu różnorodności biologicznej na Ziemi, a lokalna organizacja pozarządowa przeciwdziałająca przemocy w rodzinie jest jednym z przykładów działania na rzecz równości płci. Bazując na zainteresowaniach i umiejętnościach uczniów i uczennic możecie razem stworzyć coś bardzo wartościowego.

## Cele Zrównoważonego Rozwoju są naszymi celami

Przestuduj Cele Zrównoważonego Rozwoju wraz z kadrami szkolną i zastanówcie się w tym gronie, w jaki sposób możecie wprowadzać je w życie szkoły. Może Cel 5: Równość płci i Cel 9: *Innowacyjność, przemysł i infrastruktura* będą inspiracją do zaproszenia na spotkanie z młodzieżą kobiet pracujących w zawodach przyszłości – informatyczek, naukowczyń, inżynierek? Może połączycie Cel 15: Życie na lądzie ze spotkaniami z lokalnymi działaczami i działaczkami w temacie ekologii i leśnictwa? Może Cel 4: *Dobra jakość edukacji* będzie dla was inspiracją do zastanowienia się, jakie aspekty włączyć do programu wychowawczego szkoły? Na początek możecie zrealizować nauczycielską inicjatywę, w ramach której (może przy wsparciu rady rodziców?) pokażecie, co dorośli związani z waszą szkołą robią na rzecz zrównoważonego rozwoju. Inspirujące dla uczniów i uczennic może być, jeśli np. na stronie internetowej szkoły opublikujecie krótkie notatki o nauczycielach i nauczycielkach, które uwzględnić będą po jednym działaniu na rzecz lepszego świata, którym dana osoba chce się pochwalić.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### GDZIE KOŃCZY SIĘ ŚWIAT WOKÓŁ MNIE?

**Celem** ćwiczenia jest poszerzenie perspektywy uczniów i uczennic o elementy tożsamości, przy jednoczesnym odwołaniu do tego, co znają i dostrzegają wokół siebie. Zbudowanie szerokiego wyobrażenia o świecie, którego jestem częścią, choć w mniej oczywisty sposób niż grup takich jak rodzina czy szkoła, pozwoli na kolejny krok, którym jest wzięcie odpowiedzialności za przyszłość tego świata.

**Czas trwania:** ok. 30 min

**Materiały i środki dydaktyczne:** tablica i kreda/marker, ewentualnie materiały do pracy grup, jeśli wybierzesz tę opcję. Ćwiczenie można przeprowadzić zdalnie, np. za pomocą tablicy na GoogleMeet czy notatki w Office 365.

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4–8 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

1. Zadaj uczniom i uczennicom pytanie kluczowe: „Gdzie kończy się świat wokół mnie?” Pozwól im na swobodne wypowiedzi, nie komentując.
2. Zaproponuj wspólny opis tego, co znajduje się wokół nas. Napisz na środku tablicy „JA” i narysuj okrąg wokół niego. Jeśli masz grupę, w której wszyscy dobrze się czują, wyrażając własne zdanie, a jednocześnie potraficie zachować porządek wypowiedzi, pracujcie wspólnie. Inną opcją jest podział na kilkuosobowe grupy i indywidualna praca grup. Narysuj kolejne okręgi wokół pierwszego. Poproś uczniów i uczennice, by wymienili to, co znajduje się wokół nich, co jest najbliższym im światem. W tej chwili najprawdopodobniej będzie to klasa szkolna, wszystkie osoby, które do niej należą, znajdujące się w pomieszczeniu przedmioty. A może za najbliższy świat wokół siebie uczniowie uznają swoją rodzinę? W takim wypadku wyjdźcie od rodziny, a kolejne kręgi twórzcie z grup znajomych i nieznanym, którzy znajdują się „wokół nas”. Jaką metodę wyboru kręgów

przyjmiecie, ma mniejsze znaczenie, najważniejsze jest to, by uczniowie i uczennice zastanowili się nad tym, co ich otacza. Narysujcie kolejne kręgi i wpisujcie do nich kolejnych ludzi, miejsca, przedmioty, ekosystemy itp.

3. To jest moment na stop-klatkę, zrobienie zdjęcia waszej pracy (albo pracy grup, gdy na nią się zdecydowaliście), jeśli chcesz ją potem porównywać do efektów zadania po realizacji procesu edukacyjnego.
4. Gdy wyczerpią się propozycje uczniów i uczennic, zadaj jeszcze kilka pytań uzależnionych od poprzednich propozycji młodzieży, a powiązanych z perspektywą globalnych współzależności. W którym z kręgów umieścilibyście Polskę i Polaków? Czy w waszych kręgach jest miejsce na otaczającą nas przyrodę. Jeśli tak to gdzie? W którym z kręgów znajdzie się nasz kolega z innego kraju? W którym z kręgów jest miejsce, w którym spędzamy wakacje? W którym miejscu na naszej „mapie świata” znajdują się osoby, których nie znamy, a z którymi coś nas łączy np. osoby, które uszyły nasze buty, osoby, które uprawiały warzywa i owoce, które spożywamy, osoby, których dom zatonął podczas powodzi spowodowanej zmianą klimatu? W którym kręgu znajdują się elementy przyrody takie jak: jezioro w naszej miejscowości, góry, gdzie spędzaliśmy wakacje, najgłębszy kanion na Ziemi, którego nigdy nie widzieliśmy, kometa, którą obserwujemy na niebie? W tej symulacji zależy nam na poszerzeniu perspektywy uczniów o miejsca i ludzi których nie wymienili, jednocześnie pamiętając o dostosowaniu pytań do wiedzy uczniów i uczennic. Proponujemy elementy współzależności globalnych jako wstęp do dalszej pracy wychowawczej.
5. Po stworzeniu stosunkowo pełnej listy (dla tej grupy i w tym momencie, bo oczywiście ćwiczenie można kontynuować bardzo długo), zachęcamy do refleksji nad tym, co stworzyliście. Zapytaj uczniów i uczennice, czy kiedy patrzą na powstały schemat świata wokół nas, nasuwają im się jakieś pytania. Jeśli coś zaproponują, kontynuuj temat. Jeśli nic nie padnie ze strony młodzieży, dopytaj o kilka kwestii: czy ten schemat jest taki sam dla wszystkich osób w klasie? Czym może się różnić? Skąd wiadomo, gdzie znajdują się granice między kręgami? Na ile są one stałe? W jaki sposób mogą się przeplatać elementy zawarte w kręgach? W jaki sposób na siebie te elementy wpływają?
6. Zadaj ponownie pytanie: „Gdzie kończy się świat wokół mnie”? Dlaczego właśnie tu? Dużą wartością byłoby, gdyby odpowiedzi na te pytania udzieliła każda z osób. Można to zrobić za pomocą wypowiedzi lub wpisów na wspólnej tablicy, np. w formie tweeta (140 lub 280 znaków na wpis). Podsumowując lekcję, zwróć uwagę, jak różnorodne są odpowiedzi oraz jak poszczególne elementy w kręgach są ze sobą powiązane.

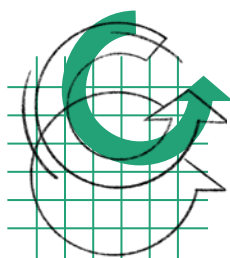
**Informacja zwrotna:** Podziękuj uczniom i uczennicom za ich wkład w ćwiczenie. W ramach komentarza możesz zwrócić uwagę na sposób, w jaki pracowali, docenić liczbę pomysłów i chęć do dzielenia się swoją perspektywą. Unikaj ocen! Jeśli usłyszysz w trakcie ćwiczenia, że wychowankowie oceniają swoje pomysły, zwróć uwagę, że każdy może mieć inny punkt widzenia i nie ma tu dobrych ani złych odpowiedzi.

**Zwróć na to uwagę:** Co uczniowie i uczennice wymieniają jako elementy świata wokół siebie? Będą wymieniali to, co znają i to, co uznają za ważne. Z tą wiedzą możemy w kolejnym procesie edukacyjnym poszerzać ich wiadomości o inne elementy oraz wpływać na to, co uważają za ważne (np. podkreślać, że ludzie i relacje z nimi są ważniejsze od przedmiotów). Dodatkową opcją jest przeprowadzenie ćwiczenia dwa razy – przed rozpoczęciem procesu edukacyjnego i pod koniec. Pozwoli to przyjrzeć się efektom pracy, a nawet omówić je z uczniami i uczennicami, zadając pytanie, czy coś się zmieniło.

*Rolą wychowawcy jest praktykowanie dobrej rozmowy, czyli komunikacji nastawionej na wzajemne zrozumienie i dialog, ponieważ wpływa to na jakość relacji rówieśniczych, międzyklasowych oraz na linii wychowawca-wychowankowie. W praktyce oznacza to stworzenie w klasie przestrzeni na to, żeby młodzi ludzie mogli dzielić się swoim zdaniem, nauczyli ze sobą rozmawiać, odkrywać nowe sposoby myślenia oraz zmieniać swoje poglądy bez obawy o osąd. Tematyka skupiona wokół współczesnych wyzwań świata bardzo temu sprzyja, gdyż z jednej strony jest bliska uczniom i uczennicom, a z drugiej – porusza kontrowersyjne i złożone kwestie, dzięki czemu młodzi ludzie uczą się otwartości na różne perspektywy. Podejmowanie niełatwych tematów sprawia, że uczniowie i uczennice mają szansę spotkać się w dyskusji z kimś, kto ma inne zdanie niż oni, skonfrontować je, nauczyć się szacunku do człowieka bez względu na różnice zdań.*

# Praktykowanie dobrej rozmowy

**Bernadetta Białek**



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Przestrzeń do przyjaznej rozmowy

- Zauważasz trudności z komunikacją w twojej klasie? Wychowankowie nie wiedzą, jak rozmawiać z osobami, które mają inne opinie i poglądy? Być może nie zawsze wiedzą, co myśleć o danej sprawie opisywanej przez media? A może mają doświadczenie bycia w rozmowie, w której strony nie słuchały się wzajemnie? Zanim zaczniesz rozmawiać na ciekawe i nurtujące tematy globalne, stwórz przestrzeń do przyjaznej rozmowy, bezpiecznego dzielenia się emocjami, dostrzegaj i nazywaj potrzeby osób zarówno w sytuacjach wychowawczych, jak i podczas rozmowy o świecie. Dużym wsparciem może okazać się metoda *Porozumienia bez przemocy* opracowana przez amerykańskiego psychologa Marshalla B. Rosenberga. Metoda w czterech krokach: 1. Obserwacje: Co się wydarzyło, 2. Uczucia: Co poczułeś? Co mogła poczuć druga osoba?, 3. Potrzeby: Jaka twoja lub czyjaś potrzeba była spełniona/spełniona?, 4. Prośba: Czy jest coś, o co chciałbyś/chciałabyś kogoś teraz poprosić? <https://www.empathicway.pl/porozumienie-bez-przemocy-podstawowe-informacje/>.
- Wyjdź poza schemat typowej lekcji. Przeorganizuj ustawienie ławek w sali – ustaw je w kształt podkowy. Szukaj również okazji do rozmowy poza szkołą (np. na wycieczce szkolnej czy spacerze po lesie/parku) – pamiętaj, by wszyscy rozmówcy widzieli siebie nawzajem, bądź z nimi w kręgu. Przyjmij perspektywę partnera do rozmowy – daj szansę zainicjować rozmowę na interesujące wychowanków tematy im samym. Pozwól im przejść pałeczkę. Nie pouczaj. Daj możliwość wybrzmieć wszystkim opiniom i poglądom, aby każdy podczas spotkania poczuł się ważny i potrzebny w rozmowie.
- Wspólnie stwórzcie zasady dobrej rozmowy – to wytyczne, zgodnie z którymi będziecie pracować. Warto ustalać je razem z podopiecznymi – wzrasta ich moc sprawcza, poczucie wartości i jako autorzy zasad stają się bardziej odpowiedzialni za przebieg rozmowy. Takie ramy rozmowy porządkują również sposób komunikowania się podczas zajęć. Możesz np. zaproponować wychowankom wyjściowe punkty: 1. *Każdy z nas*



*widzi świat trochę inaczej – ma swoją prawdę. 2. Każdy mówi w swoim imieniu, odnosząc się do własnych doświadczeń. 3. Słuchamy siebie nawzajem.* Zainspiruj się zasadami proponowanymi w Klubie Dobrej Rozmowy : [https://ceo.org.pl/sites/default/files/ceo\\_przewodnik\\_dla\\_uczniow\\_www\\_1.pdf](https://ceo.org.pl/sites/default/files/ceo_przewodnik_dla_uczniow_www_1.pdf) s. 26) i skonsultuj je z młodzieżą. Zasady można wywiesić w widocznym miejscu w sali lekcyjnej.

Dzięki przyjaznej przestrzeni zyskujesz zarówno ty, jak i twoi podopieczni. Komunikacja między rówieśnikami, a także między uczniami i opiekunem staje się bardziej szczerą i otwartą.

## Rozmowy na trudne i kontrowersyjne tematy

Jeśli zauważasz brak zainteresowania tematami, które inicjujesz, stwarzaj okazje do rozmowy na bieżące tematy globalne, wychodząc od tego, co zaproponują twoi podopieczni, np. podczas przypadkowej rozmowy w czasie godziny wychowawczej. Aktualne wydarzenia, którymi żyje świat, są im bliskie, a jeśli nie, mają szansę się takimi stać. Uczniowie i uczennice lubią słuchać, co mają im do powiedzenia rówieśnicy. Z czasem zacznij zadawać pytania, jakie tematy dotyczące Polski/Europy/świata są poruszane ostatnio w mediach. Dopytuj, dlaczego właśnie takie. Jakich zagadnień globalnych dotyczą (np. praw człowieka, ekologii, pandemii, zdrowia, smogu)? Dociekaj dalej, zadając szczegółowe pytania bądź motywując innych do ich zadawania. Miej świadomość, że dzięki podejmowaniu tematyki z zakresu edukacji globalnej i ekologicznej, wyposażasz podopiecznych w świadomość różnorodności świata. Nie obawiaj się proponować trudnych tematów, które dzielą społeczeństwo (np. migracje, wydobywanie węgla, członkostwo w UE), kwestionują osobiste przekonania uczniów i uczennic (np. poglądy polityczne czy stosunek do mniejszości), charakteryzują się funkcjonującymi obok siebie sprzecznymi wyjaśnieniami (np. zmiana klimatu czy kolonializm), wywołują silne emocjonalne reakcje (np. równość płci, przemysłowa hodowla zwierząt). Kontrowersyjne tematy są elementem naszej codzienności i uczniowie oraz uczennice dzięki ich podejmowaniu lepiej radzą sobie z globalnymi wyzwaniami. Zaczynają rozumieć współzależności globalne. Uczą się krytycznego myślenia poprzez analizę osobistych wartości i konfrontowanie ich z poglądami innych osób. W rozwiązywaniu konfliktów biorą pod uwagę różne punkty widzenia i szukają wspólnie najlepszych rozwiązań.

Jako wychowawca podejmując takie rozmowy sam/sama rozwijasz się i nie stoisz w miejscu. Zyskujesz również poczucie, że modelujesz postawy odpowiedzialnych i świadomych obywateli świata.

## Emocjonalne zaopiekowanie

- Bądź świadomy, że podczas podejmowania tematyki globalnej u rozmówców mogą pojawiać się różne emocje. Nie hamuj ich. Ucz, jak odróżniać opinię od mowy nienawiści (<https://blog.ceo.org.pl/jak-zapobiegac-mowie-nienawisci-praktyczne-rozwiazania-i-gotowe-materialy/>) i jak stawiać granice między nimi (zapisuj przykładowe wypowiedzi uczniów i uczennic na tablicy – na bieżąco pytaj, w których z nich jest rzeczowa, obiektywna informacja (fakty), a w których pojawia się język agresji (taki, który może kogoś ranić, obrażać albo w nieobiektywny sposób przedstawiać jakieś zjawisko). Dopytuj, jakimi innymi słowami można zastąpić dany opis; drąż temat – dlaczego warto na co dzień w rozmowach z odpowiedzialnością i świadomością dobierać słowa, których używamy? Korzystaj z nowych technologii – prześledźcie tytuły artykułów w Internecie na dany temat i na bieżąco komentujcie, które z nich zawierają fakty, a które opinie? Jakie są to opinie? Z czego wynikają? W jaki sposób można by było zastąpić dany komunikat, aby był obiektywny?
- Pracuj na konfliktach – zarówno tych pojawiających się w szkole (np. problem hejtu w Internecie), jak i tych dzielących społeczeństwo (np. członkostwo Polski w UE). Zwłaszcza, że te szkolne potrafią być kalką społecznych. Pozwól im wybrzmieć i zaopiekuj się emocjami stron, które biorą w nich udział. Ważne, żeby po rozmowie nie zostawić kogoś roztrzęsionego. Jeśli obawiasz się samodzielnie podejmować dany temat, zapraszaj osoby, które mogą poprowadzić taki proces (np. innego nauczyciela, psychologa, pedagoga lub trenera z zewnątrz) – im jest łatwiej poradzić sobie z pojawiającymi się emocjami i zdobyć się na bezstronność.

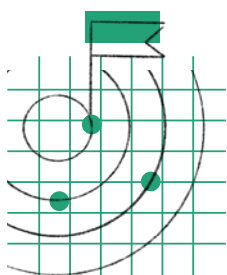


- Gdy uczniowie i uczennice mają trudność w nazwaniu emocji, warto wywiesić w widocznym miejscu mapę emocji Roberta Plutchika (koniecznie kolorową, gdyż – szczególnie młodsze dzieci – będą utożsamiały określoną emocję z danym kolorem), a w starszych klasach można jeszcze dodatkowo umieścić koło uczuć Kaitlin Robbs (<https://streskiler.pl/mapa-emocji-i-kolo-uczuc-powiedz-co-naprawde-czujesz/>).
- Gdy pojawią się zdania kontrowersyjne, dopytaj, z czego wynika taki pogląd/ocena sytuacji? Jakie emocje teraz ktoś czuje? Mogą się również pojawić emocje związane z tym, czego doświadczamy: ocieplenie klimatu, zanieczyszczenie środowiska, łamanie praw człowieka, terroryzm, pandemia. Jeśli w szkole jest stworzona odpowiednia przestrzeń, młodzież nauczy się je przepracowywać, radzić sobie z nimi, co zapobiegnie ewentualnej agresji.

Gdy młodzi ludzie poczują się bezpiecznie, wówczas można szukać konstruktywnych rozwiązań. Daj możliwość wyzwolenia refleksji, która prowadzi do krytycznego myślenia, a ono z kolei do podjęcia konkretnej aktywności. Dając poczucie bezpieczeństwa swoim wychowankom, sam poczujesz wewnętrzny spokój. Zadbasz tym samym o swój dobrostan – emocje obu stron zostaną zaopiekowane.

## Potencjał różnorodności

W różnych sytuacjach wychowawczych doceniaj i podkreślaj wartość różnorodności – np. w momentach konfliktowych, gdy pojawiają się odmienne zdania czy poglądy, przekieruj rozmowę na wartości płynące z różnorodności. Otwartość na odmienne zdania pozwala wypracować rozwiązania, które są dobre dla różnych stron. Dobrą okazją do poruszenia tematyki różnorodności jest temat świąt i tradycji, które mogą ujawniać różnice między uczniami i uczennicami waszej klasy. Na początku roku stwórzcie kalendarz świąt i ważnych dni dla różnych kultur, z którymi utożsamiają się twoi wychowankowie. Warto wykorzystać to ćwiczenie jako przyczynek do refleksji nad podobieństwami i różnicami. Umożliwiaj młodzieży wchodzenie w role osób, które myślą inaczej niż oni i one, losowo przydzielaj postaci podczas zajęć dramatycznych, symulacji i dyskusji. Pozwól uczniom i uczennicom (oraz sobie!) na eksperymenty myślowe, w których zadaniem jest wyobrazić sobie sytuację innej osoby. Świetnie nadają się do tego wszelkie techniki dramatyczne, a adekwatnie dobrane potrafią wesprzeć proces wychowawczy, również w formie interwencji. Rozmawiaj z uczniami i uczennicami o wielokulturowości. Materiały na ten temat dla wychowawców (i nie tylko) znajdziesz tu: <http://bit.ly/2LjflWf>.



## Działania specjalne – inspiracje

W projektach uczniowskich postaw na wydarzenia, które sprzyjają dobrej rozmowie. Pamiętaj o ustalonych wcześniej wspólnie z grupą zasadach, które dają uczestnikom i uczestniczkom poczucie bezpieczeństwa i pozwalają im się rzetelnie przygotować do podejmowanej aktywności.

## Tydzień Edukacji Globalnej

Weź udział w Tygodniu Edukacji Globalnej – międzynarodowej inicjatywie edukacyjnej organizowanej co roku w celu zwrócenia uwagi Europejczyków na współczesne problemy o charakterze globalnym. Możecie zorgani-

zować w szkole debatę, która nawiązuje do hasła przewodniego w danym roku. W poprzednich latach były to m. in.: *Jak uczynić lepszym nasz świat?* (*To nasz świat. Uczynimy go lepszym!* 2020), *Co każdy z nas może zrobić dla poprawy klimatu?* (*Pobudka! Ostatni dzwonek dla klimatu!* 2019), *W jaki sposób mogę przyczynić się do realizowania Celów Zrównoważonego Rozwoju?* (*Odpowiedzmy na wyzwania zmieniającego się świata!* 2018). Można również rozważyć inne kwestie, np.: *Co łączy wyzwania współczesnego świata z wyzwaniami naszej społeczności lokalnej? Czy mam realny wpływ na zmianę?*

Jeśli obawiasz się debaty szkolnej, możesz zacząć od klasowej, stosując np. world cafe – metodę małych kroków. Uczniowie i uczennice podzieleni są na grupy, które przy stolikach dyskutują na różne aspekty danego tematu. Po ustalonym czasie następuje zmiana i wszyscy poza jedną osobą (gospodarzem stolika) zmieniają stolik i rozpoczynają rozmowę na inny temat. Gospodarz stołu streszcza to, co powiedziały poprzednie grupy i zachęca do dalszej dyskusji. Rozmówcy są zachęceni do zapisywania swoich pomysłów, aby następne grupy mogły się do nich odwoływać. Na koniec następuje oficjalne podsumowanie wyników pracy przy stolikach (<https://partycypacja-obywatelska.pl/strefa-wiedzy/techniki/world-cafe/>).

## Szkoła dla Zrównoważonego Rozwoju

Opracowując plan wychowawczy klasy, świadomie włącz w niego pracę z Celami Zrównoważonego Rozwoju. Włączajcie rozmowę i dyskusję do codziennej praktyki szkolnej. Poszerzcie ją o aspekty globalne, np. jednym z pytań w debacie kandydatów do reprezentacji samorządu szkolnego może być: *Do realizacji których z Celów Zrównoważonego Rozwoju przyczyni się samorząd uczniowski, jeśli zostaniesz wybrany?* Niektóre z nich np. Cel 4. *Dobra jakość edukacji* (zadanie do realizacji: Wysokiej jakości edukacja dla wszystkich, uczenie się przez całe życie) – można odnieść do edukacji uczniów i uczennic czy Cel 5. *Równość płci* (zadanie do realizacji: Osiągnąć równość płci, wzmocnić pozycję kobiet i dziewcząt) – można odnieść do rozmawiania i działania na rzecz równouprawnienia w klasie i szkole.

## Poznajmy się od kuchni

Wyjdź z pomysłem cyklicznych spotkań pozalekcyjnych włączających w środowisko rówieśnicze nowo przybyłych do szkoły uczniów i uczennic różnych kultur czy narodowości. Przygotowujcie wspólnie posiłki, rozmawiajcie ze sobą, poznawajcie siebie nawzajem, przełamujcie stereotypy. Warto, aby każde spotkanie miało hasło przewodnie (np. „Moje zainteresowania”, „Poznajmy się – krótka historia filmowa o mnie”, „Ulubiona bajka mojego dzieciństwa” czy „Moje plany na przyszłość”), aby nie wpaść w pułapkę stereotypowego festiwalu kultur. Wtedy każdy przybyły na spotkanie wychowanek przygotowuje się do niego zgodnie z tematem.

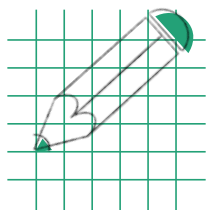
## Skrzynka na nurtujące bieżące tematy globalne

Zaproponuj umieszczenie w salach lekcyjnych skrzynek, do których uczniowie i uczennice będą mogli wrzucać kartki z propozycjami interesujących ich globalnych tematów do rozmowy – ta propozycja ma szansę sprawdzić się w przypadku bardziej nieśmiały osób. Możesz potem odnieść się do pomysłów na godzinie wychowawczej. Poznajesz również lepiej swoich wychowanków.

## Spotkania z osobami z innymi doświadczeniami

Być może do twojej szkoły chodzą dzieci migrantów/uchodźców lub w okolicy przebywają rodziny uchodźcze? Być może ktoś zechciałby się podzielić doświadczeniem mieszkania w innym kraju? A może ktoś był świadkiem wojny, przed którą uciekł? Warto organizować spotkania z takimi ludźmi, by poznać konkretne osoby, które zna-

lazły się w sytuacji opuszczenia swojej ojczyzny (z różnych przyczyn, np. wojny, prześladowania) i odnalezienia się w nowym kraju. Ważne, jest, by tak zorganizować spotkanie, aby nie stygmatyzować tych osób i nie traktować ich jak ofiary. Warto również pamiętać o tym, aby nie szokować obrazami przemocy i ludzkiego cierpienia, ale ukazywać sytuację człowieka z godnością – w taki sposób, w jaki każdy z nas chciałby być traktowany. Wówczas pokazujemy, że wszyscy ludzie są równi, nowo przybyte osoby są takimi samymi obywatelami jak my i należą im się takie same prawa. Przełamujemy wtedy stereotypowe postrzeganie migrantów i uchodźców, co sprzyja budowaniu społeczeństwa obywatelskiego.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### OD WOLNOŚCI DO ODPOWIEDZIALNOŚCI? WOKÓŁ PARADOKSU TOLERANCJI POPPERA

**Celem** ćwiczenia jest kształtowanie postaw tolerancji i odpowiedzialności, ćwiczenie sztuki argumentacji i autoprezentacji, dyskusja o pojęciach: *wolności*, *odpowiedzialności* w kontekście bieżących wydarzeń w Polsce i na świecie.

**Czas trwania:** ok. 30 min.

**Materiały i środki dydaktyczne:** karteczki samoprzylepne (najlepiej w czterech kolorach), cukierki w czterech kolorach, arkusz papieru flipchart

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-8 szkoły podstawowej

#### Przebieg ćwiczenia:

1. Podziel klasę losowo np. na cztery grupy (np. dając do wylosowania cukierki w czterech kolorach).
2. Każdej z grup rozdaj po jednym cytacie:
  - *Wolność człowieka kończy się tam, gdzie zaczyna się wolność drugiego człowieka.* Alexis de Tocqueville
  - *Wolność oznacza odpowiedzialność.* George Bernard Shaw
  - *Tolerancja, która toleruje własnych wrogów, nie może się ostać.* Józef Maria Bocheński
  - *Nie ma tolerancji dla wrogów tolerancji.* Karl Popper
3. Poproś, by w grupach porozmawiali, jak rozumieją cytaty i spisali każdą odpowiedź na osobnej samoprzylepnej karteczce.
4. Poleć, by reprezentant każdej z grup odczytał na głos wylosowany cytat i odczytał zapiski grupy o tym, jak rozumieją słowa, a następnie przykleił propozycje grupy na arkusz flipchart.

5. Zapytaj co łączy te cytaty i odpowiedzi? Jakich kwestii one dotyczą? Czy są one ważne i dlaczego? Spodziewaj się różnych odpowiedzi dotyczących kwestii wolności, odpowiedzialności, tolerancji i na podstawie nich poszukacie punktów wspólnych. Dopytaj, w jaki sposób łączą się ze sobą: wolność, odpowiedzialność i tolerancja.
6. Zapytaj, jakie wyzwania stoją współcześnie przed ludźmi w kontekście omawianych wartości? Możesz zadać pytania pomocnicze, bardziej szczegółowe: W jakich sytuacjach jest ważna wolność i odpowiedzialność? W jakim kontekście rozważamy wartości wolności, odpowiedzialności i tolerancji? Przy okazji jakich tematów się do nich odwołujemy? Być może pamiętacie rozmowy na trudniejsze tematy, w których ważna była kwestia tolerancji na inne punkty widzenia ale i odpowiedzialność za to, co się głosi? Może coś was dotknęło osobiście w kontekście omawianych wartości? W jakich sytuacjach dostrzegacie, że z wartością wolności wiąże się odpowiedzialność?
7. Zadanie-wyzwanie do domu. Śledź uważnie media przez najbliższy tydzień. Zwróć uwagę na sytuacje, w których dostrzegasz, że nawiązują one do pojęć i wartości, o których rozmawialiśmy podczas zajęć. Opisz je w formie krótkiej wiadomości na karteczce samoprzylepnej i umieść pod odpowiednim cytatem na arkuszu, który był wykorzystywany podczas zajęć z lekcji (lub alternatywnie w innym miejscu, np. na padlecie).

**Wskazówka:** Przed zadaniem pracy domowej możesz przyjrzeć się z młodzieżą wybranemu zagadnieniu globalnemu przez pryzmat któregoś z cytatów (np. odnieść się do kwestii migrantów czy równości płci) i zamieścić wspólnie pierwszy wpis/wpisy na arkuszu podczas lekcji.

### Informacja zwrotna:

Poproś, by każdy z podopiecznych dokończył anonimowo zdania na rozdanych przez ciebie fiszkach, które na koniec zbierzesz:

Podczas zajęć czułem/czułam....., ponieważ..... Podobało mi się.....  
 Zaskoczyło mnie..... Wyrażanie własnego zdania ułatwiało mi....., a utrudniało.....  
 Wyciągnąłem/Wyciągnęłam następujące wnioski: .....

Informację zwrotną możesz również uzyskać zadając pytania: Jakie emocje towarzyszyły ci podczas zajęć? Z czego one wynikały? Co się sprawdziło/Co ci się podobało podczas zajęć? Co Cię zaskoczyło? Jakie wnioski wyciągnąłeś/wyciągnęłaś?

**Zwróć na to uwagę:** Temat nie jest łatwy, ale warto go podejmować nawet z dziesięciolatkami dostosowując sposób prezentowanych treści do grupy wiekowej. Nawet najmłodsze dzieci są poddane zalewowi różnorodnych bodźców informacyjnych związanych z tematem wolności, tolerancji i odpowiedzialności lub brakiem tychże oraz związanych z nimi emocji. W razie trudności nie poddawaj się, bądź przewodnikiem, włączaj się w rozmowy w grupach. Obserwuj wychowanków, podążaj za ich potrzebami.

Przy okazji ćwiczenia warto szerzej powiedzieć na temat paradoksu tolerancji Poppera: *Aby utrzymać tolerancyjne społeczeństwo, społeczeństwo musi być nietolerancyjne wobec nietolerancji.* Paradoks tolerancji stwierdza, że nieograniczona tolerancja musi prowadzić do jej zaniku. Jeśli rozszerzymy nieograniczoną tolerancję nawet na tych, którzy są nietolerancyjni, jeśli nie jesteśmy gotowi bronić tolerancyjnego społeczeństwa przed atakiem nietolerancyjnych, to tolerancyjny zostanie zniszczony, a tolerancja z nimi ([https://en.wikipedia.org/wiki/Paradox\\_of\\_tolerance](https://en.wikipedia.org/wiki/Paradox_of_tolerance)).

*Szerokie patrzenie na złożoność świata oraz bycie ciekawym zjawisk i współzależności łączących ludzi i miejsca to umiejętności kluczowe w XXI wieku dla wszystkich mieszkańców i mieszkańek świata, niezależnie od tego, w jakim są wieku. Jednak to dorośli jako przewodnicy mogą pomóc wyposażyć młodzież w narzędzia do krytycznej analizy tego, co widzą, rozumienia świata i do zmierzenia się z jego nieoczywistością i brakiem łatwych odpowiedzi na ważne pytania. Jak przekazywać wiedzę, ale też ćwiczyć umiejętność samodzielnego uczenia się, wątplenia, sprawdzania i poszukiwania prawdy?*

# Krytyczna analiza otaczającego nas świata

Julia Godorowska



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Sztuka stawiania pytań

Zadawanie pytań, poddawanie w wątpliwość zastanej rzeczywistości czy podważanie własnego stylu życia jest pierwszym krokiem do zmiany świata, miejsca w którym nie ma gotowych odpowiedzi. Dlatego niezwykle ważne jest, abyś rozwijał/rozwijała w młodych ludziach umiejętność stawiania pytań odnośnie tego, co widzą, czego doświadczają. Dzięki temu, że będziesz zadawać uczniom lepsze pytania i szukać bardziej refleksyjnych odpowiedzi, Twoi podopieczni pozostaną ciekawi, będą coraz bardziej zaradni i staną się aktywnymi zmieniającami rzeczywistości na lepsze. Jeśli chcesz zainicjować w klasie rozmowę na temat, który poszerzy horyzonty młodzieży przez uświadamianie istnienia zjawisk i współzależności, stosuj pytania, które:

- stymulują myślenie i wywołują kolejne zapytania, np. Jeśli każdy ma prawo do życia, to dlaczego nie każdy ma prawo do wody?, Czy obraz mówi więcej niż tysiąc słów?, Czy jestem odpowiedzialny/odpowiedzialna za cały świat?
- prowadzą do dyskusji, są taką iskrą, np. Co sądzisz o wymowie powiedzenia „dzieci i ryby głosu nie mają”?, Co by było, gdyby nie było jutra?, W jakim świecie chciałbym/chciałabym żyć za trzydzieści lat?
- wskazują na wiedzę i idee, np. W jaki sposób filozofia i etyka mogą wpłynąć na postawy ludzi względem ochrony planety przed degradacją?, Dlaczego w Warszawie 170 spośród 5471 ulic, skwerów czy placów nosi nazwę na cześć kobiet (to zaledwie 3%)?
- skutkują powracającymi myślami, np. Co mogę zrobić już dziś, by nikogo nie wykluczać?, Kogo widzisz, gdy rano przeglądasz się w lustrze?, Co w dzisiejszych czasach oznacza, że każdy może dotknąć chmur?

Po zakończeniu takiej rozmowy zawsze podkreślaj, że nasze odpowiedzi mogą się zmieniać w czasie i być tymczasowe.

## Myślenie o własnym myśleniu

Pokazuj swoim uczniom i uczennicom, jak ważne jest rozwijanie nawyku myślenia o swoim myśleniu. Świadomość tego, jak myślimy, czym się kierujemy w tym procesie, jest czynnikiem warunkującym krytyczne podejście do odkrywania kolejnych warstw złożoności świata, do bycia refleksyjnym, wrażliwym i uważnym na to, co dzieje się wokół nas. Aby pielęgnować nawyk myślenia, możecie wspólnie zastanowić się, co wpływa na to, że każdy z nas w określony sposób odczytuje różne zjawiska na świecie, których jesteśmy świadkami i może inaczej rozumieć słowa, które go opisują. Okazją do tego, aby poruszać temat myślenia o swoim myśleniu, mogą być zjawiska, procesy, wyzwania, które Twoi uczniowie i uczennice obserwują na co dzień (np. edukacja online czasach Covid 19, coraz rzadsze zimy bez śniegu, rola mediów w państwie demokratycznym, strajki w obronie praw kobiet). Możesz wykorzystać do tej codziennej rozmowy pytania takie jak:

- Dlaczego tak myślisz? Co wpłynęło na to, że taka jest twoja opinia?
- Czy twoja myśl jest obiektywna? Jak do tego, doszedłeś?
- Jaki proces myślowy doprowadził cię do tego punktu?
- Co by było gdybyś przestał myśleć o tej sytuacji?
- Co byłoby gdyby ktoś inny myślał za ciebie?
- Jak Twoje myślenie wpływa na zachowania innych ludzi?
- Kto ma wpływ na to, co myślisz?
- Czy Twoje myślenie ma granice? Co robisz, żeby przekroczyć granicę własnego myślenia?

## Mnogość informacji

Spotkałeś/spotkałaś się z głosami wśród swoich uczniów i uczennic, takimi jak np. „Imigranci zabierają Polakom pracę”, „Plastik nie jest taki zły. Butelki plastikowe są lepsze od szklanych.”, „Wmawiają nam ocieplanie klimatu, a przecież pokrywa lodowa na Antarktydzie zwiększa się w szybkim tempie”? A może sam/sama masz taką opinię? Jeśli tak, to istnieje duże prawdopodobieństwo, że takie informacje zostały zaczerpnięte z nierzetelnych źródeł, czyli takich dla których fakty mają często mniejsze znaczenie niż odwoływanie się do emocji i osobistych przekonań. Jeśli usłyszysz takie silne opinie od uczniów i uczennic, dopytuj na jakiej podstawie mają takie stanowisko, skąd pochodzi usłyszana informacja. Wspólnie próbujcie ustalić czy wiadomość pochodzi z rzetelnych źródeł. Zaznaczaj, że pierwsze intuicyjne rozwiązanie nie zawsze musi być prawdziwe. Podkreślaj, że warto podejmować wysiłek umysłowy, aby odróżnić fakty od opinii. W ten sposób uczysz bycia dociekliwym i pokazujesz przewagę przemyślanego i logicznego osądu nad zbyt szybkim uleganiem emocjonalnym fake newsom. Uczniowie przyznawaj, przed sobą i przed swoimi wychowankami, że mimo rozwoju Internetu, wielości źródeł informacji, zwiększonej mobilności i mnogości narracji – poznawanie złożoności świata i odnalezienie się w mnogości informacji wcale nie jest coraz łatwiejsze.

## Zagubienie a umiejętność stawiania dobrych pytań

Nie ćwicz młodzieży w tym, żeby była najlepsza w odpowiadaniu na pytania, ale w tym, aby była najlepsza w ich stawianiu. Jeśli widzisz, że jakiś temat frapuje twoich uczniów i uczennice lub budzi wiele kontrowersji, zaproponuj rozmowę na ten temat. Zaczynajcie od wypisania na kartce wszystkich informacji, które wprowadzają młodzież w zmiśnienie. Następnie poproś, aby podali wszystkie pytania, na które chcą znaleźć odpowiedź w związku z tą sprawą.

Ważne jest, abyś zapewnił/zapewniła bezpieczną przestrzeń, czyli taką, w której wszyscy mogą stawiać pytania bez obaw, że się ośmieszą. Jeśli grupa potrzebuje twojego wsparcia w szukaniu prawdy, dziel się swoimi odpowiedziami na pytania młodzieży w stylu „Kto?”, „Kiedy?”, natomiast pytania rozpoczynające się od „Dlaczego?” zostawiaj swoim uczniom i uczennicom. Możesz zadawać im pytania pomocnicze, np. „Dlaczego myślisz, że tak było? Co to znaczy dla ciebie? Jeśli tego nie widziałeś, skąd wiesz, że miało to miejsce?”. Jeśli sprawa jest bardzo złożona i opinie na dany temat są mocno spolaryzowane, nie obawiaj się przyznać, że sam/sama szukasz odpowiedzi. Możesz pokazać wcześniej przeczytany przez siebie artykuł odnoszący się do tej sprawy, który podczas lektury opatrzyłeś/opatrzyłaś na marginesie pytaniami, na które sam/sama szukasz odpowiedzi bądź masz wątpliwości. Pokazujesz w ten sposób, jak ty rozpoznajesz stanowiska i argumenty i jakiego rodzaju pytania zadajesz zapoznając się ze złożoną sprawą.

## **Stereotypowy obraz świata**

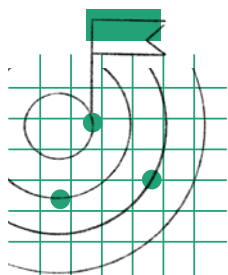
Jeśli ktoś w klasie podczas rozmowy podzielił się uproszczonym przekonaniem dotyczącym danej grupy społecznej, np. „Wiadomo, że chłopaki to umysły ścisłe, a dziewczynki bardziej takie humanistki.” albo „Wszyscy migranci to terroryści”, wykorzystaj tę okazję do rozmowy na temat uproszczonych obrazów rzeczywistości i pułapek, które za tym idą. Wyjaśnij, że takie rozumowanie niejednokrotnie opiera się na schematach myślowych. Zapewnij, że niestety wszyscy wpadamy w takie pułapki, dlatego że łatwiej jest w ten sposób odbierać świat i porządkować swoją wiedzę o nim. Zaznaczaj, że stereotypy mogą bardzo utrudniać wyciąganie trafnych wniosków i prawidłową ocenę rzeczywistości; mogą też prowadzić do uprzedzeń. Za każdym razem, kiedy usłyszysz, że ktoś posługuje się stereotypami, zaznacz ten fakt, tym samym pokazując, że w ten sposób jesteś w stanie zauważyć automatyczne pojawienie się takich myśli i wystrzegać się ich.

## **Podważanie własnego stylu życia**

Pobudzaj młodzież do krytycznej i świadomej refleksji nad własnym stylem życia i codziennymi wyborami. Te w kontekście globalnym wywierają pozytywny bądź negatywny wpływ na ludzi w innych krajach. Jako inspirację do takiej rozmowy możesz wykorzystać przedmioty codziennego użytku, bez których wielu z nas nie wyobraża sobie normalnego funkcjonowania, np.: smartphona, jeansy, samochód, skórzane buty albo głośne akcje promocyjne w sklepach, takie jak Black Friday. Takie rozmowy mogą być przyczynkiem do świadomej zmiany nawyków zakupowych.

Zastanówcie się wspólnie nad pytaniami: Jak dużo przedmiotów każdy z nas potrzebuje do codziennego życia? Z ilu przedmiotów korzysta na co dzień, a ile posiada, korzystając z nich sporadycznie? Czy jesteśmy w stanie wskazać, z jakich materiałów zostały wykonane przedmioty, bez których nie wyobrażacie sobie życia? Z jakich krajów pochodzą te materiały? Jak nasza decyzja o kupnie np. laptopa może wpłynąć na sytuację ludzi w innych częściach świata? Co to znaczy być świadomym konsumentem/konsumentką? Pamiętaj, aby takie rozmowy dawały młodzieży poczucie wpływu na sytuację, o której się dowiadują i nie pozostawiały ich z poczuciem bezsilności.





## Działania specjalne – inspiracje

### Zadawanie pytań w siłowni, czyli jak dbamy o kondycję świata

Zaproś uczniów i uczennice do zagospodarowania wybranego miejsca na ścianie sali lekcyjnej, w której wszyscy będą mogli zapisywać pytania, na które chcą w najbliższych tygodniach znaleźć odpowiedzi. Warunkiem, jakie musi spełniać takie zapytanie jest to, aby dotyczyło kogoś z wyzwań globalnych, z którymi mierzymy się lokalnie. Takie miejsce na stawianie pytań, poszukiwanie odpowiedzi i rozwijanie ciekawości może ozdobić szyld z napisem „Siłownia. Dbamy o kondycję świata”. Jeśli grupa potrzebuje zachęty do rozwijania ciekawości, na początku możesz umieścić w „Siłowni” kilka pytań, na które sam/sama poszukujesz odpowiedzi. Kilka propozycji: Jaka powinna być nasza dieta, skoro ciągle zmieniają się porady ekspertów? Do jakiego stopnia to, gdzie żyjesz, wpływa na to, jak żyjesz? Jaki mam związek z tym, że są coraz cieplejsze lata? Kto jest odpowiedzialny za poprawę sytuacji na świecie? Czy są zawody tylko dla kobiet i tylko dla mężczyzn? Dlaczego we współczesnym świecie równość płci nie jest oczywistością? Co to znaczy być obywatelem świata? Po wyznaczonym czasie na zgłaszanie pytań wspólnie ustalacie jakie działania podejmiecie w szkole, aby zbliżyć się do odnalezienia odpowiedzi.

### Kodeks człowieka myślącego krytycznie

Twoja szkoła angażuje się w cykliczne, coroczne akcje, takie jak sprzątanie świata, segregacja śmieci czy organizuje spotkania z misjonarzem/misjonarką, przedstawicielem/przedstawicielką organizacji współpracy rozwojowej? Wykorzystaj tę okazję i zorganizuj spotkanie ze wszystkimi chętnymi nauczycielami i nauczycielkami na temat tego, w jaki sposób poprzez takie działania można wzmocnić wśród uczniów i uczennic umiejętność krytycznego myślenia o świecie.

### Pomyśl, zanim pomyślisz

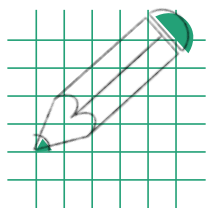
Samorząd uczniowski może zorganizować Dyskusyjny Klub o Kondycji Świata. Na początek chętni do prowadzenia rozmów uczniowie i uczennice mogą wziąć na warsztat rolę mediów w kształtowaniu opinii na temat ludzi, miejsc i zjawisk związanych z wyzwaniami globalnymi np.: migracjami, zmianą klimatu i równością płci. Punktem wyjścia do rozmowy mogą być przyniesione przez uczniów i uczennice wycinki z różnych gazet czy wydruki ze stron internetowych, które w tym samym czasie informowały o danym zjawisku, np. o kryzysie migracyjnym. Dyskusję warto rozpocząć od pytań: Jaka jest funkcja mediów w dzisiejszym świecie? Jak w różny sposób sformułowane przekazy medialne wpływają na nasz sposób myślenia? W jaki sposób przekazy medialne mogą wzmacniać stereotypy? Jak się przed tym ustrzec? Jak bardzo zróżnicowane są „wizje świata” proponowane przez media?

### Klimatyczne redakcje szkolne

Zaproponuj uczniom i uczennicom założenie redakcji szkolnej, w której będą mogli wspólnie tworzyć materiały dziennikarskie opisujące przyczyny i konsekwencje zmiany klimatu. Na początek, aby znaleźć temat do artykułu, audycji radiowej, podcastu czy wideo, uczniowie mogą wyjść w teren i znaleźć konkretny aspekt zmiany klimatu związany z miejscem ich zamieszkania, na którym będą chcieli się skupić. Może to być opisanie historii lokalnego rolnika, który z roku na rok z powodu nieregularnych deszczy traci plony albo przeprowadzenie wy-



wiadu z burmistrzem, który przeciwstawia się powstaniu kopalni odkrywkowej węgla brunatnego, degradującej środowisko i pogłębiającej susze w regionie. Zostając dziennikarzami i dziennikarkami, uczniowie angażują się w walkę o klimat. Dzięki uprawianiu różnych gatunków prasowych i korzystaniu z różnych form wyrazu, którymi są m.in. takie gatunki prasowe jak: wywiad, artykuł problemowy, reportaż, fotoreportaż, będą mogli przekazywać swoim kolegom i koleżankom informacje o problemie i skłaniać ich do poważnego zainteresowania się tematem i podjęcia zdecydowanych działań.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### POZNAJĘ ŚWIAT PYTAJĄC

Celem ćwiczenia jest rozwijanie naturalnej dla młodego człowieka ciekawości i skłonności do stawiania pytań oraz wzmocnienie umiejętności samodzielnego myślenia, wyrażania opinii oraz myślenia w kategoriach wartości. To czas szukanie odpowiedzi na ważne dla grupy pytania dzięki rozmowie z innymi osobami.

**Czas trwania:** 30 minut

**Materiały i środki dydaktyczne:** wydrukowany tekst lektury dla wszystkich osób uczestniczących

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4–8 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

1. Zaprosz uczniów i uczennice do zajęcia miejsca w kręgu – tak, aby wszyscy mogli widzieć się wzajemnie. Sam/sama dołącz do kręgu. Takie ustawienie krzesłek pozytywnie wpływa na budowanie relacji między uczniami i uczennicami oraz jest okazją do wymiany komunikatów ze wszystkimi, a nie tylko pomiędzy uczniem a nauczycielem przy typowym ustawieniu ławek i krzesłek w sali szkolnej.
2. Rozdaj wszystkim osobom tekst i wybierz chętną osobę do odczytania pierwszej zwrotki wiersza „Sześciu ślepców i słoń” lub wystąpienia Greta Thunberg w Parlamencie Europejskim w Strasburgu (tekst do wyboru przez wychowawcę) na głos i przekazania głosu kolejnej chętniej osobie.
3. Po lekturze zachęć uczniów i uczennice do zadawania pytań, jakie przychodzą im do głowy po zapoznaniu się z tekstem. Co wzbudzało w nich ciekawość? Co zdziwiło? Czy coś wydaje im się kontrowersyjne, niezrozumiałe? Co przykuło ich uwagę? Co wywołało w nich emocje? Następnie zapytaj, na jakie pytanie chcieliby znaleźć odpowiedź? Poproś chętną osobę o zapisywanie wszystkich pytań, które padają, na tablicy albo w innym widocznym dla wszystkich miejscu. Ważne jest, aby zostały zapisane wszystkie pytania bez oceniania ich wartości.
4. Poproś wszystkich o zapoznanie się z utworzoną listą pytań i wybranie w drodze głosowania jednego z nich, które ma być rozważane podczas spotkania. Każda osoba, nie wyłączając ciebie, wychowawco, powinna oddać jeden głos. Pytanie, które otrzymało najwięcej głosów, staje się głównym tematem dyskusji.

5. Powiedz, że teraz na drodze dociekań będziecie wspólnie poszukiwać odpowiedzi na wybrane drogą głosowania pytanie. Zachęć do zabierania głosu, przedstawiania swojego punktu widzenia i do odnoszenia się do wypowiedzi swoich poprzedników i poprzedniczek. Sam/sama bierz udział w rozmowie jako jej pełnoprawny uczestnik. W trakcie spontanicznej dyskusji, pomagaj, w razie takiej potrzeby, zadając pogłębione pytania np. Dlaczego tak myślisz? Co wpłynęło na to, że taka jest twoja opinia? Takie pytania mają na celu pobudzenie dociekań i uporządkowanie dyskusji wokół głównego problemu.
6. Na zakończenie możesz przedstawić główne tezy, które pojawiły się podczas wspólnych dociekań oraz wypunktować zagadnienia, wokół których koncentrowała się dyskusja. Należy pamiętać, że podczas dociekań nie zawsze udaje się znaleźć odpowiedź na omawiane przez grupę pytanie. Podziękuj uczniom i uczennicom za to, że przyjęli zaproszenie do stworzenia wspólnoty dociekającej, za odważnie samodzielnie stawianie pytań, oraz za podjęcie ryzyka komunikowania swojego punktu widzenia i konfrontowania go ze zdaniem i opiniami innych osób.

### Informacja zwrotna:

Kończąc spotkanie, poproś uczniów i uczennice o informacje zwrotną na temat tego, jak oceniają zajęcia. Zachęć ich do podsumowania metodą „Dwie gwiazdy, jedno życzenie”: dwie gwiazdy to dwie dobre strony zajęć, a życzenie to coś, co można by zrobić lepiej, inaczej. Jeśli jest wystarczająco dużo czasu, uczniowie i uczennice mogą podzielić się informacją na forum (nie komentuj wtedy odpowiedzi). Ważne jest, aby każdy miał możliwość zabrania głosu. Jeśli nie, poproś o zapisanie gwiazd i życzenia na oddzielnych karteczkach, z którymi zapoznasz się po zajęciach.

Istotne jest również to, abyś sam/sama przyjrzała się temu jak przebiegło spotkanie i co to dla ciebie znaczyło. W tym celu spróbuj odpowiedzieć na pytania: Z czego, patrząc na swój warsztat pracy podczas ćwiczenia, jesteś najbardziej zadowolony/zadowolona? Czy było coś, czym zaskoczyli cię uczniowie i uczennice? Co to było? Co wzbudziło twoją wątpliwość? Co dalej chcesz w sobie rozwijać?

### Zwróć na to uwagę:

Dociekanie filozoficzne – bo taką metodę proponujemy w tym ćwiczeniu – ma swoje źródło w spontanicznej ciekawości każdego dziecka oraz w jego naturalnej skłonności do stawiania pytań. W stosowaniu tego sposobu nauki jednym z najważniejszych elementów jest to, aby wychowawca umożliwił tworzenie się tzw. „wspólnoty dociekającej”, czyli grupy uczniów i uczennic oraz nauczyciela, która wspólnie nad czymś się zastanawia i razem poszukuje odpowiedzi. Stworzenie takiej wspólnoty dzieje się w ramach procesu i stopniowo się rozwija. Zwróć szczególną uwagę na moment zajęć, w którym uczniowie i uczennice spontanicznie dzielą się pytaniami do tekstu, pytaniami, które w jakiś sposób są dla nich ważne i warte zastanowienia się. Nie traktuj tych pytań jako adresowanych do twojej wiedzy naukowej czy doświadczeń, ale jako szansę dla uczniów i uczennic na grupowe dociekanie i szukanie możliwie najlepszych odpowiedzi oraz jako okazję do pojawienia się kolejnych wątpliwości i rozwijania ciekawości wobec złożoności świata. Ważne, abyś zapewnił/zapewniła otwartą przestrzeń na zadawanie pytań, jakie przychodzą różnym osobom do głowy i dopilnował, aby wszystkie zapytania zostały usłyszane przez grupę i zapisane. Taki sposób pracy jest w pełni demokratyczny, co oznacza, że wszyscy uczniowie i uczennice, niezależnie od poziomu wiedzy, doświadczeń i zdolności naukowych, mają możliwość włączyć się do dyskusji. Wykorzystaj to do nauki krytycznego i twórczego myślenia, wymiany wiedzy i do wzbudzania refleksji wśród młodzieży. Jako punkt wyjścia możesz sięgnąć po inny tekst lub krótki materiał filmowy, odnoszący się do aktualnego zjawiska globalnego, który stanie się podstawą do formułowania przez uczniów i uczennice własnych pytań i punktem wyjścia do wspólnych rozmów i dociekań.

Propozycja dwóch tekstów do wykorzystania:

## Propozycja 1.

### Sześciu ślepców i słoń

Raz pewien sześciu przyjaciół  
 (a każdy ślepy jak kret)  
 Poszło zobaczyć słonia  
 Nad rzeką go znaleźli wnet  
 Każdy chciał poznać to zwierzę,  
 Zaspokoić wiedzy głód  
 Więc kolejno podchodzili  
 Dotknąć ten natury cud

Pierwszy dotknął boku słonia  
 Wsparł się o niego rękami,  
 Poczł szeroką, mocarną,  
 Szorstką masę pod palcami  
 Zaczł więc krzyżeć donośnie:  
 „Boże, ten zwierz mi nieznanym  
 Jest całkiem bardzo podobnym  
 Do twardej, olbrzymiej ściany!”

Drugi kiel poczuł pod ręką  
 Wrzasnął: „Oj, cłz to takiego?  
 Juź miałem kiedyś okazję  
 Dotknąć cłz podobnego!  
 Okrągły, gładki i ostry,  
 Słoń został w końcu poznany!  
 Toć włócznię mi przypomina!”  
 Tak został zapamiętany.

Trzeci wyciągnął swe dłonie  
 I poczuł w nich wielki ciężar  
 Który wił się w jego rękach,  
 Po jego ramionach pełzał.  
 Więc śmiało rzekł do przyjaciół,  
 Bo jasna to była teza:  
 „Juź wiem, że słoń, drodzy moi  
 Jest podobny doś do węża”

Czwarty dotknął nogi  
 I kolan wielkiego stwora  
 Długo się zastanawiał  
 Co to za dziwna kora  
 Ostatecznie zdecydował  
 „Teraz juź wiem to na pewno  
 Ten słoń całkiem przypomina,  
 Potężne i silne drzewo”

Piąty na słoniowe ucho  
 Natknął się, niezdarny jak słoń  
 Po chwili stwierdził co czuje,  
 Badająca zwierza dłoń  
 „Nawet ślepiec jasno widzi  
 I wam powie prosto w twarz  
 Że ten słoń niesamowity  
 Wygląda jak wielki wachlarz”

Na szóstego przyszła kolej.  
 Od tyłu podszedł do zwierza.  
 Choć bardzo zdenerwowany,  
 Bardzo długo się nie zmierzał  
 Gdy złapał bestię za ogon  
 Krzyknął, „Wiem!”, uradowany  
 „Nie mam żadnych wątpliwości  
 – Słoń jest podobny do liany!”

Na koniec szóstka przyjaciół  
 W spór weszła długi i głośny  
 Bo każdy miał swą opinię  
 Kim jest ten zwierzak nieznośny  
 Choć każdy miał trochę racji,  
 Wszyscy się bardzo mylili  
 Nie mając o tym pojęcia  
 Przed światem się pokłócili

## Propozycja 2.

„Nazywam się Greta Thunberg. Mam 16 lat, przyjechałam tu ze Szwecji i chcę, żebyście wpadli w panikę. Chcę, żebyście panikowali, jakby wasz dom się palił. Kiedy to mówię, zawsze ktoś mi tłumaczy, że to zły pomysł. Słyszałam od wielu polityków, że panika nie prowadzi do niczego dobrego. Zgadzam się z tym. Panika bez powodu to nic dobrego. Ale kiedy wasz dom płonie i musicie go ratować, żeby nie spłonął doszczętnie, wtedy pewien stopień paniki jest potrzebny.

Nasza cywilizacja jest delikatna, prawie jak zamek z piasku. Ma piękną fasadę, ale jej fundamenty wcale nie są solidne. W tylu miejscach poszliśmy na skróty!

Wczoraj cały świat patrzył z rozpaczą i przerażeniem, jak w Paryżu płonie katedra Notre Dame. Niektóre budynki są czymś więcej niż tworamia architektury. Ale Notre Dame zostanie odbudowana. Mam nadzieję, że stoi na mocnych fundamentach. Mam nadzieję, że nasze fundamenty są jeszcze mocniejsze, ale obawiam się, że tak nie jest.

Okolo 2030 roku, czyli za dziesięć lat, dwieście pięćdziesiąt dziewięć dni i dziesięć godzin od teraz, uruchomimy nieodwracalną reakcję łańcuchową, która prawdopodobnie spowoduje, że nasza cywilizacja – taka, jaką dziś znamy – przestanie istnieć. Tak się stanie, chyba że do tego czasu wprowadzimy w naszych społeczeństwach gruntowne i trwałe zmiany, jakich nikt jeszcze nigdy nie wprowadził – między innymi obniżymy emisję dwutlenku węgla o co najmniej 50 procent. Pamiętajcie, proszę, że te obliczenia zakładają wykorzystanie technologii, które mają oczyścić atmosferę z astronomicznych ilości dwutlenku węgla, a których nie umiemy jeszcze stosować na odpowiednio wielką skalę.

(...)

Na koniec miejmy na uwadze, że wskazanie roku 2030 jako przełomowego momentu jest tylko szacunkowe. Punkty zwrotne, po których nie będzie już odwrotu, bo zmiany staną się nieodwracalne, mogą nadejść nieco wcześniej lub nieco później, niż to wynika z wyliczeń. Nikt nie wie tego na pewno. Mamy jednak pewność, że nadejdą – w przybliżeniu w takim właśnie czasie, bo jednak są to obliczenia, a nie czyjeś opinie lub domysły. Prognozy te są oparte na danych naukowych, co do których zgadzają się wszystkie kraje uczestniczące w pracach IPCC. Niemal wszystkie liczące się krajowe instytucje naukowe zgadzają się z wnioskami IPCC bez zastrzeżeń.

(...)

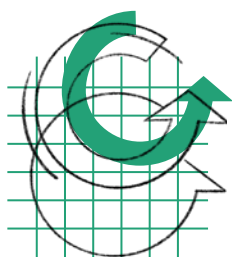
Proszę, żebyście się obudzili i sprawili, by te zmiany, które są niezbędne, były możliwe. Już nie wystarczy robić tyle, ile się da. Wszyscy musimy zrobić coś, co wydaje się niemożliwe. Jeśli mnie nie posłuchacie, to w porządku. Jestem tylko szesnastoletnią dziewczyną ze Szwecji. Ale nie możecie lekceważyć tego, co mówią naukowcy, co mówi nauka, co mówią miliony dzieci, które organizują strajki szkolne, bo domagają się prawa do przyszłości. Błagam: nie zawiedźcie nas tym razem! Dziękuję.”

Wystąpienie Greta Thunberg w Parlamencie Europejskim w Strasburgu miało miejsce 16 kwietnia 2019 roku. Przełożył Marek Jedliński. Źródło: <https://krytykapolityczna.pl/swiat/greta-thunberg-katastrofa-klimatyczna-przemowienie/>

*Uczniowie i uczennice tak samo jak my dostrzegają, że świat wokół nas jest skomplikowany i nieidealny. Sieć powiązań oplata zarówno ludzi z różnych zakątków świata, jak i kluczowe zagadnienia ekologiczne, ekonomiczne, społeczne i kulturowe. Trudność w zrozumieniu współzależności czasem powoduje frustrację, a dobór informacji i sposób ich prezentacji w mediach może potęgować poczucie beznadziei. Chcemy, by uczniowie i uczennice widzieli i rozumieli swoje miejsce w tej sieci, by byli świadomi, jak wpływają na świat, a jak świat wpływa na nich. Nasi podopieczni potrzebują nadziei i poczucia sprawstwa, które pozwolą im przejść aktywną rolę zarówno w swoim życiu, jak i w globalnej społeczności, której są częścią.*

# Wpływ na świat

Katarzyna Dzięciołowska



## Codziennie sytuacje szkolne – wskazówki

### Bądź wzorem i przewodnikiem dla uczniów i uczennic

Dowiedz się, w jaki sposób wpływasz na świat i wykorzystaj tę wiedzę w pracy z uczniami i uczennicami. Najlepiej zacząć od bliskiego ci tematu. Jesteś wegetarianinem lub wegetarianką? Opowiedz młodzieży, w jaki sposób twoja decyzja przyczynia się do zmniejszenia emisji gazów cieplarnianych. Interesuje cię ekologiczne gospodarowanie? Wprowadź w waszej klasie gospodarkę obiegu zamkniętego (to podejście można w skrócie opisać za pomocą słów: weź ponownie i użyj) – w ten sposób zminimalizujecie ilość śmieci. Wykorzystujcie opcję drukowania dwustronnego, naprawiajcie wspólnie przybory szkolne, a do podlewania kwiatów używajcie deszczówki. A może twoim konikiem jest psychologia społeczna, dzięki której lepiej rozumiemy mechanizmy zachodzące między ludźmi? Tłumacz je uczniom i uczennicom. Jesteś historykiem, którego interesuje gospodarka? Możesz wyjaśniać uczniom i uczennicom procesy, które doprowadziły do niesprawiedliwości na świecie. Jesteś nauczycielką wychowania fizycznego? Ruch może uczyć uważności na swoje ciało i rozumienia siebie oraz wspierać refleksję nad zdrowiem własnym i zdrowiem publicznym, na które coraz większy wpływ mają procesy związane ze zmianą klimatu. Każdy i każda z nas znajdzie coś interesującego dla siebie wśród Celów Zrównoważonego Rozwoju ONZ, czym może inspirować swoich uczniów i uczennice do zmiany świata na lepsze.

### Zrównowazona sala klasowa

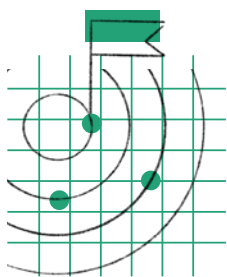
Razem z młodzieżą zorganizuj klasę (a może nawet szkołę!) w zrównoważony sposób. Liczba pomysłów jest nieskończona i zależy od waszej inwencji. Oto kilka podpowiedzi:

- używajcie wielorazowych kubków/bidonów, które napełniać będziecie wodą z kranu (jeśli jest zdatna w tej formie do picia) lub innymi napojami przygotowanymi w wielorazowych naczyniach;
- zwróćcie uwagę na jak najefektywniejsze wykorzystanie papieru – niech pisanie po kartkach zadrukowanych z jednej strony będzie u was normą;

- zbierajcie na parapecie deszczówkę do podlewania kwiatów w klasie, wybierzcie takie rośliny, które będą oczyszczały i nawilżały powietrze;
- sprawdźcie efektywność energetyczną waszej klasy (szkoły) – poznajcie wspólnie zasady ją wspierające – nie zasłaniajcie meblami kaloryferów, zamykajcie okna, wietrzcie intensywniej, ale przez krótszy czas;
- dbajcie o przedmioty znajdujące się w waszej klasie i naprawiajcie je zamiast wyrzucać; dzięki naszemu niewielkiemu wysiłkowi, możemy przedłużyć ich życie i funkcjonalność, pamiętając, że produkcja i utylizacja nadwyrężają zasoby naturalne;
- postawcie w klasie mini elektrownię na energię odnawialną jako ciekawostkę – może uda się nawet podłączyć do niej jakiś sprzęt?; jeśli nie, to przekonajcie radę rodziców do zakupu ładowarki solarnej do ładowania telefonów w klasie.

## Tematy bliskie uczniom i uczennicom jako pretekst do rozmowy o globalnych wyzwaniach

Wykorzystuj zagadnienia bliskie uczniom do dyskusji na tematy globalne. Na pandemię COVID-19 można spojrzeć jak na uboczny efekt globalizacji, współczesne epidemie wiąże się również z globalnym ociepleniem i znikającą bioróżnorodnością. Współczesny świat mody to pytanie o etyczną produkcję ubrań. Przyglądając się smartfonom, można zadawać pytania o zdrowie publiczne, o granice naszej prywatności naruszanej przez globalne korporacje oraz zastanawiać się, jak możemy wpłynąć na nieetyczną produkcję sprzętu w krajach globalnego Południa. Rola influencerów we współczesnym świecie może być pretekstem do rozmowy o reakcjach społecznych, współczesnych autorytetach, ale i zglobalizowanym rynku. Analiza tekstów utworów z Eurowizji Junior daje możliwość rozmowy o wartościach wyznawanych przez młodych ludzi we współczesnym świecie i ich roli w zmienianiu tego świata na lepsze. Właściwie wszystko dzisiaj ma swój wymiar globalny (jak powiedział Martin Luther King: „Zanim skończysz śniadanie, już zależysz od większości świata”), a w każdym z tych obszarów nasze wybory mają znaczenie.



## Działania specjalne – inspiracje

### Projekty uczniowskie wspierające Cele Zrównoważonego Rozwoju ONZ

Lista projektów, dzięki którym młodzież pozytywnie wpłynie na świat, jest niewyczerpana, a najskuteczniejsze są te, które proponują sami uczniowie i uczennice. Dlatego na początku zachęcamy do oddania im inicjatywy z przekonaniem, że choćby najdrobniejsze działania, ale wykonane ich rękami na podstawie ich pomysłów, to najlepsza szkoła sprawczości, jaką można sobie wyobrazić. Gdybyście jednak potrzebowali się zainspirować, podajemy poniżej kilka przykładów działań, które z sukcesem odbyły się w szkołach w Polsce. Po więcej inspiracji, ale i wiedzy na temat projektów młodzieżowych zapraszamy na stronę [www.globalna.ceo.org.pl/projekty-mlodziezowe](http://www.globalna.ceo.org.pl/projekty-mlodziezowe).

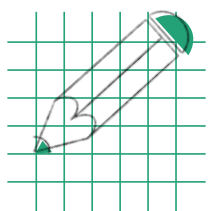
- Weźcie wraz z uczniami i uczennicami na warsztat Cele Zrównoważonego Rozwoju (np. w formie plansz: <http://bit.ly/PlanszeCZR>) i wybierzcie tematy, które najbardziej was interesują. W oparciu o opisy Celów zaplanujcie działanie (w szkole lub lokalnej społeczności, a może z jeszcze szerszym zasięgiem), które przyniesie światu

pożytek. Najprościej jest samodzielnie zgłębić temat – już samo to zadanie to materiał na projekt, w którym moglibyście przygotować mapę myśli danego Celu lub gazetkę szkolną na jego temat. Następnym krokiem może być przeprowadzenie kampanii informacyjnej, która zdobytą przez was wiedzę rozprzestrzeni dalej.

- Zachęcamy do pracy z Celami Zrównoważonego Rozwoju w gronie reprezentantów i reprezentantek samorządu uczniowskiego. Może warto zmienić menu w stołówce na zdrowsze, bardziej lokalne i roślinne, by wesprzeć realizację Celów 3: *Dobre zdrowie i jakość życia* i 13: *Działania w dziedzinie klimatu*. A może wspieranie infrastruktury rowerowej w okolicy waszej szkoły przyczyni się do realizacji Celu 11: *Zrównoważone miasta i społeczności*? Plastikowe kubeczki i butelki w sklepiku szkolnym? Jeśli uda się je zastąpić bardziej ekologicznymi alternatywami, przyczynicie się do realizacji Celu 12: *Odpowiedzialna konsumpcja i produkcja*, 14: *Życie pod wodą* i 15: *Życie na lądzie*.
- Przejrzyjcie kalendarz pod kątem okazji do działań na rzecz Celów Zrównoważonego Rozwoju. Jako pretekst do działań szczególnie polecamy Tydzień Edukacji Globalnej w listopadzie – co roku ma główne hasło, które może was zainspirować do własnego projektu. Ale równie dobrą okazją mogą być: Światowy Dzień Sprawiedliwości Społecznej (20.02), Międzynarodowy Dzień Konsumenta (15.03), Światowy Dzień Wody (22.03), Dzień Sprawiedliwego Handlu (druga sobota maja), Światowe Dni Różnorodności Kulturowej i Biologicznej (21 i 22.05), Światowy Dzień Uchodźcy (20.06), Europejski Tydzień Zrównoważonego Transportu (16–22.09), Międzynarodowy Dzień Dziewczynek (11.10), Międzynarodowy Dzień Praw Człowieka i Międzynarodowy Dzień Praw Zwierząt (10.12). Wybór jest naprawdę duży.
- Przyjrzyjcie się w klasie plakatom na temat zrównoważonego rozwoju – na ich podstawie możecie przeprowadzić zajęcia, zaplanować projekt lub po prostu powiesić je w klasie. <http://bit.ly/CZRplakaty>.

## Zrównoważone wydarzenia klasowe

Organizując wydarzenia szkolne w klasie bierzcie pod uwagę, jak możecie działać w sposób zrównoważony. Warto używać wielorazowych naczyń, starannie segregować śmieci zgodnie z wytycznymi, skorzystać z lokalnych sezonowych produktów oraz tych wyprodukowanych w zgodzie z zasadą fair trade. Jeśli po wydarzeniu zostanie jedzenie, rozdajcie je uczestnikom i uczestniczkom lub oddajcie do jadłodzielni. Planując wydarzenie otwarte dla mieszkańców i mieszkanki waszej miejscowości, umożliwcie dostęp osobom z niepełnosprawnościami, a w komunikacji uwzględnijcie żeńskie i męskie końcówki. Dzielać się zadaniami nie kierujcie się stereotypami (może w grupie noszącej ławki warto uwzględnić dziewczyny?). Takie wydarzenia mają duży potencjał na bycie zrównoważonymi – będziecie mieli szansę zobaczyć, jak ta ważna idea sprawdza się w codziennej praktyce.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### Kto jest odpowiedzialny za poprawę sytuacji na świecie?

**Celem** ćwiczenia jest refleksja nad naszym miejscem w świecie i nad tym, na co mamy wpływ oraz poznanie Celów Zrównoważonego Rozwoju ONZ.



**Czas trwania:** 45 min

**Materiały i środki dydaktyczne:** pojemniki (np. kubeczki) i etykiety na nie oraz po 20 żetonów/fasolek dla każdej grupy, szablon odpowiedzi: kartka papieru podzielona na 3 części: KTO/ LICZBA ŻETONÓW/ UZASADNIENIE dla każdej z grup, plakat z Celami Zrównoważonego Rozwoju, plansze z Celami Zrównoważonego Rozwoju (<http://bit.ly/PlanszeCZR>).

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-8 szkoły podstawowej

## Przebieg ćwiczenia:

1. Wprowadź uczniów i uczennice w tematykę zajęć. Wprowadzenie będzie się różniło w zależności od wieku i wiedzy uczestników i uczestniczek. Ważne, by powiedzieć, że będziecie się dziś zastanawiać nad tym, jakie wyzwania stoją przed współczesnym światem i kto jest odpowiedzialny za to, by na nie skutecznie odpowiadać. Zapytaj uczniów i uczennice o ich pomysły na wyzwania współczesnego świata. Co należałoby w nim zmienić? Jakie cele powinna stawiać przed sobą ludzkość, by wszystkim ludziom żyło się lepiej? Pozwól na swobodne wypowiedzi.
2. Połącz uczniów i uczennice w grupy od 3 do 5 osób.
3. Każdej grupie daj zestaw pojemników, jedną etykietę na każdy pojemnik i 20 żetonów/fasolek oraz kartkę papieru podzieloną na 3 części: KTO/ LICZBA ŻETONÓW/ UZASADNIENIE.
4. Zadaj pytanie: Kto ma wpływ na zmianę świata w lepsze miejsce do życia? Poproś, by uczniowie i uczennice rozmawiali na ten temat, wybrali kto ma największy wpływ (jakie grupy, osoby, instytucje) i przydzielili żetony/fasolki reprezentujące poziom wpływu do właściwych pojemników reprezentujących różne jednostki i organizacje. Sposób przydzielania żetonów/fasolek pozostaw grupie. Może ona podjąć decyzję wspólnie, przez konsensus, lub każdy uczeń i każda uczennica może też przydzielić swoją część żetonów według uznania. Następnie niech każda grupa wpisze wyniki ćwiczenia do Szablonu odpowiedzi oraz uzasadni podział żetonów, którego dokonała.
5. Powieście wyniki pracy grup na ścianie, zbierzcie pojemniki, połączcie fasolki, jeśli instytucje się powtarzają. Podsumujcie i omówcie wyniki pracy grup, odpowiadając na pytania: które osoby i instytucje się powtarzały? Które z nich dostały najwięcej żetonów i dlaczego? Czy wśród nich są jednostki czy tylko instytucje? Dlaczego? Kto zdaniem uczniów i uczennic jest odpowiedzialny za zmianę w świecie na lepsze?
6. Powiedz, że nad pytaniami o to, jak zrobić, by świat był lepszym miejscem do życia dla wszystkich ludzi oraz kto jest za to odpowiedzialny zastanawiali się też przedstawiciele międzynarodowej Organizacji Narodów Zjednoczonych. Konsultowali to z wieloma specjalistami na świecie i w wyniku ich pracy powstały Cele Zrównoważonego Rozwoju, które mają być wskazówkami dla instytucji, ludzi i państw na całym świecie. Wytłumacz, co oznacza sformułowanie „zrównoważony rozwój”.

*17 Celów powstało jako zobowiązanie do działania skierowane do nas wszystkich – instytucji lokalnych, krajowych, międzynarodowych, prywatnych i pozarządowych, a także obywateli i obywaterek, bo każdy i każda z nas może dołożyć do nich swoją cegiełkę.*

*Zrównoważony rozwój – „to taki rozwój, w którym potrzeby obecnego pokolenia mogą być zaspokojone bez umniejszania szans przyszłych pokoleń na ich zaspokojenie”. Zrównoważony rozwój to solidarność międzypokoleniowa polegająca na znajdowaniu takich rozwiązań gwarantujących dalszy wzrost, które pozwalają na aktywne włączenie w procesy rozwojowe wszystkich grup społecznych, dając im jednocześnie możliwość czerpania korzyści ze wzrostu gospodarczego.*



Źródło: Dokumenty Organizacji Narodów Zjednoczonych (*Agenda 2030 na rzecz zrównoważonego rozwoju i Raport Światowej Komisji ds. Środowiska i Rozwoju z 1987 r.*)

Zaprezentuj grafikę ze wszystkimi Celami i pokrótce o nich opowiedz. Jeśli będziesz mieć więcej czasu, podziel się z uczniami i uczennicami planszami do poszczególnych Celów i poproś o sformułowanie w grupach jednego działania, które mogą wykonać w życiu codziennym, aby przybliżyć realizację Celów. Plansze znajdziesz na stronie: <http://bit.ly/PlanszeCZR>.

**Informacja zwrotna:** Podziękuj uczniom i uczennicom za ich pracę w grupach i wypowiedzi na forum. Zapytaj ich, co mogą i chcą zrobić po dzisiejszej lekcji, by świat był choć odrobinę lepszym miejscem do życia. Modelując ich wypowiedzi możesz zacząć od siebie i swojego działania.

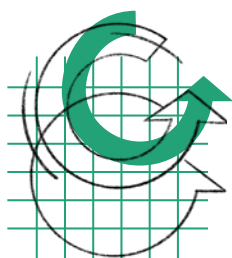
**Zwróć na to uwagę:** Zaprezentowane ćwiczenie można wykorzystać jako badanie postaw uczniów i uczennic przed zaplanowaniem procesu edukacyjnego dotyczącego wyzwań i współzależności globalnych. Jeśli w trakcie ćwiczenia uczniowie i uczennice nie dostrzegą swojego wpływu na świat, warto w procesie edukacyjnym zainwestować w rozumienie przez nich współzależności i kształtowanie ich sprawczości. Jeśli wśród wyzwań współczesnego świata wymienią tylko te bezpośrednio dotyczące ich codzienności, warto zaplanować poznawanie różnych miejsc na świecie i specyfikę życia ich mieszkańców i mieszkank. Pod koniec procesu edukacyjnego można ponownie wykonać ćwiczenie z młodzieżą i porównać ich odpowiedzi do tych udzielonych za pierwszym razem. Więcej o badaniu postaw młodzieży za pomocą krótkich ćwiczeń przeczytasz w publikacji: <https://bit.ly/BadaniePostaw>.

Dodatkowe scenariusze na temat wpływu uczniów i uczennic na budowę zrównoważonego świata znajdziesz pod linkiem: <https://bit.ly/ScenariuszeŚcieżki>. Są to ćwiczenia oparte na plakatach, których całą serię znajdziesz tu: <https://globalna.ceo.org.pl/plakaty-sciezki-do-celow>.

Zarówno rozwiązywanie problemów osobistych i szkolnych, tak samo odpowiadanie na większe wyzwania – nawet globalne – wymaga konkretnych umiejętności, jak poszukiwanie alternatywnych rozwiązań, myślenie poza schematami, elastyczne dostosowywanie się do zmian, twórcze wykorzystaniu zdobytej wiedzy. Rozmowa o wyzwaniach globalnych może nie tylko pokazywać związki przyczynowo-skutkowe różnych zjawisk, ale też uczyć poszukiwania rozwiązań. Wychowawca może na różne sposoby stymulować wyobraźnię uczniów i uczennic i wspierać w kreatywnym myśleniu.

# Twórcze odpowiadanie na wyzwania globalne

Bernadetta Białek



## Codziennie działania wychowawcze

### Stosuj sprawdzone metody wyzwajające kreatywne myślenie

Poniżej prezentujemy proste metody, które, jeśli znasz – warto sobie powtórzyć, jeśli nie stosujesz ich na co dzień – warto się im bliżej przyjrzeć w kontekście zagadnień globalnych.

#### Burza pomysłów

Metoda polega na:

1. zbieraniu wszystkich pomysłów od każdego, bez ich oceniania i krytykowania
2. wytwarzaniu pomysłów
3. wspólnemu poddaniu analizie zgłoszonych propozycji
4. zastosowaniu pomysłów i rozwiązań w praktyce.

Dzięki zastosowaniu burzy pomysłów uczniowie i uczennice mają poczucie decyzyjności. Metodę można wykorzystać do przeprowadzenia rozmów w klasie np. na tematy takie jak:

- mój pomysł na wsparcie migrantów i migrantek
- propozycje działań na rzecz lepszego świata
- co można zrobić, żeby ulepszyć system produkcji i dystrybucji żywności.

Wartością wychowawczą tej metody jest to, że każdy może okazać się pomysłodawcą proponowanych rozwiązań, a w konsekwencji autorem zrealizowanego pomysłu. Burza pomysłów pokazuje drogę od idei do realizacji konkretnego pomysłu. Dzięki jej stosowaniu wzrasta poczucie sprawczości u wychowanków i świadomość, że ich pomysły na zmianę we współczesnym świecie mają znaczenie. To daje im odwagę do realizacji celu. Jako opie-

kun włączasz każdego z podopiecznych w poszukiwanie rozwiązań ważnych problemów na równych zasadach, pokazujesz, że wszystkie pomysły są istotne i warte wysłuchania.

### Pytania problemowe

O stawianiu odpowiednich pytań w kontekście globalnych współzależności pisaliśmy w rozdziale „Krytyczna analiza otaczającego nas świata”. Tym razem skoncentrujemy się na tym, jaki jest efekt ich stosowania w codziennej praktyce wychowawczej. Odpowiednio postawione przez wychowawcę pytania prowokują wychowanków do poszukiwania rozwiązań i przyjrzenia się nawzajem propozycjom kolegów i koleżanek.

Warto sięgnąć w codziennych sytuacjach szkolnych do techniki poszukiwania głębszego znaczenia pojęć w kontekście wyzwań globalnych (zob. Danuta Sterna, *Uczę (się) w szkole*, Warszawa 2014, s. 122). Przykłady takich pytań:

**Co by było, gdyby** każdy z nas zaczął ograniczać używanie energii elektrycznej?

**Jak** każdy z nas wpływa na cały świat?

**Jakie znaczenie ma** dla ludzi wolność?

**Co oznacza dla ciebie** bycie „eko”?

**Co oznacza pojęcie** efektu cieplarnianego?

**Dlaczego** Komisja Europejska stworzyła zbiór strategii pod nazwą *Europejskiego Zielonego Ładu*?

**Dlaczego** Toruń **jest**... jednym z najbardziej zrównoważonych miast w Polsce?

**Co się stanie, jeśli zmienimy** nawyki żywieniowe i zaczniemy jeść mniej mięsa?

Dlaczego prawie wszystkie kraje świata są członkami ONZ?

**Na czym polega** zjawisko globalizacji we współczesnym świecie?

**Co może pomóc w** realizacji Celów Zrównoważonego Rozwoju?

**Co dla ciebie oznacza** pojęcie współzależności?

**Jak można skutecznie** ograniczyć emisję dwutlenku węgla do atmosfery?

**Co mogą zrobić,** aby zatrzymać zmianę klimatu?

Dzięki stawianiu takich pytań czynisz swoich podopiecznych autorami pomysłów na zrównoważony świat. Odpowiadając na pytania, uczniowie i uczennice poszukują rozwiązań. Mogą przegłosować, które z propozycji są najciekawsze lub mają szansę na zrealizowanie w rzeczywistości szkolnej/lokalnej/domowej, a następnie je wdrożyć do codziennej praktyki. Wartość twórczego poszukiwania rozwiązań jest nieoceniona – nawet, jeśli pytania są abstrakcyjne dla twoich wychowanków – ponieważ uczą nastawienia na rozwiązanie i wykorzystanie wiedzy w praktyce. Ty jako wychowawca stajesz się przewodnikiem, nie narzucasz rozwiązań, a czuwasz nad procesem. Wychowujesz otwartych na świat i poszukiwanie rozwiązań młodych ludzi.

### Kapelusze de Bono

Skorzystaj z tej metody w analizie i szukaniu rozwiązania danego problemu. Proponuję przyjrzeć się jednemu z zagadnień edukacji globalnej i ekologicznej, jakim jest energia, np.: *Które z odnawialnych źródeł energii mają największe szanse na wykorzystanie w przyszłości w Polsce i dlaczego?*

Dzięki analizowaniu odmiennych perspektyw podejścia do problemu, uczniowie uczą się otwartości na różne możliwości rozwiązań i sztuki kompromisu. Sprawdźmy, jakie są możliwości pracy z Kapeluszymi de Bono przy analizowanym wyzwaniu.

Młodsze dzieci mogą fizycznie zakładać kapelusze na głowę, starsze – metaforycznie, obierając określony punkt widzenia na sprawę do rozwiązania. Każdy z kapeluszy symbolizuje odmienny sposób myślenia, według którego grupy pracują na danej lekcji:

**biały – fakty** (np. *W Polsce rozważamy następujące odnawialne źródła energii w przyszłości: lądowe farmy wiatrowe, przybrzeżne elektrownie wiatrowe, elektrownie na biomasę, elektrownie wodne, energię słoneczną, biopaliwa*)

**czerwony – emocje** (np. *Wykorzystanie lądowych farm wiatrowych jest najwspanialszym pomysłem z zaproponowanych odnawialnych źródeł energii.*)

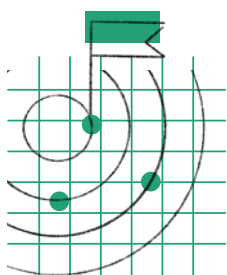
**czarny – pesymizm** (np. *Nie widzę szans na efektywne wykorzystanie odnawialnych źródeł energii w Polsce, ponieważ prace w tym zakresie przebiegają obecnie w bardzo wolnym tempie*)

**żółty – optymizm** (np. *Energia słoneczna ma największą szansę na wykorzystanie w przyszłości w Polsce jako odnawialne źródło energii, ponieważ jej wykorzystanie jest możliwe niemal w każdym gospodarstwie domowym i już teraz praktyka cieszy się dużą popularnością wśród właścicieli domów jednorodzinnych.*)

**zielony – możliwości** (np. *Odnawialne źródła energii sprzyjają uniezależnieniu od paliw kopalnych – ropy, węgla i gazu – które się wyczerpują; powodują mniejszą emisję dwutlenku węgla; zapewniają zrównoważoną przyszłość, czyli taką, w której zaspokoimy nasze potrzeby, ale nie kosztem przyszłych pokoleń – nie kosztem degradacji środowiska, wyczerpania krytycznie ważnych zasobów i gospodarczego upadku kraju; powstanie europejska supersieć energetyczna*)

**niebieski – analizę procesu** (np. *Przybrzeżne elektrownie wiatrowe sprawdzą się nad Bałtykiem z racji warunków atmosferycznych tam panujących.; Powstanie europejskiej supersieci energetycznej jest przyszłościowym rozwiązaniem – obecna sieć energetyczna jest niezdolna do poradzenia sobie z transmisją energii z tak nieprzewidywalnych źródeł energii jak wiatraki – trzeba zbudować ją od nowa.*)

Bądź nauczycielem wspierającym, a nie takim, który hamuje kreatywne myślenie. Zastanawiając się nad tym, jak na co dzień wzmacniać swoich wychowanków, obejrzyj animację *Novi druh* ([Nový druh / The New Species on Vimeo](#)). To krótka opowieść o trójce dzieci, które pewnego dnia znajduje tajemniczą kość i rozpoczyna poszukiwania stworzenia, do którego mogła należeć.



## Działania specjalne – inspiracje

### PROJEKT – Zrównoważone osiedle/zrównoważone miasto/zrównoważony dom – zrównoważona przestrzeń, w której mieszkam.

Celem tego projektu jest przybliżenie Celów Zrównoważonego Rozwoju i przygotowanie do działań związanych z realizacją jednego z nich.

#### ETAP PIERWSZY: DIAGNOZA I WPROWADZENIE TEMATYKI GLOBALNYCH WYZWAŃ METODĄ PROJEKTU UCZNIOWSKIEGO

Na początku określ grupę, z którą chcesz współpracować. Zanim zaplanujecie wspólnie cały proces, warto, abyś skorzystał z „Kwestionariusza wspierającego diagnozę i wprowadzenie tematyki globalnych wyzwań metodą mini-projektu młodzieżowego” <https://globalna.ceo.org.pl/narzedzia-badania-postaw>. Materiał pomoże ci zastanowić się nad całym procesem edukacyjnym, kontekstem szkoły, potencjałem współpracy z rodzicami. Poniżej kilka pytań, które znajdziesz we wspomnianym kwestionariuszu.

W jakim stopniu moi wychowankowie:

- rozumieją i potrafią analizować współzależności globalne?
- podejmują codzienne decyzje i wybory, mając świadomość ich wpływu na innych ludzi i kraje?
- mają poczucie osobistego wpływu na sytuację w innych regionach świata?
- rozumieją, że na świecie istnieją różne systemy wartości i wierzeń, które prowadzą do odmiennych działań i zachowań, a jednocześnie akceptują tę odmiennność?
- szanują to, że każdy człowiek powinien móc realizować swoje potrzeby, pod warunkiem, że nie skutkuje to krzywdą innych ludzi?
- potrafią samodzielnie zdobywać i przetwarzać informacje odnośnie zagadnień globalnych?
- postrzegają siebie jako część globalnej społeczności?

Po dokonaniu wstępnej diagnozy, podsumuj wnioski.

## ETAP DRUGI: WYBÓR TEMATU

Warto wyjść od działań lokalnych, ale w takim kontekście, by mieć świadomość ich znaczenia dla zmiany na świecie. Ważne jest wypracowanie świadomości znaczenia globalnego takich inicjatyw. Jako inspirację proponuję projekt możliwy do zrealizowania niezależnie od miejsca zamieszkania uczniów i uczennic: **Zrównoważone osiedle/ zrównoważone miasto/zrównoważony dom – zrównoważona przestrzeń, w której mieszkam.**

Przed realizacją projektu zapoznaj uczniów i uczennice z Celami Zrównoważonego Rozwoju (diagnoza na temat znajomości celów przez wychowanków i opiekuna również znajduje się w przywołanym kwestionariuszu). Zapytaj, które z nich uważają za najważniejsze do realizacji w ich miejscu zamieszkania (burza pomysłów). Zadaj pytanie pogłębione, jakie mają pomysły na to, by przestrzeń, w której mieszkają i żyją (np. osiedle, miasto, dom, mieszkanie, podwórko, szkoła) uczynić zrównoważoną (np. zapisywanie odpowiedzi na karteczkach samoprzylepnych)? Odczytajcie propozycje na forum.

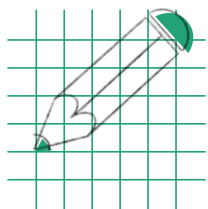
## ETAP TRZECI: PROJEKT UCZNIOWSKI

Sfotografujcie część przestrzeni wokół siebie, którą chciałbyś/chciałabyś przekształcić na zrównoważoną. Wywołaj zdjęcie w dwóch kopiach i na jednej z nich stwórz kolaż, w którym przedstawiś proponowaną zmianę. Informację o tym, jak realizowałam z młodzieżą podobny projekt, znajdziesz w tej publikacji w rozdziale „Pigułka doświadczenia”. Porozmawiajcie na temat prac w kontekście zrównoważonych przestrzeni i ich wagi dla współczesnego i przyszłego świata. W jakim stopniu zmiana w przestrzeni lokalnej przekłada się na zmianę globalną? Dlaczego ważne jest szukanie rozwiązań najbliżej siebie z uwzględnieniem kontekstu globalnych współzależności? Jak wygląda ta sieć powiązań?

## ETAP CZWARTY: PREZENTACJA EFEKTÓW I PODSUMOWANIE

Zaplanujcie uroczystą prezentację powstałych kolaży, zaproszcie gości. Pójdźcie o krok dalej – jeśli któreś z propozycji odnoszą się do przestrzeni publicznej, wystąpcie z wnioskiem o realizację projektu zakładającego zmianę do urzędu miasta lub gminy w ramach budżetu obywatelskiego (inspiracje znajdziecie w piątej części naszych materiałów „Jak zaangażować uczniów i uczennice w działania na rzecz społeczności lokalnej”).

Poczucie wpływu na zmianę, wykorzystanie twórczego myślenia wychowanków i wspieranie ich w tym procesie przez opiekuna jest niezwykle motywujące dla obu stron – kreatywność i umiejętność szukania rozwiązań dla wyzwań współczesnego świata przekłada się na konkretne działania. Wyjście od działań lokalnych i umiejscowienie ich w kontekście globalnym pokazuje globalne współzależności.



## Godzina do dyspozycji wychowawcy – ćwiczenie

### W jaki sposób możemy działać na rzecz klimatu?

**Celem** ćwiczenia jest wzrost motywacji do twórczego rozwiązywania problemów w zakresie działania na rzecz klimatu.

**Czas trwania:** ok. 30 min.

**Materiały i środki dydaktyczne:** film *Ty też możesz działać na rzecz klimatu* ([https://www.youtube.com/watch?v=GMtW7PWorUQ&ab\\_channel=FundacjaCentrumEdukacjiObywatelskiej](https://www.youtube.com/watch?v=GMtW7PWorUQ&ab_channel=FundacjaCentrumEdukacjiObywatelskiej)), karteczki samoprzylepne, arkusze papieru

**Grupa docelowa:** uczniowie i uczennice klas 4-8 szkoły podstawowej

### Przebieg ćwiczenia:

1. Przeprowadź burzę pomysłów, w której uczniowie i uczennice odpowiedzą kolejno na pytania:
  - a) Jakiego świata chcesz dla siebie w przyszłości?
  - b) Co możesz zrobić indywidualnie na rzecz klimatu?
  - c) Jak możemy działać w szkole na rzecz klimatu?

Pytania zapisz na trzech arkuszach papieru (nie wszystkie od razu) i poproś uczniów, by na karteczkach samoprzylepnych napisali odpowiedzi. Odczytajcie je wspólnie. Warto zachęcić wszystkich do aktywności, podkreślając, że nie ma złych odpowiedzi. Gdy lekcja odbywa się online, możesz wykorzystać np. jamboard i opcję wklejania notatek przez uczniów – powstanie wtedy przejrzysty zapis.

2. Wyświetl krótki film pt. „Ty też możesz działać na rzecz klimatu!” (5,32 min.). Zapytaj o refleksje po obejrzanym materiale, zapytaj: Co zwróciło twoją/waszą uwagę w filmie? Postawa której z osób jest ci/wam najbliższa? Czy podejmowaliście podobne działania na rzecz klimatu, a jeśli tak, to jakie?.
3. Poproś młodzież o dokończenie zdania na karteczkach samoprzylepnych (lub np. jamboardzie):

*Po obejrzeniu filmu największą inspiracją w działaniu na rzecz klimatu jest dla mnie...*

Odczytajcie odpowiedzi na forum.

4. Odnieś się do wypowiedzi z burzy pomysłów. Zadaj pytanie: W jaki sposób możemy działać na rzecz klimatu już dziś? Poproś o odpowiedzi na kartkach samoprzylepnych lub jamboardzie.
5. Wspólnie zastanówcie się, które z działań można podjąć w szkole? Być może jedno z nich okaże się waszym celem? Może zaplanujecie projekt, w którym zrealizujecie postawiony przez Was globalny cel? Zaczynajcie od małych kroków – być może podejmiecie na początek klasowe wyzwanie *Miesiąc dla klimatu* opisane w kalendarzu <https://ekologia.ceo.org.pl/klimat-to-temat/materialy/kalendarz-wyzwan?>

**Informacja zwrotna:** Możesz zastosować technikę „Powiedz partnerowi”, podczas której uczniowie odpowiadają sobie nawzajem na pytania: Jakich trzech nowych rzeczy się nauczyłem?, Co było dla mnie łatwe? Co było dla mnie trudne? W jaki sposób chciałbym zastosować rozwiązania poznane na zajęciach?

**Zwróć na to uwagę:** Ćwiczenie może być przeprowadzone w różnych grupach wiekowych, dlatego też refleksje będą stosowne do wieku. Żadne z rozwiązań nie jest złe, a każde może zainspirować do działania na rzecz zmiany globalnej.

## Przeczytaj także:

### Bibliografia:

B. Białek, *Dlaczego edukacja globalna?*, Forum Nauczycieli 2015, nr 3, s. 8-11 <https://www.womkat.edu.pl/resources/upload/kwartalnik/forum59.pdf>

Instytut Globalnej Odpowiedzialności (IGO), Cumbria Development Education Centre (CDEC) z Wielkiej Brytanii, Centrum Edukacji Ekologicznej i Etycznej Rychory (SEVER) z Czech oraz International Centre for Enterprise and Sustainable Development (ICED) z Ghany, *ZROZUM ŚWIAT Materiały z zakresu edukacji globalnej dla szkół podstawowych*, Warszawa 2013, Instytut Globalnej Odpowiedzialności (IGO), [http://www.igo.org.pl/download/IGO\\_zrozum\\_swiat.pdf](http://www.igo.org.pl/download/IGO_zrozum_swiat.pdf)

Cele Zrównoważonego Rozwoju na polskiej stronie Organizacji Narodów Zjednoczonych, <http://un.org.pl/>.

Materiały edukacyjne Polskiej Akcji Humanitarnej opracowane w ramach programu *Godziny Wychowawcze ze Światem* <https://www.pah.org.pl/zaangazuj-sie/dla-szkol/godziny-wychowawcze/>.

### Materiały Centrum Edukacji Obywatelskiej:

Tytuł materiału CEO	Link	Krótki opis
Sprawiedliwe czy niesprawiedliwe? Zestaw ćwiczeń do badania zmian w postawach młodzieży wobec globalnych wyzwań	<a href="https://globalna.ceo.org.pl/sites/globalna.ceo.org.pl/files/ceo_sprawiedliwe_czy_niesprawiedliwe_badanie_postaw_www.pdf">https://globalna.ceo.org.pl/sites/globalna.ceo.org.pl/files/ceo_sprawiedliwe_czy_niesprawiedliwe_badanie_postaw_www.pdf</a>	W pracy nauczycielskiej często zastanawiamy się, jak sprawdzić, czy nasze działania edukacyjne rzeczywiście wpływają na uczniów i uczennice w zaplanowany przez nas sposób. O ile wiedzę możemy łatwo zweryfikować, a umiejętności przećwiczyć, to wyzwaniem pozostaje zbadanie postaw. Proponowane narzędzia idealnie nadają się do wprowadzenia grupy w tematykę globalną, mogą być również początkiem wspólnej drogi projektowej, a następnie jej podsumowaniem. Dołączone do ćwiczeń komentarze metodyczne pomagają postawić pytania badawcze, wskazują, jak analizować wyniki, w jaki sposób określić zmianę, przez co ułatwiają zaplanowanie całego procesu edukacyjnego.
Edukacja globalna na zajęciach przedmiotowych w szkole podstawowej	<a href="https://globalna.ceo.org.pl/sites/globalna.ceo.org.pl/files/ceo_glf_final_www_o.pdf">https://globalna.ceo.org.pl/sites/globalna.ceo.org.pl/files/ceo_glf_final_www_o.pdf</a>	W broszurze znajdziesz opis koncepcji edukacji globalnej, wyjaśnienie zagadnień, jakie obejmuje, przyświecające jej wartości, postawy i umiejętności, które pomaga rozwijać, a także odniesienie do działania na rzecz zmiany w skali globalnej. Poznasz wskazówki odnoszące się do tego, jak i dlaczego warto odwoływać się do Celów Zrównoważonego Rozwoju oraz jak poruszać trudne zagadnienia globalne, takie jak: migracje, zmiana klimatu czy równość płci.



<p>Webinar: Edukacja globalna w 3 krokach – krok 1</p> <p>Webinar Edukacja globalna w 3 krokach – krok 2</p> <p>Webinar Edukacja globalna w 3 krokach – krok 3</p>	<p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=tobe-GYdkgM4&amp;t=2s&amp;ab_channel=FundacjaCentrumEdukacjiObywatelskiej">https://www.youtube.com/watch?v=tobe-GYdkgM4&amp;t=2s&amp;ab_channel=FundacjaCentrumEdukacjiObywatelskiej</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=HIG-kYlfvcnE&amp;t=76s&amp;ab_channel=FundacjaCentrumEdukacjiObywatelskiej">https://www.youtube.com/watch?v=HIG-kYlfvcnE&amp;t=76s&amp;ab_channel=FundacjaCentrumEdukacjiObywatelskiej</a></p> <p><a href="https://www.youtube.com/watch?v=TCDFRW9P-7go&amp;ab_channel=FundacjaCentrumEdukacjiObywatelskiej">https://www.youtube.com/watch?v=TCDFRW9P-7go&amp;ab_channel=FundacjaCentrumEdukacjiObywatelskiej</a></p>	<p>Cykl trzech webinarów to doskonała okazja do zdobycia nowej wiedzy i wykorzystania jej w swojej pracy, bowiem edukacja globalna wspiera lepsze uczenie poprzez pokazywanie wiedzy z innych perspektyw, wzrost atrakcyjności lekcji oraz podniesienie poziomu zaangażowania uczących się. Materiał przeznaczony jest dla nauczycieli i nauczycielek różnych przedmiotów klas IV-VIII szkół podstawowych oraz szkół ponadpodstawowych zainteresowanych podnoszeniem własnych kompetencji w wykorzystywaniu podejścia edukacji globalnej.</p>
<p>Plakaty z serii Ścieżki do Celów</p>	<p><a href="https://globalna.ceo.org.pl/plakaty-sciezki-do-celow">https://globalna.ceo.org.pl/plakaty-sciezki-do-celow</a></p>	<p>Zapraszamy do korzystania z plakatów pokazujących, jak indywidualne działania, które może podjąć każdy i każda z nas, przyczyniają się do realizacji Celów Zrównoważonego Rozwoju. Zestaw składa się z siedmiu plakatów, które omawiają następujące działania: 1. Ograniczam jedzenie mięsa. 2. Kupuję odpowiedzialnie. 3. Świadomie uczestniczę w życiu społecznym. 4. Podróżuję odpowiedzialnie. 5. Wspieram różnorodność. 6. Ograniczam zużycie plastiku 7. Rozumiem procesy migracyjne i wspieram równość</p>
<p>Świat na wyciągnięcie ręki. Scenariusze zajęć z zakresu edukacji globalnej na godzinę wychowawcze</p>	<p><a href="https://globalna.ceo.org.pl/sites/globalna.ceo.org.pl/files/ceo_swiat_na_wyciagniecie_reki_www.pdf">https://globalna.ceo.org.pl/sites/globalna.ceo.org.pl/files/ceo_swiat_na_wyciagniecie_reki_www.pdf</a></p>	<p>Proponowane przez nas zajęcia zwracają uwagę na umiejętności i postawy kluczowe dla zrozumienia zglobalizowanego świata i wyzwań przed nim stojących, a także dla podjęcia działań na rzecz pozytywnej zmiany. Stworzyliśmy lekcje oparte na prawdziwych historiach zwykłych ludzi, zebranych w kilku krajach afrykańskich w ostatnich miesiącach. Jesteśmy przekonani, że te opowieści zainteresują i poruszą młodych ludzi w Polsce, a także staną się przyczynkiem do refleksji i dyskusji na temat uniwersalnych ludzkich wartości we współczesnym świecie.</p>
<p>Przewodnik dla młodzieży Punkty widzenia. Klub Dobrej Rozmowy</p>	<p><a href="https://migracje.ceo.org.pl/sites/migracje.ceo.org.pl/files/ceo_przewodnik_dla_uczniow_www.pdf">https://migracje.ceo.org.pl/sites/migracje.ceo.org.pl/files/ceo_przewodnik_dla_uczniow_www.pdf</a></p>	<p>W publikacji zapraszamy młodzież w wieku 11-18 lat do zakładania w szkołach Klubów Dobrej Rozmowy na temat sytuacji uchodźców i współczesnych migracji ludności. Spotkania Klubu mogą być prowadzone na podobnych zasadach jak szkolne koła zainteresowań, choć ostateczna formuła powinna odpowiadać młodzieży.</p>
<p>Rozmawiajmy o migracjach – filmy, animacje i opowieści migrantów i migrantek</p>	<p><a href="https://www.youtube.com/playlist?list=PLD-4KSOFXmjZv2iBB0O-twgLPAZwSBOolmj">https://www.youtube.com/playlist?list=PLD-4KSOFXmjZv2iBB0O-twgLPAZwSBOolmj</a></p>	<p>Zestaw materiałów wizualnych o migracjach ludności z różnych perspektyw. Migracje to temat trudny i często kontrowersyjny, który wzbudza wiele emocji. Jak poznać prawdę o współczesnych migracjach w szumie często sprzecznych ze sobą informacji? Skąd mam wiedzieć kim są przybysze, którzy stają się moimi sąsiadami albo kolegami, koleżankami z klasy? Po co przyjechali?</p>

<p>Karta pracy dla młodzieży – Uzdolnienia, kompetencje, zainteresowania</p>	<p><a href="https://globalna.ceo.org.pl/scenariusze-i-gry/karta-pracy-uzdolnienia-kompetencje-zainteresowania">https://globalna.ceo.org.pl/scenariusze-i-gry/karta-pracy-uzdolnienia-kompetencje-zainteresowania</a></p>	<p>Materiał dla młodzieży do wykorzystania w czasie zajęć szkolnych lub w domu – w przyjazny sposób pogłębiający refleksję nad własnymi uzdolnieniami i zainteresowaniami – pozwala osadzić je w kontekście nauk ścisłych i możliwych zawodów związanych ze STEM (Nauka, technologia, inżynieria i matematyka).</p>
<p>Przewodnik merytoryczny dla nauczycielki i nauczyciela</p>	<p><a href="https://globalna.ceo.org.pl/publikacje/przewodnik-merytoryczny-dla-nauczycielki-i-nauczyciela-wzor-na-scisle">https://globalna.ceo.org.pl/publikacje/przewodnik-merytoryczny-dla-nauczycielki-i-nauczyciela-wzor-na-scisle</a></p>	<p>Podręczny zbiór niezbędnej wiedzy i praktycznych wskazówek, jak zadbać o równość szans dziewczynek i chłopców na lekcjach z przedmiotów ścisłych. Przewodnik to materiał do Twojej pracy indywidualnej, wesprze Cię w przygotowaniu do poprowadzenia zajęć z uwzględnieniem perspektywy równościowej, dostarczy inspiracji do zreflektowania własnej pracy, podsunie narzędzia, metody, które możesz wykorzystać podczas swoich zajęć.</p>
<p>Przewodnik po Klimatycznych Redakcjach Szkolnych 1Planet4All – Razem dla klimatu!</p>	<p><a href="https://ekologia.ceo.org.pl/sites/ekologia.ceo.org.pl/files/4all_przewodnik_po_redakcjach.pdf">https://ekologia.ceo.org.pl/sites/ekologia.ceo.org.pl/files/4all_przewodnik_po_redakcjach.pdf</a></p>	<p>Bycie młodym dziennikarzem lub dziennikarką, która pisze o zmianie klimatu, to nie lada wyzwanie! Najlepiej będzie korzystać z dobrych porad od osób, które profesjonalnie zajmują się dziennikarstwem. W Przewodniku po Klimatycznych Redakcjach Szkolnych młodzież znajdzie odpowiedzi m.in. na następujące pytania: Jak wybrać cel działania redakcji, temat i formę? Gdzie szukać bohaterów i bohaterki materiału dziennikarskiego? Jak przygotować się do przeprowadzenia wywiadu? Ten materiał to niezbędny element każdej redakcji, która zajmuje się klimatem!</p>
<p>Karty do gry w Piotrusia: Aktywistki</p>	<p><a href="https://ekologia.ceo.org.pl/sites/ekologia.ceo.org.pl/files/karty_piotrus.pdf">https://ekologia.ceo.org.pl/sites/ekologia.ceo.org.pl/files/karty_piotrus.pdf</a></p>	<p>Świat jest pełen inspirujących kobiet, które działają na rzecz klimatu. Zagrajcie w Piotrusia i poznajcie aktywistki, które walczą o sprawiedliwszy świat</p>
<p>Przewodnik Zielony Ład w szkole</p>	<p><a href="https://ekologia.ceo.org.pl/sites/ekologia.ceo.org.pl/files/przewodnik_zielony_lad_w_szkole.pdf">https://ekologia.ceo.org.pl/sites/ekologia.ceo.org.pl/files/przewodnik_zielony_lad_w_szkole.pdf</a></p>	<p>W części pierwszej zapoznasz się z koncepcją edukacji ekologicznej i korzyściami obecności tego rodzaju kształcenia w szkole, oraz podpowiedzi jak możesz wpływać na rozwój uczennic i uczniów. W części drugiej znajdziesz omówienie aktualnych wyzwań dotyczących ochrony środowiska. Część trzecia materiału to przykładowe aktywności, które przybliżą uczniom i uczennicom kilka wyzwań ekologicznych, z którymi się dziś mierzymy, i zagadnień środowiskowych, o których można rozmawiać w szkole.</p>

# **AUTORKI I AUTORZY**

## Autorki i autorzy

**Beata Badziukiewicz** – Od ponad dwudziestu lat pedagog szkolny w warszawskim liceum, nauczyciel dyplomowany, socjoterapeutka, autorka i współautorka publikacji „Vademecum pedagoga szkolnego”, „Vademecum wychowawcy”, „Nastolatek w szkole”, autorka artykułów w pismach „Cogito”, „Victor” oraz na portalu internetowym Wydawnictwa PZWL, autorka scenariuszy lekcji wychowawczych tworzonych dla Fundacji Kinoterapia oraz Kino Świat, zainteresowana rozumieniem motywów ludzkiego postępowania, nieustannie ciekawa procesów zachodzących w ludzkich relacjach, w szczególności pomiędzy dorosłymi i dziećmi.

**Bernadetta Białek** – nauczycielka dyplomowana języka polskiego oraz wiedzy o społeczeństwie, oligofrenopeda, pracująca w Szkole Podstawowej nr 25 w Zabrze (wcześniej w Gimnazjum nr 25); od 2011r. współpracująca z Centrum Edukacji Obywatelskiej, autorka i współautorka materiałów edukacyjnych m.in. w projektach: „W świat z klasą”, „Rozmawiamy o uchodźcach”, „Poczytajmy”; mentorka w kursach e-learningowych. W pracy nauczycielskiej przyświeca jej zasada: „Uczymy się nie dla szkoły, lecz dla życia”; nominowana do Nagrody im. I. Sendlerowej „Za naprawianie świata”.

**Dominika Cieślukowska** – psycholog i trenerka umiejętności antydyskryminacyjnych, międzykulturowych i genderowych, superwizorka pracy trenerskiej w obszarze antydyskryminacyjnym z ponad 12 letnim stażem zawodowym. Autorka, redaktorka i konsultantka merytoryczna publikacji dotyczących edukacji antydyskryminacyjnej i wyzwań metodologicznych warsztatu antydyskryminacyjnego.

**Greta Drożdziel-Papuga** – absolwentka polonistyki (Uniwersytet Warszawski) i kulturoznawstwa (Uniwersytet Jagielloński). Od lat związana z edukacją, jako edukatorka, trenerka, autorka kampanii edukacyjnych. Prowadzi szkolenia i warsztaty m.in. z zakresu komunikacji, budowania zespołu, diagnozy lokalnej, pracy metodą projektu, wolontariatu – dla różnych grup wiekowych, dzieci, młodzieży, dorosłych. Autorka licznych materiałów edukacyjnych, które skupiają się na budzeniu radości z uczenia się, twórczego rozwiązania problemów, osłabienia rywalizacji, wyjścia z edukacją poza mury szkoły. Jako animatorka działała w szkołach, bibliotekach, domach kultury i na podwórkach. Współpracuje z Fundacją Centrum Edukacji Obywatelskiej, Fundacją Szkoła z Klasą, Fundacją na Rzecz Wspólnot Lokalnych Na miejscu, m. st. Warszawą.

**Katarzyna Dzięciołowska** – historyczka, trenerka, edukatorka i instruktorka harcerska. Pracowała w szkole (podstawowej i gimnazjum) ucząc historii i wiedzy o społeczeństwie. We współpracy z organizacjami pozarządowymi i instytucjami samorządowymi koordynowała i realizowała projekty edukacyjne, obywatelskie i społeczne przede wszystkim skierowane do młodzieży i dzieci. Absolwentka szkoleń i kursów trenerskich ukierunkowanych na kształcenie dorosłych. Współpracowała ze Związkiem Harcerstwa Polskiego, Stowarzyszeniem Pracownia Etnograficzna, Ogólnopolską Federacją Organizacji Pozarządowych, Stowarzyszeniem Praktyków Dramy STOP-KLATKA, Centrum Komunikacji Społecznej Urzędu m.st. Warszawy, od maja 2017 pracuje w Centrum Edukacji Obywatelskiej.

**Karolina Giedrys-Majkut** – absolwentka Instytutu Lingwistyki Stosowanej UW, wydziałów Kulturoznawstwa i Psychologii SWPS, Szkoły Trenerów Organizacji Pozarządowych STOP. Koordynatorka i pomysłodawczyni projektów edukacji filmowej (Kinoterapia, Shortcut – małe historie, wielkie sprawy, Dobre łącza), fundraiserka, trenerka i autorka tekstów eksperckich, w szczególności z zakresu psychoedukacji poprzez film. Na co dzień szefowa zespołu edukacji filmowej w Centrum Edukacji Obywatelskiej.

**Julia Godorowska** – absolwentka Międzywydziałowej Ochrony Środowiska (Uniwersytet Warszawski) i absolwentka kursu trenerskiego Szkoły Trenerskiej Organizacji Pozarządowych (STOP). Od 2014 roku w Centrum Edukacji Obywatelskiej zajmuje się programami edukacji globalnej („Rozmawiajmy o uchodźcach” i „I am European: Historie i fakty o migracjach na XXI wiek”) i ekologicznej („Zgodnie z Naturą”, „Zrównoważony rozwój w edukacji leśnej”, „Weź oddech”). Autorka i współautorka kursów internetowych, scenariuszy zajęć i publikacji dla młodzieży, nauczycieli i nauczycielek dotyczących rozmawiania o migracjach oraz idei zrównoważonego rozwoju.

**Ewelina Gorczyca** – nauczycielka edukacji wczesnoszkolnej, pracowniczka dydaktyczna na Wydziale Pedagogicznym Uniwersytetu Warszawskiego, trenerka, koordynatorka projektów edukacyjnych, mentorka w kursach dla nauczycieli, współautorka materiałów edukacyjnych, szkoleń, warsztatów i kursów on-line dla nauczycieli.

**Tomasz Gromadka** – animator kultury, poeta, dramatopisarz, współtwórca Fundacji Strefa WolnoSłowa, członek kolektywu Autonomiczna Przestrzeń Edukacyjna. Organizator i prowadzący slamów oraz warsztatów twórczych w Stole Powszechnym. Prowadzi zajęcia z pisania i improwizacji słownych w szkołach, aresztach i ośrodkach kultury.

**Agnieszka Jarmuł** – trenerka, animatorka. Współzałożycielka i prezeska Fundacji „5Medium”. Absolwentka filologii polskiej Uniwersytetu Jagiellońskiego, Szkoły Trenerów Organizacji Pozarządowych STOP. Prowadzi warsztaty dla młodzieży i dorosłych z zakresu edukacji medialnej, kulturalnej i obywatelskiej. Autorka materiałów edukacyjnych, konsultantka i mentorka szkolnych projektów. Pomysłodawczyni i koordynatorka licznych projektów edukacyjnych i kulturalnych. W 2019 roku otrzymała Nagrodę Okolicznościową Prezydenta Miasta Lublin za dokonania w dziedzinie upowszechniania kultury. W pracy trenerskiej najważniejszy jest dla niej dialog oraz uważność.

**Anna Kawalska** – psycholożka międzykulturowa, trenerka umiejętności psychospołecznych, arteterapeutka, psychotraumatolog. Zajmuje się projektowaniem oraz prowadzeniem warsztatów, treningów, szkoleń dla dzieci oraz osób dorosłych: kadry pedagogicznej, pracowników administracji publicznej, organizacji pozarządowych i klientów biznesowych. Specjalizuje się w takiej tematyce jak: wielokulturowość, zarządzanie różnorodnością, antydyskryminacja, prawa człowieka, komunikacja, radzenie sobie ze stresem. Wspiera osoby migrujące do Polski oraz dzieci i dorosłych w procedurze uchodźczej w procesie adaptacji i integracji.

**Emilia Kędziorek** – dyplomowana nauczycielka licealna, certyfikowana trenerka uważności (Mindfulness-Based Stress Reduction), po szkoleniu nauczycielskim MBCL (Mindfulness-Based Compassionate Living). Zainteresowana promowaniem psychoedukacji oraz działań opartych na technikach mindfulness i compassion wśród dorosłych, dzieci i młodzieży. W Centrum Edukacji Obywatelskiej koordynuje program „Wychowanie to podstawa”.

**Urszula Leszczyńska** – pracuje w zespole Mapy Karier – darmowego, interaktywnego narzędzia wspierającego doradztwo zawodowe w szkole ([www.mapakarier.org](http://www.mapakarier.org)). Mapa Karier pomaga odkrywać, lepiej poznać i porównać setki zawodów oraz przekonać się, jak wygląda droga od szkoły podstawowej do wymarzonego stanowiska. Mapa Karier to nie tylko strona internetowa, ale także działania wspierające rozwój nowoczesnego doradztwa zawodowego w Polsce. To wsparcie i źródło inspiracji dla doradców zawodowych i nauczycieli w prowadzeniu zajęć z doradztwa zawodowego i rozwoju kompetencji dzieci i młodzieży.

**Małgorzata Leszko** – edukatorka antydyskryminacyjna, animatorka społeczna, której bliskie są wartości różnorodności, równości i solidarności. Prowadziła warsztaty dla młodzieży oraz nauczycielek m.in. dla Centrum Edukacji Obywatelskiej, Muzeum POLIN, Fundacji Ocalenie, Amnesty International, Fundacji Szkoła z Klasą, Centrum Kultury Zamek w Poznaniu. Absolwentka Szkoły Trenerów Organizacji Pozarządowych STOP oraz programu edukacji o prawach człowieka John Lewis Fellowship Humanity in Action w Atlancie. Obecnie pracuje w Funduszu Feministycznym.

**Monika Prus-Głuszczka** – animatorka działań społecznych, dyplomowana coach (Collegium Civitas) i trenerka (STOP), pedagogka (Akademia Pedagogiki Specjalnej). Wspiera grupowo i indywidualnie w obszarach związanych z kompetencjami społecznymi. Autorka materiałów edukacyjnych, scenariuszy zajęć, mentorka w programach edukacyjnych („Samorządy mają moc”, „Program wspierania wolontariatu szkolnego – OCH”, „Oby Młodzież”). Od 10 lat pracuje w Centrum Edukacji Obywatelskiej, zajmuje się programami skoncentrowanymi na doskonaleniu pracy nauczycieli i dyrektorów szkół („Szkoła Ucząca Się”, „Studia Podyplomowe Liderów Oświaty”) oraz angażowaniu uczniów w działania społeczności szkolnej i lokalnej („Oby Młodzież”, „Szkoła Demokracji”).

**Magdalena Rodzinka** – Nauczycielka przedmiotów przyrodniczych. Przeszła przez wszystkie typy placówek oświatowych, w tym polonijne, socjoterapeutyczne, wielokulturowe. Autorka wielu projektów edukacyjnych dla dzieci i młodzieży, w tym włączających również w działania lokalną społeczność, migrantów ekonomicznych i uchodźców. Nominowana do nagrody im. I. Senderowej. Obecnie nauczycielka geografii i Human Science w najstarszej szkole europejskiej w Luksemburgu.

**Jagoda Sikora** – psychologka dziecięca w trakcie specjalizacji z psychologii klinicznej dzieci i młodzieży oraz doktor psychologii. Ukończyła dwa poziomy szkolenia certyfikacyjnego z podejścia Self-Reg (metody samoregulacji), studium terapii dzieci i młodzieży oraz kurs podstawowy podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach TSR. Wspiera dzieci i rodziców w radzeniu sobie ze stresem.

**Michał Tragarz** – socjolog, szef Działu Aktywności Społecznej w Fundacji Centrum Edukacji Obywatelskiej. Od 2008 roku w CEO zajmuje się programami wspierającymi samorządność uczniowską i szkolną demokrację ([Szkoła Demokracji](#)), koordynował również projekty realizowane przez CEO w Gruzji (również dotyczące wspierania szkolnej demokracji) oraz Sejm Dzieci i Młodzieży w latach 2010-2015. Autor lub współautor materiałów edukacyjnych, scenariuszy zajęć i poradników (m.in. *Szkoła demokracji. Praktyczny poradnik o współdecydowaniu w szkole; Samorząd uczniowski – poradnik dla opiekuna; Wybory do władz samorządu uczniowskiego*). Wspiera działania profekwencyjne w takich programach CEO jak [latarnikwyborczy.pl](#) czy Młodzi Głosują. Najbardziej jednak lubi bezpośrednią pracę z uczniami i nauczycielami podczas różnego rodzaju treningów, warsztatów lub letnich szkół.

**Maciej Wojdyna** – z pierwszego wykształcenia pedagog szkolny i filolog polski; od ponad dekady zajmuje się edukacją i rozwojem osobistym dzieci, młodzieży i dorosłych. Autor warsztatów z zakresu komunikacji i rozpoznawania emocji. Absolwent szkolenia dla mentorów Szkoły Dobrej Edukacji, szkolenia dla tutorów prowadzonego przez Instytut Tutoringu Szkolnego oraz dwuletniego studium psychoterapii zorientowanej na proces w Instytucie Psychologii Procesu.

**Eweryst Zaremba** – aktywista społeczny, działacz feministyczny i kłirowy. Członek kolektywu trenerskiego SPINA, zajmującego się wspieraniem grup oddolnych w procesach grupowych, trener w centrum Ulex, nastawionym na wspieranie rozwoju zrównoważonego i silnego ruchu na rzecz zmiany społecznej i ekologicznej. Zajmuje się szeroko pojętą pracą z ciałem, jako metodą rozpoznawania i rozbijania zinternalizowanych opresji społecznych.

**Judyta Ziętkowska** – socjolożka (Uniwersytet Warszawski) i absolwentka kursu trenerskiego Szkoły Trenerskiej Organizacji Pozarządowych (STOP). Od 2010 roku w Centrum Edukacji Obywatelskiej zajmuje się programami wzmacniającymi aktywność lokalną młodych ludzi („Młody Obywatel”, „Młodzi w akcji”, „Działasz.pl”) i podnoszącymi świadomość wyborczą („Młodzi głosują”, „Latarnik wyborczy”). Autorka i współautorka kursów internetowych, scenariuszy zajęć i publikacji (w tym o prowadzeniu procesu grupowego w zespole uczniowskim).

„Wychowanie to podstawa” – materiały dla nauczycieli i nauczycielek

ISBN 978-83-66150-82-9

#### **Autorki i autorzy:**

Beata Badziukiewicz, Bernadetta Białek, Dominika Cieślikowska,  
Greta Drożdziel-Papuga, Katarzyna Dzieciołowska, Karolina Giedrys-  
Majkut, Julia Godorowska, Ewelina Gorczyca, Tomasz Gromadka,  
Agnieszka Jarmuł, Anna Kawalska, Emilia Kędziorek, Urszula  
Leszczyńska, Małgorzata Leszko, Monika Prus-Głaszczka, Magdalena  
Rodzinka, Jagoda Sikora, Michał Tragarz, Maciej Wojdyna, Ewaryst  
Zaremba, Judyta Ziętkowska

#### **Współpraca nad koncepcją publikacji:**

Magdalena Fac-Skhirtladze, Karolina Giedrys-Majkut, Julia  
Godorowska, Ewelina Gorczyca, Katarzyna Grubek, Emilia Kędziorek,  
Iwona Kluge, Elżbieta Krawczyk, Monika Prus-Głaszczka, Janina  
Stojak, Sylwia Żmijewska-Kwiręg

#### **Redakcja merytoryczna:**

Katarzyna Grubek, Emilia Kędziorek (całość publikacji)  
Karolina Giedrys-Majkut (rozdział 1)  
Emilia Kędziorek (rozdział 2)  
Ewelina Gorczyca (rozdział 3)  
Monika Prus-Głaszczka (rozdział 4)  
Judyta Ziętkowska (rozdział 5)  
Julia Godorowska (rozdział 6)

#### **Redakcja językowa i korekta:**

Katarzyna Grubek, Emilia Kędziorek

#### **Wydawca:**

Fundacja Centrum Edukacji Obywatelskiej  
ul. Noakowskiego 10, 00-666 Warszawa  
[www.ceo.org.pl](http://www.ceo.org.pl)

#### **Projekt graficzny i skład:**

 RZECZYOBRAZKOWE





**Centrum Edukacji Obywatelskiej** to największa edukacyjna organizacja pozarządowa w Polsce. Przy jej wsparciu nauczycielki i nauczyciele wprowadzają do szkoły metody nauczania i tematy, dzięki którym uczennice i uczniowie angażują się w swoją edukację i lepiej radzą sobie z wyzwaniami współczesnego świata. Prowadzimy programy, które rozwijają wiarę we własne możliwości, otwartość oraz krytyczne myślenie, uczą współpracy i odpowiedzialności, zachęcają do zaangażowania w życie publiczne i działania na rzecz innych. Proponowane rozwiązania opieramy na ponad 27-letnim doświadczeniu, wiedzy eksperckiej i współpracy z praktykami. Z naszego wsparcia korzysta około 40 tysięcy nauczycieli, nauczycielek oraz dyrektorów i dyrektorek z prawie 10 000 szkół z całej Polski.