

Relacje Inspiracje Nauczyciele

o relacjach w edukacji

Rok Relacji 2019

Koncepcja: Marta Rosińska

Skład i oprawa wizualna: Hanna Wąż

Korekta językowa: dr Grzegorz Śpiewak



#rokrelacji

Część 1: ARTYKUŁY

Moc relacji w edukacji, dr Marta Kotarba

Nie ma edukacji bez relacji, dr Aneta Ratajek

Metodologia FRIS® Style Myślenia, Agnieszka Saramowicz-Garstecka

Czy nowe technologie niszczą reakcje?, Beata Chojnowska-Gąsiorek

Nauczyciel kontra rzeczywistość?, Paweł Pietrzak, dr Joanna Femiak

Część 2: SCENARIUSZE LEKCJI

Dobrostan, Małgorzata Buszman

Scenariusz zajęć o charakterze wychowawczym, Ewa Bielik, Izabella Radziuk-Śliwińska

Subiektywne dobro i zło, Katarzyna Góralczyk

Ogród duszy, Katarzyna Góralczyk

Grupowa parasolka, Katarzyna Góralczyk

Czy plotka może zranić?, Anna Leszczyńska

Wychodzimy z etyką na korytarze, Anna Leszczyńska

Ucieczka do wolności, Anna Leszczyńska

A friend in need is a friend indeed, Izabela Łukaszewska

Czasem przyjemne, czasem mniej, ale zawsze potrzebne – nasze emocje,

klasy 4-6, Anna Nakonieczna-Wiącek

Nazywamy emocje, klasy 1-3, Marta Rudzka

Potrafię być dobry dla innych, będę dobry dla siebie, Teresa Szpadzińska

Spis treści



Wstęp

W imieniu organizatorów akcji społecznej Rok Relacji w Edukacji pragnę bardzo serdecznie zaprosić Państwa do lektury niniejszej publikacji. Powstała ona w wyniku współpracy i ogromnego zaangażowania osób, którym budowanie relacji w edukacji jest bliskie.

Dla przypomnienia, akcja Rok Relacji w Edukacji ma na celu aktywne promowanie idei dobrych relacji w naszych szkołach jak i skutecznej współpracy na linii nauczyciel-uczeń, uczeń- uczeń, nauczyciel-rodzice oraz nauczyciel-dyrektor szkoły.

Dobre relacje oparte na zaufaniu, wzajemnej wymianie zdań, empatii oraz tworzeniu środowiska przyjaznego uczniom, nauczycielom i rodzicom to, jak wiadomo, podstawa procesu edukacyjnego i zadowolenia z pracy w przypadku nauczyciela. To z dobrych relacji rodzi się prawdziwa motywacja i chęć do nauki czy wspólnego działania na rzecz szkoły.

Akcja wpisuje się w nowoczesne potrzeby polskich szkół, potrzeby, które wykraczają poza nauczanie przedmiotowe. Chodzi o pracę nad stworzeniem tzw. społecznego kapitału szkoły, którego powstanie jest możliwe tylko i wyłącznie wtedy, kiedy dbamy o to, jak traktujemy siebie nawzajem, kiedy wiemy, w jaki sposób się komunikować i dzielić



pomysłami na ulepszanie szkolnej rzeczywistości. Nie chodzi tylko i wyłącznie o organizowanie wspólnych imprez integracyjnych, ale o rzeczywiste działania na rzecz skutecznej komunikacji pomiędzy wszystkimi zainteresowanymi. Społeczny kapitał szkoły jest także podstawą do zdobywania kompetencji społecznych i obywatelskich, co stanowi priorytet we współczesnej edukacji.

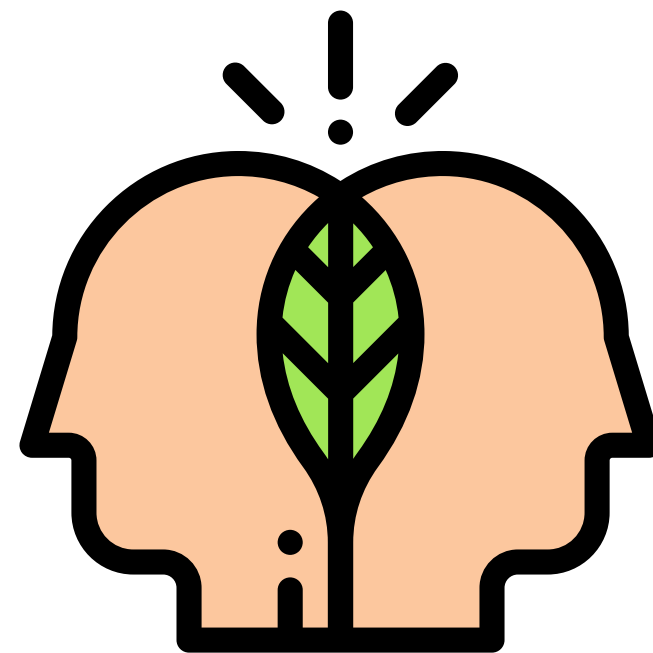
Rok Relacji to również czas refleksji nad potrzebami nauczyciela, od którego wymaga się coraz więcej. Chcemy przeprowadzić szkolenia na temat tego, jak radzić sobie np. z wypaleniem zawodowym, jak pracować z trudnym uczniem oraz skąd czerpać inspiracje do wykonywania tego pięknego, ale jakże wymagającego zawodu.

Ta inicjatywa również wynika z polityki oświatowej państwa na rok 2018/ 2019, która zakłada pracę nad samodzielnością i aktywnością ucznia oraz współpracę ze środowiskiem lokalnym na rzecz wzajemnego rozwoju. Rozwój taki bez zapewnienia relacji jest bardzo trudny lub wręcz niemożliwy.

Akcja wspierana jest przez ponad 80 Ambasadorów Roku Relacji, którymi są nauczyciele, metodycy, psychologowie, pedagodzy i dyrektorzy szkół w całej Polsce. Wielu z nich jest autorami materiałów zawartych w poniższej publikacji, za co z całego serca dziękujemy.

Znajdą tu Państwo zarówno inspirujące artykuły jak i praktyczne scenariusze lekcji promujące budowanie relacji w klasie. Mam nadzieję, że nasza publikacja będzie to dla Państwa ciekawą i przydatną lekturą.

Marta Rosińska
Inicjatorka Akcji Rok Relacji w Edukacji



Artykuły



Moc relacji w edukacji

dr Marta Kotarba
psychoterapeuta, pedagog, nauczyciel

Niniejsza publikacja, która powstała w ramach akcji Rok Relacji, stanowi ważny sygnał, płynący bezpośrednio ze środowiska zaangażowanych nauczycieli, którzy wskazują na potrzebę zrewidowania współczesnej edukacji. Jest to temat ważny i bliski mi z kilku powodów. Od wielu lat pracuję jako nauczyciel, próbując wdrażać w praktyce nowatorskie metody pracy, które nastawione są na – jak to ujął J. Bruner – budowanie wspólnoty uczących się. Doświadczam w tym sukcesów, jak również porażek. Ciągłe się uczyć. Moi uczniowie i ich rodzice, studenci, kursanci, nie przestają mnie zadziwiać. Przeżywam zarówno pozytywne, jak i negatywne zaskoczenia. Czasem bywam zniechęcona, przytłaczają mnie warunki formalne edukacji, zmiany w przepisach prawa oświatowego, co do których mam mieszane uczucia, presja czasu, konieczność sumującej oceny postępów uczniów, której przeprowadzać nie lubię i z którą wiąże niską motywację wewnętrzną u uczących się... Jednakże w tym zawodzie jest coś szczególnego, co nie pozwala mi go porzucić. Pomimo że pięć lat temu uzupełniłam wykształcenie o studia psychoterapeutyczne – i prowadzę prywatną praktykę psychoterapii analitycznej – nadal nauczam zarówno w szkole wyższej, jak i podstawowej. Pełnię więc w swoim życiu zawodowym różne role, które jednak łączy pewien wspólny mianownik. Bycie wykładowcą, nauczycielem czy psychoterapeutą wiąże się z doświadczaniem relacji i mocy, która z nich płynie.

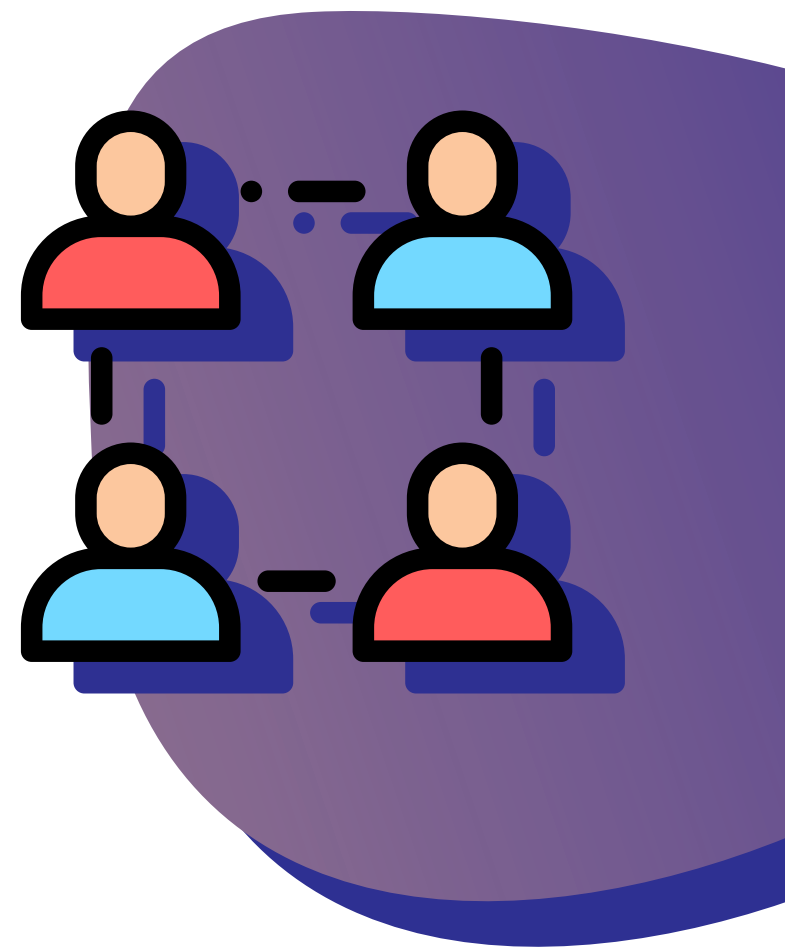


Pierwsza myśl, która przyszła mi do głowy, gdy zostałam zaproszona do przygotowania wstępu do tej publikacji, dotyczyła faktu, że C. G. Jung zauważał, że relacja mistrz-uczeń jest archetypowa. Archetyp w koncepcji Junga nie jest w żaden sposób określony treściowo, można go więc opisać jako preegzystującą formę. Stanowi tym samym formalną możliwość przejawienia się pewnej dyspozycji psychicznej. Cechą konstytutywną archetypu jest jego potencjalność, określenie co do formy. Zyskuje on treść tylko wtedy, gdy wypełnia go materiał naszego świadomego doświadczenia. Archetyp niejako nadaje kształt temu, co przejawia się na poziomie świadomości. Jest więc pewną tendencją do formowania się różnych przedstawień. Jung zwracając uwagę, że NAUCZYCIEL i UCZEŃ to role, które mają archetypowy charakter, pokazuje, że choć konkretni nauczyciele oraz uczniowie wypełniają je określonymi treściami, to relacja ta jest odwieczna.

Relacja nauczyciel-uczeń jest tak mocno wpleciona w namysł nad tym, co to znaczy być człowiekiem, że chyba nie jest możliwe wyobrazić sobie relacji międzyludzkich bez tego aspektu. Proces nauczania-uczenia się jest od wieków wpisany w każdą kulturę, towarzyszą mu różne etapy, wprowadzanie kolejnych pokoleń w świat określonych wartości i znaczeń.

Potężne archetypowe znaczenie edukacji przejawia się w centralności archetypów Starego Mędrca i Mądrej Wiedźmy, które zajmują szczególne miejsce w koncepcji Junga (1967, 390-391). Mądry Stary Mężczyzna i Mądra Stara Kobieta pojawiają się w wielu mitach, religiach i marzenia sennych, często w relacji z młodym bohaterem czy bohaterką, którzy zaangażowani są w niebezpieczną podróż, aby wykonać wielkie, ale trudne zadanie. To symboliczne ujęcie położenia każdego z nas. Wszyscy potrzebujemy w naszym życiu nauczycieli, przewodników, doradców. Wszyscy też w toku naszego życia przyjmujemy te role względem osób szukających wsparcia, pomocy czy rady.

Biorąc pod uwagę pogląd Junga na edukację jako z natury archetypowe zjawisko, wykorzystujące **moc relacji tego, który wie – z tym, który doświadcza**, nie dziwi fakt, że





sprzeciwiał się on technicznemu podejściu do nauczania. Jego zdaniem ekstremalny intelektualizm jest niczym więcej niż sumą wszystkich uprzedzeń i krótkowzrocznych poglądów danej osoby (1959, 13). Jung rozumiał, że w procesie kształcenia funkcjonują odgórnie sformułowane cele i przyjęte procedury ich osiągnięcia. Jednak – jego zdaniem – muszą one być drugorzędne w stosunku do głównego celu, jakim jest **pogłębianie u ucznia samopoznania oraz wspieranie jego rozwoju moralnego**.

Nauczyciel w takim ujęciu przestaje być biernym realizatorem odgórnych wytycznych, a staje kimś na kształt promotora zdrowia psychicznego i fizycznego zarówno na poziomie indywidualnym, jak i zbiorowym. Wspieranie dzieci w rozwijaniu osobowości wydaje się być ważne dla rodziców, nauczycieli, a nawet całego systemu oświaty. Ale czy faktycznie jest to obszar, który interesuje chociażby twórców podstaw programowych czy zmian legislacyjnych? Teoretycznie, od początku kształtowania się nowoczesnej psychologii rozwojowej, pedagogzy próbowali zastosować wyniki badań psychologicznych w pracy dydaktyczno-wychowawczej. Sama idea programu nauczania, dostosowanego do potrzeb rozwojowych dzieci, stanowi próbę kształtowania pedagogiki wokół możliwości psychofizycznych uczniów w danym wieku. Jednak czy to wystarczy?

Czy naprawdę w edukacji chodzi o to, co i jak zrobimy z dziećmi, jakie zastosujemy procedury czy schematy, jak przygotujemy młodzież do kolejnych egzaminów? D. Whitmore odpowiedział na to pytanie następująco: Nie chodzi o to, co robimy z dziećmi. Chodzi o to, kim jesteśmy. Żadna najdoskonalsza metoda nauczania nie będzie wystarczająca, jeśli my – sami ze sobą – nie jesteśmy „w domu”. Wszyscy jesteśmy uczniami, wszyscy się uczymy. Nauczyciel tylko wtedy może nauczać, jeśli potrafi również zakwestionować samego siebie. Rozwiązanie problemu nie polega na lepiej dostosowanych klasach szkolnych, ich wyposażeniu, systemie podziału na grupy, nowych technikach i metodach, choć one też mają swój wpływ. Rozwiązanie to leży w tobie. (1994, s. 17).



Często powtarzam moim studentom, że **nauczyciel pracuje swoją osobowością**. To, co pierwsze wnosi do klasy szkolnej to... on sam. Jego sposób widzenia świata będzie wyznaczał sposób postrzegania uczniów, a jego sposób radzenia sobie z trudnościami będzie dominował w relacji z nimi. Jung pisał, że nauczyciel powinien obserwować swój własny stan psychiczny, aby mógł dostrzec źródło kłopotów, gdy cokolwiek dzieje się z dziećmi powierzonymi jego opiece (1954, 120). Warto w tym miejscu jako ciekawostkę wspomnieć, że A. Aichhorn (1965) – psychiatra, zajmujący się okresem dojrzewania – twierdził, że każdy nauczyciel powinien znać przynajmniej podstawy psychoanalizy, aby mógł je zastosować w swojej codziennej pracy z grupą uczniów. M. Naumburg, założycielka ruchu Walden School, poprosiła swoich nauczycieli, aby poddali się psychoanalizie, żeby mogli rozpoznawać i odpowiednio reagować na psychoseksualne dylematy swoich uczniów (Cremin 1964).

W badaniach, dotyczących wyobrażeń nauczycieli na temat natury ich pracy, powraca obraz nauczyciela jako terapeuty, pochylającego się nad uczniem oraz jego rodziną (Mayes 2001). Jung twierdził, że o ile psychoanalityk indywidualnie bada każdy przypadek, próbując wniknąć w świat przeżyć pacjenta; nauczyciel powinien spróbować indywidualnie dostrzec każdego ucznia, aby lepiej go zrozumieć (1954, 93). Dlatego też zdaniem Junga jest wskazane, aby wychowawca, który chce naprawdę zrozumieć mentalność swoich uczniów, zwrócił uwagę na ustalenia psychologii analitycznej (1954, 68). Jednakże Jung dodał zastrzeżenie, że pogłębiona wiedza psychologiczna nauczyciela nie powinna, jak niestety zdarza się czasami, być rozładowywana bezpośrednio w kontakcie z dzieckiem; raczej powinna pomóc nauczycielowi przyjąć postawę zrozumienia dla życia psychicznego ucznia (1954, 51). W namyśle nad relacjami w edukacji warto podkreślić, że istotna jest tzw. refleksyjność nauczyciela (Bullough 1991; Mayes 1999). Refleksyjny nauczyciel bada i poddaje krytycznemu spojrzeniu samego siebie oraz swoją własną praktykę, aby sprawdzić, czy jest tak wrażliwy i sprawiedliwy wobec wszystkich swoich uczniów, jak tylko może, lub czy ma nierozwiązane problemy, które wchodzą mu



w drogę podczas kontaktu z dziećmi.

Niniejsza publikacja ma szczególny charakter, ponieważ włączyli się w jej tworzenie nauczyciele, którzy chcą być blisko ucznia, chcą go poznać i zobaczyć w bezpośrednim kontakcie, a nie spoza różnorodnych map rozwojowych czy wytycznych programowych. To publikacja pisana przez nauczycieli dla nauczycieli na ważne tematy: relacji w edukacji, wzajemnej komunikacji, rozumienia uczniów i przeżywanych przez nich trudności, próby osadzenia procesu kształcenia na wartościach wykraczających poza schemat, program i zoperacjonalizowane wytyczne. To ogromny zasób systemu oświaty, że nauczyciele chcą pracować w relacji i na relacji z dziećmi, pragną je rozumieć, wpierać proces budowania wzajemnych więzi i odpowiednio reagować na pojawiające się trudności. Zachęcam więc do lektury, otwarcia się na nowe sposoby patrzenia na proces kształcenia, ucznia oraz... samego siebie. Spójrzmy na własne emocje, nastroje i uczucia, aby lepiej zrozumieć świat przeżyć drugiego człowieka, w tym naszego ucznia.

Literatura cytowana:

- Aichhorn A. (1965) *Wayward youth: A psychoanalytic study of delinquent children, illustrated by actual case histories*. New York: Viking Press.
- Bullough, R. (1991) Exploring personal teaching metaphors in preservice teacher education. "Journal of Teacher Education" 42(1): 43-51.
- Cremin L. (1964) *The transformation of the school: Progressivism in American education, 1876-1957*. New York: Vintage Press.
- Jung C. (1954) *The development of personality: Collected works, vol. 17*. R. F. C. Hull, trans. Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Jung C. (1959) *The archetypes of the collective unconscious: Collected works, vol. 9.1*. R. F. C. Hull, trans. Bollingen Series XX. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Jung C. (1967) *Symbols of transformation: Collected works, vol. 5*. R. F. C. Hull, trans. Bollingen Series XX. Princeton, New Jersey: Princeton University Press.
- Mayes C. (1999) Reflecting on the archetypes of teaching. "Teaching Education" 10(2): 3-16.
- Mayes C. (2001) Cultivating spiritual reflectivity in teachers. "Teacher Education Quarterly" 28(2): 5-22.
- Whitmore D. (1994) *Radość uczenia się. Zastosowanie psychohossyntezy w wychowaniu*. Warszawa: Wydawnictwo MEDIUM.



Nie ma edukacji bez relacji

*czyli wprowadzenie do dyskusji i refleksji pedagogicznej
w ramach Projektu Rok Relacji w Edukacji 2018/2019¹⁾*

dr Aneta Ratajek - pedagog i terapeuta, Wyższa Szkoła Humanistyczno-Ekonomiczna w Brzegu

Jesteśmy gatunkiem, którego przetrwanie uzależnione jest od budowania relacji. Od pierwszych chwil życia człowiek przygotowany jest do nawiązywania relacji, które pozwalają mu przeżyć, a tworzenie więzi jest podstawowym zadaniem rozwojowym, w obliczu którego staje. Dziecko ludzkie jest jednym z najbardziej bezradnych i niedojrzałych ssaków na naszej planecie. Na bardzo instynktownym poziomie wie ono, że poradzi sobie w świecie wyłącznie wtedy, gdy zdobędzie opiekuna. W związku z tym jego być albo nie być, nastawione jest na pierwszą misję: „zjednać sobie swoich opiekunów”, którzy nie tylko są źródłem zaspokojenia elementarnych potrzeb, ale są także tymi, od których można nauczyć się, w jaki sposób funkcjonować w zastanej rzeczywistości, oraz których można poznać i pokochać. Wiąż gwarantuje, że dorosły będzie się opiekował dzieckiem, toteż do jej nawiązania i budowania, malutki człowiek dysponuje bardzo potężnym orężem, jego składowe to: śmiech, uśmiech, spojrzenie w oczy i pierwsze, fundamentalne narzędzie komunikacji – płacz, którego różnorodność i skala zaskakuje niemal każdego, kto debiutuje w roli rodzica. Wiąż pomaga także pokonać kolejne wyzwania rozwojowe, przed którymi staje dziecko. Jesteśmy tak skonstruowani, że do życia i rozwoju potrzebujemy w pierwszej kolejności dobrych

*Stopień do jakiego mogę
stworzyć relację,
która wspiera wzrost innych
jako oddzielnych jednostek,
jest miarą wzrostu, jaki
uzyskałem w sobie.*

Carl Rogers





i bezpiecznych relacji społecznych.²⁾

Artystoteles jako pierwszy stworzył fundamenty psychologii społecznej i zasady społecznego oddziaływania, podkreślając, że: „Każdy, kto albo nie potrafi żyć w wspólnocie, albo jest tak samowystarczalny, że jej nie potrzebuje, i dlatego nie uczestniczy w życiu społeczności, jest albo zwierzęciem, albo bogiem”.³⁾ Współczesna wiedza neurobiologiczna, pozwala stwierdzić, że mózg człowieka nastawiony jest na relacje. Co więcej, do tego by mógł się skutecznie uczyć, potrzebuje pozytywnego sprzężenia zwrotnego, pozytywnego sygnału zewnętrznego – mózg „lubi być chwalony”. Tłumaczy to między innymi, dlaczego nie ma przesadny w stwierdzeniu, że jest on uzależniony od pozytywnych relacji międzyludzkich.

Neurolog i psychiatra, profesor Joachim Bauer, podkreśla, że mózg ludzki, zwłaszcza mózg dzieci i młodych ludzi, przetwarza bodźce z obszaru relacji w reakcje neurobiologiczne. Powodują one wyzwalenie wyspecjalizowanych substancji, mających wpływ na funkcjonowanie: bycie dostrzeganym i docenianym. Wsparcie społeczne i doświadczanie wspólnoty skłaniają sieci neuronalne systemu motywacyjnego do produkcji dopaminy (wspomagającej energię psychiczną), endogennych opioidów (które zapewniają dobre samopoczucie) i oksytocyny (hormonu wspierającego generowanie zaufania i gotowość współpracy).⁴⁾ Jeśli tę wiedzę na temat relacji międzyludzkich dodatkowo połączymy z właściwościami mechanizmów motywacyjnych ludzkiego mózgu, otrzymamy prosty wniosek: nie ma skutecznej nauki i edukacji bez pozytywnych relacji poszczególnych jej składników i podmiotów. Dla procesu uczenia ważne jest to, że uczymy się zawsze, kiedy doświadczamy czegoś pozytywnego, to jeden z podstawowych mechanizmów, warunkujących uczenie się przeróżnych rzeczy.⁵⁾ Podkreślić należy, że dla człowieka pozytywne doświadczenia wiążą się z pozytywnymi kontaktami społecznymi. Człowiek od zawsze uczy się we wspólnocie, wspólna aktywność jest niezwykle silnym wzmacniaczem. Motywacja w procesie

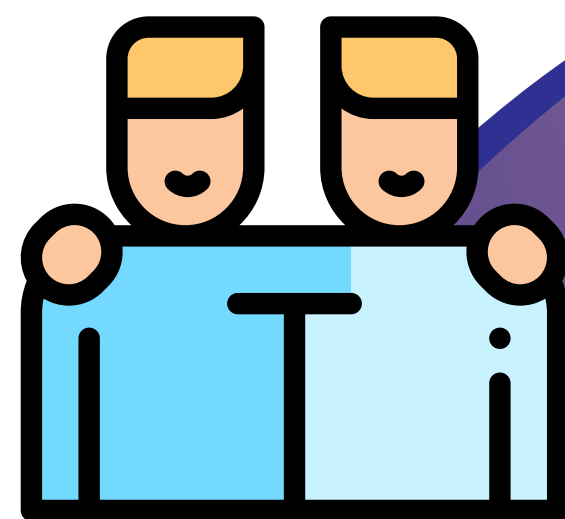


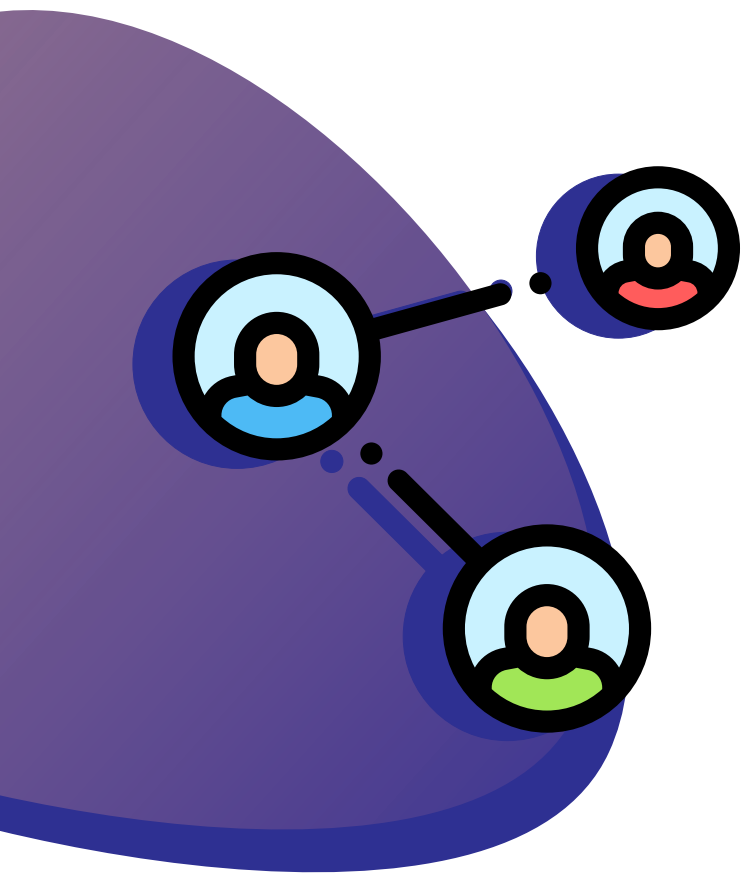
uczenia się wiąże się także z mózgowym układem nagrody. Niezwykle ciekawym mechanizmem odkrytym przez neurologów i psychologów, jest aktywizujący mózgowy system nagrody: wpływ przyjaznego spojrzenia i miłego słowa, które okazują się bardzo silnymi czynnikami motywującymi procesu uczenia się.⁶⁾

Warto w tym miejscu odwołać się także do koncepcji neuronów lustrzanych, czyli grupy komórek nerwowych, które uaktywniają się podczas wykonywania pewnej czynności lub obserwowania jej u innych osobników. Joachim Bauer podkreśla ogromną ich rolę w procesie uczenia się: "Neurony lustrzane symulują lub imitują w naszym mózgu obraz lustrzany wewnętrznych procesów, które dzieją się u innych osób, przy założeniu, że osoby te znajdują się w obszarze naszych pięciu zmysłów. Gdy widzimy osobę wykonującą jakąś czynność, obserwacja tego działania uaktywni w naszym mózgu neurony, które zaktywizowałyby się również wtedy, gdybyśmy sami wykonywali tę czynność."⁷⁾ Bardzo istotną rolę należy także przypisać towarzyszącym tym procesom emocjom, które J. Bauer traktuje jako swoiste jądro relacji pedagogicznych. Nauczyciel, który przekazując wiedzę, promieniuje przy tym swoją osobowością, zachwyca intelektem, emanuje przy tym zrozumieniem i szacunkiem, pobudza w mózgach uczniów aktywność tych samych grup neuronów, które byłyby pobudzone w czasie wykonywania tej czynności przez nich (wspomniane neurony lustrzane – przyp. AR).⁸⁾

Wędrując po drogach neuronalnych w mózgu, dochodzimy do osoby nauczyciela i jego potężnej roli w procesie nauczania w szkole. Profesor Manfred Spitzer, autor fascynującej książki „Jak uczy się mózg”, stwierdza: „Osoba nauczyciela jest najważniejszym środkiem przekazu!”⁹⁾ Nie tablica, tradycyjna czy interaktywna, nie prezentacja w PowerPointcie, ale zafascynowany przedmiotem nauczyciel, który – wracając do mechanizmów motywacji – od czasu do czasu pochwali i czasem rzuci w stronę uczniów przyjazne spojrzenie, sprawi, że układ nagrody będzie w sprawnie działał, a przez to, uczenie się będzie efektywne.

Wszędzie tam, gdzie współpracują osoby nauczające i uczące się, rodzą się kontakty





międzyludzkie. Z punktu widzenia neurobiologii, powstania międzyludzkich relacji między nauczającymi i uczącymi się nie da się uniknąć (unikając ich też stworzymy relację), stanowi ono również szansę znalezienia dostępu do motywacji osób uczących się. Jest jednocześnie istotne również to, że relacja pedagogiczna zawiera w sobie nie tylko szansę, ale niesie też niebezpieczeństwa. W paradygmat psychoterapii od dawna wpisuje się założenie (które w pedagogice musi się upowszechnić), zgodnie z którym to nie technika jest najważniejsza, ale to, czy terapeuta i klient się ze sobą „dogadują”. Jeżeli tak jest, terapia postępuje, jeśli nie – nie dochodzi do przyswojenia nowych treści, nowego nastawienia, nie zachodzi zdrowienie, terapia nie jest skuteczna.¹⁰⁾

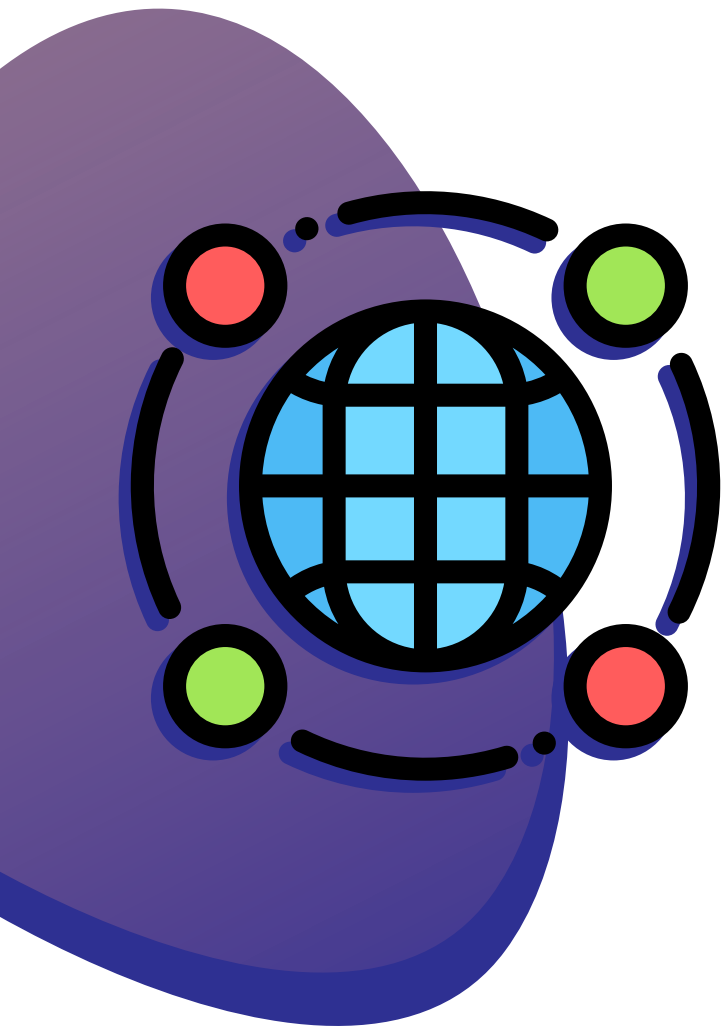
Relacja pedagogiczna ma wiele wymiarów, stanowi złożony konstrukt, system, który możemy rozpatrywać w różnych perspektywach. Jej podstawowy obszar dotyczy **relacji uczeń-nauczyciel**, ale jasnym jest przecież, że ten układ interpersonalny nie funkcjonuje w próżni. Jest uwikłany w swoistą sieć znacznie szerszych oddziaływań.

Można stwierdzić, że uczniowie postrzegają zachowanie nauczycieli w dwóch wymiarach.¹¹⁾ Po pierwsze, znaczenie ma umiejętność stworzenia właściwego klimatu na lekcjach oraz umiejętność prowadzenia przystępnych zajęć. Po drugie, bardzo istotne są kwestie nawiązywania relacji z młodzieżą, okazywanego zainteresowania, udzielanego wsparcia, możliwości kontaktu dotyczącego czegoś więcej niż temat lekcji i praca domowa. Oceniając nauczycieli, uczniowie koncentrują się przede wszystkim na miękkich umiejętnościach i tworzonych relacjach – tych dotyczących procesu dydaktycznego i tych wynikających z założenia, że szkoła jest czymś więcej, niż tylko miejscem przekazywania wiedzy. Uczniowie pozytywnie reagują na możliwość rozmowy z nauczycielami na tematy pozaszkolne, doceniają, gdy nauczyciel żartuje się z nimi, potrafi się śmiać i okazywać młodzieży sympatię. Nie krzyczy, nie okazuje zdenerwowania, a wręcz przeciwnie – sam potrafi rozładować napiętą atmosferę w klasie.¹²⁾ Można stwierdzić, że uczniowie potrzebują przyjaznych, opartych na wzajemnym zaufaniu relacji z nauczycielami.



Proces budowania relacji szkolnych z perspektywy nauczyciela jest złożony. Każdy uczeń jest zupełnie innym wyzwaniem, ze względu na wewnętrzną konstelację własnych cech, temperamentu, osobowości i wynikającego z nich zachowania. Posiada inny potencjał możliwości, ale także inny zestaw trudności, które mogą pojawić się w jego funkcjonowaniu szkolnym. Każdy uczeń stwarza szansę nauczycielskiego sukcesu, ale z pewnością budowanie jednych relacji będzie łatwiejsze od innych, a to także nie jest w każdym przypadku jednoznaczne. Wystarczy wskazać szeroki wachlarz różnorodności wynikających ze specjalnych potrzeb edukacyjnych uczniów i ich złożonego charakteru. Dla niektórych nauczycieli uczeń wymagający wysoce indywidualnego podejścia, pracy na miarę jego możliwości wynikających z różnych przyczyn, będzie budującym wyzwaniem, pozwalającym wzbogacać mistrzostwo pedagogiczne. Dla innego nauczyciela będzie to znacznie większe wyzwanie. Część nauczycieli odnajdzie się szybciej w pracy z uczniem z trudnościami w nauce i zaburzeniami procesu uczenia się, część będzie lepiej współpracować z uczniem zdolnym, jeszcze inny nauczyciel skutecznie poprowadzi ucznia z szeroko rozumianymi zaburzeniami zachowania, ale nie istnieje jeden pedagog, który w równym stopniu będzie układać pozytywną, budującą relację z każdym uczniem. Specyfika biopsychiczna ucznia to jeden wymiar, który ma wpływ na relację z nauczycielem. Kolejne jego oblicze to czynniki środowiskowe, które w znacznym stopniu modelują jakość relacji. Uczeń funkcjonuje m.in. w środowisku rodzinnym, które ma nierozzerwalny związek z tym, jak realizuje on swoje szkolne zadania i jak buduje relacje. Każdy uczeń jest modelowany przez inny rodzaj wpływów rodzicielskich, funkcjonuje w innych warunkach, inne są jego relacje w rodzinie. Echo tych wpływów obserwujemy w reakcjach, zachowaniach i postawach uczniów. Do katalogu szkolnych relacji przyłącza się także kolejny podmiot – rodzic, z którym nauczyciel także nawiązuje dialog, buduje komunikację, tworzy relację. Ponownie ich jakość, dynamika, uzależniona jest od bardzo wielu czynników, otwierając kolejny rozdział wyzwań i problemów. A to nie jest przecież koniec, nauczyciel funkcjonuje w społeczności szkolnej, społeczności





pedagogicznej, budować musi relacje z innymi członkami grona pedagogicznego, z dyrekcją szkoły. Od jakości tych układów interpersonalnych zależy niewątpliwie w ogromnym stopniu jakość jego pracy. Sieć tę należy rozbudować także o kolejny ważny obszar – relacji tworzonych przez uczniów między sobą, relacji rówieśniczych, którym towarzyszy kolejna amplituda emocji i wielość zjawisk, od budujących: akceptacji, przyjaźni, poprzez współzawodnictwo, rywalizację, po odrzucenie rówieśnicze, wykluczenie i przemoc, której obecnie obserwujemy niezwykle i wcześniej niespotykaną mnogość form, a poprzez nowe technologie i funkcjonowanie w wirtualnej rzeczywistości, także potężny jak nigdy wcześniej zasięg. Ten wyjątkowy system układów, dynamicznie się zmieniających i wzajemnie na siebie oddziałujących, stanowi jeden z najbardziej kluczowych problemów edukacji. Dlatego niezwykle rolę należy przypisać ogólnopolskiej kampanii Rok Relacji w Edukacji (#RR), której celem jest aktywne i praktyczne promowanie dobrych relacji w szkole. Projekt zrodził się jako odpowiedź na gorące problemy współczesnej szkoły polskiej, w której potrzeba budowania pozytywnych, podnoszących relacji, w szerokim kontekście, jest ogromna, we wszystkich strukturach, zarówno na poziomie poszczególnych jednostek tworzących szkolne społeczności, jak i w perspektywie całościowej. Pomysłodawcami i inicjatorami akcji są doświadczeni pedagodzy: Marta Rosińska i Grzegorz Śpiewak, którzy dzięki swojemu szczeremu entuzjizmowi i pasji pozyskują coraz szersze grono zaangażowanych w projekt osób (nauczycieli wszystkich etapów kształcenia, rodziców, psychologów, specjalistów wielu dziedzin) i instytucji, nie tylko szkolnych, dla których dyskusja o relacjach, i, co istotne, konstruktywne działania je ulepszające, są ważne.

Marta Rosińska stwierdza: „Akcja wpisuje się w nowoczesne potrzeby polskich szkół, potrzeby, które wykraczają poza nauczanie przedmiotowe. Chodzi o pracę nad stworzeniem tzw. społecznego kapitału szkoły, którego powstanie jest możliwe tylko i wyłącznie wtedy, kiedy dbamy o to, jak traktujemy siebie nawzajem, kiedy wiemy, w jaki sposób się komunikować i dzielić pomysłami na ulepszanie szkolnej rzeczywistości.”¹³⁾



Niniejsza publikacja wpisuje się w ideę Roku Relacji, stanowi spontaniczną, entuzjastyczną odpowiedź nauczycieli – praktyków na problemy polskiej edukacji i jest wyjątkowym potwierdzeniem na to, jak wielka jest potrzeba podjęcia dyskusji, także w przestrzeni publicznej oraz refleksji nad kwestią znaczenia relacji we współczesnej szkole.

1) Rok Relacji w Edukacji (<https://www.facebook.com/Rok-Relacji/>; #RR; #rokrelacjiweduacji) to akcja, której celem jest zwrócenie uwagi na znaczenie relacji w szkole, która angażuje nauczycieli i rodziców z pasją. Autorami pomysłu są Marta Rosińska i Grzegorz Śpiewak. Kampanii przyświeca misja, którą jest wszechstronna promocja budowania dobrych relacji w naszych szkołach oraz miejscach pracy.

2) Por. A. Stein, Dziecko z bliska. Zbuduj szczęśliwą relację, Warszawa 2012, s. 55-60.

3) E. Aronson, Człowiek istota społeczna, Warszawa 1995, s. 14.

4) http://www.budzacasieszkola.pl/wp-content/uploads/2016/11/Bauer_Bedeutung_der_BeziehungPL.pdf

5) M. Spitzer, Jak uczy się mózg, Warszawa 2011, s. 137.

6) Tamże.

7) http://www.budzacasieszkola.pl/wp-content/uploads/2016/11/Bauer_Bedeutung_der_BeziehungPL.pdf

8) Por. <https://edukator.ore.edu.pl/obudzmy-polskie-szkoly/>

9) M. Spitzer, op. Cit., s. 145.

10) Por. Nowakowska A., Przewłocka J. (2015). Szkoła oczami uczniów: relacje z nauczycielami i kolegami oraz przemoc szkolna. Warszawa: Instytut Badań Edukacyjnych, s. 17.

11) Por. Nowakowska A., Przewłocka J. (2015). Szkoła oczami uczniów: relacje z nauczycielami i kolegami oraz przemoc szkolna. Warszawa: Instytut Badań Edukacyjnych, s. 17.

12) Tamże

13) <http://www.staszic.edu.pl/rok-relacji-w-staszicu/>

Bibliografia:

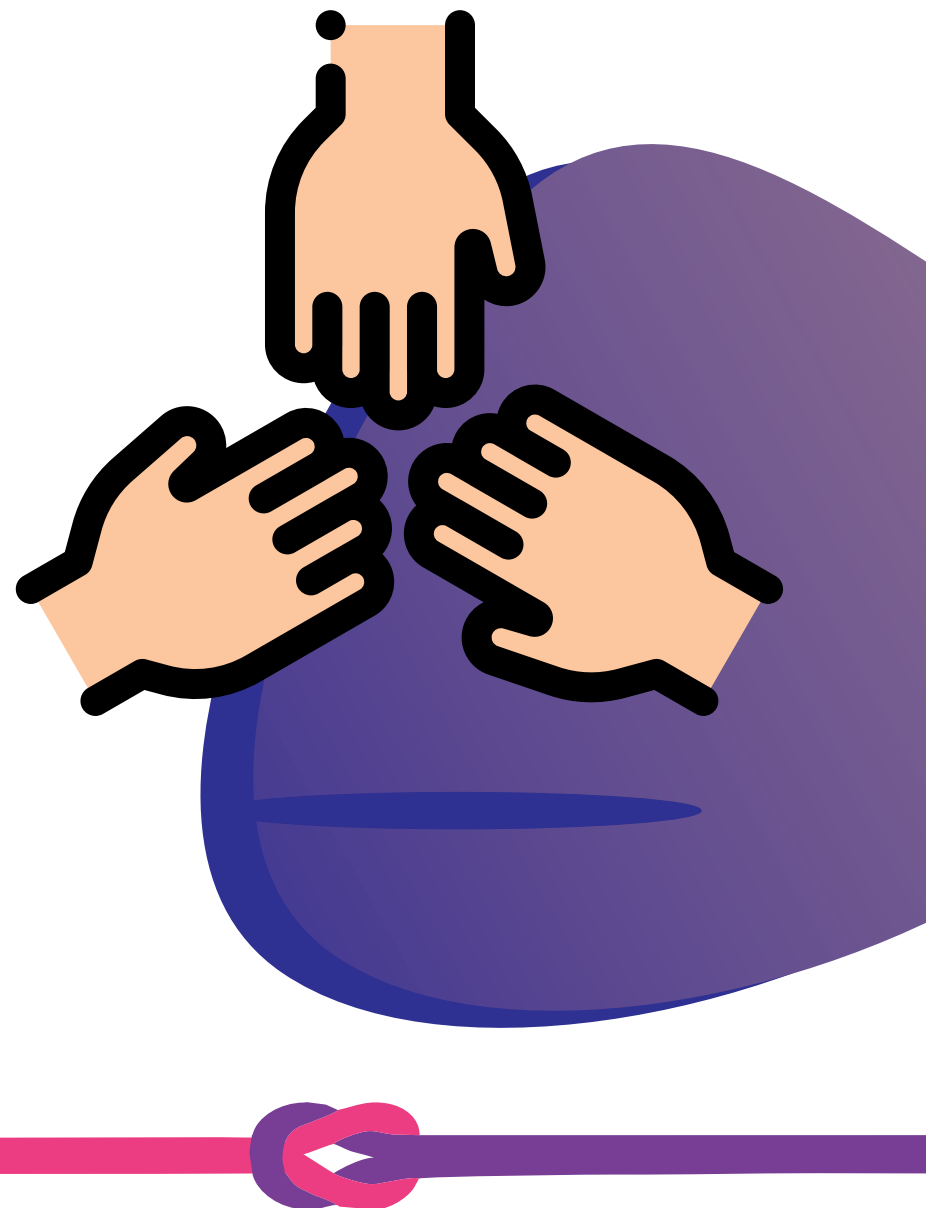
Aronson E., Człowiek istota społeczna, Warszawa 1995.

Nowakowska A., Przewłocka J. (2015). Szkoła oczami uczniów: relacje z nauczycielami i kolegami oraz przemoc szkolna. Warszawa: Instytut Badań Edukacyjnych.

Spitzer M., Jak uczy się mózg, Warszawa 2011.

Stein A., Dziecko z bliska. Zbuduj szczęśliwą relację, Warszawa 2012.

https://l.facebook.com/l.php?u=http%3A%2F%2Fwww.budzacasieszkola.pl%2Fwp-content%2Fuploads%2F2016%2F11%2FBauer_Bedeutung_der_BeziehungPL.pdf%3Ffbclid%3DIwAR1u4qSJzSsWkluwdoQmzLsZOpStWspMYbz-K3_b7YIsGzPgFB-rIS7mZfM&h=AT2myoB9VYiSnmM90N6TCrFZ1YwT9TFDofEB_HKeDloMZiAOL4Ls70U-3aJtMsE1F-mfRAvloQz0Y57PANSIJHZZJ8KDaJpKYUphhOBYudKymjJQSLc3tMffe1vONudyExVMPA



... wystarczy tylko zrozumieć siebie, poznać swój potencjał i nauczyć się go wykorzystywać... czyli...

Metodologia FRIS® Style Myślenia jako pomocne narzędzie psychometryczne w rozwoju osobistym i zawodowym nauczyciela

Agnieszka Saramowicz-Garstecka

Nauczyciel języka angielskiego, w I Liceum Ogólnokształcącym im. Mikołaja Kopernika w Toruniu

Certyfikowany Trener FRIS®

Projekt Rok Relacji w Edukacji zaznaczył na mapie polskiego szkolnictwa wiele miejsc, w których zaczęto głośno przypominać, że podstawowym elementem procesu edukacyjnego są relacje Nauczyciel-Uczeń, Uczeń-Uczeń, Nauczyciel-Rodzic i Nauczyciel-Nauczyciel. Nie od dziś wiadomo, że jakość tych relacji zależy od poziomu komunikacji i empatii. Każdy z nas jest inny i wyjątkowy w sposobie komunikowania się z otaczającym nas światem, a ta wyjątkowość jest wypadkową wielu czynników. Komunikacja to nie tylko zjawisko występujące między dwiema osobami, ponieważ obejmuje również porozumiewanie się z samym sobą, oparte na samopoznaniu i akceptacji. Poszukiwanie klucza do skutecznej komunikacji od zawsze było przedmiotem mojego zainteresowania w pracy z młodzieżą, rodzicami oraz w zespole nauczycielskim. Zadawałam sobie wielokrotnie pytanie takie pytania, jak:

- Dlaczego ta sama lekcja w jednym zespole wzbudza entuzjazm uczniów, a w innym wyzwała opór?
- Co sprawia, że niektóre zespoły przedmiotowe są skuteczniejsze niż inne?
- Dlaczego jeden zespół projektowy wieńczy swoją pracę sukcesem, a inny rozpada się?
- Co stoi za tym, że z niektórymi uczniami porozumiewam się bez słów, a relacja z innymi jest trudna?



Dopiero dwa lata temu, kiedy w nieustannych poszukiwaniach odpowiedzi na powyższe pytania trafiłam na szkolenie certyfikacyjne FRIS® Style Myślenia, moja perspektywa patrzenia na siebie i otaczających mnie ludzi uległa znacznemu poszerzeniu.

Nazwa modelu FRIS® stanowi skrót pierwszych liter słów:

FAKTY, **R**ELACJE, **I**DEE i **S**TRUKTURY, które definiują cztery perspektywy poznawcze, obecne w ludzkim mózgu. Wyjaśniają one, jakim informacjom nadajemy największy priorytet, szczególnie w nowych sytuacjach.



Źródło: www.fris.pl



Cztery Style Myślenia FRIS

Cztery Style Myślenia to cztery różne sposoby percepcji i wykorzystywania informacji, reagowania i rozwiązywania problemów. FRIS nie wartościuje – zamiast dzielić na ludzi na lepiej lub gorzej funkcjonujących, podkreśla unikalność każdego sposobu myślenia.



Zawodnik

W pierwszej kolejności określa jeden nadrzędny cel, upraszcza problem, znajduje jedno proste i praktyczne rozwiązanie, szybko dąży do jego realizacji.

Dominująca perspektywa:

FAKTY



Partner

Określając swój cel uwzględnia z czym lub kim jest powiązany, znajduje kilka wersji rozwiązania. Łatwo odkrywa części wspólne i podobieństwa.

Dominująca perspektywa:

RELACJE



Wizjoner

Rozpatruje problem globalnie, znajduje wiele odmiennych alternatywnych rozwiązań. Spontanicznie znajduje nieszablonowe rozwiązania.

Dominująca perspektywa:

IDEE



Badacz

Zbiera dużo informacji, kategoryzuje je i analizuje, dąży do rozwiązania optymalnego. Decyzja zapada dopiero po rozpatrzeniu alternatyw.

Dominująca perspektywa:

STRUKTURY

Źródło: www.fris.pl

Dr inż. Anna Samborska-Owczarek, autorka Modelu FRIS®, podkreśla, że: "metodologia FRIS® powstała po to, aby w prosty i szybki sposób dostarczać praktycznej wiedzy o sobie. Jest to wiedza o tym, jak przyswajamy, przetwarzamy i reagujemy na informacje, a w konsekwencji, jak rozwiązujemy problemy. Styl myślenia to wynik utrwalonych nawyków naszego umysłu i nieustannie wpływa na to, jak się komunikujemy, podejmujemy decyzje i działamy. Warto go poznać i zrozumieć".

Pomiar perspektyw poznawczych, dokonywany w badaniu kwestionariuszem FRIS®, służy do opisu Stylów Myślenia i Stylów Działania. Ponadto, wynik badania wskazuje obszary, w których możemy najlepiej wykorzystać swój potencjał w życiu osobistym i zawodowym. Bardzo ważne jest, że FRIS® nie wartościuje i podkreśla wyjątkowość każdego sposobu myślenia, wskazując jego rolę w pracy zespołowej. Dzięki



badaniu odkrywamy, dlaczego z jednym zadaniem radzimy sobie lepiej, zużywając do jego realizacji mniej energii i czasu, a z drugim gorzej oraz w jakim obszarze zawodowym nasz mózg czułby się 'jak ryba w wodzie'. Zrozumienie siebie i akceptacja swojego stylu myślenia ma olbrzymi wpływ na nasze relacje, które z oczywistych względów są esencją zawodu nauczyciela. Dlatego właśnie twórcy metodologii FRIS® w 2016 roku przeprowadzili projekt badawczy Styl Myślenia Nauczyciela.

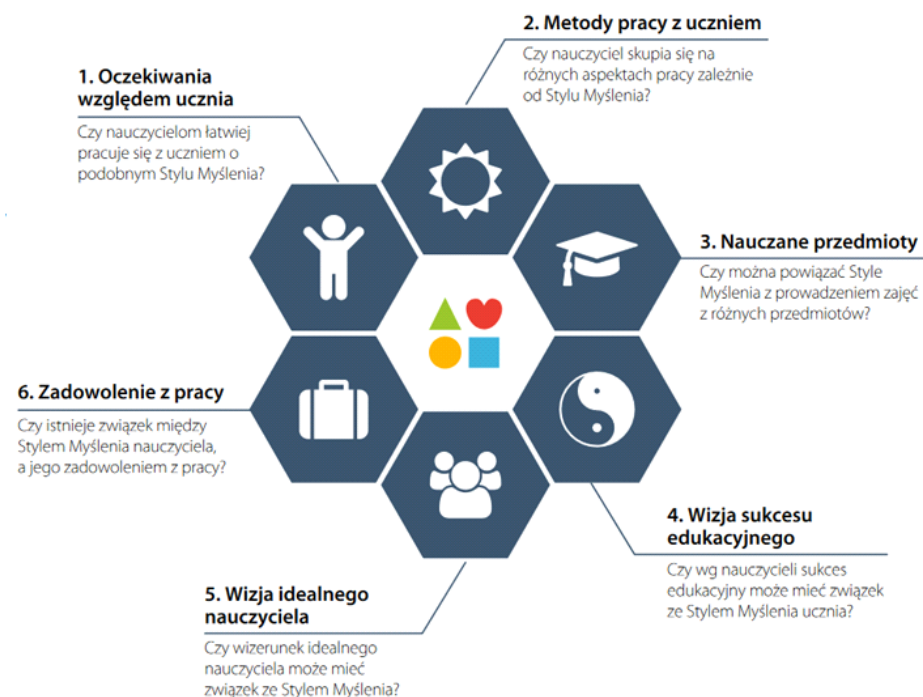
Projekt badawczy Styl Myślenia Nauczyciela

Celem projektu była analiza związku stylu myślenia nauczyciela z jego stylem pracy, oczekiwaniami względem ucznia oraz stosowanymi metodami nauczania.

W projekcie udział wzięło ponad 5800 nauczycieli z całej Polski, którzy w okresie od sierpnia do listopada 2016 r. wypełnili kwestionariusz badawczy Stylów Myślenia FRIS® oraz podzielili się swoimi opiniami dotyczącymi pracy w szkole. Projekt badawczy Styl Myślenia Nauczyciela realizowano we współpracy z Ogólnopolskim Stowarzyszeniem Kadry Kierowniczej Oświaty.

Z analizy niemal 6 tysięcy kwestionariuszy wynikają bardzo ciekawe wnioski, które mogą dać odpowiedź na wiele pytań, które zadają sobie nauczyciele. W projekcie udało się udowodnić, że styl myślenia nauczyciela ma olbrzymi wpływ na jego pracę w szkole.

W projekcie potwierdzono szereg poniższych hipotez badawczych:



Fot. Hipotezy badawcze w projekcie Styl Myślenia Nauczyciela (zdjęcie pochodzi z pliku pdf FRIS Projekt-Styl Myślenia Nauczyciela)



*Nikt nie
rodzi się po
to, aby
stawać się
kimś
innym.*

*Marek
Kamiński*

Z przeprowadzonych badań wynika przede wszystkim, że:

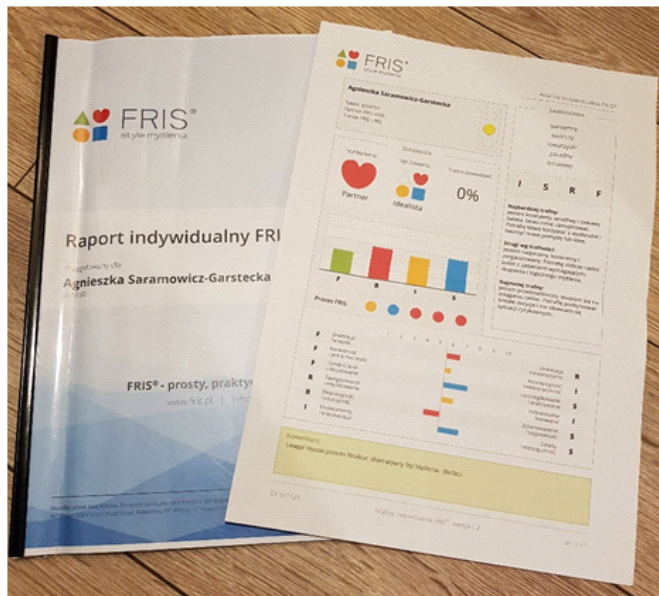
- nauczyciele o różnych Stylach Myślenia mają różne wymagania względem uczniów i preferują różne metody pracy;
- jeżeli Style Myślenia nauczyciela i ucznia są zgodne, uczniowi jest prawdopodobnie łatwiej spełnić oczekiwania nauczyciela, a nauczyciel koncentruje się na tych aspektach zajęć, które są również ważne dla ucznia. Sprzyja to budowaniu relacji i długoterminowej współpracy, która pomoże w osiągnięciu sukcesów w nauce uczniowi oraz przyniesie większą satysfakcję nauczycielowi;
- w przypadku odmiennych Stylów Myślenia nauczyciela i ucznia, mają oni możliwość pracować nad swoimi obszarami do rozwoju i uczą się rozumieć i akceptować inne punkty widzenia;
- różnorodność Stylów Myślenia nauczycieli pozwala więc uczniowi dorastać i uczyć się w środowisku, które zapewnia dbałość o wiele aspektów procesu edukacyjnego: zarówno inspiruje do kreatywności, jak i rozwija systematyczność oraz kulturę osobistą;
- styl Myślenia FRIS® ma bardzo istotny wpływ na wiele aspektów pracy nauczyciela, dlatego świadomość i wiedza o indywidualnych i trwałych sposobach myślenia może być bardzo cenna zarówno dla nauczyciela, jak i dyrektora szkoły.

Zachęcam do pobrania całości raportu na <https://fris.pl/styl-myslania-nauczyciela> i zapoznania się z metodologią FRIS® oraz pogłębioną analizą wyników wynikających z projektu badawczego Styl Myślenia Nauczyciela



FRIS®-ja i FRIS® jako narzędzie wspierające szkołę

Znajomość swojego Stylu Myślenia i Stylu Działania według metodologii FRIS® w znacznym stopniu wpłynęła na mój rozwój osobisty i zawodowy. Ułatwiała mi porozumiewanie się z ludźmi oraz zbudowała olbrzymie pokłady tolerancji wobec innych stylów myślenia. Zrozumienie, co dzieje się 'w głowach' moich uczniów, w dużej mierze zniwelowało napięcia wynikające z braku wiedzy na temat tego, dlaczego oni reagują w ten, a nie inny sposób na to, co mówię oraz na moje metody pracy i oczekiwania wobec nich. Ponadto, FRIS® jest też bardzo cennym narzędziem w obszarze doradztwa zawodowego oraz w tworzeniu grup projektowych w liceum, w którym pracuję. Stał się również pomocny w rozmowach z nastolatkiem, który na tym etapie życia może mieć kłopoty z poczuciem własnej wartości, może poszukiwać obszarów działania, w których mógłby zaistnieć oraz zaczyna myśleć, w jakim kierunku podążać po skończeniu szkoły średniej.



Fot. Mój raport i analiza FRIS®

Fot.
Plansze Process
FRIS® (wyłącznie do
nabycia przez
certyfikowanego
trenera FRIS) do
pracy w zespole oraz
lista uczniów mojej
klasy z podziałem na
Style Myślenia
stworzonej w wyniku
wstępnej
autodiagnozy
powstałej w wyniku
warsztatów
prowadzonych
podczas godzin
wychowawczych





Fot.
Warsztaty dla uczniów klas
drugich i trzecich liceum pt:
FRIS® Style Myślenia „ Jak
myślisz?, Jak działasz?, Co
z tego wynika?”



FRIS®-zespół przedmiotowy lub projektowy

Zespołowe badanie FRIS®, stanowiące wypadkową indywidualnych raportów wszystkich jego członków, daje pełen obraz potencjału zespołu wraz z jego deficytami. Pokazuje, że nie musimy rywalizować z kimś, kto na danym etapie pracy czuje się jak ryba w wodzie. Musimy tylko znaleźć taki obszar w pracy projektowej, w którym będziemy realizować swój potencjał i wtedy wszyscy odniesiemy sukces. Trzeba pamiętać, że sukces zespołu jest sumą sukcesów jego członków. Przydział ról na poszczególnych etapach projektów w oparciu o znajomość Stylów Myślenia i Stylów Działania w znacznym stopniu przyczynia się do podniesienia efektywności pracy.



1. INICJOWANIE

2. PRZYGOTOWANIE

3. DZIAŁANIE



Źródło: www.fris.pl



Fot. Zespół przedmiotowy nauczycieli języka angielskiego w I LO im. Mikołaja Kopernika w Toruniu podczas analizy własnego raportu zespołowego Style Myślenia

W Polsce dostępnych jest wiele narzędzi psychometrycznych, które pomagają zrozumieć siebie w relacji ze sobą samym oraz z otoczeniem. Cieszy mnie jednak fakt, że metodologia FRIS® Style Myślenia w całości została stworzona przez polskich naukowców, na czele z jej autorką dr inż. Anną Samborską-Owczarek.

Poznawanie siebie oraz uczniów za pomocą FRIS® to dla mnie fascynująca przygoda, która z każdym dniem wzbogaca moje relacje z uczniami i innymi otaczającymi mnie ludźmi w życiu prywatnym i zawodowym.

Podczas tworzenia artykułu wykorzystano fragmenty pochodzące z Vademecum Certyfikowanego Trenera FRIS® oraz z pliku pdf FRIS-Projekt-Styl Myślenia Nauczyciela



Czy nowe technologie niszczą relacje?

Beata Chojnowska-Gąsiorek

W dzisiejszym świecie ludzie są mocno wciągnięci w wirtualny świat. Niektórzy twierdzą, że nowe technologie są niezbędne do właściwego funkcjonowania. A zatem: czy nowoczesne technologie wzmacniają relacje, a nie osłabiają, tak jak się tego obawiano?

Pracujemy coraz więcej, w nienormowanym czasie, mieszkamy daleko od siebie i cały czas jesteśmy zabiegani. Zachowanie stałego kontaktu z bliskimi byłoby zatem niemożliwe albo co najmniej bardzo trudne, gdyby nie urządzenia takie jak smartfony czy komputery z dostępem do Internetu z zainstalowanymi komunikatorami. Dziś odległość między rozmówcami nie jest przeszkodą do rozmów „twarzą w twarz”. Dorośli uważają nawet, że relacje z najbliższymi dzięki nowym technologiom są lepsze i silniejsze, niż w poprzednich pokoleniach, kiedy nie było dostępu do Internetu. Często wysyłamy elektroniczną korespondencję, robimy zakupy i płacimy on-line. Rodziny korzystając z telefonów komórkowych, maili i SMS-ów, niwelują stres związany z brakiem kontaktu ze swoim dzieckiem.

Warto zauważyć, że sposób wykorzystania Internetu, środków komunikacyjnych oraz formy spędzania czasu, mają znaczący wpływ również na jakość życia młodzieży i rozwój ich kompetencji. Z wielu badań wynika, że ponad 90% uczniów korzysta z Internetu codziennie lub prawie codziennie. Internet dla młodych ludzi jest ważnym źródłem informacji o świecie i aktualnych wydarzeniach. Jednak okazuje się, że większość z nich krąży tylko wokół portali społecznościowych i to jest ich najczęstsza aktywność. Młodzi ludzie żyją w bańkach





informacyjnych, które odczytują z portali społecznościowych i te są dla nich istotne, które otrzymały najwięcej polubień. Oczywiście jest, że sporo młodzieży traktuje Internet jako źródło rozrywki. Uczniowie za pośrednictwem Internetu słuchają muzyki, oglądają filmy, grają w gry. Korzystają też ze sklepów internetowych. Powszechne jest też wykorzystywanie przez młodzież Internetu w procesie uczenia się. Łatwy i szybki dostęp do nieograniczonej ilości informacji daje nam możliwość szybkiego odnajdywania, pogłębiania i wzbogacania wiedzy. Młodzi ludzie uczestniczą przez Internet w dyskusjach internetowych, czytają i komentują blogi, dzieląc się na forum swoimi sukcesami. Niektórzy prowadzą własne blogi, na których udostępniają autorskie teksty, nagrania i grafikę. Młodzi ludzie uważają, że narzędzia ICT ułatwiają im życie i podtrzymują kontakty interpersonalne.

Jednak okazuje się, że wiele badań wykazało również negatywny wpływ technologii, szczególnie na życie rodzinne. Rodzice narzekają, że świat online izoluje ich od potomków. Dzieci częściej wolą używać Internetu niż z nimi porozmawiać. W przeszłości to rodzice byli źródłem wiedzy dla swoich dzieci. Do nich zwracaliśmy się, poszukując rad i oczekiwaliśmy odpowiedzi na trudne pytania. Dziś portale społecznościowe dają ludziom do rąk potężne narzędzie komunikacji i zdobywania informacji. Wystarczy kilka prostych czynności, aby podzielić się swoimi pomysłami, poglądami i ideami z ludźmi na całym świecie.

Członkowie rodzin, w których powszechnie korzysta się z Internetu czy telefonii komórkowej, rzadziej siadają razem do stołu i czują, że nie spędzają wystarczająco dużo czasu ze sobą. Często zdarza się, że ludzie spędzający czas podczas posiłku przy telefonie, nie wiedzą nawet co jedli na obiad, a w restauracji nie zauważają ludzi siedzących wokół.

Wielu twierdzi, że Internet i urządzenia podłączone do sieci stają się również przyczyną napięć w rodzinie. Rodzice narzekają, że ich dziecko często psuje coś na urządzeniu połączonym z siecią, które jest współdzielone w rodzinie lub zainfekowało je wirusem, korzystając z Internetu.

Zatem można dojść do wniosku, iż media cyfrowe i urządzenia mobilne są obecne i będą w naszym codziennym życiu i tego nie zmienimy. Jeśli są wykorzystywane świadomie i odpowie-



działnie przez dzieci, pomagają w pracy czy nauce, dostarczają informacji i rozrywki oraz służą do komunikacji. Jednak używane niewłaściwie, mogą stać się realnym zagrożeniem, zwłaszcza dla dzieci.

Jesper Jull powiedział: „Przez krótką chwilę mieliśmy nadzieję, że e-maile, czaty i Skype mogą zrekompensować nam fizyczne oddalenie. Niestety, nie mogą. Są to bardzo wartościowe narzędzia, ale sprawdzają się przede wszystkim w pracy, zaś w relacjach opartych na miłości stanowią tylko skąpy substytut kontaktu”. Okazuje się, że wiele młodych ludzi myli kontakt i relacje. To, co dzieje się w Internecie, to tylko kontakt, a relacje nawiązuje się bezpośrednio. Młodzi ludzie powinni zatem zrobić bilans pomiędzy używaniem nowych technologii, a budowaniem realnych więzi, opartych na osobistym doświadczeniu, zaangażowaniu.

Pojawiły się również wyniki badań prowadzonych przez Uniwersytet Gdański oraz Fundację Dbam o Mój Zasięg w latach 2015/2016, gdzie wśród 22 tysięcy uczniów w wieku 12-18 lat (Więcej o wynikach badań znajdziesz tutaj: <https://dbamomojzasieg.com/pobierz-raport>):

- 60% osób** badanych uważa, że w ich domach nie ma żadnych zasad dotyczących używania mediów cyfrowych, w szczególności Internetu oraz urządzeń mobilnych;
- 35% rodziców** nigdy ze swoimi dziećmi nie rozmawiało na temat negatywnych konsekwencji związanych z nałogowym używaniem Internetu oraz urządzeń mobilnych;
- przeciętnie młodzież w Polsce zaczyna korzystać z własnych smartfonów w wieku **10 lat**; wiek ten uległ obniżeniu do siedmiu w przypadku młodzieży żyjącej w dużych aglomeracjach miejskich;
- 62% młodych osób** uważa, że ich kompetencje związane z codziennym używaniem mediów cyfrowych kształtują się na wyższym poziomie w porównaniu do umiejętności ich rodziców;
- 2% – 3% młodzieży** to osoby, które w sposób problemowy używają smartfonów, nadużywają mediów cyfrowych.

Według Fundacji Dbam o Mój Zasięg, aby myśleć o budowaniu tak zwanej odpowiedzialności cyfrowej młodego pokolenia, należy z jednej strony wzmacniać kompetencje cyfrowe dorosłych, ale z drugiej przede wszystkim uczyć umiejętności nawiązywania odpowiednich relacji, budowania rodzinnych rytuałów, ustalania ram rodzinnych dla codziennego używania mediów cyfrowych. Właśnie na tych trzech filarach osadza się idea 3xR: RELACJE- RYTUAŁ- RAMA.

RELACJE – dobrze zbudowane relacje, jakie posiadamy z ludźmi, którzy nas otaczają, nie tylko utrzymują nas w szczęściu i zdrowiu. Jeśli jest niska jakość więzi, dziecko znajdzie miłość, akceptację i przynależność w sieci.

RYTUAŁ – ma sens tylko wtedy, gdy jest często i konsekwentnie powtarzany. Rytuały rodzinne, w których realizację zaangażowani są wszyscy domownicy, budują poczucie bezpieczeństwa dziecka od najmłodszych jego lat. Sprawiają, że dziecko uczy się pożądanej struktury dnia codziennego, a wszystkie osoby zaangażowane zaczynają być bliżej siebie.

RAMA – bez określonych jasnych zasad używania urządzeń mobilnych w domu czy szkole nigdy nie będziemy mogli mówić o odpowiedzialnym używaniu smartfona, tabletu czy Internetu.



Przy tworzeniu Kodeksu Odpowiedzialnego Używania Mediów Cyfrowych musimy pamiętać o kilku istotnych kwestiach:

- o zasadach panujących w domu współdecydują wszyscy członkowie rodziny. Należy pamiętać, że rodzice pozostają liderem w procesie tworzenia tych zasad;
- ustalone zasady powinny dotyczyć wszystkich domowników;
- zasady są konsekwentnie przestrzegane i wszyscy wiedzą, jakie są konsekwencje ich złamania;
- zasady są wiadome dla wszystkich; najlepiej, kiedy pozostają spisane i umieszczone w widocznym miejscu;
- zasady obowiązują również w czasie wolnym, w czasie nauki, w czasie pracy.

Okazuje się zatem, że źródłem problemu nadużywania mediów cyfrowych jest brak odpowiednio zbudowanych relacji w domu, z rodzicami. Najważniejszym czynnikiem, chroniącym dzieci przed jakimkolwiek wejściem w nałóg, jest dobrze zbudowana relacja w domu. Dla dzieci będących w świecie cyfrowym, rodzice powinni budować świat bliskości, realnych spotkań, dotyku i czułości. Kolejnym ważnym czynnikiem, chroniącym dziecko, jest odpowiednie jego wejście w świat mediów cyfrowych. Młodzi ludzie potrzebują świadomych rodziców – „cyfrowych edukatorów”. Opiekunowie powinni razem z dzieckiem wchodzić w świat cyfrowy, pokazywać, jak się po nim poruszać, wyjaśniać zagrożenia, a także tworzyć domowe zasady związane z używaniem mediów cyfrowych.

Mogę zatem świadomie powiedzieć, że to nie media cyfrowe niszczą więzi, ale zniszczone lub osłabione wcześniej relacje domowe stwarzają przestrzeń na obce, nowe, atrakcyjne rzeczy w sieci. Jeżeli dziecko ma w domu dobre relacje z rodzicami, może liczyć na ich wsparcie. Wchodzenie z nimi w świat cyfrowy niweluje wszelkie zagrożenia, czyhające na młodych ludzi w Internecie.

<https://dbamomojzasieg.com>

<https://stacjazzmiana.pl/episodes/bliskie-wiezi-a-fonoholizm-rozmowa-z-dr-maciejem-debskim/>

<http://www.cozadzien.pl/edukacja/najmlodsi-w-sieci-jak-korzystac-z-mediow-cyfrowych/54349>

<https://wydawnictwomind.pl/smartfony/>

<https://dziecisawazne.pl/umarlibysmy-bez-kontaktu-fizycznego-dlaczego-wazny/>

<https://bankomania.pkobp.pl/bankofinanse/nowe-technologie/internet-oddala-era-cyfrowa-i-relacje-miedzyludzkie/>

<https://www.pcformat.pl/News-Jak-nowoczesna-technologie-zmienia-nasze-relacje-z-rodzina,n,12402>

https://www.youtube.com/watch?v=S4_oVpKorQA&t=12s

<https://dziecisawazne.pl/korzystanie-urzadzen-elektronicznych-wplyw-rozwoj-dziecka-jesper-juul/>



Nauczyciel kontra rzeczywistość?

Paweł Pietrzak, Nauczyciel Black Horse i konsultant Personnel Training Institute
Dr Joanna Femiak, psycholog Personnel Training Institute

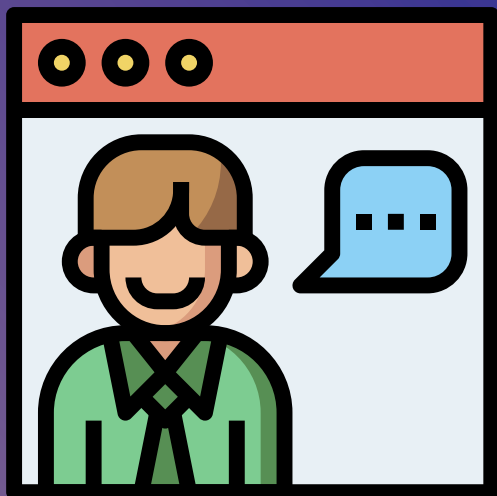


Kim jest nauczyciel? Proste pytanie, prawda? Moglibyśmy w tym miejscu zacytować setki definicji, łącznie z tymi niezbyt uprzejmymi, które pojawiły się ostatnimi czasy w sieci – zwłaszcza w związku ze strajkiem. Lecz czy faktycznie odpowiednio pojmujemy to, w jaki sposób nauczyciel istnieje, co sobą przedstawia...? Jak działa w instytucji szkoły?

Chciałbym odrzucić w tym miejscu wszelkie kwestie związane z funkcjonowaniem szkoły, pracy z nią związanej. Proponuję raczej skupić się na samym człowieku i jego „byciu nauczycielem”. Może to brzmieć dość enigmatycznie, lecz za chwilę przybliżę moje postrzeganie roli nauczyciela w edukacji, wychowaniu, być może samym kształtowaniu postaw i podejścia do otaczającego nas świata – zwłaszcza tego kulturowego.

Żyjemy w tak ogromnym konglomeracie kulturowym, iż niejednokrotnie możemy zagubić się w tym, co nas otacza. Dostęp do wszelkich źródeł przekazu, mediów, z jednej strony może sprawić wielką radość, z drugiej zaś potrafi mocno „namieszać w głowie”. Dociera do nas niezliczona ilość bodźców, wiadomości, a my musimy odseparować to, co wartościowe, od zwykłej kulturowej „mielonki”. Sądzę, że w tym miejscu powinien znaleźć się nauczyciel.





Przykładem może być sytuacja, gdy uczniowie zasypują się wzajemnie miliardami filmów na YouTube, w większości dotyczących żartów, zwierząt, komentarzy, etc. Wiemy o tym, że ilość tego materiału medialnego jest niemierzalna. Możemy oddzielić ją grubym murem niechęci i odrzucenia (wszak to poniżej naszego wykształcenia, nie ma w tych filmach mowy o formach języka angielskiego czy królach Polski) albo też zatrzymać się na kilka sekund i pomyśleć. Wszak, skoro uczniowie w różnym wieku odnajdują tak wiele „cudowności” w internecie, może rzeczywiście powinniśmy się temu przyjrzeć. Ostatnio (w zasadzie zupełnie przypadkowo, pod wpływem rozmowy) wyszło, jakie filmy oglądają moi uczniowie. Oczywiście, ogromną część stanowiły nagrania śpiewających psów czy kawałów robionych innym, lecz pojawiły się również rzeczy w rodzaju „Wielkich konfliktów” (gdy grupa G.F. Darwin tworzy filmy o słynnych konfliktach w historii i kulturze, choć to raczej dla uczniów od 18. roku życia), czy „Po cudzemu” (gdzie pani Arlena Witt prowadzi nas za rękę przez meandry gramatyki angielskiej). Mógłbym w tym miejscu wymieniać jeszcze wiele innych filmów, programów, kanałów, lecz nie do końca w tym rzecz. Pragnąłbym pokazać, że przebicie się przez natłok informacji, stertę (mimo wszystko) niekoniecznie wartościowego przekazu, pozwala namierzyć to, czego uczniowie potrzebują, czego obecnie szukają, co ich interesuje. A wtedy – starając się jak najmocniej – będziemy mogli znaleźć wspólny język.

Dodatkowo zaś uzyskamy doskonałe narzędzie do pracy z uczniami. Wszak nic tak bardzo nie przyciągnie ich uwagi, jak nauczyciel, który okaże się człowiekiem (nie zaś przedstawicielem instytucji), mającym rozeznanie w tym, co obecnie ważne, popularne i atrakcyjne dla dzieci i nastolatków. I w tym właśnie miejscu umacnia się rola nauczyciela, jako tego, kto otwiera oczy, następnie zaś umysły. Przekazanie wiedzy na temat formy i używania Past Simple, budowy chlorofilu czy dat Wypraw Krzyżowych jest istotne, lecz nie może być ważniejsze od tego, że nauczyciel najpierw musi sprawić, by lekcja, i sama nauka, odbywały się w zainteresowanych i otwartych umysłach.



Nauczyciel – według mnie – ma za zadanie odnaleźć najpierw siebie, następnie zaś potrzeby i zainteresowanie uczniów w obecnym multikulturowym świecie. Nie może pozostawać w opozycji do tego, co rozgrywa się wokół. Nie wolno mu iść w zaparte ze swymi poglądami i (być może) zamkniętymi synapsami. Kto inny, jeśli nie nauczyciel, zdoła pokazać uczniom drogę? Pokazać, jak mogą wydobyć coś znaczącego ze współczesnej (zwłaszcza internetowej) mieszaniny? Selekcja informacji, wybór treści, wymaga wartości, które są często zakładane i nie do końca uświadomione. Wskazując drogę wśród internetowego chaosu, nauczyciel pokazuje równocześnie swoje kryteria wyboru, wartości, siebie. Może również nazwać, uzasadnić swój wybór, co dla ucznia może stać się niezwykle lekcją określania swoich poglądów, uzasadniania wartości, wyborów, czy w końcu lekcją dyskusji nad nimi.

Gry komputerowe, które kreują rzeczywistość – są niejednokrotnie rozbudowane niczym literackie sagi rodzinne, aplikacje na telefonach pozwalają na uczestniczenie w swoistych debatach. Mógłbym tutaj wymieniać setki tytułów („Fortnite”, „Gra o tron”, „Red Dead Redemption”, seriale na Netflixie). Nie sądzę, że w tym krótkim tekście powinienem wyjaśniać dokładnie wszystkie kwestie. Pragnę jedynie podkreślić (ponownie i jeszcze mocniej), że nauczyciel nie może przejść obojętnie wobec rzeczywistości, w której żyje uczeń. Pozostawić ją bez refleksji, niejako pozostać w swoim świecie, wygodnym, znanym, komfortowym. Most jest w stanie zbudować nauczyciel, to on z perspektywy swoich doświadczeń życiowych jest w stanie odnaleźć wspólne tematy, dystans i zrozumienie, zbudować wspólny świat z uczniami i wychowankami.

Oczywiście, wymaga to nakładu pracy. Często bardzo znacznego. Sądzę jednak, że może ona przynieść doskonałe efekty.

Chciałbym wspomnieć jeszcze o jednej kwestii. Zauważyłem, że uczniowie (myślę w tym momencie o konkretnych przykładach moich wychowanków) mają bardzo rozległą wiedzę szkolną, lecz częstokroć jest ona płytka. Znają daty, zdarzenia, miejsca, lecz tylko tyle. Cokolwiek jest pod powierzchnią, zdaje się znikać. Ostatnio miałem okazję przygotować lekcję dotyczącą Williama Szekspira. Uczniowie znali dzieła, kojarzyli zdarzenia, lecz ja postanowiłem sięgnąć do tych elementów twórczości autora, o których nie mieli pojęcia. Uczę języka angielskiego i na zajęciach pracowaliśmy nad oryginałem „Romeo i Julii”, by odnaleźć różnice między dawnym i współczesnym językiem. Potem wykonywaliśmy ćwiczenia dotyczące przysłów, które pojawiły się w dziełach Szekspira, a które to istnieją do naszych czasów. Szekspir – chociaż na czas trwania zajęć – przestał być tylko martwym dramaturgiem, który napisał ileś tam sztuk, lecz mówił do nas językiem, który znamy, którego używamy, który tak wiele z niego czerpie.

Ten przykład pokazuje, że możemy bazować również na tych „niby-nudnych” elementach nauki, by wyciągnąć z nich nowe znaczenia, upiększyć je, a poza tym umożliwić uczniom działanie z tym, co dla nich trudne, skomplikowane, niejasne...

Nauczyciel musi podnieść rękawicę i nie poddawać się. Jego zadaniem jest sprawić, by uczniowie poczuli się podczas lekcji jak w swoim świecie, który jest im bliski i ich interesuje. Wtedy będzie możliwe nie tylko przekazanie wiedzy, lecz również przekazanie pasji i inspiracji.



Scenariusze lekcji



Autor: Małgorzata Buszman, nauczyciel języka angielskiego SP35 Gdańsk, Microsoft Innovative Educator Expert (MIEE) and Trainer

Cele ogólne:

- Analiza celów zrównoważonego rozwoju na lata 2015-2030
- Zapoznanie się z definicją dobrostanu (wellbeing)
- Ustalenie elementów pozytywnej komunikacji jako części dobrostanu
- Promowanie życzliwości idei uczenia się od siebie wzajemnie
- Współpraca w środowisku międzynarodowym
- Wymiana doświadczeń w wymiarze szkolnym i globalnym
- Refleksyjne stosowanie nowych technologii

Cele operacyjne:

Uczeń:

- Wie, czym są cele zrównoważonego rozwoju
- Zna definicję dobrostanu
- pracuje w grupie i ustala cechy pozytywnej komunikacji
- umie wypowiadać się w języku angielskim na wybrane tematy
- wymienia się doświadczeniami z uczniami w szkole i zagranicą (lekcja Skype)
- korzysta refleksyjnie z nowych technologii (aplikacja Flipgrid – krótkie video, YouTube, Skype, Kizoa)
- kreatywnie realizuje zadania
- umie zaprezentować swoje pomysły
- przełamuje bariery językowe
- zwraca uwagę na kulturalny język wypowiedzi



Autor: Małgorzata Buszman, nauczyciel języka angielskiego SP35 Gdańsk, Microsoft Innovative Educator Expert (MIEE) and Trainer

Metody:

praktyczne, aktywizujące, burza mózgów, dyskusja, prezentacja, autorefleksja, uczenie się wzajemne

Formy pracy:

indywidualna, zespołowa i grupowa.

Środki dydaktyczne:

kreda, tablica, długopisy, arkusze papieru A4, kredki, flamastry, karty pracy, aplikacje (Skype, Kizoa, Flipgrid)

Przebieg:

- Każda z lekcji może być wpisana do tematu lekcji z podstawy programowej języka angielskiego, np. ćwiczenia w mówieniu – dialogi, słownictwo – zdrowie, gramatyka – czasy teraźniejsze
- Materiały do wykorzystania w pracy projektowej
- Jeżeli lekcja odbywa się w języku polskim, nie angielskim, to są świetne materiały na godzinę wychowawczą lub kółko zainteresowań.

LEKCJA 1

Pytamy uczniów, czy słyszeli o celach zrównoważonego rozwoju. Wyświetlamy na tablicy stronę (w języku angielskim)

<https://www.globalgoals.org/>

Uczniowie mogą też korzystać z telefonów. Na tablicy zapisujemy informacje, po co cele zostały ustalone, np. że cele mają poprawić jakość życia, rozwiązywać problemy globalne itp.



Autor: Małgorzata Buszman, nauczyciel języka angielskiego SP35 Gdańsk, Microsoft Innovative Educator Expert (MIEE) and Trainer

Przechodzimy do pytania, gdzie wg uczniów plasuje się pozytywna komunikacja.

Pracują w grupach, zbieramy odpowiedzi z uzasadnieniem. W razie problemów naprowadzamy na punkt w linku poniżej:

<https://www.globalgoals.org/3-good-health-and-well-being>

to punkt 3.4 promoting wellbeing

Przechodzimy do pytania, czym jest dla uczniów pozytywna komunikacja i dlaczego warto kierować się życzliwością niż agresją.

Odpowiedzi nagrywamy na aplikację na telefon pod nazwą Flipgrid. Po ściągnięciu, logujemy się przez konto Google i nagrywamy krótkie video każdej z grup. Jeśli uczniowie nie chcą być nagrywani z twarzy, nagrywamy tylko głos, a kamerę kierujemy na notatki uczniów.

Uczniowie przygotowują pozytywne komunikaty (w języku polskim i angielskim) do plakatów, np. doceniam cię, ważne to, co mówisz, jesteś dla mnie ważny, lubię cię, twoje zdanie jest ważne.

Akcja z plakatami może być ogłoszona np. jako „Dzień życzliwości” w szkole.

Plakaty są przygotowane w formie karteczek – zrywek. Plakaty wieszamy na drzwiach klas szkolnych, aby inni uczniowie mogli je wziąć.

Plakaty zanosimy z uczniami do klasy młodszej, gdzie przedstawiają swoje rady, jak pozytywnie się komunikować i nie obrażać innych.

Uczniowie przyjmują rolę nauczyciela dla młodszych podopiecznych.

Jako praca domowa uczniowie przygotowują plakaty z odpowiedziami na pytanie: „Dlaczego warto być życzliwym?” i z tych plakatów robimy zdjęcia do filmiku w aplikacji Kizoa”.

Plakaty możemy wykorzystać jako gazetkę ścienną.



Autor: Małgorzata Buszman, nauczyciel języka angielskiego SP35 Gdańsk, Microsoft Innovative Educator Expert (MIEE) and Trainer

LEKCJA 2

Pytamy o hejt

Dlaczego lepiej komunikować się pozytywnie? Pytamy uczniów. Zapisujemy odpowiedzi: nikt nie lubi być obrażany, pod presją, smutny itp.

Każdy chce być traktowany z szacunkiem i życzliwością. Dlaczego zatem jest hejt?

Hejt czyli negatywne, obraźliwe słowa.

Uczniowie w burzy mózgów pracują w trzech grupach i odpowiadają na trzy pytania: dlaczego ludzie stosują hejt? Jak ja się czuję, gdy mnie hejtują? Jak mogę radzić sobie z hejtem.

Odpowiedzi zapisane na dużych kartkach – plakatach.

Odpowiedzi uczniów zapisujemy na tablicy i nagrywamy wypowiedzi uczniów jako filmik YouTube.

Uczniowie przedstawiają scenki – dialogi (po angielsku): jak rozwiązać konflikt bez krzyku.

Prezentują dialogi, wcielając się np. w rodziców i dzieci. Dzieci chcą wrócić późno z imprezy, rodzice się nie zgadzają.

Podsumowanie: jak radzimy sobie z hejtem? Ignorujemy, blokujemy (jeśli to hejt online), skupiamy się na omawianiu argumentów, nie emocji, nie dajemy się prowokować.



Autor: Małgorzata Buszman, nauczyciel języka angielskiego SP35 Gdańsk, Microsoft Innovative Educator Expert (MIEE) and Trainer

LEKCJA 3

Lekcja Skype – podsumowanie działań w zakresie zrównoważonego rozwoju.

W ramach lekcji Skype możemy dołączyć do istniejącego projektu Współpracy Skype lub utworzyć swój. Dla początkujących uczestników lepsze jest pierwsze rozwiązanie.

Na lekcje Skype umawiamy się na konkretny termin i godzinę.

Uczniowie w języku angielskim przygotowują się do podsumowania działań przeprowadzonych w zakresie promowania dobrostanu poprzez życzliwą kulturę życzliwego słowa.

Każdy z uczniów (mogą być pary) opisuje przebieg i efekt działań podczas połączenia Skype:

- analiza i synteza informacji o celach zrównoważonego rozwoju
- rozmowa dlaczego pozytywna komunikacja to ważny element dobrostanu - aplikacja Flipgrid (krótkie video)
- dialogi polsko-angielskie - dlaczego i jak warto być życzliwym - aplikacja Kizoa
- uczeń-mistrzem - uczymy młodszych uczniów jak być życzliwym - lekcje życzliwości
- plakaty życzliwych słów
- dzień życzliwości - powiedz komuś coś miłego (kartki - zrywki na szkolnych drzwiach)
- burza mózgów - jak zatrzymać hejt - filmik YouTube
- drama - jak rozwiązać konflikty: rozmowa zamiast krzyku - aplikacja Kizoa
- uczeń-mistrzem - uczymy młodszych uczniów jak być życzliwym - lekcje życzliwości



Scenariusz zajęć o charakterze wychowawczym

Klasa "o"
czas: 45 minut

Autorzy: Ewa Bielik, Izabella Radziuk-Śliwińska

Formy pracy:

w zespole/parach, praca indywidualna

Środki pracy:

teatr Kamishibai, przybory plastyczne, wycinki z gazet

Cele ogólne:

- Umożliwienie kontaktu ze sztuką teatralną, przygotowanie do odbioru dzieła literackiego, plastycznego, muzycznego.
- Rozwijanie indywidualnych zdolności, zainteresowań oraz aktywności twórczej.
- Zintegrowanie zespołu, stworzenie atmosfery akceptacji i zaufania, rozwijanie umiejętności pracy w zespole i odpowiedzialności.
- Kształtowanie kultury czytelnickiej dzieci.
- Pobudzenie do działań artystycznych, dostarczenie przeżyć emocjonalnych i estetycznych, umożliwienie prezentacji własnych dokonań.
- Budowanie u ucznia poczucia własnej wartości.
- Wytrobienie nawyków i motywacji do świadomego uczestnictwa w kulturze.

Cele szczegółowe:

- Rozbudzenie teatralnych zainteresowań uczniów.
- Motywowanie do pracy w zespole, rozwijanie wyobraźni i inwencji twórczej.
- Kształcenie w zakresie czytania, poprawnego wystawiania się i swobody wypowiedzi.
- Promocja czytelnictwa i książek wśród dzieci.
- Kształtowanie właściwej postawy w stosunku do książek.
- Rozwijanie pozytywnych cech charakteru, takich jak np.: tolerancja, życzliwość, otwartość, szacunek, odpowiedzialność, pracowitość, rzetelność, pomysłowość.



Scenariusz zajęć o charakterze wychowawczym

Klasa "o"
czas: 45 minut

Autorzy: Ewa Bielik, Izabella Radziuk-Śliwińska

- Budowanie więzi emocjonalnych z rówieśnikami i nauczycielem.
- Rozwijanie wrażliwości estetycznej, wyobraźni i aktywności twórczej młodego człowieka.

Przebieg zajęć:

1. Rozpoczęcie bajki "Kotka Milusia", z wykorzystaniem Teatryku Kamishibai. Wystosowanie prośby do dzieci, aby szczególną uwagę zwracały na relacje pomiędzy kotką a myszą.
2. Dyskusja na temat przedstawienia. Jak kotka odnosiła się do myszy, czy była dla niej niemiła?
3. Zabawy integracyjne oraz na uaktywnienie grupy z chustą. Gra w figury.
4. Praca w parach i grupach. Dzieci otrzymują wycięte zdjęcia gazet, przedstawiające osoby o innym kolorze skóry, ubiorze itp..
5. Rozmowa na temat zdjęć. Wprowadzenie pojęcia bycia tolerancyjnym.
6. Praca indywidualna dzieci. Mają za zadanie narysować realną postać, która ma w swoim wyglądzie coś nietypowego. Dzieci umieszczają swoje prace na tablicy, troje z nich omawia je na forum.
7. Podsumowanie. Dzieci głośno powtarzają hasła: "Tolerancja", "Akceptacja".



Subiektywne dobro i zło

Autor: Katarzyna Góralczyk

Klasa 4-8
lub LO

Cele zajęć:

- rozróżnianie dobra od zła
- zniwelowanie oceniania innych

Przebieg zajęć:

1. Nauczyciel dzieli uczniów na grupy 3-4 osobowe i rozdaje każdej z nich wydrukowany obrazek dwóch sił (załącznik). Można również zamiast drukowania wyświetlić wszystkim obraz za pomocą rzutnika. Nauczyciel prosi uczniów o analizę obrazka i zastanowienie się, co ono przedstawia oraz, o czym będą dzisiejsze zajęcia.

Gdy uczniowie omówią w grupach obrazek wówczas nauczyciel prosi, aby każda grupa powiedziała na forum, do jakich wniosków doszli.

2. Nauczyciel zapisuje na tablicy "dobro i zło", rozdaje uczniom arkusze pracy (załącznik) i prosi o wypisanie według nich definicji tych pojęć oraz o przykłady z życia. Uczniowie mogą pracować w tych samych parach co wcześniej lub w nowych. Gdy uczniowie skończą uzupełniać arkusze, wówczas każda grupa przedstawia to, co zapisała.

3. Nauczyciel informuje uczniów, że przeczyta krótki fragment z książki odnośnie dobra i zła (załącznik). W tym czasie uczniowie mają się zastanowić, czy chcieliby coś zmienić w swoich pracach, czy pozostają przy tym, co zapisali. Nauczyciel z uczniami rozmawia o tym, że dobro i zło jest subiektywne i zależy od tego, z jakiego punktu patrzymy i to od tego, czego potrzebujemy na daną chwilę.

Dodatkowo nauczyciel może również poruszyć wątek dobra i zła na przykładach z życia codziennego.

Proponowane tematy:

- Czy osoba, która naśmiewa się z innych lub też je krytykuje, zachowuje się dobrze według niej czy źle? Dlaczego? Jaka jest prawdziwa forma tego zachowania? Co ma ona ukryć?
- Czy osoba, która daje cały czas spisać pracę domową kolegom i koleżankom, zachowuje się wobec siebie samej dobrze czy źle? Dlaczego? Co chce przez to osiągnąć?



Subiektywne dobro i zło

Autor: Katarzyna Góralczyk

Klasa 4-8
lub LO

- Czy chodzenie do szkoły jest dobre czy złe? Dlaczego? Jaki jest w tym cel?
- Czy granie na komputerze jest dobre czy złe? Dlaczego?
- Czy siedzenie cały czas na Facebooku jest dobre czy złe? Dlaczego?
- Czy fizyka/angielski/polski/matematyka etc jest dobra czy zła? Dlaczego?
- Czy jak mówię/piszę nieprzyjemne rzeczy o innych to jest dobre czy złe? Dlaczego?

4. Nauczyciel dzieli uczniów na grupy 3-4 osobowe, każdej z nich przydziela temat "dobro" albo "zło". Nauczyciel prosi uczniów o stworzenie rzeźby z własnych ciał, które będzie przedstawiało wylosowany lub przydzielony im temat. Uczniowie pracują jednocześnie, gdy któraś grupa jest gotowa, robi zdjęcie danej rzeźby. Następnie nauczyciel po kolei wyświetla te zdjęcia na tablicy i uczniowie wspólnie omawiają cechy charakterystyczne "dobra" i "zła".

5. Nauczyciel wraz z uczniami podsumowuje lekcję:

- ocenianie postępowania innych bywa zazwyczaj mylne
- czasami źle oceniamy własne postępowanie
- "dobro" i "zło" bywa subiektywne

Arkusze ucznia:

Zadanie 1

Zastanów się nad treścią obrazka.

Co on przedstawia?

Jaka symbolika jest w nim zawarta?

Jaki byś nadał tytuł temu obrazowi?





Subiektywne dobro i zło

Autor: Katarzyna Góralczyk

Klasa 4-8
lub LO

Zadanie 2

Stwórz definicję "dobra" oraz "zła". Podaj przykłady z własnego życia, przedstawiające dane wartości. Odpowiedzi umieść na arkuszu, który dostaniesz od nauczyciela.

Dobro	Zło
Definicja:	Definicja:
Przykłady:	Przykłady:
	



Subiektywne dobro i zło

Autor: Katarzyna Góralczyk

Klasa 4-8
lub LO

Zadanie 3

Posłuchaj fragmentu książki i zapisz, co według Ciebie oznacza to, że "dobro i zło" są subiektywne. Czym się kierujemy przy tej ocenie? Czy jest ona zawsze słuszna? Czy powinniśmy tak szybko oceniać innych?

Subiektywne Dobro i Zło

„ - Kiedy coś ci się przydarza, w jaki sposób oceniasz, czy to jest dobre, czy złe?

Mack nie od razu odpowiedział.

- Cóż, nie zastanawiałem się nad tym. Chyba powiedziałbym, że coś jest dobre, kiedy mi się podoba, sprawia, że czuję się dobrze, albo daje mi poczucie bezpieczeństwa. I na odwrót, nazywam coś złym, jeśli sprawia mi ból albo dużo mnie kosztuje.

- Więc raczej chodzi o subiektywną ocenę?

- Chyba tak.

- I na ile jesteś pewien swojej zdolności odróżnienia, co jest dla ciebie naprawdę dobre, a co złe?

- Szczerze mówiąc, ogarniam mnie uzasadniony gniew, gdy ktoś zagraża „dobru”, na które, moim zdaniem, zasługuje. Ale nie jestem pewien, czy mam jakieś logiczne podstawy do decydowania, co jest naprawdę dobre, a co złe. Mogę jedynie brać pod uwagę, jakie to ma dla mnie skutki. - Umiłkł na chwilę żeby złapać oddech. - Jak widać, zawsze do tej pory kierowałem się egocentryzmem i wyrachowaniem, co nie świadczy o mnie najlepiej. Rzeczy, które początkowo uważałem za dobre, okazywały się destrukcyjne, a inne, które uważałem za złe, okazały się...

- Więc to ty decydujesz, co jest dobre, a co złe. - Przerwała mu Sarayu. - Stajesz się sędzią. I żeby jeszcze bardziej skomplikować sprawę, twoje oceny zmieniają się z czasem i zależnie od okoliczności. Co gorsza, takich jak ty są miliony. Więc kiedy twoje dobro i zło, ścierają się z dobrem i złem sąsiada, dochodzi do zatargów, a nawet wojen.

(...) Teraz rozumiem, że większość czasu i energii poświęcałem na starania, żeby zdobyć to, co uważałem za dobre dla siebie: finansowe zabezpieczenie, zdrowie, emeryturę, cokolwiek. I dużo energii i trosk zmarnowałem na strach przed tym, co uważałem za złe.”

źródło: „Chata” William Paul Young, przełożyła Anna Reszka, Warszawa 2011, s. 148-149



Ogród **duszy**

Autor: Katarzyna Góralczyk

Klasa 4-8
lub LO

Cele zajęć:

wgląd w siebie

Przebieg zajęć:

1. Nauczyciel zapisuje na tablicy definicję ogrodu: "miejsce, gdzie uprawia się rośliny." Następnie pyta uczniów o podanie słowa, do którego ta definicja pasuje. Zapewne uczniowie od razu powiedzą poprawnie. Zapytaj wówczas, co może symbolizować słowo "rośliny". Jak wiadomo, rośliny mogą prezentować piękne kwiaty albo grządki truskawek, ale są również rośliny, których się pozbywamy takie jak oset czy chwast. Co mogą symbolizować te różne typy roślinności w ogrodzie? Odpowiedź brzmi: nasze uczynki: dobre i złe. Jednakże, nie nakierowuj uczniów jeszcze na tę odpowiedź. Zapiszcie pomysły na tablicy.

2. Nauczyciel czyta uczniom fragment z książki "Chaty" (załącznik). Nauczyciel wraca do pytania, co mogą symbolizować rośliny w ogrodzie?

3. Nauczyciel pokazuje uczniom dwa zdjęcia ogrodów: zadbanego i nie zanedbanego (załącznik). Nauczyciel zadaje te same pytania uczniom do każdego zdjęcia:

- Co przedstawia dane zdjęcie?
- Jeśli ten ogród miałby reprezentować ogród duszy jakiejś osoby, to jak byście opisali daną postać?
- Czy chcielibyście, aby tak wyglądał twój ogród duszy? Dlaczego?

4. Uczniowie wykonują pracę plastyczną pt.: "Mój ogród duszy".

Praca może zostać wykonana za pomocą kredek, mazaków (wówczas można rozdać uczniom załącznik). Uczniowie mogą stworzyć prace na dużych formatach za pomocą farb. Osobiście polecam, aby stworzyli formę instalacji, rzeźby albo kolażu. Ogród ten wówczas może składać się z przedmiotów czy też zdjęć, które są bliskie uczniowi. Zdjęcia, które wpłynęły lub symbolizują pewną zmianę w jego życiu.

5. Ostatnim elementem jest prezentacja wszystkich ogrodów. Autor pracy opowiada o swoim ogrodzie.

Można poprosić uczniów o ich powiedzenie o własnych odczuciach w stosunku do danej pracy. Jednakże, na początku trzeba powiedzieć, że mówimy tylko i wyłącznie w swoim imieniu oraz to że komentarze muszą być pozytywne lub neutralne. Unikamy wypowiedzi, które mogą zranić innych.



Ogród duszy

Autor: Katarzyna Góralczyk

Arkusz ucznia:

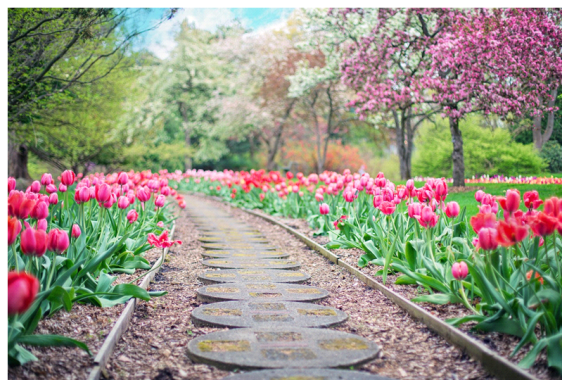
Przeczytaj fragment książki W. P. Young'a pt.: "Chata". Na podstawie tego opisu stwórz obraz przedstawiający własny ogród duszy.

„(...) - ogród jest naprawdę piękny i pełen Ciebie (...). Choć jest jeszcze mnóstwo do zrobienia, czuję się tutaj dziwnie dobrze, zupełnie jak w domu.

(...) - I powinieneś się tak czuć, bo ten ogród to twoja dusza. Bałagan też jest twój! Ty i ja razem pracowaliśmy w twoim sercu. A ono jest piękne i dzikie, choć się zmienia. Tobie wydaje się, że panuje tu nieład, natomiast ja widzę tworzący się, doskonały wzór... żywy fraktal”



Załączniki:



"Chata"
William P. Young

„(...) - ogród jest naprawdę piękny i pełen Ciebie (...). Choć jest jeszcze mnóstwo do zrobienia, czuję się tutaj dziwnie dobrze, zupełnie jak w domu.

(...) - I powinieneś się tak czuć, bo ten ogród to twoja dusza. Bałagan też jest twój! Ty i ja razem pracowaliśmy w twoim sercu. A ono jest piękne i dzikie, choć się zmienia. Tobie wydaje się, że panuje tu nieład, natomiast ja widzę tworzący się, doskonały wzór... żywy fraktal”



Grupowa parasolka

Autor: Katarzyna Góralczyk

Klasa 4-8
lub LO

Cele zajęć:

rozwijanie umiejętności pracy w grupie

Przebieg zajęć:

1. Nauczyciel wyświetla uczniom zdjęcie (załącznik) na tablicy i pyta ich o temat dzisiejszych zajęć, czyli "grupa".
2. Nauczyciel prosi uczniów, aby w grupach 2-3 osobowych stworzyli definicję grupy. Uczniowie prezentują swoje odpowiedzi.

Definicje grupy wg Słownika PWN:

1. «pewna liczba jednostek skupiona w całość»
2. «zbiorowość, której członkowie połączeni są jakąś więzią»
3. «zespół ludzi, np. spełniających określone zadanie»

3. Uczniowie pracują w grupach 3-4 osobowych. Mają za zadanie wykonać obraz 3D parasolki. Przykładowy filmik z tworzenia takiego obrazu znajduje się tutaj: <https://www.youtube.com/watch?v=smOxoxFQCHI> ("rainy day" wyk. Krokotak).

Założmy, że masz 4 grupy, rozdziel następująco materiały:

Grupa A: brystol, nożyczki, 2 mazaki: niebieski, zielony

Grupa B: brystol, klej, 2 mazaki: żółty, czerwony

Grupa C: 2x kartka papieru A4, nożyczki, 2 mazaki: zielony, czerwony

Grupa D: 2x kartka papieru A4, klej, 2 mazaki: czarny, żółty



Grupowa parasolka

Autor: Katarzyna Góralczyk

Klasa 4-8
lub LO

Zadanie polega na tym, aby uczniowie w trakcie robienia swojej pracy wymieniali się potrzebnymi materiałami.

W trakcie ich pracy możesz włączyć uczniom muzykę instrumentalną, np.: <https://www.youtube.com/watch?v=NliYy7iqh-U&t=237s> (Relaxing Music Mix | BEAUTIFUL PIANO, wyk. Epic Music World)

Pytania na koniec zadania z wykonania parasolki:

- Czy udało się nam jako klasie wykonać zadanie?
- Co zrobiliśmy dobrze?
- Nad czym powinniśmy popracować jako grupa?

4. Nauczyciel włącza krótki filmik (1:22 min - <https://www.youtube.com/watch?v=t2Oc-dvSsDw> "Team work - funny animation", wyk. CGunity) przedstawiający pracę zespołową. Nauczyciel prosi uczniów o zastanowienie się, jakie są cechy dobrego zespołu.

5. Nauczyciel zapisuje na tablicy: "Najważniejszą rzeczą w życiu nie jest to co robimy, ale ludzie, którzy są z nami" i prosi uczniów o wyjaśnienie tego zdania. Czy zgadzają się z tym? Dlaczego tak lub dlaczego nie?

Praca domowa dla uczniów: stworzenie krótkiego filmiku, pokazującego pracę zespołową. Mogą wykonać to wspólnie jako klasa lub podzielić się na grupy.



Grupowa parasolka

Autor: Katarzyna Góralczyk

Klasa 4-8
lub LO

Załączniki:



Czy plotka może zranić?

Autor: Anna Leszczyńska

godzina
wychowawcza,
etyka

Przygotowania:

- Arkusz papieru A1
- Karteczki – „cenki”
- Padlet ze zdjęciem plotkujących osób (<https://padlet.com/>) – przykład na stronie <https://schoolthemes.wordpress.com/2017/11/10/padlet-i-jak-go-uzywac/>
- Kartki z opowiadaniem

Przebieg lekcji:

1. Nauczyciel pyta uczniów, czy byli kiedyś ofiarami plotkowania.
2. Wspólnie wypisuje z uczniami, w jaki sposób można stać się ofiarą plotek:
 - a. na korytarzu w czasie przerw
 - b. na portalu społecznościowym
 - c. przez sms
 - d. poza szkołą
 - e. itp.
3. Nauczyciel prosi uczniów, żeby przykleili „cenki” obok zdania, które jest dla nich prawdziwe.
4. Nauczyciel wyświetla na tablicę obraz z padletu z plotkującą parą – udostępnia padlet przez kod QR i prosi uczniów, żeby wpisali, co osoby ze zdjęcia/rysunku mówią sobie na ucho. Gdy uczniowie przestaną wypisywać „plotki”, nauczyciel rozmawia z uczniami na temat wypisanych plotek i o odczuciach, jakie towarzyszyły czytaniu i pisaniu.
5. Nauczyciel rozdaje tekst opowieści o św. Filipie Neriuzsu. Uczniowie czytają przypowieść, po czym wspólnie rozmawiamy o tym jak ją rozumiemy.



Czy plotka może zranić?

Autor: Anna Leszczyńska

godzina
wychowawcza,
etyka

6. Uczniowie w parach odgrywają role:

a. Twoja przyjaciółka/ przyjaciel zdradził/a Twój sekret, przez co inni koledzy i koleżanki śmiali się z Ciebie – czy wybaczysz jej? Spróbuj się też dowiedzieć,

dlaczego ona/on to zrobił/a.

b. Jesteś przyjaciółką/ przyjacielem, która zdradził/a sekret przyjaciela/przyjaciółki, w wyniku czego inni śmiali się z niego/ z niej. Zrozumiałaś swoje złe

zachowanie i prosisz o przebaczenie. Nie wiesz, dlaczego to zrobiłaś.

7. Wybrane pary mogą zaprezentować swoje scenki.

8. Siadacie w kręgu i każda osoba mówi o swoich wrażeniach z zajęć.

Przypowieść

Pewna kobieta przyznała się św. Filipowi Neriuszowi, że obmawia innych. „Często ulegasz tej wadzie?” - zapytał święty. „O tak, bardzo łatwo popełniam obmowę” - odpowiedziała. Na co święty odparł: „Córko, twoja wina jest wielka, ale Miłosierdzie Boże nieskończone. Nie wątpię, że - dzięki postanowieniu poprawy i gorącej modlitwie - wkrótce zapanujesz nad tą brzydką skłonnością. Za pokutę spełnisz następującą rzecz: idź na targ, kup zabitą, ale nieoskubaną kurę, następnie za miastem przejdź się kilka razy w tę i tamtą stronę, a w ciągu spaceru oskub całą kurę. Po skończeniu wróć do mnie i zdam mi sprawę z dokładnego spełnienia rozkazu, który ci daję w imieniu Pana Boga”. Kobieta zdziwiła się, ale poszła na targ, kupiła kurę i oskubała ją w drodze. Wróciła do swego spowiednika, spiesząc się, by poznać znaczenie tej pokuty. „Wiernie spełniłaś pierwszą część rozkazu lekarza twojej duszy. Wypełnijże teraz drugą, a będziesz zupełnie uzdrowiona. Wróć w to samo miejsce, obejdź te same drogi, po których idąc, skubałaś kurę, i pozbieraj wszystkie pióra, które rozrzuciłaś” - polecił św. Filip. „Ależ to niewykonalne!” - zawołała kobieta. „Rzucalam pióra bez zastanowienia po obydwu stronach drogi, wiatr je rozrzucał po polach. Jakże więc możesz żądać, ojcze, abym je zebrała?” - pytała. „A widzisz, moja córko. Obmowa to rzecz tego samego rodzaju co pióra, które wzbranasz się zbierać po rozsypaniu. Twoje niebaczne słowa również rozeszły się w różnych kierunkach. Idź, dogoń je, jeśli możesz! Pamiętaj i nie grzesz więcej!” - dodał zakonnik. Nie rzucaj piór na wiatr.



Wychodzimy z etyką na korytarze

Autor: Anna Leszczyńska

Temat: Poczujemy się lepiej. Akcja.

Przygotowania:

Kartki A4, pisaki, taśma klejąca lub masa mocująca

Powiadomienie dyrekcji i nauczycieli o akcji.

1. Rozmawiamy z uczniami o możliwości przeprowadzenia akcji, wychodzącej poza ściany klasy.
2. Akcja ma na celu wzmocnienie uczniów, ale też jest nieco żartobliwa
3. Uczniowie wycinają chmurki z kartek A4, na których piszą wymyślone przez siebie zdania, które uważają za wzmacniające i takie, które sami chcieliby usłyszeć.

Moi uczniowie napisali np..:

*Dzięki Tobie czuję się szczęśliwy.
Twoje zdanie ma dla mnie znaczenie.
Dzięki Tobie zmieniłem się na lepsze.
Przyjaźń z Tobą daje mi siłę.
Twoje zdanie jest dla mnie ważne.
Lubię siebie.
Jestem jaki jestem i dobrze mi z tym.
Lubię Twój uśmiech.*

Ale też:

To ja zjadłem Twoją pizzę.

I inne śmieszne zdania.



Ucieczka do wolności

CZAS: około 3 lekcje WIEK: 14-16 lat

Autor: Anna Leszczyńska

Cel

- Uwrażliwienie uczniów na współczesny problem globalny, jakim jest emigracja
- Zrozumienie, że emigracja często jest spowodowana poważnymi problemami we własnym kraju
- Praca z mapą
- Rozwijanie umiejętności językowych
- Wykorzystanie technologii komputerowej
- Praca w grupach – współpraca

PRZYGOTOWANIA:

- padlet typu „canva”
- gra on-line <https://www.nationalgeographic.org/interactive/journey-freedom-underground-railroad/>
- film <https://www.youtube.com/watch?v=xS-Q2sgNjI8>
- mapy dla tych, którym byłyby potrzebne <https://www.nationalgeographic.org/education/mapping/nat-geo-mapmaker-kits/>
- ! mapy interaktywne <https://mapmaker.nationalgeographic.org/>
- tablety, o ile potrzebne.

Część pierwsza - XIX wiek USA

1. Informujemy uczniów, że będziemy pracować nad dłuższym projektem, który będziemy systematycznie wstawiać na padlet
2. Uczniowie zostają podzieleni na grupy i wchodzi na padlet, korzystając z kodu QR – wpisują tam imiona swoich grup, by potem gromadzić zadania
3. Uczniowie, również przy pomocy kodu QR, wchodzi na grę „Journey to Freedom” – ich zadaniem jest ucieczka z plantacji i dotarcie na północ USA – w czasach niewolnictwa; przy okazji poznają wiele faktów historycznych, np. informację o tzw. Underground Railroad.
4. Uczniowie mają za zadanie napisać list do przyjaciela z plantacji, list do prezydenta USA, zdania o swojej sytuacji w drugim i trzecim okresie warunkowym oraz z „wish”.



Ucieczka do **wolności**

CZAS: około 3 lekcje WIEK: 14-16 lat

Autor: Anna Leszczyńska

Część druga - czasy współczesne

1. Odtwarzam film <https://www.youtube.com/watch?v=xS-Q2sgNjI8>
2. Zadaję uczniom pytanie: „Dlaczego ludzie obecnie emigrują do innych krajów?”, pytam, gdzie emigrują Polacy i dlaczego? Pytam, czy są inne przyczyny niż wojny, naprowadzam uczniów na zmiany klimatyczne i środowiskowe.
3. Proszę, aby uczniowie wybrali jeden kraj, z którego postanawiają uciec. Robią mapę ucieczki, korzystając z interaktywnej mapy <https://mapmaker.nationalgeographic.org/>
Jeśli chcą, mogą wykorzystać mapy papierowe <https://www.nationalgeographic.org/education/mapping/nat-geo-mapmaker-kits/>
I wstawić na padlet zdjęcie.
4. Proszę, by uczniowie zrobili print screen z miejsca, z którego uciekają.
5. Proszę, by napisali:
 - a. 3 kartki z pamiętnika,
 - b. co ze sobą zabierają (3 rzeczy)
 - c. co i kogo zostawiają
6. Opcjonalnie - ustne podsumowanie z użyciem <https://online-voice-recorder.com/pl/>
7. Podsumowanie wszystkich zadań, dyskusja.

WSZYSTKIE ZADANIA UCZNIOWIE ROBIĄ W GRUPACH I WSTAWIAJĄ NA PADLET.



A friend in need **is a friend indeed**

Autor: Izabela Łukaszewska

Klasa 6-8
język angielski
czas: 45 minut

Cele lekcji:

- kształtowanie umiejętności swobodnego posługiwania się poznanym wcześniej materiałem gramatycznym
- kształtowanie umiejętności mówienia na temat przyjaźni, cech charakteru, emocji
- kształtowanie umiejętności słuchania
- doskonalenie umiejętności czytania i pisania
- poznanie słownictwa związanego z cechami charakteru, emocjami, przyjaźnią
- stymulowanie wyobraźni uczniów poprzez tworzenie opisu przyjaźni idealnej
- poznanie cech wyróżniających dobrego przyjaciela
- dzielenie się swoimi poglądami na forum grupy

Uczeń potrafi:

- rozumieć tekst
- czytać ze zrozumieniem
- słuchać ze zrozumieniem
- opisać idealnego przyjaciela
- podziękować i wyrazić wdzięczność

Techniki pracy:

- praca indywidualna, w parach i w grupach
- czytanie tekstu ze zrozumieniem; ćwiczenia ze słuchu (wpisywanie usłyszanych zwrotów, wypełnianie luk, oglądanie filmu, koncentracja na poszczególnych informacjach, odpowiedzi na pytania),
- praca z tekstem
- słuchanie piosenki, uzupełnianie luk
- ćwiczenie mówienia



A friend in need **is a friend indeed**

Autor: Izabela Łukaszewska

Klasa 6-8
język angielski
czas: 45 minut

Środki i pomoce dydaktyczne:

- nagranie audio
- film
- karteczki z fragmentami cytatów
- arkusze papieru, markery
- karty pracy
- kubki plastikowe oraz ryż (1kg, w zależności od liczebności grupy).

Przed rozpoczęciem zajęć należy przygotować salę tak, aby umożliwić uczniom pracę w kilku grupach. Ustawiamy stoliki a dookoła nich krzesła. Na środku sali pozostawiamy wolną przestrzeń. Nauczyciel zapisuje na tablicy rozsypane słowa, które utworzą przysłowie A friend in need is a friend indeed. Zanim uczniowie wejdą do klasy, nauczyciel wręcza uczniom karteczki w tylu kolorach, ile jest grup. Uczniowie zajmują miejsca w grupach.

Przebieg zajęć:

1. Nauczyciel wita dzieci i sprawdza obecność.
2. Nauczyciel prosi uczniów, aby ułożyli przysłowie z rozsypanki i odgadli temat zajęć.
3. Uczniowie oglądają film dotyczący przyjaźni i idealnego przyjaciela
Film : Little Voices: What Makes a Good Friend? <https://www.youtube.com/watch?v=ReMq3KX8F94>
4. Uczniowie podają cechy dobrego przyjaciela, wymienione w filmie.
5. Uczniowie pracują w grupach, opracowują plakat, przedstawiający cechy idealnego przyjaciela, w razie potrzeby korzystają ze słowników.



A friend in need **is a friend indeed**

Autor: Izabela Łukaszewska

Klasa 6-8
język angielski
czas: 45 minut

6. Uczniowie przedstawiają efekty swojej pracy, omawiają cechy idealnego przyjaciela.
7. Nauczyciel rozdaje koperty z wyciętymi fragmentami cytatów (karta ucznia 1). Uczniowie pracują w grupach/parach, łączą fragmenty zdań.
8. Uczniowie wspólnie z nauczycielem sprawdzają poprawność wykonanego zadania oraz tłumaczą znaczenie cytatów.
9. Nauczyciel rozdaje uczniom kartę pracy z tekstem piosenki (karta ucznia 2). Uczniowie słuchają piosenki oraz uzupełniają brakujące wyrazy, a następnie wspólnie sprawdzają wykonane zadanie.
10. Nauczyciel rozdaje jednorazowe kubeczki, do których przesypuje każdemu uczniowi ryż. Uczniowie podchodzą do siebie nawzajem, przesypują część ryżu oraz dziękują sobie za bycie dobrym kolegą (np. Thank you for being friendly/honest/funny/etc.)

<https://coaching4smart.wordpress.com/2012/12/27/cwiczenie-na-integracje-przekazywanie-i-odbior-pozytywnego-komunikatu>.
11. Podsumowanie zajęć.
12. Zakończenie zajęć i pożegnanie uczniów.



A friend in need is a friend indeed

Klasa 6-8
język angielski
czas: 45 minut

Autor: Izabela Łukaszewska

KARTA PRACY 1 - UCZEŃ

"True friendship comes when the silence between	walks in when the rest of the world walks out." – Walter Winchell
"Friendship is born at that moment when one person says to another, 'What! You too?'	How much good inside a day? Depends how good you live 'em. How much love inside a friend? Depends how much you give 'em." – Shel Silverstein
"A single rose can be my garden... a single	so I never have to live without you." – Winnie the Pooh
"How many slams in an old screen door? Depends how loud you shut it. How many slices in a bread? Depends how thin you cut it.	unless it is a friend with chocolate." – Linda Grayson
"A real friend is one who	two people is comfortable." – David Tyson
"If you live to be 100, I hope I live to be 100 minus 1 day,	friend, my world." – Leo Buscaglia
"There is nothing better than a friend,	I thought I was the only one." – C.S. Lewis

KARTA PRACY 2 - UCZEŃ

Tekst piosenki:

Thank You - Best Friendship Song EVER - No Limitz

<https://www.youtube.com/watch?v=PTDoRLdJ1kg>

It's the way you smile at me
It's the way you make me
It's the way you always find the words to say
Everything that you
Everything that you take
It's the way you to meet me half way
I'm so glad we share this world, your love is a gift, I treasure it.
So thank you, thank you, thank you for you
Your open arms know how to hold
Your open welcomes me
Your honesty is something I take comfort in
Showing me the day
You show me love my eyes can't see
Because of you my life is simply
So thank you, thank you, thank you for being you
Thank you, thank you, thank you for being you
Your love's a gift I it.
Simply beautiful
Thank you thank you thank you for being you
Thank you thank you thank you for being you



A friend in need is a friend indeed

Klasa 6-8
język angielski
czas: 45 minut

Autor: Izabela Łukaszewska

"True friendship comes when the silence between two people is comfortable."
– David Tyson

"Friendship is born at that moment when one person says to another,
'What! You too? I thought I was the only one.'
– C.S. Lewis

"A single rose can be my garden... a single friend, my world."
– Leo Buscaglia

"How many slams in an old screen door? Depends how loud you shut it.
How many slices in a bread? Depends how thin you cut it.
How much good inside a day? Depends how good you live 'em.
How much love inside a friend? Depends how much you give 'em."
– Shel Silverstein

"A real friend is one who walks in when the rest of the world walks out."
– Walter Winchell

"If you live to be 100, I hope I live to be 100 minus 1 day,
so I never have to live without you."
– Winnie the Pooh

"There is nothing better than a friend, unless it is a friend with chocolate. "
– Linda Grayson

KARTA PRACY 1 - NAUCZYCIEL

KARTA PRACY 2 - NAUCZYCIEL

Tekst piosenki:

Thank You - Best Friendship Song EVER - No Limitz

<https://www.youtube.com/watch?v=PTDoRLdJ1kg>

It's the way you smile at me
It's the way you make me **laugh**
It's the way you always find the words to say
Everything that you **give**
Everything that you take
It's the way you **choose** to meet me half way
I'm so glad we share this world, your loves a gift, I treasure it.
So thank you, thank you, thank you for **being** you
Your open arms know how to hold
Your open **door** welcomes me
Your honesty is something I take comfort in
Showing me the **perfect** day
You show me love my eyes can't see
Because of you my life is simply **beautiful**.
So thank you, thank you, thank you for being you
Thank you, thank you, thank you for being you
Your love's a gift I **treasure** it.
Simply beautiful
Thank you thank you thank you for being you
Thank you thank you thank you for being you

Thank You - © 2010 No Limitz Music Written by Josh Rob Gwilliam,
Sherry Crawford, Dana Blayone



Czasem przyjemne, czasem mniej, ale zawsze potrzebne – nasze emocje

godzina
wychowawcza
dla klas 4-6

Autor: Anna Nakonieczna-Wiącek

Czas pracy: 90 minut

Cel

- Kształtowanie umiejętności zauważania i wyrażania emocji.
- Kształtowanie umiejętności akceptacji i przeżywania 'trudnych' emocji.
- Odróżnianie emocji od zachowań.
- Pomoc w zrozumieniu potrzeb i emocji innych – empatia.

Wszystkie emocje są nam potrzebne. Nie ma dobrych czy złych. Są przyjemne i mniej przyjemne w przeżywaniu. Ale każda odczuwana przez nas emocja jest ważna, bo daje nam informację na temat tego, co się w nas dzieje. Emocje to nasz wewnętrzny barometr. Emocje MUSZĄ być zauważone. Nawet te trudne. Tymczasem nasza kultura nadal wyżej ceni sobie myślenie (rozum) niż czucie (serce). Bardziej lub mniej świadomie przekazujemy wtłoczone nam do głów wzorce naszym dzieciom i uczniom, wzmacniając w nich przekonanie, że to co czują, nie zawsze jest w porządku! Uczymy dzieci braku akceptacji swoich emocji i odczuć. Pozornie pomagając, pocieszając: „nie ma powodu do płaczu” (a właśnie, że jest, bo skoro dziecko płacze, to znaczy, że MA powód), „nie ma się czego bać” (ale FAKTEM jest, że dziecko odczuwa strach) podważamy zdolność oceny sytuacji, nie dajemy prawa do odczuwania lęku, gniewu czy bezsilności. Mówiąc „za to zachowanie będziesz miał karę” patrzymy na rezultat, a nie na przyczynę. „W naszym domu się nie złości i nie krzyczymy” – słysząc to, dziecko blokuje w sobie naturalne sposoby wyrażania złości czy gniewu, które konsekwentnie będą zamieniać się w poczucie winy i wyalienowania. Dziecko, jak i każdy dorosły, ma prawo do złości. Nauczmy je „obsługiwać” trudne uczucia, rozmawiajmy, jak można się zachować, czując gniew czy oburzenie, ale nie negujmy samego odczucia. Uczucia zawsze przychodzą do nas po coś. Chcą nam przekazać coś ważnego, chcą, żebyśmy na nie zareagowali. Emocje mogą nas ostrzegać lub alarmować. Są jak drogowskazy. Ignorowanie, wypieranie, deprecjonowanie czy tłumienie ich, zawsze skończy się porażką i cierpieniem. Doceniajmy wartości uczuć. Szanujmy to, co mówią nam nasze serca. Akceptujmy. Nie oceniamy. Dbajmy o higienę psychiczną i pokazujmy naszym uczniom, jak to robić.

Czasem przyjemne, czasem mniej, ale zawsze potrzebne – nasze emocje

godzina
wychowawcza
dla klas 4-6

Autor: Anna Nakonieczna-Wiącek

1 Burza mózgów

- Czym są emocje?
- Jakie znasz emocje?
- Jakie są typowe zachowania towarzyszące danym emocjom?

Podsumowanie: emocje są różnorodne, każdy z nas je przeżywa. Nie ma emocji dobrych i złych, bo wszystkie są ważne i potrzebne.

2 Co czujesz kiedy...?

Kserujemy i wycinamy tab.1. Dzieci pracują w grupach. Każda grupa dostaje swoją kopię pytań. Poszczególne dzieci losują prostokąt z pytaniem i odpowiadają na nie. Jeśli ktoś ma ochotę coś dodać, można przedyskutować pytanie wspólnie, poopowiadać o swoich doświadczeniach. Na koniec robimy wspólne podsumowanie klasowe.

3 Mapa ratunkowa

Dzieci ponownie pracują w grupach. Każda grupa dostaje kartkę, na środku której jest umieszczony napis (do wyboru): ZŁOŚĆ/ GNIEW/ LĘK/ SMUTEK/ WSTYD/ ZAZDROŚĆ etc. Uczniowie tworzą mapę pomysłów, co konstruktywnego można zrobić, kiedy czujemy daną emocję. Jak można sobie pomóc?

(Moi uczniowie mieli takie pomysły: GNIEW – pobiegać, pograć na komputerze, pokrzyzczeć, pograć na instrumencie (szkoła muzyczna), porozmawiać z przyjacielem, pokopać piłkę, zjeść coś chrupiącego ;))



Czasem przyjemne, czasem mniej, ale zawsze potrzebne – nasze emocje

godzina
wychowawcza
dla klas 4-6

Autor: Anna Nakonieczna-Wiącek

4 Zachowania vs. uczucia

Uczniowie pracują indywidualnie, łączą połówki zdań.

Podsumowanie: Nie utożsamiaj się ze swoimi emocjami. Są Twoje, ale nie są Tobą. Jesteś kimś więcej niż swoim gniewem czy lękiem. Masz prawo odczuwać całą gamę emocji.

5 Uczucia jak barometr

(Przygotowując to ćwiczenie, inspirowałam się treściami z książki Eline Snel – „Spokój i uważność żabki”)

To, co czujemy, można porównać do pogody. Czasem jesteśmy zadowoleni i weseli – wtedy w naszych sercach świeci słońce. Innym razem przychodzą gradowe chmury i wtedy złościmy się i gniewamy. Nie mamy wpływu na to, czy świeci słońce, czy pada deszcz. Tak samo jak nie mamy wpływu na to, jakie emocje do nas przyjdą. Ale możemy umieć na nie odpowiednio zareagować. Możemy się ich nauczyć. Tak jak możemy wziąć parasol, żeby nie zmoknąć.

Jaka pogoda jest teraz w Twoim wewnętrznym świecie? Co czujesz? Czy w Twoim sercu świeci słońce? Czy jesteś zrelaksowany? A może czymś się denerwujesz? Nie zastanawiaj się nad tym specjalnie długo, po prostu weź kredki lub flamastry i zrób rysunek. Przelej na papier to, co czujesz. Kiedy skończysz, popatrz na swój rysunek, ale nie oceniaj go. Popatrz z ciekawością. Tak jak małe dziecko patrzy na każdy listek na spacerze. Po prostu popatrz i poczuj...

Jak myślisz – jakie będzie Twoje samopoczucie na koniec dnia? Jaki będziesz miał nastrój? Zostanie taki sam jak teraz? A może zmieni się? Jeśli chcesz, możesz zrobić drugi rysunek, a potem sprawdzić, czy dobrze przewidziałeś swój nastrój!



Czasem przyjemne, czasem mniej, ale zawsze potrzebne – nasze emocje

godzina
wychowawcza
dla klas 4-6

Autor: Anna Nakonieczna-Wiącek

tabela 1

Co czujesz, kiedy ktoś na Ciebie krzyczy?	Co czujesz, kiedy musisz rozmawiać z kimś, kogo nie lubisz?	Co czujesz, kiedy ktoś się z Ciebie śmieje?
Co czujesz, kiedy inne dzieci nie chcą spędzać z Tobą czasu?	Co czujesz, kiedy ktoś Ci mówi, że nie masz racji?	Co czujesz, kiedy ktoś Cię okłamuje?
Co czujesz, kiedy jesteś sam w domu?	Co czujesz, kiedy musisz poprosić kogoś o pomoc?	Co czujesz, kiedy nie stać Cię na to, żeby kupić coś, co bardzo chcesz mieć?
Co czujesz, kiedy widzisz, że ktoś daje klapsa dziecku?	Co czujesz, kiedy masz za dużo pracy?	Co czujesz, kiedy ktoś potraktuje Cię niesprawiedliwie?



Czasem przyjemne, czasem mniej, ale zawsze potrzebne – nasze emocje

godzina
wychowawcza
dla klas 4-6

Autor: Anna Nakonieczna-Wiącek

tabela 2: zachowania vs. uczucia

Czasem czuję smutek ...	ale to nie znaczy, że nie potrafię być szczęśliwy.	Boję się zostać w ciemnym pokoju ...	ale nie jestem tchórzem.
Wczoraj na lekcji rozplakałam się ...	ale nie jestem beksą.	Mama była rozczarowana moim zachowaniem ...	ale to nie znaczy, że mnie nie kocha.
Pokłóciłam się z Anią ...	ale to nie znaczy, że nie jestem dobrą przyjaciółką.	Zazdroszczę mojej siostrze stopni w szkole ...	ale to nie znaczy, że nie jestem z niej dumny.
Oklamałem moich rodziców ...	ale to nie znaczy, że ich nie szanuję.	Zosia się na mnie wściekła ...	ale i tak wiem, że zawsze mogę na nią liczyć.
Michał dzisiaj się na mnie zezłościł ...	ale to nie znaczy, że mi nie przebaczy.		



Autor: Marta Rudzka

1 Muzyczne **lustra**

Materiały:

- lusterka kieszonkowe
- nagrania utworów o różnym charakterze (wesołe, smutne, złowrogie, spokojne, ekscytujące, itp.)

Przebieg:

Każde dziecko otrzymuje lusterko. Nauczyciel prosi dzieci o wsłuchanie się w muzykę oraz obserwowanie swoich twarzy. Prosi o zastanowienie się, jak czują się, słuchając poszczególnych nagrań. Po wysłuchaniu nagrań dzieci własnymi słowami opowiadają o swoich wyrazach twarzy i emocjach.

2 Żywe **lustra**

Przebieg:

Dzieci łączą się w pary. Wyrażają różne emocje, a ich partnerzy naśladują je niczym lustra. Nazywają wyrażane emocje.

3 Kiedy jestem **smutny...**

Materiały:

- zestaw par ilustracji/fotografii (emocje i odpowiadające im zachowania)

Przebieg:

Dzieci zmieniają partnerów. Każda para otrzymuje zestaw ilustracji. Łączy je w pary. Następnie tworzy zdania, np. „Kiedy jestem smutny, słucham muzyki.”

Drugi wariant:

Po ułożeniu par, dzieci tworzą własne ilustracje nowych par lub zdania według własnego pomysłu.



Autor: *Marta Rudzka*

4 Po której **jesteś** stronie?

Materiały:

- zestaw ilustracji/fotografii (emocje)
- kolorowa taśma klejąca lub sznur lub kilka skakanek

Przebieg:

Dzieci kategoryzują ilustracje z poprzedniego ćwiczenia. Na tablicy przyklejają emocje. Po jednej stronie te, które są dla nich miłe i przyjemne. Po drugiej te, które są dla nich trudne. Nauczyciel oddziela emocje linią. Wyjaśnia, że wszystkie emocje są dobre i potrzebne, ale nie wszystkie lubimy tak samo. Następnie nauczyciel wspólnie z dziećmi za pomocą taśmy lub skakanek tworzy linię na podłodze. Linia odpowiada podziałowi emocji na tablicy. Dzieci ustawiają się wzdłuż linii. Nauczyciel odczytuje zdania obrazujące różne sytuacje. Dzieci przeskakują na stronę emocji, które te sytuacje w nich wywołują.

Przykładowe sytuacje do odczytania:

- Zgubiłam/em mój ulubiony długopis.
- Właśnie się obudziłam/em.
- Za dwa tygodnie jadę na wakacje.
- Słucham ulubionej muzyki.
- W radio leci piosenka, której nie lubię.
- Przez godzinę sprzątałam/em pokój.
- Mój pies zniszczył moją budowlę z klocków.
- Bawię się z przyjaciółmi.
- Odrabiam trudną pracę domową.
- Mama przyrządziła mój ulubiony obiad.

Drugi wariant:

Dzieci na zmianę wymyślają sytuacje dla pozostałych. Nauczyciel przeskakuje linię z dziećmi.



5 Śmieszna **chusteczka**

Autor: Marta Rudzka

Materiały:

- chusteczki higieniczne

Przebieg:

Dzieci łączą się w pary. Nauczyciel pyta dzieci, jak się teraz czują i wręcza każdej parze chusteczkę higieniczną. Dzieci na zmianę unoszą chusteczki jak najwyżej, a następnie upuszczają. Ich partnerzy śmieją się najgłośniej jak mogą tak długo, jak ich chusteczka unosi się w powietrzu. Następnie nauczyciel pyta dzieci, jak czują się po tym ćwiczeniu, czy coś się zmieniło.

6 Emocjonalny **barometr**

Materiały:

- duży brystol
- kredki, mazaki, farby, itp.
- klej
- ozdoby, np. kolorowe papiery, naklejki, piórka, cekiny, itp.
- słoiki lub pudełka
- spinacze do bielizny

Przebieg:

Na zakończenie zajęć dzieci wspólnie wykonują klasowy barometr uczuć. Nauczyciel przygotowuje stacje i omawia poszczególne elementy barometru:

Stacja 1. – Wycinanie i ozdobienie barometru.

Stacja 2. – Przygotowanie i ozdobienie ilustracji emocji. Wariant: ozdobienie wydrukowanych ilustracji.

Stacja 3. – Ozdobienie słoików/pudełek „Co mogę z tym zrobić?” Każdy słoik/pudełko to inna emocja, np. „Jestem smutna/y.”, „Jestem zdenerwowana/y.”, „Jestem podekscytowana/y.” Do oznaczenia słoików można wykorzystać ilustracje z ćwiczenia 3.

Stacja 4. – Ozdabianie spinaczy. Naklejanie karteczek z imionami.

Dzieci decydują, przy której stacji chcą pracować. Zmieniają stacje, jeśli potrzebują. Na koniec dzieci przypinają swoje spinacze w odpowiednim miejscu na barometrze. Następnie nauczyciel zachęca dzieci do wylosowania karteczki ze słoików/pudełek „Co mogę z tym zrobić?” Na karteczkach znajdują się podpowiedzi, dotyczące różnych stanów emocjonalnych.



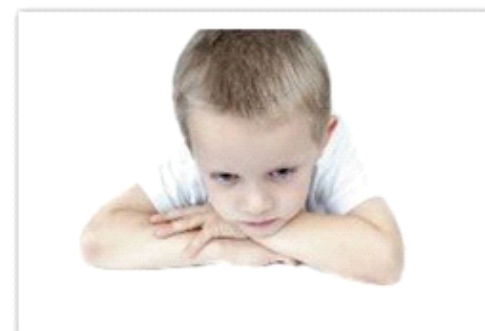
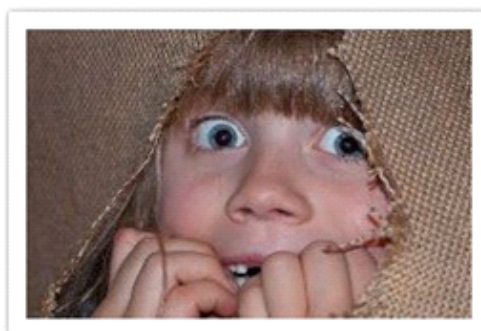
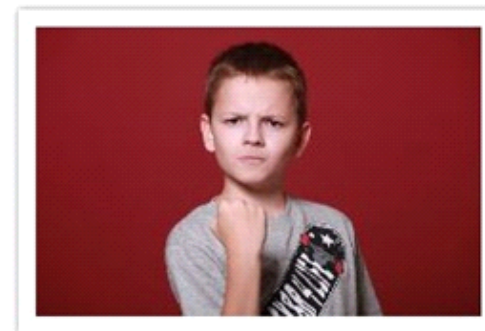
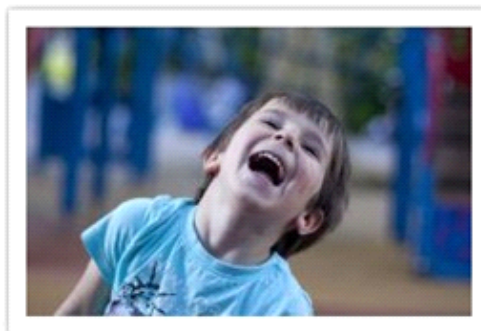
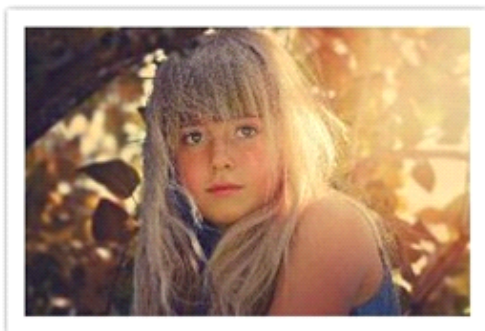
Nazywamy **emocje**

klasy 1-3

Autor: Marta Rudzka

Ilustracje do ćwiczenia 3.

Emocje



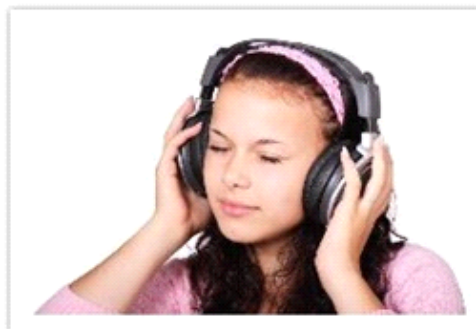
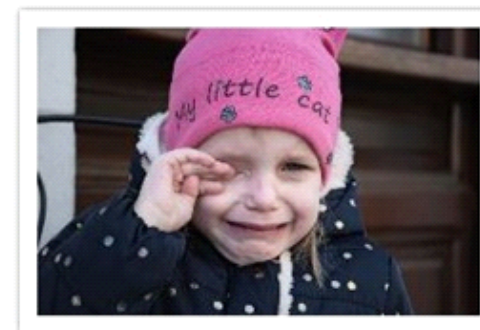
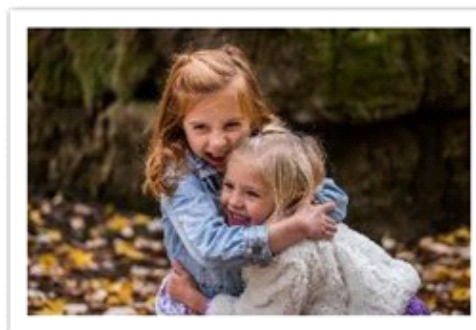
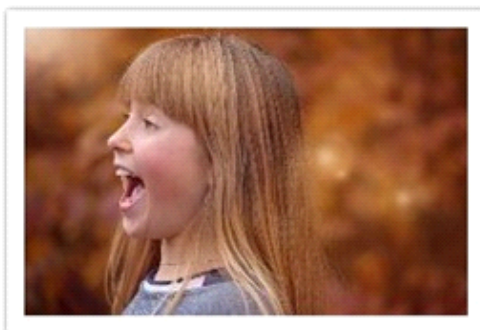
Nazywamy **emocje**

klasy 1-3

Autor: Marta Rudzka

Ilustracje do ćwiczenia 3.

Zachowania



Nazywamy **emocje**

klasy 1-3

Autor: *Marta Rudzka*

Karteczki „Co mogę z tym zrobić?” (Propozycje do wydrukowania i wycięcia)

Jestem smutna/y.	Jestem zdenerwowana/y.	Jestem podekscytowana/y.
Posłuchaj muzyki.	Narysuj swoją złość.	Opowiedz komuś o swojej radości.
Porozmawiaj z przyjacielem.	Zgnieć kartkę papieru.	Pobaw się z przyjaciółmi.
Pomyśl o czymś miłym.	W myślach policz od 1 do 10 i od 10 do 1.	Śmiej się głośno przez 2 minuty.
Przytul kogoś.	Porozmawiaj z przyjacielem.	Narysuj swoją radość.
Narysuj swój smutek.	Pomyśl o czymś miłym.	Podskocz 10 razy.
Zrób sobie przerwę.	Przytul kogoś.	Powiedz coś miłego koleżance lub koledze obok.
Poczytaj wesołą książkę.	Zrób sobie przerwę.	Przytul kogoś.
Pobaw się z przyjaciółmi.	Podskocz 10 razy.	Weź 5 głębokich oddechów.
Weź 5 głębokich oddechów.	Weź 5 głębokich oddechów.	Przybij piątkę wszystkim koleżankom i kolegom z klasy.
Zamknij oczy i przenieś się w wyobraźni w swoje ulubione miejsce.	Zamknij oczy i przenieś się w wyobraźni w swoje ulubione miejsce.	Uśmiechnij się do kogoś.

Potrafę być dobry dla innych, **będę dobry dla siebie**

CZAS: 3 lekcje

Autor: Teresa Szpadzińska

Ćwiczenie polega na budowaniu świadomości dziecka na temat poczucia własnej wartości oraz wiary w siebie. Uczeń poznaje definicje obu pojęć, wie, jak ważne jest by być dla siebie dobrym. Potrafi dostrzegać to, co wartościowe i godne szacunku w innych ludziach. Praca w grupach.

Krok 1

Cel:
budowanie świadomości tego, że na to, jak postrzegamy człowieka, ma wpływ jego charakter, przekonania, wyznawane wartości, ale również to, co potrafi, jego uzdolnienia, kompetencje.

Zadanie:
Pytanie do uczniów: „Za co lubimy innych ludzi?” Uczniowie myślą o osobie, którą bardzo lubią i zapisują jej 3 cechy na karteczkach. Karteczki przyklejają na arkuszu papieru z odrysowanym konturem człowieka (flipchart). Jeśli na karteczce zapisana jest umiejętność / nabyta sprawność, przyklejamy ją na zewnątrz konturu, jeśli cecha lub wyznawana przez człowieka wartość – wewnątrz konturu. W razie wątpliwości grupa decyduje, gdzie umieścić karteczkę.

Krok 2

Cel:
Budowanie świadomości tego, że osobę, którą lubimy, traktujemy dobrze, bo jest dla nas ważna, wybaczymy jej błędy, a gdy jest jej źle to potrafimy pocieszyć. Akceptujemy ją i lubimy mimo porażek czy sukcesów.

Zadanie: Jak traktujemy kogoś, kogo lubimy? Rozdajemy uczniom wydrukowane pytania, grupy po dyskusji dzielą się wypracowanymi spostrzeżeniami.

- Jak traktuję lubianą przez siebie osobę, gdy ona dostanie gorszą ocenę?
- Jak traktuję lubianą przez siebie osobę, gdy na stołówce oblała się zupą?
- Jak traktuję lubianą przez siebie osobę, gdy niechcący nadepnęła mi na stopę? Czy wciąż ją wtedy lubimy?
- Jak traktuję lubianą przez siebie osobę, gdy zdobyła medal na maratonie?

(Przykłady wymyślamy stosownie do wieku uczniów).



Potrafę być dobry dla innych, **będę dobry dla siebie**

CZAS: 3 lekcje

Autor: Teresa Szpadzińska

Jeśli uczniowie mimo powyższych porażek akceptują i wciąż lubią daną osobę, to karteczki z napisami „rozlana zupa”, „zła ocena” itp. również przyklejamy w kontur człowieka (mogą mieć inny kolor).

Krok 3

Cel:

Budowanie świadomości w obszarze sposobów traktowania własnej osoby przez pryzmat tego, jacy jesteśmy dla innych ludzi, którzy są dla nas ważni, wartościowi. Czy my sami dla siebie również jesteśmy wartościowi? Poczucie wartości jako warunek do tego, by być dobrym, wyrozumiałym, akceptującym dla samego siebie.

Zadanie:

Pytanie (może pozostać do przemyślenia, chyba, że uczniowie chcą się wypowiedzieć). Czy pomyślałeś kiedyś o sobie jak o kimś ważnym, wartościowym, kimś, kto zasługuje na te wszystkie dobre rzeczy, na dobre traktowanie, które opisaliśmy wcześniej w ćwiczeniu dotyczącym osób, które są dla nas ważne i które lubimy? Dyskusja: „Czy możemy w taki sam sposób traktować siebie jak osoby, które lubimy?” W jaki jeszcze sposób możemy okazać, że jesteśmy dla siebie dobrzy? Uczniowie w grupach wymyślają po 4 przykłady.

Stawiać granice, komunikować, jeśli ktoś robi nam coś, czego nie chcemy – stawać we własnej obronie; dbać o higienę; uprawiać sport; akceptować, że popełniamy błędy, przyznawać się do nich.

Jest to możliwe wtedy, gdy mamy poczucie własnej wartości, czyli akceptujemy siebie ze swoimi mocnymi i słabymi stronami pomimo porażek i bez względu na sukcesy. To przekonanie o swojej godności i wartości jako człowieka.

Krok 4

Cel:

Uczeń odróżnia pojęcia poczucia własnej wartości oraz wiary we własne siły.

Zadanie: Uczniowie w grupach próbują stworzyć definicję wiary w siebie. Od czego ona zależy? Porównują ją z definicją podaną w książce Jespera Juula „Kryzys szkoły”:

Wiara w siebie, nazywana też czasem pewnością siebie, odnosi się do tego, co potrafisz. Zależy od moich umiejętności, od tego jak dobry jestem w różnych dziedzinach życia.



Potrafę być dobry dla innych, **będę dobry dla siebie**

CZAS: 3 lekcje

Autor: Teresa Szpadzińska

Zadanie:

Zastanów się i zapisz, rozwój jakich umiejętności mógłby się przyczynić do wzrostu twojej wiary w siebie, jak realnie ich rozwój wpłynąłby na twoje życie - przykłady.

Przypomnij sobie z zajęć sposoby na bycie dla siebie dobrym. Zapisz 2 rzeczy, które zastosujesz od dziś. Narysuj odbicie swojej twarzy w lusterku z emocją, którą czujesz po wykonaniu zadania.

Co mogę wziąć z zewnątrz?
Jakie umiejętności rozwijać/
nabywać?



Nasi autorzy

Ambasadorzy Roku Relacji



Ewa Bielik - filolog polski (UMK w Toruniu), logopeda oraz nauczyciel bibliotekarz. Uwielbia rozwijać pasje i zainteresowania czytelnicze wśród sieciowych tubylców. Z zamiłowania - glottodydaktyk, inicjatorka wielu działań edukacyjnych, popularyzatorka teatryku Kamishibai.

Beata Chojnowska-Gąsiorek - nauczycielka informatyki w gimnazjum, liceum, obecnie w Szkole Podstawowej Nr 6 w Gdyni. W roku szkolnym 2018/2019 uzyskała certyfikat Microsoft Innovative Educator Expert. Dzięki wielu szkoleniom nauczycieli uzyskała tytuł MIE Master Trainer 2018-2019. Pasjonatka nowych technologii, twórcza i realizator ogólnopolskich projektów e-Twinning, ambasadorka innowacyjnych ogólnopolskich programów edukacyjnych "Wiosna edukacji", "Rok Relacji", należąca do ogólnopolskiej grupy "Eduzmieniaczy", pomorskiej sieci współpracy "Zdolni z Pomorza", "Aktywna tablica" oraz "Odpowiedzialni Cyfrowo".

Małgorzata Dobke-Buszman - nauczycielka języka angielskiego i historii SP 35 Gdańsk, edukator ekspert i trener społeczności Microsoft Education (MIE Expert, MIE Trainer, MIE Master Trainer 2018/19), certyfikowany trener metody eduScrum, ambasadorka innowacyjnych programów edukacyjnych Wiosna Edukacji, Rok Relacji, Skype w klasie, prelegentka i organizatorka konferencji (Redzki Maraton Edukacyjny, Rok Relacji Gdańsk, 21st Century Teachers - Lagos, Port Harcourt)

Dr Joanna Femiak - psycholog, filozof, Dyrektor Personnel Training Institute.

Katarzyna Góralczyk - metodyk oraz nauczyciel języka angielskiego w szkole językowej 4better poza tym arteterapeuta, pedagog oraz animator kultury. W bieżącym roku szkolnym uzyskała certyfikat Microsoft Innovative Educator Expert oraz Certified Microsoft Innovative Educator. W wolnym czasie blogerka - pisze o wykorzystaniu arteterapii w domu oraz w szkole - <http://katarzynagoralczyk.weebly.com>

Dr Marta Kotarba - psychoterapeuta, pedagog, Wszechnica Polska. Szkoła Wyższa w Warszawie, Polskie Towarzystwo Psychologii Analitycznej

Izabela Łukaszewska - nauczycielka języka angielskiego w Zespole Szkół Ogólnokształcących nr 8 w Gdańsku, fanka nowoczesnych technologii, miłośniczka ozobotów, twórcza i realizator projektów międzynarodowych, inicjatorka działań edukacyjnych, posiada certyfikat Microsoft Innovative Educator. W pracy stawia na kreatywność, pasję, rozwój i atmosferę sprzyjającą wyzwaniom.



Anna Nakonieczna-Wiącek - nauczyciel języka angielskiego w Ogólnokształcącej Szkole Muzycznej I i II st. im.Karola Lipińskiego w Lublinie, lektor Centrum Nauczania i Certyfikacji Języków Obcych UMCS Lublin, założyciel Europejskiego Instytutu Rozwoju Umiejętności.

Paweł Pietrzak - lektor języka angielskiego w Szkole Języków Obcych BLACK HORSE, jak mówi sam o sobie - bloger "życiowy"
<https://bliskomi.blogspot.com/?m=1>

Izabella Radziuk-Śliwińska - nauczycielka chemii (w języku polskim oraz angielskim), należąca do grupy "Eduzmieniaczy". Zafascynowana edukacją alternatywną. Otrzymała międzynarodowy certyfikat TOC, dzięki czemu skuteczniej może uczyć młodzież krytycznego myślenia. Zamiłowanie do nauk humanistycznych umożliwiło jej promowanie japońskiego teatryku Kamishibai wśród dzieci.

dr Aneta Ratajek - Wyższa Szkoła Humanistyczno-Ekonomiczna w Brzegu, pedagog terapeuta, autorka kilkadziesiątu publikacji w zakresie terapii pedagogicznej i specyficznych zaburzeń uczenia się (dysleksji rozwojowej), współredaktor trzech monografii. Zainteresowania naukowe: pedagogika i terapia pedagogiczna, edukacja wczesnoszkolna, uczeń ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, terapia neurobiofeedback. Redaktor pisma i portalu Nowe Horyzonty Edukacji, członek zarządu Europejskiego Stowarzyszenia Dialogu w Edukacji.

Marta Rudzka - filolog angielski, dyrektor ds edukacji anglojęzycznej, metodyk nauczania języka angielskiego w Niepublicznym Przedszkolu Polsko - Angielskim KidsCollege i Niepublicznej Szkole Podstawowej Joy Primary School w Warszawie

Agnieszka Saramowicz-Garstecka - nauczycielka języka angielskiego w I Liceum Ogólnokształcące im.Mikołaja Kopernika w Toruniu; założycielka Akademii Rozwoju Umiejętności Językowych i Społecznych CHANGE; Certyfikowany trener FRIS® Style Myślenia; promotorka ogólnopolskiego projektu 'Zwolnieni z Teorii'-praktycznej ogólnopolskiej olimpiady dla szkół średnich, w ramach której uczniowie sami realizują projekty społeczne; edu coach ICI.

