

@ktywni 3.0

Nr 03/2021

temat numeru:

Czy można relegować dziecko z przedszkola?

Jak się komunikować, by się
porozumieć- s. 2

Jak wzbudzić w dziecku szacunek do
drugiego człowieka- s. 7

Dbam o siebie, czyli o dobrostanie
nauczyciela- s. 11

Walentynki w przedszkolu jako okazja
do zabawy- s.15

Nie udawajcie, że nic się nie stało...-
s. 21

Przedszkolne zauroczenie- s.26

I co dalej?- s.30

Czy można relegować dziecko z przedszkola?-
s. 33

Ekspresja plastyczna dziecka – s.39

Dzieci i młodzież w dobie pandemii- s. 45

Porażka – dołuje czy motywuje?- s. 55

Rola i zadania nauczyciela wspomagającego?-
s. 60

Chemia miłości- s. 65

pod redakcją
Romana Lorensa



Szanowni Państwo!

Oddajemy w Państwa ręce kolejny, trzeci już numer magazynu @ktywni 3.0.

Wydanie lutowe, a zatem pełne miłości i to już nawet przedszkolnej.

Święty Walenty to biskup i męczennik chrześcijański, znany doskonale jako patron zakochanych.

Jedna z legend o Świętym Walentym głosi, że żył on w Cesarstwie Rzymskim za panowania Klaudiusza II Gockiego, który to zabronił młodym mężczyznom w wieku od 18 do 37 lat zawierać związki małżeńskie. Cesarz był przekonany, że najlepszymi żołnierzami są legioniści, którzy nie mają rodzin. Po wejściu nowych przepisów w życie Święty Walenty sprzeciwił im się i potajemnie udzielał ślubów zakochanym.

Cesarz wkrótce jednak poznał sekret Walentego i wtrącił go do więzienia. Legenda mówi, że poznał w nim niewidomą córkę swojego strażnika, w której się zakochał. Jego narieczona pod wpływem miłości odzyskała wzrok. Gdy dowiedział się o tym cesarz, postanowił zabić Świętego Walentego. Ten, tuż przed śmiercią, napisał list do swojej ukochanej, który podpisał: „Od Twojego Walentego”. Według legendy egzekucja odbyła się 14 lutego.

W ten oto sposób Święty Walenty został patronem zakochanych.

Dlatego zachęcam do lektury artykułu M. Działdowskiej – „Walentynki w przedszkolu jako okazja do zabawy”, N. Gumulskiej – „Przedszkolne zauroczenie” i J. Wilmańskiej – „Chemia miłości”.

W bieżącym numerze magazynu znajdują się również artykuły poświęcone najbardziej aktualnym problemom edukacji, a także wyzwaniom stojącym przed dyrektorami i nauczycielami.

Serdecznie zapraszam do lektury!

Lorens



JAK SIĘ KOMUNIKOWAĆ, BY SIĘ POROZUMIEĆ

ANETA BANAS

Sposób, w jaki się komunikujemy bezsprzecznie wpływa na to, jak postrzegają nas ludzie, z którymi prowadzimy rozmowę. Często jesteśmy bowiem przekonani, że wszystko co mówimy, dociera do naszego rozmówcy i jest rozumiane tak, jak sobie tego życzymy.

Przedszkole to bardzo ważny etap w życiu małych dzieci

Rozmowa wydaje się nam czymś oczywistym i niezwykle powszechnym, banalnym i prozaicznym. Dopiero, gdy pojawiają się konflikty, zastanawiamy się, co takiego się dzieje, że jesteśmy niewłaściwie rozumiani. Wtedy odkrywamy, że porozumiewanie się z drugim człowiekiem jest trudnym i złożonym procesem¹.

Komunikowanie to umiejętność dzielenia się informacjami, wymieniania emocjami, symbolami za pomocą stosownego kodu (np. języka) zrozumiałego dla obu stron, uczestników tej wymiany – nadawcy i odbiorcy. Komunikatywność jest również jednym z elementów autoprezentacji, umiejętności polegającej na przedstawianiu własnej osoby w sposób pozytywny, pożądany przez otoczenie². Wyrażenie „komunikować się” pochodzi od łacińskiego *communicare*, co oznacza m.in. „uczynić wspólnym, połączyć”. Podkreśla to funkcję porozumiewania się, jaką jest kształtowanie społeczeństwa ze wszystkimi jego cechami, takimi jak: kultura, język, terytorium, zasady postępowania i kodeks prawny. Komunikuję się – czyli żyję we wspólnocie, przestrzegam norm, zabiegam o poszanowanie moich praw, wyrażam potrzeby, chcę być akceptowany³.

Komunikowanie odbywa się na różnych poziomach przy użyciu zróżnicowanych środków i wywołuje określone skutki. Z uwagi na wielowymiarowość procesu porozumiewania się ludzi, stanowi ono przedmiot zainteresowania przedstawicieli wielu dyscyplin naukowych.

¹ L. Grzesiuk., E. Trzebińska, *Jak ludzie porozumiewają się?* Nasza Księgarnia, Warszawa 1978, s. 13.

² T. Goban-Klas, *Komunikowanie masowe w nowoczesnym społeczeństwie*, Warszawa – Kraków 1973, s. 21.

³ W. Pomykało: *Komunikacja interpersonalna*, [w:] *Encyklopedia pedagogiczna* pod red. W. Pomykała, Funkcja Innowacyjna Warszawa 1993, s. 279–282.

Jak więc komunikować się, by osiągnąć porozumienie? Komunikujemy się z wieloma osobami i na różne sposoby codziennie – ale czy efektywnie?

Umiejętność porozumiewania się jest ważna dla każdego, kto chce osiągnąć sukces. To fundament dla każdego, kto chce budować poprawne relacje z innymi. Dobre porozumiewanie się jest niezwykle istotne, aby w pełni wykorzystać własny potencjał, bez względu na wykonywany zawód lub wybraną ścieżkę kariery.

John C. Maxwell, światowej sławy ekspert zarządzania, twierdzi, że jeśli chcemy odnieść sukces, musimy nauczyć się porozumiewać z ludźmi. Chociaż może się wydawać, że niektórzy rodzą się z tą umiejętnością, prawda jest taka, że każdy może nauczyć się, jak przekształcić kontakt w porozumienie. Maxwell przedstawia pięć zasad, które pozwalają na efektywne porozumiewanie się z indywidualnymi osobami, z grupą i z publicznością. Można do nich zaliczyć⁴:

- znajdowanie wspólnej płaszczyzny
- upraszczanie przekazu
- wzbudzanie zainteresowania
- inspirowanie
- bycie sobą w relacjach z innymi ludźmi.

Natomiast wśród barier komunikacyjnych według innego światowej sławy psychologa Thomasa Gordona wymieniane są:

- rozkazywanie,
- grożenie,
- moralizowanie,
- dyktowanie rozwiązań,
- pouczanie,
- krytykowanie,
- etykietowanie,
- interpretowanie: uspokajanie, wypytywanie, odwracanie uwagi⁵.

Komunikatywność ma podstawowe znaczenie. Prezydent Gerald Ford pewnego razu powiedział: „Gdybym miał ponownie iść na studia, skoncentrowałbym się na dwóch obszarach: pisaniu i przemawianiu przed publicznością. Nic w życiu nie jest ważniejsze od umiejętności efektywnego komunikowania się”⁶.

⁴ J. C. Maxwell, *Wszyscy się komunikują, niewielu potrafi się porozumieć*, wyd. MT Biznes, 2017, s. 5–10.

⁵ A. Tarabasz, *Komunikacja jako kluczowy instrument budowania relacji*, [w:] *Budowanie związków z klientem na rynku Business to Business*, red. O. Witczak, CeDeWu, Warszawa 2008, s. 19.

⁶ B. Kozyra, *Komunikacja bez barier*, wyd. MT Biznes. Warszawa 2015, s. 34.

Dlatego warto uzmysłwić sobie, że talent to nie wszystko, podobnie jak doświadczenie.

Najbliższą dla mnie tematyką jest pedagogika i oświata stanowiące w moim życiu ogromne spoiwo i bezcenną wartość. Pasja zaprowadziła mnie do pięknego, ale wymagającego zawodu. Przez lata obserwuję setki gonitw za marzeniami, odwagę, waleczność i kreatywność społeczności szkolnych. Obserwuję również podejmowane próby komunikacji, która według mojej opinii ma różne skutki i konsekwencje.

Edukacja ulega stałym przeobrażeniom. Jedną z pedagogik, która ukazuje nauczyciela w innym świetle niż dotychczas, jest pedagogika humanistyczna. Poszukuje ona źródeł koncepcji celów w psychologicznym ujęciu.

Z kolei w pedagogice egzystencjalnej zasadniczym kryterium jest dialog i przeżycie. To właśnie on tworzy podstawę poszukiwań nowych rozwiązań i celów.

W środowisku szkolnym dialog realizowany jest przez nauczycieli, uczniów i ich rodziców lub prawnych opiekunów. Między nimi dochodzi do najczęstszych kontaktów. To nauczyciel wprowadza dziecko w świat nauki szkolnej. Pomaga mu w jego rozwoju. Uczy go spostrzegać i rozumieć ludzi, a także dążyć do samorealizacji i spełniania marzeń. Wpaja mu określone dla danego społeczeństwa wartości i normy moralne. Istotnym fundamentem sukcesu dziecka jest współpraca nauczyciela z jego rodzicami. Rozwój ucznia przebiega prawidłowo, gdy relacje pomiędzy nauczycielem a rodzicami są wspomagane wzajemnym zaufaniem, zgodnością celów i jednolitymi zasadami postępowania w stosunku do dziecka. Tylko wspólnie można urzeczywistnić właściwy klimat wychowawczy⁷.

Pojęcie „relacje nauczyciel – uczeń” obejmuje swym zakresem wpływanie przez nauczycieli na bieżące zachowanie uczniów, na ich rozwój społeczny i intelektualny, wkład w utrzymanie ich zdrowia psychicznego i w ich przystosowanie się do życia w społeczeństwie, a także cechy nauczyciela i jego codzienne kontakty z uczniami. Całokształt wzmiankowanych relacji odbywa się w procesie kształcenia składającym się z poszczególnych sytuacji dydaktycznych definiowanych jako „współdziałanie nauczyciela, uczniów, treści kształcenia, wyposażenia dydaktycznego i organizacji kształcenia spostrzegane z pozycji zewnętrznego obserwatora, a więc możliwe obiektywnie”⁸.

⁷ Tamże, s. 50.

⁸ J. Maliszewski (red.), *Komunikowanie społeczne w edukacji – dyskurs nad rolą komunikowania*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń, s. 13– 24.

Uważa się, że relacje pomiędzy nauczycielem a uczniem są skuteczne, jeżeli cechuje je otwartość i przejrzystość, pozwalająca na ryzyko bezpośredniości i uczciwości we wzajemnych kontaktach; wzajemna troska – kiedy to każdy wie, że jest ceniony i dostrzegany przez drugą stronę; wzajemna zależność; poszanowanie odrębności – pozwalające obu stronom na rozwój swych zamierzeń i indywidualności; wzajemne uwzględnienie potrzeb – tak by nic się nie działo kosztem którejś ze stron.

Brak skutecznej relacji w procesie porozumiewania się między nauczycielem a uczniem może skutkować dezorganizacją dwustronnego procesu komunikacji w postaci typowych i ujawniających brak akceptacji ze strony nauczyciela reakcji⁹.

Sztuka porozumiewania się nauczyciela z uczniami tworzącymi zespół klasowy jest podstawową umiejętnością nauczyciela posiadającego kompetencje psychologiczne, będące warunkiem pozytywnych relacji, pozytywnego nastawienia, i umożliwiające unikanie zakłóceń w komunikowaniu się.

Umiejętność skutecznego porozumiewania się jest gwarantem pozytywnych relacji, bezpiecznej atmosfery, szacunku i wzajemnego zaufania. Szczególnie ważne jest to, aby nauczyciel był osobą kreującą pozytywny emocjonalny klimat.

Skuteczna komunikacja jest uzależniona nie tylko od właściwości i umiejętności nauczyciela, ale również od właściwości uczniów jako członków zespołu klasowego. Tylko umiejętne wytworzenie bezpiecznej współpracy nauczyciela z uczniami poprzez skuteczną komunikację będzie sprzyjało osiągnięciu pozytywnych wyników poznawczych, emocjonalnych i społecznych¹⁰.

Porozumiewanie się jest najstarszym procesem społecznym związanym z człowiekiem. Współcześnie trudno wyobrazić sobie zaniechanie możliwości jakiegokolwiek formy komunikowania się między sobą. Wszystkie procesy zachodzące pomiędzy osobami mają nie tylko wymiar społeczny, ale i zróżnicowany kontekst relacyjny oraz emocjonalny, który uzależniony jest od poziomów komunikowania się, wymiaru kulturowego, znajomości reguł i zasad komunikacji w tym wrażliwości na drugiego człowieka.

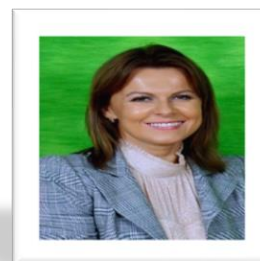
Dlatego pamiętajmy o słowach Ziga Ziglara – amerykańskiego pisarza i mówcy motywacyjnego: „Jakość twojego życia zależy od jakości twojej komunikacji”.

⁹ T. Gordon, *Wychowanie bez porażek w szkole*, Instytut Wydawniczy PAX, Warszawa 2002, s. 44.

¹⁰ J. Mellibruda, *Ja – ty – my. Psychologiczne możliwości ulepszania kontaktów międzyludzkich*, Wyd. Nasza Księgarnia Warszawa 1986, s. 63.

Bibliografia

- Czerwiński K., Maliszewski W.J. (red.), *Funkcje i modele komunikacji społecznej w edukacji a kompetencje nauczyciela*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2009.
- Grzesiuk L., Trzebińska E., *Jak ludzie porozumiewają się?* Nasza Księgarnia, Warszawa 1978.
- Kozyra B., *Komunikacja bez barier*, MT Biznes, Warszawa 2015.
- Maliszewski (red.), *Komunikowanie społeczne w edukacji – dyskurs nad rolą komunikowania*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2006
- Maliszewski W., Goban-Klas T., *Komunikowanie masowe w nowoczesnym społeczeństwie*, Warszawa – Kraków 1973.
- McKay M., Davis M., Fanning P., *Sztuka skutecznego porozumiewania się*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Sopot 2017.
- Mellibruda J., *Ja – ty – my. Psychologiczne możliwości ulepszania kontaktów międzyludzkich*, Wyd. Nasza Księgarnia, Warszawa 1986.
- Pomykało W., *Komunikacja interpersonalna*, [w:] *Encyklopedia pedagogiczna* pod red. W. Pomykało, Funkcja Innowacyjna, Warszawa 1993.
- Tarabasz A., *Komunikacja jako kluczowy instrument budowania relacji*, [w:] *Budowanie związków z klientem na rynku. Business to Business*, red. O. Witczak, CeDeWu, Warszawa 2008.



Aneta Banaś

nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej, logopeda,
dyrektor Zespołu Szkół Społecznych
im. Adama Mickiewicza w Jaśle.

JAK WZBUDZIĆ W DZIECKU SZACUNEK DO DRUGIEGO CZŁOWIEKA?

JOANNA MAJKA- BASISTA

Wzbudzenie w dziecku szacunku do drugiego człowieka wydaje się sprawą łatwą. Niestety w naszych czasach to nie takie proste zadanie. W dobie internetu, nauki online, wirtualnej rzeczywistości szacunek do drugiego człowieka stał się przeżytkiem i wyszedł z mody.

Ileż mamy teraz oszczerstw, zakłamanych informacji publikowanych w internecie na temat dawniej lubianych i bliskich nam ludzi, których odrzucamy, zastępując grą czy zacieśniając więzi z ludźmi nieznanymi, spotkanymi w sieci. Niestety nasz styl życia obserwują nasze pociechy, dorastające obok nas, czerpiące z nas wzór.

Wydaje się, że wystarczy mądre podejście do życia i stosowanie się do kilku zasad, by odnieść gwarantowany sukces w wychowaniu własnego dziecka.

Jednak da się zauważyć, że uczenie dzieci poprawnego zachowania wobec drugiego człowieka jest trudniejsze w XXI wieku – nadeszły bowiem czasy, gdy wywyższane są hasła: „Liczę się tylko ja”, „Umiesz liczyć, licz na siebie”, a niemodny, stary przeżytek „szacunek” zniknął gdzieś za horyzontem.

Wraz z nim zniknęły dobre maniery, które charakteryzują „człowieka staroświeckiego”. Osoba szanująca innych, okazująca uprzejmość stała się dla otoczenia po prostu „mięczakiem”.

Teraz można zadać pytanie, do czego zdążamy, budując taki świat?

Zdaniem wielu ludzi jak najszybciej trzeba zacząć działać i starać się odbudować to co straciliśmy, a co jest istotą naszego człowieczeństwa. Odbudować fundamenty szacunku i wiary w drugiego człowieka. Najwcześniej jednak musimy odbudować szacunek do siebie samych i do naszych najbliższych, co będzie już połową sukcesu.

Wychowując dzieci w wieku przedszkolnym, powinniśmy określić zasady, według których będziemy je wprowadzać w życie. Nauczyciele w przedszkolu nie są w stanie kształtować wprowadzanych tam postaw również w naszych domach. Najważniejsze jest tutaj współdziałanie wychowawcze przedszkola i domu rodzinnego. W ten sposób okazujący szacunek syn, córka czy wychowanek nie muszą wcale ugrzęznąć w gąszczu łobuzów, którzy zaludniają nasz nowoczesny niby „wspaniały” świat.

Dlatego wdrażanie do szacunku należy zacząć od najmłodszych lat. Kiedy tylko dzieci uzyskają możliwość komunikowania się i kształtowania prawidłowego zachowania, należy wpajać im sposoby dobrego i kulturalnego traktowania innych, a w szczególności ludzi dorosłych czy starszych.

Dziecku przerywającemu twoją rozmowę, wyjaśnij, że tak się nie robi i że należy poczekać na swój czas. Gdy zauważysz, że kpi z osób starszych, przypomnij mu zasady dobrego wychowania.

Ucz i utrwalaj w nich świadomość, że prawo do własności i do prywatności należy do każdego człowieka.

Faworyzuj i utrwalaj zachowania nacechowane szacunkiem do drugiego człowieka. Pamiętaj!!! Będąc nauczycielem i rodzicem, jesteś dla małego człowieka największym autorytetem, który stanowi dla niego wzór do naśladowania i szacunku. Dziecko uczy się, obserwując właśnie ciebie. Wzorcem dla dziecka jest sposób, w jaki traktujesz ich matkę czy ojca lub współpracownika: słuchaj ich, nie przerywaj; licz się ze zdaniem innych i staraj się nie używać podniesionego głosu ani tym bardziej agresywnego języka względem tych osób. Ważne jest również, byś szanował także dzieci. Mów do nich spokojnie i nie trać w sytuacjach nerwowych cierpliwości.

Nie wyzywaj dzieci, ponieważ tracą wiarę w siebie.

Wiesz, że oznaką szacunku jest to, że inni cię z uwagą słuchają, a więc sam także uważnie słuchaj innych. Kiedy rozmawiasz z dzieckiem, nie dziel swojej uwagi na inne czynności. Odłóż je na chwilę i patrz dziecku w oczy. Skup się na tym, co do ciebie mówi i staraj się odbierać uczucia, które ci w tej chwili chce przekazać.

Jeśli masz wątpliwości, czy dobrze zrozumiałeś intencje dziecka, upewnij się, zadając odpowiednie pytanie.

Staraj się pokazać dziecku, na czym polega uczciwość, która jest istotnym składnikiem szacunku.

Ważne jest również, aby dać do zrozumienia dziecku, jakie są twoje rodzicielskie oczekiwania, a gdy je spełni – nie zapomnieć o udzieleniu aprobaty, pochwały. Kiedy dziecko zawiedzie, spróbujcie się wspólnie zastanowić, dlaczego tak się stało. Jeśli będziesz uczciwy wobec własnych dzieci oraz wychowanków, oni będą uczciwi wobec ciebie.

Ucz szanować ludzi odmiennych. Dopóki ktoś nie wyrządza szkody swoimi działaniami tobie, nie powinienes się w jego życie wtrącać i go utrudniać.

Należy pamiętać, że musimy wytłumaczyć dziecku różnice pomiędzy religiami, kulturami i poglądami związanymi z polityką. Znajomość tych zależności sprawi, że dziecko będzie dobrze się czuło w różnych sytuacjach, które spotka na swojej życiowej drodze.

Ważnym elementem prawidłowego wychowywania małego człowieka jest kształtowanie jego własnej samooceny. Jeśli dziecko będzie czuło się dobrze „samo ze sobą”, nie zacznie wyładowywać swoich słabości na innych w najbliższym otoczeniu.

Wspólnie świętujcie sukcesy, wzmacniaj w dziecku prawidłowe postępowania i nie bój się ingerować w jego potknięcia, poprawiaj lub asekuruj jego postępowanie, gdy coś mu nie wyjdzie, a będzie wiedziało, że zawsze jesteś blisko i że może liczyć na twoją pomoc. Samoocena dziecka bezpośrednio łączy się z tym, ile szacunku okazują mu najbliższe osoby, a w szczególności rodzice i wychowawcy – ja wychodzę z założenia, że w jakimkolwiek błędzie czy potknięciu zawsze trzeba szukać czegoś dobrego, nigdy niczego nie należy z góry przekreślać.

Najważniejszą rzeczą w kształtowaniu szacunku do drugiego człowieka jest miłość. Dlatego wyrażaj i okazuj ją na każdym kroku swojemu dziecku. Dobro oddane z miłością zawsze stokroć owocuje. Przytulenia czy pochwały, wspólna radosna zabawa, większe poświęcanie uwagi, czy nawet zasłużone zwykłe poklepanie po plecach z uznaniem, to wspaniałe sposoby na okazanie tego, że dziecko jest doceniane i kochane. Pracując w przedszkolu, widzę po zachowaniu dzieci, którym w domu okazywana jest miłość i aprobatą, a które brak bliskości i miłości rodziców rekompensują sobie przytulaniem do wychowawcy lub ewidentną chęcią wzbudzenia akceptacji i aprobaty ze strony nauczyciela lub opiekuna.

Spróbuj patrzeć na różne rzeczy z perspektywy dziecka. Tak, właśnie empatia jest wspaniałym i niezastąpionym narzędziem w budowaniu szacunku u dziecka. Zawsze spróbuj przypomnieć sobie, co zrobiłeś w określonej sytuacji, gdy miałeś tyle lat.

Nigdy nie stawiaj młodego człowieka w niezręcznej sytuacji, zwłaszcza przy znajomych z grupy, klasy czy przy towarzyszach zabaw. Tworzenie sytuacji opartych na szacunku, okazywanie uczuć, zainteresowanie sprawami dziecka czy skupianie się na przekazie i interakcjach ze znajomymi czy ich otoczeniem, zabieganie o to, by wspólnie spędzany czas był wspaniałym i wyczekiwanym przeżyciem, nie tylko dla dziecka, ale również dla ciebie – to jedyne i niepowtarzalne sposoby na to, byś jako rodzic czy wychowawca wykonał w stu procentach stawiane przed tobą zadanie nauczania dzieci szacunku.

Szanuj siebie, szanuj drugiego człowieka, a zobaczysz, że dziecko będzie postępowało tak samo.

Pamiętaj, jesteś dla niego autorytetem i wzorem do naśladowania! Zadbaj o systematyczność i utrwalanie prawidłowych postaw w codziennym życiu, a w niedługiej przyszłości uzyskasz zadowalające efekty swojej pracy.

Bibliografia

1. A. Faber i E. Mazlish, *Jak mówić, żeby dzieci nas słuchały, jak słuchać, żeby dzieci do nas mówiły*, Media Rodzina, Poznań 1992. W oparciu o: <http://tatapad.pl/dziecko/8-sposobow-jak-nauczyc-dzieci-szacunku/>



Joanna Majka-Basista

nauczyciel wychowania wczesnoszkolnego i przedszkolnego

E-konferencje

Dzięki nowoczesnym spotkaniom internetowym ułatwiamy Państwu udział w ważnych wydarzeniach, rozmowach na istotne dla nauczycieli i wychowawców tematy, wymagające bieżącego komentarza i fachowej wiedzy. Dowiedz się więcej »

Wybierz poziom edukacji:

Dowolny ▼

Wybierz tematykę:

Dowolna ▼

Sortuj według:

Najnowsze ▼

Niebezpieczne osobowości.
Jak rozpoznać i radzić sobie z trudnymi relacjami w życiu zawodowym



7 sezon E-konferencji

PREMIERA 18.02.2021, GODZ. 12:00

Odkryj moc przedszkolaka razem z Supersmykami!
Nowe pakiety edukacyjne



7 sezon E-konferencji

PREMIERA 11.02.2021, GODZ. 08:00

LIVE
Ogłoszenia @krywymych

Obserwacja zajęć również w czasach kształcenia na odległość – obowiązki dyrektora i nauczyciela



2 lutego
godz. 19:00

PREMIERA 03.02.2021, GODZ. 08:32

DBAM O SIEBIE, CZYLI O DOBROSTANIE NAUCZYCIELA MARIA DWORZYCKA

Ludzie śpieszą się w pracy, dlatego niedbale ją wykonują; śpieszą się w używaniu życia, dlatego jego smaku nie odczuwają; śpieszą się w wypoczynku – dlatego nie mogą wypocząć.

Antoni Kępiński

Zapewne każdy z nas podczas podróży samolotem wysłuchał instruktażu użycia maski tlenowej. W obliczu katastrofy to dorosły zakłada sobie w pierwszej kolejności maskę z tlenem, a dopiero po zadbanie o własne bezpieczeństwo troszczy się o dziecko. Cóż z tego, że najpierw zabezpieczy dziecko, jeśli sam zginie? W tej instrukcji kryje się pewne przesłanie, ważne szczególnie dla nas, nauczycieli. Zanim będziemy mogli być oparciem dla naszych uczniów, sami musimy być zadowoleni, pełni uważności i mieć poczucie osobistego dobrostanu. Dlaczego? Ponieważ tylko nauczyciel, który jest pełen energii, potrafi nią „zarazić” swoich wychowanków. Wszyscy słyszeliśmy o neuronach lustrzanych – to ich zasługa. Dlatego wchodząc do klasy, pamiętajmy o uśmiechu i zostawieniu wszystkich swoich zmartwień za drzwiami pracowni. W przeciwnym razie istnieje niebezpieczeństwo, że nasi uczniowie również stracą swój dobry humor i motywację do intensywnej pracy.

Zwłaszcza w czasie edukacji zdalnej prawdziwą karierę robi pojęcie dobrostanu nauczyciela, ale też i ucznia. Warto więc przez chwilę zastanowić się, czym ów dobrostan jest, i czy (a jeśli tak, to jak) warto o niego dbać.

Czym jest dobrostan?

Słowo „dobrostan” jest połączeniem słów „dobry” i „stan” i wiąże się z psychologią pozytywną, czyli skupiającą się nie tylko na zjawiskach patologicznych, ale również na tym co sprawia, że ludzie są szczęśliwi, co daje im radość życia. Wynika z tego, że jeśli mówimy o dobrostanie, mamy na myśli dobre samopoczucie, poczucie emocjonalnego szczęścia i równowagi.

Dobrostan nauczyciela można przeciwstawić postawie nauczyciela poświęcającego się bez reszty dla uczniów, zapominającego o swoich potrzebach, rezygnującego ze swojego szczęścia na rzecz szczęścia wychowanków.

Ale pamiętajmy, że by dać coś od siebie uczniom, trzeba mieć co, i nie da się zbudować dobrych relacji z otaczającymi nas ludźmi, jeśli nasz własny stosunek do samych siebie nie jest poprawny.

Aby dobrostan osiągnąć, niezwykle ważne jest ćwiczenie w sobie uważności i wdzięczności oraz działanie w tych obszarach, na które mamy realny wpływ.

Wdzięczność i uważność jako elementy dobrostanu.

Warto w tym miejscu zastanowić się, co by było, gdybyśmy jutro obudzili się tylko z tym, za co podziękowaliśmy dzisiaj. Prawda, że daje do myślenia? Uczmy się dziękować, odczuwać wdzięczność. I nie chodzi tu tylko o zwykłe (lub niezwykle) zasady dobrego wychowania, ale o poczucie wdzięczności za to, co mamy wokół siebie. Spróbuj, Drogi Czytelniku, dzisiaj przed zaśnięciem wzbudzić w sobie wdzięczność za wszystko to, co jest dobre wokół Ciebie. Podziękuj za bliskich, za zdrowie, za przyjaciół, za to, co ma dla Ciebie wartość. Ucz się dziękować również za wydarzenia, osoby niekoniecznie pozytywne. Pamiętaj, że każda napotkana osoba i każde wydarzenie, które Ciebie dotyka jest „po coś” i ma sens, który być może zauważysz dopiero w dalszej perspektywie. Wdzięczność bardzo buduje i otwiera na innych ludzi, pomaga w zachowaniu równowagi emocjonalnej.

Zachęcam do praktykowania wdzięczności rano, od razu po przebudzeniu lub wieczorem przed pójściem spać. Może mieć formę podsumowania lub zaplanowania dnia.

Z kolei uważność jest prosta, ale nie jest łatwa. Jej trudność tkwi w nas samych, w naszych przebudźcowanych ciałach i umysłach, które cały czas ulegają rozproszению. Uważność nie jest niczym nowym, choć od kilku, kilkunastu lat mówi się o niej zdecydowanie więcej. Istnieje przecież w wielu filozofiach i wykorzystywana jest przy okazji medytacji czy kontemplacji. Uważność to nic innego jak pełna świadomość „dziania się” pewnych rzeczy niezależnie od naszego aktualnego działania; to świadomość, że istnieje coś więcej niż „ja”, i że pewne zjawiska zachodzą bez jakiegokolwiek naszego udziału.

Uważność przejawia się w uważnym słuchaniu i komunikacji, pomaga w skupieniu uwagi. Jej brak często sporo nas kosztuje i przejawia się między innymi w marnowaniu czasu (odwieczny problem prokrastynacji), niezrozumieniu tego, co ktoś do nas mówi, w naszym złym stanie emocjonalnym i wynikającego z niego braku radości z życia, w niedostatku motywacji, kiepskiej pamięci czy w bezsenności i we wspomnianej już słabej komunikacji¹¹.

Edukacja zdalna a dobrostan.

Szczególny czas edukacji zdalnej sprawił, że zadbanie o swój dobrostan stało się trudniejsze i wymagało z pewnością więcej uwagi. Zmagaliśmy się z wieloma wyzwaniami natury technicznej i emocjonalnej. W dość krótkim czasie okoliczności zmusiły każdego z nas, by zapoznać się z określonymi platformami do prowadzenia zajęć zdalnych oraz zmodyfikować swoje dotychczasowe metody pracy. Dodatkowo istotnym elementem było zrównoważenie czasu spędzanego przed komputerem i z rodziną. Umiejętność jego rozdzielenia sprawia bowiem, że możemy z większym spokojem i brakiem wyrzutów sumienia poświęcać się zarówno pracy, jak i rodzinie.

Zdecydowana część z nas z pewnością martwi się o swoich uczniów, o ich samopoczucie i motywację do pracy w zupełnie nowej rzeczywistości. Również towarzyszący nam niepokój o przyszłość, o zdrowie nasze i naszych najbliższych miał i ma negatywny wpływ na poczucie dobrostanu.

Co więc możemy zrobić, by móc w pełni cieszyć się dobrostanem? Przede wszystkim dbajmy o swój spokój wewnętrzny i starajmy się wcielać w życie następujące zasady:

1. Pamiętaj, by angażować się całym sobą tylko w te rzeczy, które „czujesz”.
2. Zawsze bądź sobą. Nie staraj się swoim zachowaniem przypodobać innym.
3. Nie myśl i nie mów źle o sobie. Myśl pozytywnie.
4. Bądź asertywny.
5. Nie trać czasu i energii na kontrolowanie tego, na co nie masz wpływu.

¹¹ Dr Craig Hassed, dr Richard Chambers, *Uważne uczenie się. Zredukuj stres i zwiększ produktywność mózgu, by uczyć się efektywnie*, Warszawa 2018.

6. Miej do siebie zaufanie.
7. Nie rezygnuj ze swoich marzeń i stopniowo zamieniaj je na cele.
8. Selekcjonuj informacje. Ufaj swojej intuicji.
9. Wybaczej.
10. Doceniaj to, co masz. Bądź wdzięczny!

Warto pamiętać też o ruchu na świeżym powietrzu i takim planowaniu dnia, by znalazły się w nim chwile tylko dla nas, na nasze małe przyjemności.

Zamiast zakończenia – ćwiczenie wdzięczności

Wyobraź sobie osobę, która reprezentuje drugi biegun tego wszystkiego, co ty posiadasz, co sobą prezentujesz. Jeśli ty mieszkasz w wielkim mieście, to ta osoba w małej wsi, ty jesteś singlem – ona ma wielką rodzinę, ty pracujesz w korporacji – ona zajmuje się domem, gospodarstwem itp. Skonstruuj taką postać, a potem zadaj sobie pytanie, czego ta osoba może ci zazdrościć. I wypisz to wszystko punkt po punkcie. Zdziwisz się, jak wiele jest tych punktów¹²



Maria Dworzycka

nauczyciel języka polskiego i historii, logopeda, specjalista terapii pedagogicznej,
doradca metodyczny nauczycieli języka polskiego Lubelskiego Samorządowego
Centrum Doskonalenia Nauczycieli Oddział w Zamościu



¹² Joanna Godecka, *Nie odkładaj życia na później*, Warszawa 2019, s. 212.

WALENTYNKI W PRZEDSZKOLU JAKO OKAZJA DO ZABAWY

MARTA DZIAŁDOWSKA

Zabawa jest dla dziecka i pracą, i myśleniem, i twórczością, i źródłem radości

A. Makarenko

Każdy człowiek lubi czuć się kochanym i docenianym, dlatego Walentynki cieszą się coraz większą popularnością również wśród dzieci. Maluchy też mają swoje pierwsze, przedszkolne miłości. Warto zatem sprawić, by najmłodszy poczuł walentynkowy klimat. Walentynki to okazja do okazywania sobie uczuć poprzez podarowanie drugiej osobie prezenciku, kartki czy liścika. Już najmłodszy wie, że ten wyjątkowy dzień skłania nas do okazywania komuś bliskiemu, jak bardzo nam na nim zależy.

Walentynki – święto zakochanych

Walentynki to coroczne święto zakochanych przypadające 14 lutego. Nazwa pochodzi od św. Walentego, którego wspomnienie liturgiczne w Kościele katolickim obchodzone jest również tego dnia. Zwyczajem walentynkowym jest wysyłanie listów zawierających wyznania miłosne, często pisane wierszem. Na zachodzie, zwłaszcza w Wielkiej Brytanii i Stanach Zjednoczonych, czczono św. Walentego jako patrona zakochanych. Dzień 14 lutego stał się także okazją do obdarowywania się drobnymi upominkami. Walentynki są obchodzone w południowej i zachodniej Europie od średniowiecza. Do Polski obchody walentynkowe trafiły w latach 90. XX wieku z kultury francuskiej i krajów anglosaskich, a także wraz z kultem świętego Walentego z Bawarii i Tyrolu¹³.

¹³ E. Trojan, *Miłość jest wszystkim. Walentynki w świetlicy szkolnej*, „Świetlica w Szkole” 2019, nr 1, str. 3.

Także i w Polsce przyjęły się te, rodem z Zachodu, wesołe walentynkowe obchody, a wraz z nimi coroczna ekspansja kartek, ale przede wszystkim różnego rodzaju i wielkości gadżetów w kształcie serc oraz kosmetyków, pamiątek, wyrobów jubilerskich, a nawet ciastek i czekoladek, ozdobionych tym motywem i z reguły w jaskrawoczerwonym kolorze¹⁴.

Jak spędzić Walentynki w przedszkolu?

Na początku warto poczytać i opowiedzieć dzieciom o Świętym Walentym, o tym, jaki wpływ miała jego historia na powstanie walentynkowej tradycji. Warto przedstawić najmłodszym kilka faktów prosto z legendy o Świętym Walentym:

Święty Walenty został świętym za swoje poświęcenie – złamał zakaz cesarza, który głosił, że młodzi legioniści nie mogą zawierać związków małżeńskich. Święty Walenty, biskup, udzielał ślubów, za co trafił do więzienia.

Walenty zakochał się z wzajemnością w niewidomej córce strażnika, która pod wpływem jego miłości odzyskała wzrok.

Przed śmiercią napisał do swojej ukochanej list, który dziś inspirował do wysyłania walentynek.

Przed rozpoczęciem zabaw z dziećmi naturalną rzeczą jest rozmowa na temat walentynek, dnia, w którym obdarowuje się ukochaną osobę drobnym upominkiem, czyli tzw. walentynką. Przedszkolaki chętnie opowiadają o miłości, o tym, kogo kochają, jak postępuje się wobec tych, których kochamy. W dniu walentynek warto zadbać o to, aby dzieci ubrały się na czerwono, a sala przystrojona była serduszkami, aby wprowadzić przedszkolaków w wyjątkowy nastrój. Na przyjęciach z okazji dnia zakochanych nie może zabraknąć różnego rodzaju balonów, najlepiej baloników w kształcie serca, girlandy z serduszkami czy papierowych wycinanek z serduszkami.

W co warto się bawić z dziećmi w walentynki?

„Cichy przyjaciel” – to bardzo przyjemna zabawa. Na początku tygodnia każdy przedszkolak losuje imię jednego z kolegów z grupy i przez tydzień zostaje jego cichym przyjacielem.

¹⁴ B. Ogrodowska, *Polskie obrzędy i zwyczaje doroczne*, Sport i Turystyka – MUZA SA, Warszawa 2004, str. 79.

Co robi cichy przyjaciel? Podrzuca rysunki-niespodzianki, pomaga posprzątać, bawi się z kolegą, zaskakuje miłymi słowami. Ważne, by nie zdradzić się i próbować pozostać cichym przyjacielem.

„Pokaż mi swoje uczucie” – zabawa ruchowa z elementami dramy. Dzieci po kolei odgrywają różne uczucia, zadaniem reszty grupy jest odgadnąć, co to za uczucie.

Na podstawie tej zabawy można nawiązać do rozmowy na temat Walentynek – święta zakochanych. Dzieci mogą swobodnie opowiedzieć, jak one rozumieją pojęcie „miłość”.

Walentynkowe prace plastyczne – projektowanie serduszka z masy solnej, porcelanowej, z plasteliny, z bibuły i papieru – trzeba dać szansę wybrać dziecku materiał i stworzyć galerię serc z różnych materiałów wykonanych według pomysłów dzieci; przygotowanie walentynki z kolorowego papieru dla najbliższych osób (mamy, taty).

„Głuchy telefon” – przekazywanie hasła „kocham cię” w różnych językach

Walentynkowe zabawy przy muzyce – „Taniec na gazecie”, „Odszukaj drugą połówkę”, „Mam serduszko”, „Walentynkowy taniec z balonami”, „Pociąg uczuć”, improwizacje ruchowe do rytmicznych utworów muzycznych.

„Znajdź swoją drugą połówkę” – poszukiwanie drugiej połówki serca wyciętego z papieru. Zabawa jest bardzo prosta w organizacji. Należy przygotować szablony serca w różnych rozmiarach, wyciąć je i przeciąć na pół, po czym rozdać każdemu dziecku po połówce serca. Zabawa polega na poszukiwaniu przez dzieci wśród kolegów „swojej drugiej połówki”.

Walentynkowe zabawy warto zakończyć słodkim akcentem, np. lizakiem czy czekoladką w kształcie serduszka.

Celem przeprowadzania zabaw walentynkowych w przedszkolu jest przede wszystkim wdrażanie dzieci do wspólnej, radosnej i twórczej zabawy.

Innymi, również istotnymi celami zajęć o tematyce walentynkowej, są:

- Uświadomienie dzieciom, co to są uczucia.
- Rozpoznawanie i nazywanie uczuć ze wskazaniem na miłość.
- Doskonalenie umiejętności pokazywania uczuć.

- Usprawnianie grafomotoryki.
- Usprawnianie koordynacji wzrokowo-ruchowej.
- Wdrażanie do aktywnego słuchania¹⁵.

Zabawa jest szczególną właściwością wieku przedszkolnego. Walory osobowotwórcze zabawy przedszkolnej zawierają się przede wszystkim w możliwości wydzielenia przez dziecko wyobraźniowej przestrzeni zabawowej i przyjęciu konwencji świata „na niby”. Tej cechy nie posiadają zabawy dzieci w okresie wczesnego dzieciństwa, ponieważ małe dziecko nie odróżnia sytuacji „na niby” od sytuacji realnej¹⁶.

Wstępne założenie, że zabawa jest stanem istnienia, wiąże się (...) z istotą i kategoriami samej zabawy: humorem, komizmem, śmiechem. Integracja tych elementów tworzy odpowiedni nastrój, buduje osobowość dziecka, dla którego dążenie do radości, szczęścia, zadane niejako człowiekowi, staje się budulcem optymistycznej, otwartej postawy w wieku dojrzałym¹⁷.

Emocje i napięcia pomiędzy światem uczuć dziecka i dorosłego wynikają z ich odmienności. Aby zrozumieć dziecko, zaakceptować jego zabawy i inne zachowania, nie trzeba się zniżać – jak mówią niektórzy nauczyciele – ale raczej „wspinać na palcach”, jak mawiał J. Korczak, rezygnując z poczucia dominacji, jakie daje dorosłość. Ważną cechą dziecięcości jest potrzeba wolności, swobody, lotu...

Dotychczasowe opracowania na temat zabaw (...) pomijają treści zabawy jako stanu istnienia, żywiołu, energii wywołanej uczestnictwem. Zabawa opisywana jest najczęściej ze względu na funkcję dydaktyczną, sprawnościową i umuzykalniającą.

Jednak najważniejsze jest znaczenie zabawy jako formy komunikacji osobowej w grupie rówieśniczej. Zabawa jest źródłem wielu przeżyć wywołanych z kontaktem różnymi formami twórczej aktywności (muzyką, plastyką, tańcem).

Zabawa w grupie rówieśniczej przynosi dzieciom wiele korzyści:

Podczas zabawy integruje się cała grupa bez względu na wiek bawiących się.

Wspólna zabawa jest sposobem kulturalnego i miłego spędzania wolnego czasu, rozrywką.

Wspólna zabawa jest źródłem poznania nowych zabaw, które dają wiele radości, śmiechu i wesołości.

Dzięki zabawie mamy możliwość rozwijania zainteresowań i rozbudzania chęci podejmowania dalszych działań na rzecz grupy, środowiska i nas samych.

Zabawa daje możliwość spontanicznego działania twórczego; wyzwala kreatywność, kształtuje umiejętność przewidywania, poszukiwania rozwiązań dla pojawiających się problemów i jest istotnym czynnikiem mającym wpływ na rozwój wyobraźni.

Podsumowując, możemy stwierdzić, że zabawa jest podstawową formą aktywności. Występuje we wszystkich fazach życia, przybierając różne formy i pełniąc różne role. Bez niej człowiek by się nie rozwijał. Zabawa jest swoistym składnikiem zachowania wszystkich zdrowych dzieci.

Zabawa ma duży wpływ na rozwój poznawczy dziecka, gdyż za jej pośrednictwem malec zdobywa wiedzę o otaczającym go świecie. Umożliwia rozładowywanie emocji towarzyszących dziecku, dzięki czemu może ono lepiej funkcjonować. W trakcie zabawy dziecko komunikuje się z innymi ludźmi – rówieśnikami lub osobami dorosłymi.

Otoczającą rzeczywistość dziecko poznaje głównie dzięki zabawie. Potrzeby i pragnienia, których dziecko nie może zaspokoić w inny zadawalający sposób, może właśnie zrealizować w zabawie. Poprzez zabawę dziecko może spełniać określone cele, nabiera wiary we własne siły, decyduje się na przekazanie swoich pomysłów innym. W zabawie dziecko zaspokaja potrzebę ruchu, działania, poznania, tworzenia kontaktów z innymi – współdziałania, akceptacji siebie i innych oraz samorealizacji. Tak więc zabawa jest swoistą formą, dzięki której dziecko w sposób naturalny gromadzi wiedzę o otaczającym świecie, zdobywa nowe umiejętności. Blokując, uniemożliwiając lub ograniczając dzieciom twórczą i mądrą zabawę, hamujemy rozwój wszystkich sfer.

Należy pamiętać, że „dziecko nie bawi się dlatego, że jest dzieckiem, ale bawi się dlatego, by stać się dorosłym”¹⁸ (L.S. Wygotski). Każda okazja jest dobra do zorganizowania wspólnej zabawy i atrakcji dla najmłodszych, na przykład z okazji walentynek. Warto więc pozwalać dziecku na różne formy zabawy, nie ograniczać jego wyobraźni, chęci tworzenia oraz naturalnej radości.

Bibliografia

- 13. Bilewicz-Kuźnia B., *Zabawa i zabawka. Konteksty, wartość, znaczenia*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2017.
- 14. Dymara B., *Dziecko w świecie zabawy. O kulturze, cechach i wartościach ludycznej edukacji*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2009.
- 15. Dymara B., *Dziecko w świecie zabawy. Zabawa i radość w literaturze, muzyce i życiu codziennym*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2010.
- 16. Kordzińska-Grabowska A., *Walentynki w przedszkolu. Scenariusz zajęć dla starszej grupy wiekowej*, „Wychowanie w Przedszkolu” 2018, nr 1.
- 17. Ogrodowska B., *Polskie obrzędy i zwyczaje doroczne*, Sport i Turystyka – MUZA SA, Warszawa 2004.
- 18. Trojan E., *Miłość jest wszystkim. Walentynki w świetlicy szkolnej*, „Świetlica w Szkole” 2019, nr 1.



Marta Działdowska

nauczyciel dyplomowany, nauczyciel
wychowania przedszkolnego
Przedszkole Miejskie nr 1 w Gostyniu



Oprogramowanie Mozabook

- ✓ Wyczaruj interaktywne lekcje z plików PDF
- ✓ Twórz animowane prezentacje i zadania
- ✓ Pracuj z mozaBook na dowolnym typie tablic interaktywnych
- ✓ Oprogramowanie i pomoc w języku polskim

NIE UDAWAJCIE, ŻE NIC SIĘ NIE STAŁO – CZYLI O TYM, JAK ROZMAWIAĆ Z DZIECKIEM O ŚMIERCI ZWIERZĘCIA *JOANNA GRZELKA*

Niedawno zostałam poproszona o pomoc w wyjaśnieniu, dlaczego zdechł ukochany kot jednego z moich wychowanków.

Pracuję w przedszkolu i z taką prośbą zwróciła się do mnie mama jednego z dzieci. Byłam przerażona perspektywą poważnej rozmowy z dzieckiem, dla którego śmierć jest abstrakcją, ponieważ ta prośba wywołała we mnie wspomnienia sprzed kilku lat i wiedziałam, jak trudna jest do przeprowadzenia.

„W tym domu nie będzie żadnego psa”.

Moje córki, które w tej chwili są już dorosłe, zawsze marzyły o psie, jednak ja nieustannie im powtarzałam, jak mantrę: „W tym domu nie będzie żadnego psa”.

Do dzisiaj wypominają mi te słowa, a wszystko to za sprawą zmian, które we mnie zaszły. Od przeciwniczki zwierząt stałam się ich prawdziwą miłośniczką.

Kilkanaście lat temu byłam młodą mamą, która uległa prośbom dzieci, dzięki czemu ich upragniony pies zawitał do naszego domu. Wyobraźcie sobie radość dziewczynek, kiedy mała, biała kulka pojawiła się w naszym domu i zaczęła być dla nich wszystkim. Najlepszą kompanią do zabawy, towarzyszką spacerów, a przede wszystkim ich miłością. Widząc, jak opiekują się szczeniakiem, zrozumiałam, że moja niechęć dotyczyła tylko mojego nastawienia.

Pies dobrze czuł się w naszym domu, był rozpieszczany przez wszystkich domowników. Uczył moje córki odpowiedzialności, bo to one w głównej mierze dbały o jego regularne posiłki, zapewnienie zabawy i pielęgnację. Zwierzę dorastało w odpowiednich warunkach, lecz wszystko to zaburzyła nagła choroba. W kilka dni pies zaczął słabnąć oraz wymiotować, a wizyty u weterynarza kończyły się jedynie na krótkich poprawach jego samopoczucia.

Zaczęłam dopuszczać do siebie myśl, że pies mimo młodego wieku może nas opuścić. Czuwając przy nim, gorączkowo zastanawiałam się, co ja powiem moim córkom, jeśli pies zdechnie? Pewnego dnia pies zamknął oczy i już ich nie otworzył. Pomyślałam o literaturze, zdecydowałam, że muszę szybko uzupełnić swoją wiedzę. Jedyną książką związaną z tą tematyką, jaką miałam w domu, była pozycja, której autorką jest Cornelia Nitsch – „Bajki pomagają dzieciom”.

Kiedy kochany zwierzak odchodzi...

To w niej szukałam pomocy i odpowiedzi dotyczącej tego, jak przygotować się do rozmowy z dziećmi i tego, czego obawiałam się najbardziej... Zakomunikowania im, że kochany przez nas wszystkich zwierzak odszedł i już nigdy się z nim nie pobawią. Wiedziałam, że nie uniknę tej rozmowy, a tym bardziej nie będę mogła udawać, że nic się nie stało. Całą rodzinę z psem łączyła silna więź, więc trudno było bagatelizować taką tragedię.

Przede wszystkim nie można kłamać. Dzieci muszą i przede wszystkim chcą poznać prawdę. W takich chwilach interesują ich szczegóły, to, czy zwierzak cierpiał i gdzie teraz jest. To bardzo ważne, aby wszystko spokojnie wytłumaczyć. Nie należy stosować porównań, które mogą wzbudzić w dzieciach nadzieję, że zwierzę jeszcze wróci. Dziecko chce wiedzieć, co dokładnie stało się z jego przyjacielem. Ta rozmowa, choć bardzo trudna dla obu stron, jest nieunikniona i tylko ona pozwoli owoić się z tą przykrą sytuacją.

Nie wdawajcie się w szczegóły, bo dziecko może się przestraszyć. Zadbajcie o to, aby w jego wspomnieniach pies pozostał szczęśliwy i skory do zabawy. Warto również pamiętać, że dzieciom w takich sytuacjach, podobnie jak dorosłym, towarzyszą wszelkiego rodzaju emocje. W związku z tym warto stworzyć przestrzeń, do której może ono udać się ze swoimi emocjami.

Przykładem takiej przestrzeni jest miejsce spoczynku na przykład w ogrodzie, gdzie dziecko będzie mogło zanieść kamyki, kwiatki, miseczkę lub ulubioną zabawkę zwierzątka. Jeżeli takiego miejsca nie posiadamy, to postarajmy się w inny sposób pomóc dziecku w symbolicznym pożegnaniu przyjaciela.

Mogą to być listy pisane do pupila, wspólne oglądanie jego zdjęć, albo stworzenie albumu z pamiątkami, do którego będzie można wrócić podczas wspomnień.

Należy pamiętać, że dziecko może zareagować w różny sposób, często dla nas niespodziewany, jednak prędzej czy później taka rozmowa jest nieunikniona. Należy dać dziecku czas. Jeżeli nie chce ono o tym rozmawiać po usłyszeniu smutnej wiadomości, nie należy nazbyt poruszać tego tematu przy każdej możliwej okazji. Dziecko samo wyśle nam sygnały, że jest gotowe, przyjdzie czas, gdy samo zacznie nas pytać, co stało się z jego przyjacielem.

Dzieje się tak dlatego, że bardzo często śmierć zwierzątka uaktywnia wśród najmłodszych strach przed odejściem najbliższych. Dziecko zaczyna martwić się, że mama lub tata odejdą od nich tak jak zwierzak i w ten sposób ktoś przez nie kochany zniknie na zawsze.

Nie da się milczeć na temat śmierci, dzieci powinny wiedzieć, że jest to nieuniknione, więc nie powinno zbywać się ich odpowiedziami: Ja nie umrę, nie martw się. Przecież to nieprawda. Istnieje bardzo cienka granica między tym, aby wytłumaczyć dzieciom naturalną kolej rzeczy, a tym, że możemy wzbudzić w nich lęk, dlatego pamiętajcie o używaniu prostych słów, bądźcie spokojni i przeprowadzajcie rozmowę o tej tematyce w miejscu, w którym dziecko czuje się bezpiecznie.

Dziecku wystarczy konkretne wytłumaczenie: „W nocy odszedł nasz pies. Jest mi bardzo smutno. Nasz pies był bardzo chory i umarł. Wiem, że to smutne, ale już nic go nie boli. Bardzo o niego dbaliście i był szczęśliwy w naszym domu”. Nie ukrywajcie również swoich uczuć, dzieci wyczuwają nawet te najskrytsze emocje. W płaczu nie ma nic złego, dlatego nie ukrywajcie łez, dzieci będą wiedziały, że dla was również jest to smutne zdarzenie.

W ten sposób dziecko uczy się i widzi, że dorośli przeżywają trudne sytuacje w taki sam sposób jak one, ale później wszystko wraca do normalności.

To buduje wśród najmłodszych poczucie bezpieczeństwa i wspiera rozwój emocjonalny.

Kolejne zwierzę w domu?

Gdy minął trudny czas opłakiwania naszego pieska, pojawił się pomysł na zakup kolejnego zwierzęcia. Po wspólnie przeżytej traumie to znowu ja byłam największym hamulcem w naszej rodzinie przed podjęciem tej decyzji.

Nie chciałam kolejnego zwierzątka, do którego się przywiążemy, nie chciałam myśleć o tym, że kolejny raz taka sytuacja może nastąpić, bo w głowie miałam tylko to, że istnieje ryzyko, że dzieci kolejny raz przeżywać będą taką traumę. Okazało się, że jestem słabym ogniwem w rodzinie, więc po błaganiach i namowach w końcu znowu uległam.

Moje córki chciały psa takiej samej rasy, czyli West Highland White Terrier. Kolejny miał być identyczny, obawiałam się, że będzie budził w nich smutne wspomnienia, jednak nic bardziej mylnego. Pojawił się z wyglądu taki sam terrier, ale o zupełnie innym charakterze, dlatego nie próbujcie „zastąpić” jednego zwierzątka drugim, bo to się nie uda. Dotyczy to wszystkich zwierząt: psów, świnek, chomików, rybek i innych domowych pupili. Nawet nie zdajemy sobie sprawy z tego, jakie dzieci są spostrzegawcze. Nie należy ich oszukiwać i obawiać się, że będą te zwierzątka porównywać.

Najważniejsze jednak jest to, żeby rodzice byli wsparciem, by pozwalali na to, aby dziecko okazywało swoje emocje. Czasami będzie to smutek, a czasami złość. Należy okazać zrozumienie i nazywać emocje, które przeżywa. Jesteśmy w każdej dziedzinie życia wzorem dla swoich dzieci. Warto na koniec przytoczyć słowa, które przypisuje się św. Franciszkowi z Asyżu, który przyjaźnił się ze zwierzętami i uważał, że: „miarą człowieczeństwa jest nasz stosunek do zwierząt”. Uczmy nasze dzieci otwartości, bezinteresowności, radości, niesienia pomocy i miłości. A przede wszystkim człowieczeństwa.

Od opisanego smutnego zdarzenia minęło trzynaście lat. Drugi pies nigdy nie zastąpił pierwszego, ma ponad dwanaście lat i choć inaczej, to równie mocno go kochamy, więc znowu trudno jest nam wyobrazić sobie to, że mogłoby go zabraknąć.

Dziś znowu drzę na myśl o tym, że i tego psa kiedyś pożegnamy. Mimo tego, że moje córki są już dorosłe, to ich emocje są tak samo silne, a ja oddałam część serca temu pieskowi i wiem, że mimo upływu lat ta rozmowa będzie kiedyś wyglądała w podobny sposób...



Joanna Grzelka

nauczyciel wychowania przedszkolnego w Zespole Przedszkoli w Dolsku,
logopeda w Zespole Przedszkoli oraz w Szkole Podstawowej w Dolsku

URZĄDZENIE INTERAKTYWNE FLYSKY



@ktywuj się!

www.mac.pl/produkty/fly-sky



„Tak łatwo kochać kogoś.

Tylko być kochanym jest trudniej.”

Irving Stone.

Każdy z nas doświadczył zauroczenia kimś, zakochania, być może potem miłości. Niektórzy z nas doświadczyli tych uczuć już w przedszkolu, szkole, inni trochę później. Tak naprawdę nieważne kiedy, istotne, że uczucia te zostają w naszej pamięci, a czasem i sercu na zawsze. Ale co zrobić kiedy nasze kilkuletnie dziecko ciągle opowiada o swojej sympatii z przedszkola, jak z nim rozmawiać, reagować i wspierać?

Czym jest zauroczenie?

Dzieci, które zaczynają chodzić od przedszkola często „zakochują się” przeżywają pierwsze fascynacje rówieśnikiem. Miłość do przedszkolnego kolegi czy koleżanki nie jest taka jak u dorosłych. Emocje dziecka różnią się od emocji dorosłego. U dziecka jest to bardziej zauroczenie. Według słownik języka polskiego Zauroczenie to „fascynacja kimś lub czymś”¹⁵.

Uczucia dziecka.

Uczucia dziecka są krótkotrwałe i zmienne, mają charakter impulsywny. Dziecko potrafi przechodzić „z jednej skrajności w drugą skrajność”, jest smutne, za chwilę radosne,. Płacze, krzyczy a za moment się cieszy, śmieje.

„Dziecko wyraża swoje uczucia w sposób naiwny, szczery i bezpośredni”... Małe dziecko cechuje pewna niedojrzałość uczuciowa, dziecko nie potrafi zapanować nad uczuciami...

¹⁵ Internetowy Słownik Języka Polskiego PWN: <https://sjp.pwn.pl/szukaj/zauroczenie.html> [dostęp: 15.01.2021].

Trzylatek umie odwzajemniać uczucia i dzielić je z innymi. Nie tylko „bierze” uczucia, ale i „daje” je innym. Pogłębia się życie uczuciowe dziecka. Zaczyna ono przejawiać uczucia wyższe takie jak miłość, zazdrość, współczucie Czy chęć niesienia pomocy¹⁶. Należy pamiętać, że każde dziecko jest inne i rozwija się w swoim tempie.

Przedszkolne zauroczenie.

Dziecko obserwując otaczający je świat uczy się, naśladuje. Dzieci bawią się w dom, męża i żonę czy mamę i tatę. „Zauroczone” sobą dzieci chodzą także ze sobą w parach, siedzą przy jednym stoliku, dają sobie rysunki, laurki, czasem wymieniają się śniadaniem lub słodkościami oraz się przytulają.

Opowiadają i planują, że zaproszą swoją „dziewczynę”, czy „chłopaka” do domu, będą oglądać razem bajki i jeść popcorn jak w kinie, a mama przyniesie im soczek.

Plany nie są dalekosiężne jednak zdarza się, że dzieci mówią, że będą ze sobą mieszkać, że będą żoną i mężem.

Stosunki koleżeńskie przedszkolaków kształtują się głównie w zabawie. Pierwsze przyjaźnie, zauroczenia można zauważyć już u dzieci trzy, czteroletnich, są często nietrwale, powierzchowne i nie wywierają większego wpływu na osobowość dziecka. Pamiętać należy, że w tym wieku dziecko otwiera się na kolegów i przyjaciół. Wcześniej dziecko relacje społeczne nawiązywało głównie z osobami dorosłymi.

Wszystko wydaje się pięknie w dziecięcym zauroczeniu, do momentu, gdy dziecko chce iść w parze ze swoją sympatią, bywa też tak, że przysłowiowa Kasia chce spacerować z Basią a nie z Jankiem, wtedy zaczyna się problem. Zafascynowany koleżanką chłopiec bywa smutny, zły a czasem i agresywny wobec innych. Mój wychowanek odpychał dziecko, które chciało iść w parze z jego sympatią, bił, krzyczał. Nie mógł zrozumieć, że jego sympatia/dziewczyna ma też prawo chcieć bawić się czy spacerować z kimś innym niż on. Był zazdrosny i agresywny. Sympatia jest reakcją przeciwną agresji.

¹⁶ Od noworodka do przedszkolaka, Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, Warszawa 1982, S222-223.

Obie formy reakcji mogą występować u tych samych dzieci. I jak stwierdziła L.B. Murphy ,” najbardziej agresywne dzieci w grupie okazywały też w najsilniejszym stopniu sympatię”¹⁷. Tak było i w mojej grupie.

Dziecko zauroczone rówieśnikiem to nie problem, jeśli tylko wiemy jak się zachować. Gdy dziecko mówi nam, że się zakochało (małe dziecko nie powie , że się zauroczyło), nie bójmy się z nim porozmawiać, ale nigdy nie wyśmiewajmy, bo wtedy stracimy zaufanie naszych najukochańszych. Pamiętajmy, także, że uczucia dziecka – nieważne czy ma lat dwa czy sześć –w bezpośredni sposób przekładają się na jego zachowanie. Sposób w jaki bawi się dziecko , wskazują na jego samopoczucie¹⁸. Sposobem na poradzenie sobie z przytłaczającymi uczuciami i emocjami niech będzie zabawa. Obserwujmy dziecko podczas tej aktywności, a dowiemy się jeszcze więcej o jego uczuciach, troskach , tym, co je cieszy.

Porady dla rodzica zakochanego dziecka:

Wysłuchajmy uważnie, co dziecko chce nam powiedzieć

Rozmawiajmy, ale nie krytykujmy i nie wyśmiewajmy

Wspierajmy i jeśli trzeba pocieszajmy

Akceptujmy uczucia dziecka

Pomóżmy dziecku poradzić sobie z emocjami, których doświadcza

Wy tłumacz, że rówieśnik może nie chcieć być przytulany, całowany

Pozwólmy spędzić wspólnie czas (w piaskownicy lub zaprośmy sympatię dziecka do domu wraz z rodzicem)

Zakończenie.

Temat zauroczenia wśród dzieci w młodszy wieku przedszkolnym powinien interesować nie tylko pedagogów, ale również i rodziców. Warto podejmować dyskusje na ten temat na zebraniach informacyjnych.

¹⁷ M. Przetacznikowa, Rozwój psychiczny dzieci i młodzieży, Biblioteka Nauczyciela, Warszawa 1967, s 192.

¹⁸C.Nitsch, prof.dr G.Hüther, Wspieranie rozwoju dziecka, Wydawnictwo Olesiejuk, Olsztyn 2011, S 219.

Kadra pedagogiczna, zwłaszcza psycholog szkolny powinien stanowić wsparcie dla rodziców, opiekunów prawnych małych dzieci, ale i dla samych dzieci. Nauczyciele powinni podejmować na zajęciach tematy związane z uczuciami i emocjami. Małe dzieci nie potrafią same poradzić sobie z emocjami jakie odczuwają. Wychowawcy powinni wspierać dzieci, u których występują pierwsze oznaki zauroczenia, ale także rozmawiać o tym, iż drugi człowiek ma prawo odczuwać inne emocje niż my i nie możemy nikogo zmusić do „miłości”.

Z okazji zbliżających się Walentynek życzę wszystkim @ktywnym pięknej miłości.

Bibliografia / polecane książki

1. C.Nitsch, prof.dr G.Hüther, Wspieranie rozwoju dziecka.
2. Od noworodka do przedszkolaka, Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich
3. M. Przetacznikowa, Rozwój psychiczny dzieci i młodzieży



Natalia Gumulska

Nauczyciel wychowania przedszkolnego,
oligofrenopedagog, terapeuta pedagogiczny, terapeuta ręki.

Pandemia zbliża się do końca... chyba.

Skutki pandemii w niektórych dziedzinach życia pewnie będą odczuwalne jeszcze wiele lat. Niektóre procesy naszego życia zostaną dzięki tym wydarzeniom przyspieszone i z ewolucji przejdą w tryb rewolucji. Jeszcze rok temu, prowadząc szkolenie, na którym pokazywałem swoje recepty w wersji elektronicznej nie wzbudziłem jakiegoś wielkiego zainteresowania, dziś e-recepta normalność. Ale dziś nie o medycynie, tylko o edukacji.

Zwiększenie roli elektronicznego dziennika

Dzięki pandemii w wielu szkołach zdecydowano się na prowadzenie elektronicznych dzienników. W mojej szkole można zauważyć (dziennik wprowadzono we wrześniu 2020 r.) po pierwszych miesiącach używania ciepłe przyjęcie. Rodzice, po których można było się spodziewać, że będą mieli problemy z jego używaniem, radzą sobie całkiem dobrze. Może jeszcze nie wszystko działa idealnie, ale myślę, że po powrocie i dokonaniu drobnej ewaluacji, doszlifujemy jego używanie. Zapewne będzie tak w większości szkół, które wprowadziły to rozwiązanie na przestrzeni ostatniego roku.

Wykorzystanie usług opartych na chmurze jak Microsoft Teams czy Google Classroom

Przypuszczalnie po zakończeniu zdalnego nauczania większość osób zechce odpocząć od narzędzi elektronicznych. Ale w przyszłym roku szkolnym może nie wielkie grono, ale na pewno większe niż przed 2020 r., będzie wykorzystywać dostępne narzędzia oparte na chmurze. Może nie na każdym przedmiocie, ale jako przygotowanie do egzaminów ósmoklasisty uważam to za bardzo dobre narzędzie m.in. do przypominania materiałów, ich gromadzenia w jednym miejscu. Oprócz egzaminu ósmoklasisty oczywiście pozostają inne egzaminy, konkursy. Na YouTube mamy do dyspozycji „kilka” kanałów wspomagających zdalną edukację.

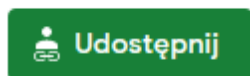
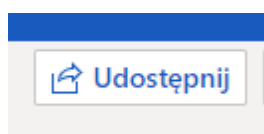
Z mojego podwórka, czyli matematyki, mogę wymienić kanał „Pi-stacja Matematyka”¹⁹, gdzie materiał jest ciekawie podzielony, są również rozwiązane zadania egzaminacyjne. Takich kanałów jest przynajmniej kilka i jeśli chcemy zwrócić uwagę na pewne zadania, a czasu zawsze brakuje, to dla chętnych uczniów można zamieścić link do filmu, wyszczególnić tylko jakiś fragment z informacją „zwróć uwagę na...”.

Do pobieżnego poznania lektur szkolnych można polecić kanał „Wiedza z wami podstawówka”²⁰. Oczywiście nic nie zastąpi przeczytania lektury, ale przed egzaminem być może uczeń zapamięta właśnie dzięki temu jakiś wątek i w przypływie weny zdobędzie punkt na egzaminie.

Moim zdaniem wspomnieć należy również o Kujawsko-Pomorskiej e-Szkole²¹ tutaj np. może się przydać język angielski. W playliście z języka angielskiego znajduje się obecnie (styczeń 2021) 159 filmów. Pewniaków egzaminacyjnych pewnie nie braknie. Oczywiście wymienione kanały to subiektywny przegląd i zapewne o istnieniu niektórych kanałów piszący te słowa nie ma nawet pojęcia. Ale znowu – pewnie gdyby nie pandemia, nie rozwinęłyby się to tak bardzo lub nie byłyby tak widoczne jak teraz. Trudno nie wspomnieć o własnej pracy, bo przecież są w sieci kanały posiadające ledwie kilkaset wyświetleń. Nie wspominając o tworzeniu materiałów pisanych.

Chyba się nie pomyłę, gdy napiszę, że wśród grona pedagogicznego są tacy, którzy opracowali własne materiały. Ja na przykład instrukcje do niektórych programów tworzyłem samodzielnie więc teraz można będzie je wykorzystać na lekcjach jako dodatkowe pomoce. Przyciski Udostępnij (po lewej pakiet Office 365, po prawej Google) – wystarczy kilka kliknięć i materiał jest u naszych uczniów.

Nie potrzeba znajomości prywatnych adresów email.



Komunikacja już oficjalna?

Gdy istnieje potrzeba szybkiej komunikacji na linii rodzic–szkoła–uczeń pozostają dwie platformy do stosunkowo szybkiej wymiany informacji.

Pierwsza to wspomniany e-dziennik, druga to np. chat w Teams. Oczywiście należy te kanały utrzymywać w ciągłej gotowości.

¹⁹ <https://www.youtube.com/c/pistacjamatematyka>

²⁰ <https://www.youtube.com/c/WiedzazwamiPodstawowka>

²¹ <https://www.youtube.com/c/KujawskoPomorskaeSzkola>

Zarówno uczniowie, jak i rodzice muszą wiedzieć, że można się spodziewać komunikatu. I jeżeli z e-dziennikiem nie będzie większego problemu, to z chatem można się spodziewać, że pójdzie w zapomnienie.

Przydatnym będzie na wspomnianej wycieczce szkolnej, bo ktoś chciałby podawać swój prywatny numer telefonu dla całej szkoły, a i tak aplikacje na telefonie posiadają chyba wszyscy uczniowie.

Zdobyte doświadczenie powinno również pomóc w pracy Rady Pedagogicznej, zarówno w małej szkole gdzie niektórzy nauczyciele są raz, góra dwa razy w tygodniu jak i w wielkim molochu z kilkudziesięcioma osobami.

Wymiana dokumentów, komunikatów będzie łatwiejsza. Wśród nas są zapewne tacy, którzy przeglądają to i owo późnym wieczorem, gdy inni już śpią, więc dla nocnych marków to rozwiązanie wręcz idealne.

Prowadzenie lekcji

Przed wybuchem pandemi nauczyciele mieli okazję korzystać ze szkoleń, na których poznawali tajniki wykorzystania na lekcjach kompetencji cyfrowych – przykładem niech będzie projekt Lekcja: Enter. Od marca 2020 w szkołach trwa taki właśnie ogromny projekt Lekcja: Enter, w który zaangażowany jest każdy – jedni oczywiście bardziej, inni mniej. Korzystajmy zatem z zasobów dostępnych w sieci, tak na szybko wymieniamy:

<https://epodreczniki.pl/>

<https://instaling.pl/> nauka słówek z języków obcych

<https://learningapps.org/> szybkie powtórki, utrwalenia

<https://quizlet.com/pl> czy <https://quizizz.com/> tworzenie quizów

<https://www.youtube.com/channel/UCYAOmp3qSEUZGwkv1pX8Tow/featured>

TIK w wielkiej pigułce, czyli Lekcja: Enter – materiały online

Ten ostatni przykład to jeszcze jeden pozytyw (chyba) całej sytuacji, ponieważ duże grono nauczycieli odkryło, że można się szkolić online. Nie trzeba jechać do miejsca szkolenia godzinę, a zamiast tego usiąść w domu z ulubioną herbatką pod ręką, i działać. Oczywiście są warsztaty, które lepiej przeprowadzić w tradycyjnej postaci, ale myślę, że w najbliższym czasie firmy szkoleniowe będą mogły się wykazać i miejmy nadzieję, że pojawią się ciekawe formy szkoleń online, takie jak szkolenie PPK, w którym ostatnio brałem udział – 90 minut o nowościach w pigułce, szybko i sprawnie.

Myślę, że szkoła staje przed zmianami w sposobie prowadzenia lekcji, które, gdyby nie pandemia, zachodziłyby jeszcze latami. Miejmy nadzieję, że obecna sytuacja nie obrzydzi nam komputera na długie lata, a wykorzystanie TIK na lekcjach będzie wykorzystywane w coraz większym zakresie.



Piotr Kawalec

nauczyciel matematyki i informatyki

w SP Nawsie Brzostockie

CZY MOŻNA RELEGOWAĆ DZIECKO Z PRZEDSZKOLA?

ROMAN LORENS

Zgodnie z art. 68 ust. 2 ustawy z dnia 14 grudnia 2016 r. – Prawo oświatowe, dyrektor przedszkola może, w drodze decyzji, skreślić dziecko z listy wychowanków, a skreślenie następuje na podstawie uchwały rady pedagogicznej. Może tego dokonać tylko w przypadkach określonych w statucie publicznego przedszkola.

Skreślenie dziecka z listy następuje w oparciu o zasady określone w przepisach Kodeksu postępowania administracyjnego, a przypadki, w jakich można skreślić w danym przedszkolu dziecko z listy oraz zasady postępowania w przypadku skreślenia z listy należy bezwzględnie uregulować w statucie przedszkola.

Dziecko objęte obowiązkiem przedszkolnym

Zgodnie z art. 31 ustawy Prawo oświatowe wychowanie przedszkolne obejmuje dzieci od początku roku szkolnego w roku kalendarzowym, w którym dziecko kończy 3 lata, do końca roku szkolnego w roku kalendarzowym, w którym dziecko kończy 7 lat. Wychowanie przedszkolne jest realizowane w przedszkolach, oddziałach przedszkolnych w szkołach podstawowych oraz w innych formach wychowania przedszkolnego.

Natomiast dziecko w wieku 6 lat jest obowiązane odbyć roczne przygotowanie przedszkolne w przedszkolu, oddziale przedszkolnym w szkole podstawowej lub w innej formie wychowania przedszkolnego.

Niespełnianie przez dziecko obowiązku przedszkolnego podlega egzekucji w trybie przepisów o postępowaniu egzekucyjnym w administracji.

Dyrektor publicznego przedszkola publicznego nie może skreślić dziecka z listy, jeśli jest ono objęte obowiązkiem przedszkolnym.

Dyrektor może natomiast w uzasadnionych przypadkach przenieść dziecko do innego przedszkola.

Przeniesienie dziecka do innego przedszkola

Dziecka, które realizuje obowiązek przedszkolny, nie można w przedszkolu publicznym skreślić z listy, można natomiast przenieść do innego przedszkola. Przeniesienia można dokonać tylko w uzasadnionych sytuacjach, a przypadki, w których można wyłączyć określone dziecko z grona przedszkolaków danego przedszkola, muszą być określone w statucie przedszkola. Przeniesienia dziecka do innego przedszkola dokonuje kurator oświaty, działając jako organ I instancji, na wniosek złożony przez dyrektora przedszkola.

Przyczyny skreślenia dziecka muszą być istotne i uzasadnione.

Gdy w danym przedszkolu zdarzy się przypadek kwalifikujący dziecko do skreślenia z listy, a przypadek ten został określony w treści statutu (zgodnie z art. 102 ust. 1 pkt 13 ustawy – Prawo oświatowe), wówczas dyrektor może podjąć stosowną decyzję o skreśleniu dziecka w porozumieniu z radą pedagogiczną.

Przypadki, w których następuje skreślenie dziecka z listy, dotyczą najczęściej:

- zalegania rodziców z należnymi opłatami (np. za 3 miesiące),
- powtarzającego się nieterminowego regulowania należności,
- nieuczęszczania dziecka do przedszkola bez uzasadniania przyczyny nieobecności (np. przez 1 miesiąc),
- sytuacji, gdy w sposób szczególny narażane jest dobro innych dzieci uczęszczających do przedszkola,
- nieprzestrzegania przez rodziców postanowień statutu przedszkola.

Przypadki, w jakich można skreślić dziecko z listy wychowanków

Ustalając przypadki, w których można skreślić dziecko z listy, które następnie zostaną zapisane w statucie przedszkola, należy odnieść się do:

- praw dziecka, w tym prawa dziecka do wychowania przedszkolnego oraz prawa do nauki,
- obowiązków i zadań nauczycieli, w tym do wspomagania indywidualnego rozwoju dziecka, wspomagania rodziny w wychowaniu dziecka,
- zasad współdziałania z rodzicami w sprawach wychowania i nauczania,
- zasad współpracy ze specjalistami świadczącymi pomoc psychologiczno-pedagogiczną,
- cech dziecka charakterystycznych dla wieku przedszkolnego.

Z praktyki:

Poniżej znajdują się przykłady zapisów w statutach przedszkoli. Należy zauważyć, że w zasadzie najtrudniejszymi do obalenia – w kontekście obowiązującego prawa i momencie kwestionowania przez rodzica decyzji dyrektora – są zapisy związane z finansami (i to też nie w przypadku wszystkich przedszkolaków). Pozostałe są mocno dyskusyjne.

Przykłady zapisów w statutach przedszkoli:

- zaleganie z należnymi opłatami za ... miesiące,
- powtarzające się nieterminowego regulowania należności,
- nieuczęszczanie dziecka do przedszkola bez uzasadnionej przyczyny co najmniej ... miesiąc,
- sytuacja, gdy w sposób szczególny narażone jest dobro innych dzieci,
- sytuacja pozostawiania dziecka w przedszkolu poza godzinami jego otwarcia,
- zatajenie przez rodziców przy wypełnianiu karty zgłoszenia choroby dziecka, która uniemożliwia przebywania dziecka w grupie, a w szczególności choroby zakaźnej, poza chorobami zakaźnymi wieku dziecięcego;
- nieprzestrzegania przez rodziców postanowień statutu przedszkola;
- dziecko posiada orzeczenie Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej o przeciwwskazaniach do korzystania z pobytu w publicznym przedszkolu.

Przebieg postępowania

Gdy dyrektor zamierza skreślić dziecko z listy wychowanków w przedszkolu, powinien:

- po powzięciu informacji o zaistnieniu przypadku wymienionego w statucie przedszkola wszcząć postępowanie w sprawie skreślenia dziecka z listy wychowanków (art. 98 ust. 1 pkt 17, art. 102 ust. 1 pkt 13 ustawy – Prawo oświatowe),
- zawiadomić wszystkie osoby będące stronami w sprawie (zwłaszcza rodziców dziecka) oraz pouczyć rodziców o przysługującym im prawie do czynnego udziału w przebiegu postępowania oraz wglądu w akta sprawy (art. 61 § 4, art. 9 i 10, art. 73 Kodeksu postępowania administracyjnego (dalej: k.p.a.).

W związku z powyższym szczególną uwagę należy zwrócić na kwestię prawidłowego przeprowadzenia postępowania dowodowego (art. 7 i 77 § 1 k.p.a.) oraz zapewnienia czynnego udziału strony w postępowaniu (art. 9 k.p.a.). W chwili wszczęcia postępowania koniecznym jest powiadomienie strony o tym fakcie. Nadto stronie służy prawo do:

- wypowiadania się co do wszystkich dowodów i zgłaszania własnych wniosków dowodowych (np. o przesłuchanie świadka na określoną okoliczność);
- zapoznania się z aktami sprawy na samym końcu postępowania.

Czynności dokonywane ustnie w trakcie prowadzonego postępowania powinny być protokołowane, zgodnie bowiem z treścią art. 15 § 1 k.p.a. obowiązuje zasada pisemności.

Podstawą podjęcia decyzji przez dyrektora musi być uchwała rady pedagogicznej. Zatem obowiązkiem dyrektora przedszkola, będącego jednocześnie przewodniczącym rady pedagogicznej, jest zwołanie posiedzenia rady pedagogicznej.

Jednocześnie, zgodnie z zapisem art. 10 § 1 k.p.a., wg którego organy administracji publicznej obowiązane są zapewnić stronom czynny udział w każdym stadium postępowania, a przed wydaniem decyzji umożliwić im wypowiedzenie się co do zebranych dowodów i materiałów oraz zgłoszonych żądań, musi poinformować rodziców dziecka o prawie do wskazania rzecznika obrony.

Może nim być wychowawca lub pedagog, bowiem należy zauważyć, że brak jest podstawy prawnej umożliwiającej rodzicom dziecka udział w zebraniu rady pedagogicznej, ponieważ zgodnie z u.p.o. w zebraniach rady pedagogicznej mogą również brać udział, z głosem doradczym, osoby zapraszone przez jej przewodniczącego za zgodą lub na wniosek rady pedagogicznej (art. 69 ust. 3a u.p.o.).

Ważne!

W trakcie zebrania rada pedagogiczna, przed podjęciem decyzji o skreśleniu dziecka z listy wychowanków, musi rozważyć, czy wykorzystano wszystkie możliwości wychowawczego oddziaływania przedszkola na dziecko.

Przebieg dyskusji przeprowadzonej na zebraniu rady pedagogicznej musi być oczywiście zaprotokołowany, a podjęcie samej uchwały dotyczącej skreślenia z listy wychowanków powinno odbyć się zgodnie z regulaminem rady pedagogicznej.

Z konieczności stosowania przepisów ustawy k.p.a. (art. 73 § 1) wynika również obowiązek poinformowania przez dyrektora rodziców dziecka o prawie wglądu w dokumentację sprawy.

Po podjęciu uchwały przez radę pedagogiczną, po sprawdzeniu zgodności uchwały z przepisami prawa oraz po analizie całej zgromadzonej dokumentacji, dyrektor przedszkola podejmuje stosowną decyzję.

Podejmując ją, dyrektor musi pamiętać, że zgodnie z wymogami art. 107 § 1 k.p.a. decyzja powinna zawierać (...) oznaczenie organu administracji publicznej, datę wydania, oznaczenie strony lub stron, powołanie podstawy prawnej, rozstrzygnięcie, uzasadnienie faktyczne i prawne, pouczenie, czy i w jakim trybie służy od niej odwołanie, podpis z podaniem imienia i nazwiska oraz stanowiska służbowego osoby upoważnionej do wydania decyzji (...).

Decyzję dostarcza się rodzicom dziecka, pamiętając, aby zrobić to skutecznie. Jest to bardzo ważne, gdyż data odbioru pisma umożliwia później sprawdzenie dotrzymania terminu ewentualnego odwołania od decyzji.

Po wydaniu decyzji dziecko ma prawo chodzić do przedszkola, bowiem stronie służy odwołanie, a zgodnie z art. 130 § 1 i 2 k.p.a. przed upływem terminu do wniesienia odwołania decyzja nie ulega wykonaniu. Wniesienie odwołania w terminie wstrzymuje wykonanie decyzji. Wyjątek wynika z sytuacji, gdy decyzji nadano rygor natychmiastowej wykonalności.

Ważne!

Zgodnie z art. 108 § 1 k.p.a decyzji, od której służy odwołanie, może być nadany rygor natychmiastowej wykonalności, gdy jest to niezbędne ze względu na ochronę zdrowia lub życia ludzkiego albo dla zabezpieczenia gospodarstwa narodowego przed ciężkimi stratami lub też ze względu na inny interes społeczny lub wyjątkowo ważny interes strony.

Jednakże zgodnie z linią orzecniczą przesłanką wspólną dla wszystkich przypadków nadania decyzji rygoru natychmiastowej wykonalności jest „niezbędność” niezwłocznego wdrożenia jej w życie (wyrok NSA z dnia 29 stycznia 2014 r. sygn. akt I OSK 335/13). Dlatego nadanie takiego rygoru decyzji o skreśleniu z listy wychowanków musi mieć bardzo poważne uzasadnienie.

Zgodnie z art. 129 k.p.a. odwołanie wnosi się za pośrednictwem organu, który wydał decyzję (w tym wypadku za pośrednictwem dyrektora przedszkola), do kuratora oświaty, w terminie 14 dni od doręczenia decyzji stronie. Po upływie tego terminu decyzja się uprawomocnia. Osoba odbierająca decyzję o skreśleniu dziecka powinna więc zadbać o potwierdzenie daty jej otrzymania.

Dyrektor przedszkola – gdy uwzględni odwołanie i zmieni swoją decyzję – ma 7 dni na odpowiedź wnoszącym odwołanie. Jeżeli nie uwzględni odwołania, to w terminie 7 dni, zgodnie z treścią art. 133 k.p.a., przekazuje je do kuratora oświaty wraz z aktami sprawy, zawiadamiając o tym fakcie stronę wnoszącą odwołanie. Jeśli kurator oświaty, będący organem administracji państwowej wyższego stopnia, utrzyma w mocy decyzję dyrektora, rodzicom dziecka przysługuje skarga do wojewódzkiego sądu administracyjnego, a potem skarga kasacyjna do naczelnego sądu administracyjnego.

Podstawa prawna:

- Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. – Prawo oświatowe (tj. Dz. U. z 2020 r. poz. 910 ze zm.),
- Ustawa z dnia 14 czerwca 1960 r. – Kodeks postępowania administracyjnego (tj. Dz. U. z 2020 r. poz. 256 ze zm.).



Roman Lorens

ambasador marki MAC Technologie,
specjalista prawa oświatowego,
trener, ekspert ds. awansu zawodowego nauczycieli,
wieloletni wykładowca.

EKSPRESJA PLASTYCZNA DZIECKA. CO TO JEST EKSPRESJA? Z CZYM SIĘ WIĄŻE? NA CO MA WPŁYW?

ANNA MAZUREK

Jako nauczyciele pracujący z dziećmi doskonale wiemy, czym jest ekspresja plastyczna dziecka, jak ważna jest dla sprawnego rozwoju małego człowieka. Znamy to doskonale z praktyki zawodowej. I o tym, że każdy nauczyciel wie, z jak ważnym tematem mamy do czynienia zwłaszcza na poziomie małego dziecka, dyskutować nie będę, bo wierzę w mądrość, kompetencje i rzetelność nauczycieli. Pozwoliłam sobie więc na inne spojrzenie na ekspresję plastyczną dziecka, spojrzenie bardziej teoretyczne. Teoria bowiem pozwala nam na zrozumienie tego, co dzieje się w praktyce.

Pojęciem ekspresji posługiwali się już starożytni Grecy. Określali tym mianem uczucia wyrażane w tańcu, śpiewie i poezji – nie uznawali jednak tej formy działania za prawdziwą sztukę.

Z upływem czasu zdano sobie sprawę z tego, że narzędzia ekspresji, jakimi są taniec, muzyka i poezja, mogą również oddziaływać na widza (i odwrotnie: sztuki plastyczne dzięki zawartym w nich uczuciom twórcy zaczęły zyskiwać walor ekspresyjny, a nie tylko sprawczo-rzemieślniczy). Stąd wniosek, że pojęcie ekspresji jest znacznie starsze niż używany w większości języków europejskich łaciński wyraz *expressio* – wyciskanie soków, a metafora pozwala odnieść ten termin do różnego rodzaju „wyciskania” śladów na otoczeniu fizycznym, ujawniania i wyrażania²².

Do upowszechnienia tego terminu w języku potocznym przyczyniła się filozofia, pedagogika i szereg innych dziedzin, gdzie ekspresję traktowano nie tylko jako cechę przedmiotów fizycznych, ale też zjawisk i procesów. Pojawiło się więc wiele definicji słowa ekspresja. H. Read definiuje ekspresję jako wyciskanie piętna, wrodzoną potrzebę wyrażania uczuć w wytworach lub zachowaniu²³.

²²S. Popek, *Barwy i psychika. Percepcja, ekspresja, projekcja*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2003 r., s. 117.

²³H. Read, *Wychowanie przez sztukę*, Ossolineum, Wrocław 1976 r., s. 122.

Władysław Tatarkiewicz podaje dwie definicje ekspresji. Pierwsza mówi, że jest to wyrażanie treści psychiki ludzkiej przez przedmioty fizyczne, druga zaś definiuje ekspresję jako ujmowanie rzeczywistych zjawisk emocjonalnych, uczuć, które występują jedynie w istotach posiadających życie psychiczne²⁴.

H. Semenowicz dorzuca jeszcze do tego, że: bywa ona (ekspresja) najczęściej związana z wyrażaniem estetycznym i zachodzi wówczas, gdy ujawniane bywają zjawiska emocjonalne, nadające produktowi twórczemu artysty lub twórcy (dziecka) wyraz jego stosunku do wytworu w formie i treści²⁵.

W. Pieleśńska podaje, iż: ekspresja stanowi ślad konkretnej indywidualności, jest potwierdzeniem własnej autentyczności, a jednocześnie pozwala na przekraczanie granic własnej odrębności poprzez nawiązywanie związku ze światem²⁶. Zaś S. Popek wiąże ekspresję z autokreacją²⁷.

Powyższe określenia ekspresji świadczą o tym, że ich autorzy łączą ekspresję z emocjonalnością człowieka. Trochę inaczej sądzi A. Brzezińska. Używa ona terminu ekspresja w znaczeniu najszerszym, przypisując jej uzewnętrznianie całego doświadczenia indywidualnego²⁸.

Jest więc ekspresja wyrażaniem treści psychicznych o zabarwieniu emocjonalnym, co jednocześnie oznacza, że mogą one mieć charakter intelektualny ale mocą sprawczą tego „wydobycia”, „wyciskania” jest podłoże emocjonalne, a sam komunikat może mieć dla odbiorcy wartość poznawczą. Prawdziwym więc wydaje się pojmowanie ekspresji jako ujawniania, wyrażenia siebie, swojego „ja” poprzez naturalne oznaki, symptomy oraz komunikowanie tego „ja” w sposób namacalny. Ekspresja to wyrażanie siebie, swoich myśli, uczuć, emocji, charakteru.

²⁴S. Popek, op. cit., s. 49.

²⁵H. Semenowicz, *Poetycka twórczość dziecka*, N. K., Warszawa 1979 r., s. 11.

²⁶W. Pieleśńska, *Ekspresja – wartość, potrzeba*, WSiP, Warszawa 1983 r., s. 5.

²⁷S. Popek, *Aktywność twórcza dzieci i młodzieży*, WSiP, Warszawa 1988 r., s. 16.

²⁸A. Brzezińska, *Ekspresja twórcza a projekcja w: Metody projekcyjne. Tradycja i współczesność*, red. H. Sęk, Poznań 1984 r., s. 147.

Plastyczna forma ekspresji dziecka, etapy, treść

Wśród wielu różnorodnych form wypowiedzi i środków wyrazu działalność plastyczna jest obok zabawy najpopularniejszą formą ekspresji dziecka. W ekspresji plastycznej dziecka ujawnia się związek jego przeżyć z otaczającą rzeczywistością. Rzeczywistość ta pobudza i inspiruje dziecko do działania, wzbogaca jego przeżycia emocjonalne, rozwija zdolność spostrzegania oraz wzbogaca i kształtuje jego wiedzę o świecie. Daje nam jednocześnie wiedzę o twórcy, o dziecku, jego potrzebach, sposobach przeżywania, eksploracji otoczenia.

Znawcy tematu są zgodni co do tego, że pierwszym okresem rozwoju ekspresji plastycznej dziecka jest bazgrota, działalność plastyczna dająca dziecku zadowolenie z samego ruchu narzędziem, z samego aktu tworzenia.

Stopniowo przybiera ona postać rysunków, które mają treść rozpoznawalną dla dorosłych²⁹. Wiąże się to ze zmianą myślenia dziecka: od myślenia kinetycznego przechodzi ono do myślenia wyobrażeniowego (początkowo ważne były same ruchy, teraz ważny jest związek pomiędzy dzieckiem a otaczającym je światem). Dziecko zaczyna nazywać swoje rysunki, utożsamiać się z nimi, dostrzega barwy, kształty (dobiera je jednak na zasadzie przypadku).

Kolejny okres zwany jest przez S. Szumana okresem schematu. W okresie tym Szuman podkreślił ideoplastyczny, a nie wyobrażeniowo-pamięciowy charakter twórczości plastycznej dzieci. Pisał w związku z tym: "(...) dziecko nie rysuje tego, co widzi, ale to co wie o otaczającym je świecie. W ten sposób ujawnia w wytworach plastycznych swój wewnętrzny model (schemat – symbol) świata, zabarwiony silnymi przeżyciami emocjonalnymi"³⁰.

Rysunki stają się coraz bardziej komunikatywne. Dziecko poszerza swoje zainteresowania postacią ludzką i miejsce głowonogów zajmują głowotułowia. Postać przedstawiana jest *en face*, choć pojawiają się czasem ujęcia z profilu.

²⁹ Lowenfeld V., Brittain L., *Twórczość a rozwój umysłowy dziecka*, s. 40.

³⁰S. Szuman, *Sztuka dziecka. Psychologia twórczości rysunkowej*, s. 41.

W okresie przedszkolnym dzieci nie rysują stawów w kończynach. Za pomocą kreski, kropki lub koła przedstawiony jest nos i oczy.

Dziecko nie przedstawia wielkości naturalnych, kieruje się emocjonalnym oddziaływaniem poszczególnych części ciała, niektórych elementów garderoby. Dlatego bardzo często głowa, dłonie, zabawki dominują swoją wielkością. Sylwetka człowieka w takim ujęciu ma wyjątkowy, ekspresyjny charakter. Człowiek przedstawiany przez sześciolatków posiada już proporcje zbliżone do naturalnych, lecz ręce i dłonie wciąż jeszcze posiadają wielkości względne, uwarunkowane emocjonalną postawą autora.

Między piątym a szóstym rokiem życia dzieci zaczynają przedstawiać postać ludzką w ruchu poprzez układ kończyn (ręce wyciągnięte do przodu, rozstawienie nóg). Między 6 a 7 rokiem życia można zaobserwować zgięcie korpusu ciała³¹.

Do końca wieku przedszkolnego znaczna większość dzieci pozostaje jeszcze w okresie formowania się schematu rysunkowego. Charakterystyczna dla ekspresji dziecka w tym wieku jest geometryzacja i uproszczenie struktur rysunkowych. Pod wpływem wzrastającej wiedzy o świecie, różnych doświadczeń i przeżyć wytwory plastyczne stają się dojrzałe, obejmują większy zakres treści i wzbogacają się pod względem formy. Oprócz cech podstawowych przedmiotu dziecko stara się uwydatnić jego cechy charakterystyczne, zaczyna zwracać uwagę na twarz człowieka, na jej wyraz. Wśród drzew można rozpoznać już drzewa iglaste i liściaste. Tematyka prac plastycznych dzieci 6–7-letnich znacznie się poszerza.

Kolor i forma dziecięcej twórczości

Twórczość plastyczna dziecka odznacza się swoistą, bardzo bogatą kolorystyką. Odtwarzając pojedyncze przedmioty, dzieci często przedstawiają poszczególne ich części w różnych kolorach. Swoista kolorystyka i forma stanowią środek ekspresji plastycznej w twórczości dziecka.

³¹S. Popek, *Analiza psychologiczna twórczości plastycznej dzieci i młodzieży*, s. 59–64.

W grupach starszych dziecko z reguły dąży do odtwarzania bardziej złożonej akcji, której bohaterami są ludzie, zwierzęta, postacie baśniowe itp. Stały wzrost doświadczenia i umiejętności artystycznych wpływa na wzbogacenie się kompozycji scen, jakie dziecko tworzy.

Najwcześnieszą zasadą kompozycji jest dla dziecka układ w szeregu, zwany układem fryzowym, polegającym na umieszczeniu poszczególnych elementów na jednym poziomie. Często rysuje ono dwie lub trzy takie fryzy, jeden nad drugim. Kompozycja oparta na zasadzie fryzy ulega stopniowemu wzbogaceniu. Dziecko sześciolatnie ujmuje je w ramach dwóch linii: nieba i ziemi.

Swoistym sposobem przedstawienia przedmiotów w przestrzeni jest spotykane w wytworach dziecka ujęcie „z lotu ptaka”, „z góry”. Znanie jest również w twórczości dziecka tzw. zjawisko przeźroczystości – to, co w rzeczywistości jest niewidoczne, dziecko przedstawia jako widoczne.

Około dziesiątego roku życia pojawia się zjawisko kryzysu w twórczości plastycznej dziecka, co przejawia się spadkiem aktywności twórczej, zanikiem zainteresowań plastycznych.

Przytoczona charakterystyka ekspresji plastycznej dziecka jednoznacznie wskazuje, że koniec wieku przedszkolnego i początek młodszego wieku szkolnego jest najciekawszym okresem w jego twórczości plastycznej, by w miarę dorastania ustąpić miejsca ekspresji werbalnej.

Nastolatkom bowiem operują formami plastycznymi w dwu przypadkach: gdy są uzdolnieni i twórczość plastyczna staje się podstawową formą samorealizacji lub gdy wewnętrzne problemy psychiczne (najczęściej emocjonalne) nie pozwalają na werbalizację i zapis. W drugim przypadku działalność plastyczna nie wiąże się z uzdolnieniami, a ta forma wyrazu jest jedynie ekspresją osobowości.

Rodzaje ekspresji plastycznej

Warto na koniec w ramach podsumowania przytoczyć podział ekspresji, jakiego dokonał S. Popek.

Dzieli on ekspresję na: naturalną lub swobodną – atawistyczną, instynktowną, spontaniczną, autentyczną, nieświadomą, twórczą, pierwotną, niemal biologiczną, nieintencjonalną, automatyczną, wyrażającą potrzebę samorealizacji; inspirowaną – łączącą cechy ekspresji naturalnej i sztucznej, inspirowaną z zewnątrz przez celowy bodziec, muzykę, poezję oraz ukierunkowaną lub sztuczną – zamierzoną, ukierunkowaną, zorganizowaną, nieautentyczną, świadomą, odtwórczą, algorytmiczną³².

Na podstawie takiego podziału można stwierdzić, że ekspresja jest wartością ciągłą (kontinuum), w której na jednym biegunie dominują procesy emocjonalne, a na drugim intelektualne. Nic nie jest tylko emocjonalne i nic nie jest tylko intelektualne. Tyle teorii w kwestii ekspresji plastycznej dziecka. Jak widać ma ona przełożenie na praktykę, na naszą pracę z dzieckiem. Potwierdza też konieczność wspierania dziecka w jego wyrażaniu siebie poprzez formy plastyczne, co wpływa na jego całościowy, harmonijny, sprawny, prawidłowy rozwój, dając jednocześnie dziecku możliwość wyrażania siebie, bycia „sprawcą”, obrazowania otaczającej rzeczywistości.

Bibliografia

- Brzezińska A., *Ekspresja twórcza a projekcja* [w:] *Metody projekcyjne. Tradycja i współczesność*, red. H. Sęk, Poznań 1984 r.
- Lowenfeld V., Brittain W., *Twórczość a rozwój umysłowy dziecka*, PWN, Warszawa 1977.
- Pieleśńska, W., *Ekspresja – wartość, potrzeba*, WSiP, Warszawa 1983.
- Popek S., *Analiza psychologiczna twórczości plastycznej dzieci i młodzieży*, WSiP, Warszawa 1985..
- Popek S., *Aktywność twórcza dzieci i młodzieży*, WSiP, Warszawa 1988.

³²S. Popek, *Uzdolnienia plastyczne młodzieży*, praca habilitacyjna UMCS, Lublin 1988 r., s. 45.

- Popek S., *Barwy i psychika. Percepcja, ekspresja, projekcja*, Wydawnictwo UMCS, Lublin 2003.
- Popek S., *Uzdolnienia plastyczne młodzieży, praca habilitacyjna UMCS*, Lublin 1988.
- Read H., *Wychowanie przez sztukę*, Ossolineum, Wrocław 1976.
- Semenowicz H., *Poetycka twórczość dziecka*, N. K., Warszawa 1979.
- Szuman S., *Sztuka dziecka. Psychologia twórczości rysunkowej*, WSiP, Warszawa 1990.



Anna Mazurek

ukończyła historię na UMCS w Lublinie, pedagogikę przedszkolną i wczesnoszkolną w WSP w Warszawie, jest oligofrenopedagogiem, specjalistą terapii pedagogicznej, specjalistą edukacji i rewalidacji osób ze spektrum autyzmu, nauczycielem wychowania przedszkolnego, dumną mamą dwójki dzieci.

DZIECI I MŁODZIEŻ W DOBIE PANDEMII

MAGDALENA OSTOJSKA

Nagła zmiana

Pandemia COVID-19 dotknęła wszystkich. Nagle musieliśmy zostać w domach, nasze dotychczasowe życie diametralnie się zmieniło, pod różnymi względami wręcz „stanęło na głowie”. Na początku epidemii, w marcu 2020 roku, dosłownie z dnia na dzień uczniowie i nauczyciele musieli z szumnego, dynamicznego szkolnego świata przejść do życia w izolacji, stresie, lęku o zdrowie najbliższych, do życia z wieloma ograniczeniami, z brakiem kontaktów. Wprowadzono zdalne nauczanie, zostaliśmy zamknięci w domach.

Początkowo uczniowie nawet cieszyli się tą sytuacją. Myśleli, że posiedzą trochę w domu, pouczą się przez internet i wszystko dość szybko wróci do normy. Jednak rzeczywistość okazała się zupełnie inna. Nasilał się wzrost zachorowań.

Nauczanie zdalne ciągle przedłużano. Niektórzy radzili sobie bardzo dobrze, inni trochę gorzej, jeszcze inni w ogóle sobie nie radzili z wyzwaniami kształcenia na odległość. Pojawiały się przeróżne problemy, ale wszyscy, choć bardzo zmęczeni i zestresowani całą sytuacją oraz zdalną nauką, dotrwali do końca roku szkolnego.

1 września dzieci z entuzjazmem wróciły do szkoły, znów było w miarę „normalnie”, pomimo że wdrożono obostrzenia. Ta radość nie trwała długo, gdyż po dwóch miesiącach ponownie wprowadzono zakaz wychodzenia z domu oraz zdalne lekcje.

I wróciły te same problemy, które występowały podczas kształcenia na odległość w poprzednim roku szkolnym.

Jednak tym razem szkoły były lepiej przygotowane, w większości placówek wprowadzono platformy do nauki przez internet, uczniowie zostali zaopatrzeni w lepszy sprzęt, poprawiła się komunikacja między nimi i nauczycielami, ponieważ mogliśmy się słyszeć i widzieć podczas lekcji. Poza tym mieliśmy już doświadczenie i łatwiej było się nam odnaleźć w tej sytuacji.

Trwająca pandemia zaskoczyła nas zatem wieloma ograniczeniami, ale dała też mnóstwo nowych możliwości. Nauczyciele i uczniowie rozwinęli umiejętności cyfrowe. Poznaliśmy mnóstwo aplikacji, które uatrakcyjniają zajęcia i z których będziemy mogli korzystać po powrocie do lekcji stacjonarnych. Nauczyliśmy się coraz lepiej funkcjonować w takim trybie edukacji i lepiej potrafimy z tego korzystać.

Opinia nastolatków na temat pandemii i przedłużającej się nauki zdalnej

Podczas tego trudnego czasu uczniowie potrzebują wsparcia. Takim wsparciem może być nawet zwykła rozmowa online, dlatego na początku każdej lekcji zdalnej pytam moich siódmo- i ósmoklasistów o to, jak się czują, czy są zdrowi, jak sobie radzą z zamknięciem i nauczaniem przez internet.

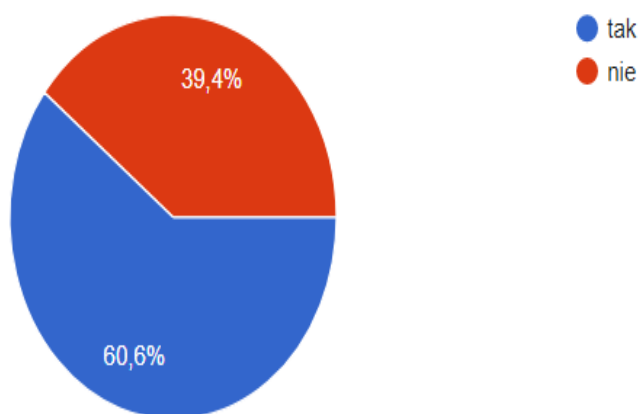
Staram się dowiedzieć, co u nich słysząc, żeby podtrzymać relacje, które budowaliśmy wcześniej, jeszcze przed wybuchem epidemii. To jest ważne, ponieważ ci młodzi ludzie nawet po krótkich rozmowach bardziej mi ufają i lepiej angażują się w zajęcia. Poza tym oni tego potrzebują, gdyż nie zawsze mają się komu wyżyć.

Ich opinie na temat zdalnego nauczania i sytuacji, w jakiej się znaleźliśmy, są bardzo różne. Chciałam zebrać je w całość, dlatego w trzecim tygodniu grudnia 2020 r. przeprowadziłam badanie za pomocą ankiety elektronicznej (Formularze Google). Ankietę skierowałam do uczniów klas 7 a i b oraz 8 a i b.

Otrzymałam 71 odpowiedzi. Oto one:

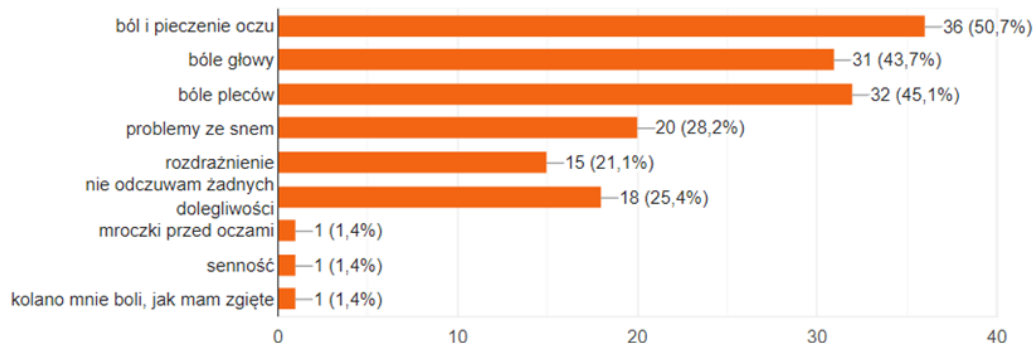
Czy po feriach chciałbyś/chciałabyś wrócić do nauki stacjonarnej w szkole?

71 odpowiedzi



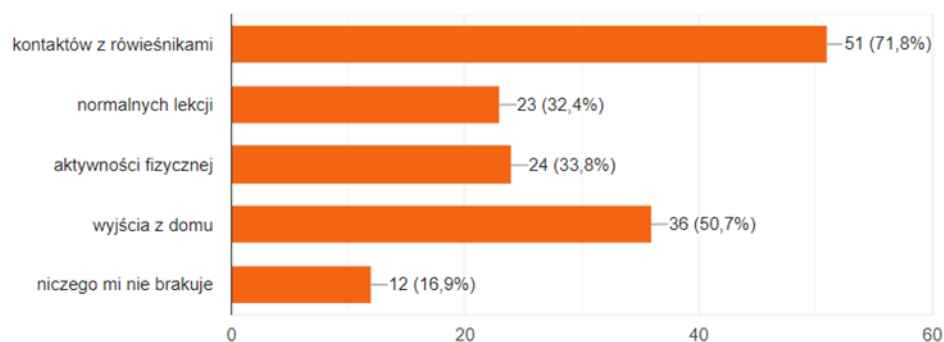
Jakie dolegliwości odczuwasz siedząc długo przy komputerze? (możesz zaznaczyć kilka odpowiedzi)

71 odpowiedzi



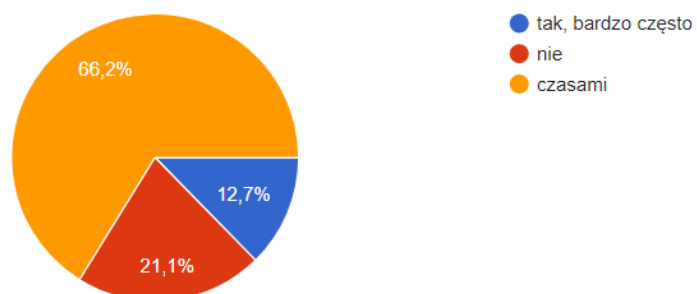
Czego najbardziej Ci brakuje podczas zdalnego nauczania? (możesz wybrać kilka odpowiedzi)

71 odpowiedzi



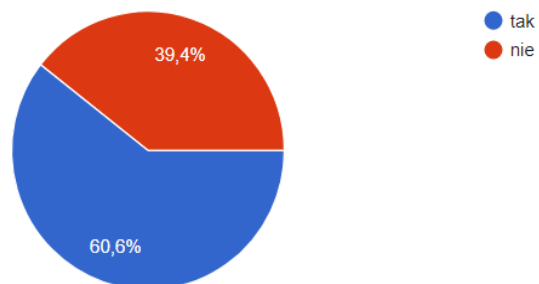
Czy masz problem z Internetem podczas zdalnych lekcji?

71 odpowiedzi



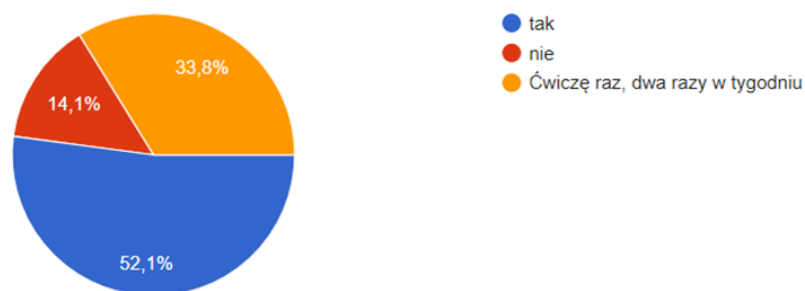
Czy podczas pandemii spotykasz się z koleżankami/kolegami? (Chodzi o spotkania na żywo, a nie internetowe)

71 odpowiedzi



Czy podczas pandemii sam/sama starasz się ćwiczyć, być aktywny/aktywna ruchowo?

71 odpowiedzi



Opracowanie własne

Z powyższych odpowiedzi wynika, iż:

Większość badanych uczniów chciałaby wrócić do nauki w szkole, że ma dość kształcenia na odległość, ale prawie 40% z nich jest zadowolona z takiej formy nauczania.

Wielu uczniów odczuwa różne dolegliwości związane z nauką przez internet. Najczęstsze to: ból i pieczenie oczu, bóle głowy i pleców, problemy ze snem. Tylko 18 na 71 badanych osób nie odczuwa żadnych dolegliwości związanych z nauką zdalną.

Młodym ludziom w wieku 13–14 lat najbardziej brakuje spotkań z rówieśnikami i możliwości wyjścia z domu. Część odczuwa brak ruchu oraz lekcji w trybie stacjonarnym. Tylko 12 uczniom niczego nie brakuje podczas nauki zdalnej.

Biorąc pod uwagę jakość połączenia z siecią podczas zdalnych lekcji, młodzież ma z tym problemy. Podczas zajęć również zgłaszają: „Proszę pani, wywaliło mnie”. Tylko 21% osób, które wypełniły ankietę, nie ma kłopotów z łączem internetowym.

Jeśli chodzi o spotkania z rówieśnikami – większość widuje się z koleżankami z kolegami. Muszę tu jednak zaznaczyć, iż dwie spośród klas, do których uczęszczają badani uczniowie to klasy sportowe, które dwa razy w tygodniu mają zajęcia wychowania fizycznego w szkole, zatem ci uczniowie spotykają się.

Większość badanych 13- i 14-latków ćwiczy i jest aktywna ruchowo, część z nich tylko raz lub dwa razy w tygodniu, natomiast aż 14% uczniów nie przejawia żadnej aktywności fizycznej.

Zalety i wady kształcenia na odległość

Jak wynika z powyższych danych, z obserwacji i rozmów z uczniami, nauczycielami oraz rodzicami, nauczanie zdalne ma swoje jasne i ciemne strony. Zauważyłam jednak, że im dłużej ono trwa, tym bardziej młodzież przyzwyczaja się do takiej formy nauczania. Niektórzy mówią, że ciężko byłoby im teraz przestawić się na lekcje w trybie stacjonarnym.

Do zalet nauczania zdalnego zalicza się:

- oszczędność czasu, który uczniowie musieli poświęcać na dojazdy do placówki,
- bardziej urozmaicona nauka dzięki różnym programom, aplikacjom i narzędziom,
- materiał audiowizualny, np. w formie filmów, który można zatrzymać i odtworzyć ponownie w dowolnym czasie,
- zmniejszony stres związany z chodzeniem do szkoły (strach przed lekcjami, nauczycielami, innymi uczniami),
- lepsze oceny,
- podniesienie kompetencji cyfrowych uczniów,
- budowanie samodyscypliny i odpowiedzialności za własny rozwój,
- spędzanie większej ilości czasu z rodziną.

Wady edukacji przez internet:

- ograniczenie kontaktów międzyludzkich,
- problemy techniczne ze sprzętem i zbyt wolne łącze internetowe,
- brak motywacji do nauki zdalnej i atmosfery dopingującej do uczenia się, charakterystycznej dla placówki stacjonarnej,
- „znikający” uczniowie, czyli tacy, którzy nie pojawiają się na e-lekcjach, nie odrabiają pracy domowej,

- niesamodzielną pracę uczniów (odrabianie lekcji przez rodziców, spisywanie zadań z internetu),
- długotrwałe siedzenie przed ekranem,
- brak ruchu, część uczniów nie ma właściwych lekcji wychowania fizycznego,
- frustracje z powodu braku fizycznej obecności nauczyciela oraz rówieśników,
- nasilenie zjawiska przemocy domowej,
- brak ciepłego posiłku.

Zatem nie możemy stwierdzić, że nauczanie zdalne jest tylko dobre, albo że to samo zło. Specjaliści twierdzą jednak, że taka forma nauki negatywnie wpływa na uczniów, że najlepszym miejscem jest szkoła, która poza przekazywaniem wiedzy daje też lekcje życia, wychowuje: „Szkoła to jest energia, którą czuję na korytarzu, to jest długa przerwa, obiad w stołówce, nawet ten dzwonek, który może być czasem irytujący.

Szkoła to jest boisko i życie na nim, jak jeden uczeń drugiemu czasem da w nos i trzeba to przepracować na spotkaniu z wychowawcą.

To jest prawdziwa szkoła. To nie tylko zdobywanie wiedzy. Mówimy o środowisku, które tworzy klimat do kształtowania postaw, nauki nawyku do poszukiwania rozwiązań problemów w dalszym życiu. Taka jest realna, codzienna magia szkoły. Ekran komunikatora nie zastąpi nam ducha szkoły”³³.

Wpływ pandemii na zdrowie fizyczne i psychiczne uczniów

Nauka zdalna, związana z wielogodzinnym siedzeniem przed komputerem skutkuje, jak pokazała ankieta, bólami głowy, oczu, wadami postawy.

Ponadto „długotrwała praca na klawiaturze komputera może powodować także uszkodzenie ścięgien, mięśni prostowników przedramienia i doprowadzać do ich następowego zapalenia.

³³ Podaję za: *Czy nauka zdalna to czas stracony? I czy uczniowie po niej będą mieli mniejszą wiedzę?*: <https://dziennikbaltycki.pl/czy-nauka-zdalna-to-czas-stracony-i-czy-uczniowie-po-niej-beda-mieli-mniejsza-wiedze/ar/c5-15339492> [dostęp: 17.01.2021]

Nauka zdalna u dzieci i młodzieży całkowicie wyeliminowała zajęcia szkolne z wychowania fizycznego. Oznacza to, że uczniowie nie podejmują żadnej aktywności fizycznej, a także nie trenują dotychczasowo uprawianych dyscyplin sportowych.

Konsekwencją tego mogą być powstające z czasem problemy, związane z utrzymaniem prawidłowej masy ciała, a także dobrej kondycji fizycznej. W okresie pandemii dzieci i młodzież, spędzając dużo czasu przed komputerem, częściej sięgają po niezdrowe przekąski, słodyczne i wysokokaloryczne napoje. W następstwie może to spowodować pojawienie się takich problemów, jak nadwaga u uczniów w czasie pandemii³⁴.

Należy również podkreślić, że uczniowie rzadziej wychodzą z domu, przez co mają deficyt ruchu i osłabia się ich układ odpornościowy. Brak aktywności fizycznej i długie godziny spędzone przed ekranem powodują senność, ciągłe zmęczenie oraz apatię.

Psychologowie i psychiatrzy nie pozostawiają złudzeń – pandemia największe piętno odcisnęła na psychice dzieci i młodzieży. Długotrwałe zamknięcie w domach spowodowało u nich masę dolegliwości, których skutki będą odczuwalne bardzo długo.

W czasie izolacji uczniom najbardziej brakuje bodźców społecznych, kontaktów z koleżankami i kolegami. Przecież dzieci najbardziej socjalizują się w grupie rówieśniczej, a to nagle zostało im odebrane.

Skarżą się, że nie mogą spotykać się ze znajomymi, że pourywały się kontakty. Odczuwają samotność, przygnębienie. Nierzadko też popadają w depresję i to jest widoczne już u kilkuletnich dzieci. U niektórych pojawiają się też zaburzenia lękowe, bo po tak długim siedzeniu w domu obawiają się tego co może ich spotkać na zewnątrz. Chcą utrzymywać kontakty z innymi, a jednocześnie się tego boją, odczuwają niepokój. Zatem niewątpliwie jest, że psychika młodych ludzi została rozchwiana.

³⁴ Podaję za: *Za izolację dzieci i młodzież płacę zdrowiem*: <https://krytykapolityczna.pl/kraj/katarzyna-przyborska-za-izolacje-dzieci-placa-zdrowiem/> [dostęp: 17.01.2021]

Cezary Żechowski – specjalista psychiatrii dziecięcej, psychoterapeuta dzieci, młodzieży i dorosłych twierdzi: „Pandemia COVID-19 i związane z nią ograniczenia powodują u młodszych dzieci zburzenia snu, koszmary senne, zaburzenia apetytu, zaburzenia uwagi, trudności separacyjne. U starszych dzieci to z kolei przede wszystkim poczucie samotności, lęk, poczucie niepewności, nadmierne korzystanie z mediów społecznościowych i kompulsywne granie w internecie.

Dzieci szukają stymulacji, którą stają się słodycze lub komputer, bo ich mózgi bardzo potrzebują teraz pobudzenia. A ich nadmiar będzie przecież szkodliwy. Dlatego na pierwszym miejscu wśród problemów ustawiłbym jednak brak kontaktów. On jest najbardziej dojmujący. Wynika z niego realne cierpienie”³⁵.

Jak możemy pomóc uczniom w tym trudnym czasie?

Pandemia zmieniła cały świat, wywróciła wszystko „do góry nogami”, sprawiła, że przeszliśmy na zdalne nauczanie. I pokazała, że w naszym życiu dzieją się rzeczy, na które nie mamy wpływu, ale od nas zależy, jak na te sytuacje będziemy reagować. Myślę, że powinniśmy uczyć tego młodych ludzi, którzy często są skupieni tylko na sobie. Tłumaczymy więc im, że nie zawsze wszystko jest tak, jak oni chcą, że nie wszystko im się należy. Uczmy ich troski o drugiego człowieka, nie tylko o siebie. Może dzięki epidemii docenią fakt, że kontakt z innymi jest bardzo ważny i będą to pielęgnować.

Poza tym starajmy się zachęcać uczniów do aktywności fizycznej, której im brakuje, a która jest niezmiernie ważna dla naszego zdrowia fizycznego i psychicznego. Namawiajmy, by znaleźli czas na odpoczynek od komputerów, telefonów, od ciągłego siedzenia w domu.

Niech pójda do parku, lasu, niech spotykają się z koleżankami i kolegami, oczywiście z zachowaniem zasad bezpieczeństwa.

Uczniowie odczuwają przytłoczenie, niepewność i zmęczenie, ale możemy ich wspierać, zapewniać o tym, że zawsze mogą się do nas zwrócić, jeśli tego będą potrzebować.

³⁵ Tamże.

Na zajęciach online tworzymy atmosferę szacunku i budujemy relacje tak jak podczas normalnych lekcji w szkole.

Jak jeszcze możemy pomóc? Na to pytanie świetnie odpowiadają w poradniku „Prowadzenie zajęć zdalnie. Pisany na gorąco przewodnik po kursach, spotkaniach, szkoleniach i wydarzeniach online w czasach pandemii koronawirusa” Jeanne Rewa i Daniel Hunter. Piszą w nim, że: „Jest wiele rzeczy, które można zrobić, żeby ograniczyć rozmaite problemy, ale najważniejsze, co możesz zrobić, to wziąć głęboki oddech, nauczyć się zachowywać spokój i robić, co się da, by wspierać swoją grupę w każdej sytuacji, jaka może się pojawić. Izolowanie się i konieczność pozostawania w domu mogą być trudnym wyzwaniem. Ludzie borykają się z tymi trudnościami, więc tworzenie nowych sposobów nawiązywania kontaktu ma zasadnicze znaczenie dla tego, byśmy pozostali silni, zdrowi na ciele i umyśle, zachowali równowagę i nie stracili gruntu pod nogami. Cierpliwość, troska i miłość to nasze najważniejsze zadania, więc dajmy dobry przykład, działając mądrze i z dobrą intencją”³⁶.



Magdalena Ostojka

nauczyciel j. rosyjskiego,
wychowawca świetlicy
w Zespole Szkolno-Przedszkolnym
w Goniądzu

³⁶ J. Rewa, D. Hunter, *Prowadzenie zajęć zdalnie. Pisany na gorąco przewodnik po kursach, spotkaniach, szkoleniach i wydarzeniach online w czasach pandemii koronawirusa*, 2020, s. 16.

PORAŻKA – DOŁUJE CZY MOTYWUJE?

ANNA PROĆ

To, czy porażka będzie działać na nas dołująco czy motywująco zależy od nas samych, od naszego podejścia, od sposobu zdefiniowania porażki.

Osobiście wolę używać synonimu „niepowodzenie”. Brzmi dla mnie trochę łagodniej, może bardziej „przyjaźnie”.

Niepowodzenia są częścią naszego życia. Ciągłe borykamy się z różnymi przeszkodami, problemami, przeżywamy kryzysy. Dla większości z nas to chleb powszedni. Właściwie im szybciej zaakceptujemy ten fakt, tym łatwiej będzie nam iść przez życie. Tak jest ten świat zbudowany, raz lądujemy na wozie, a raz pod nim.

I nie zdołamy się uchronić przed porażkami; jedno co nam pozostało, to zacząć radzić sobie z nimi.

„Siła człowieka nie polega na tym, że nigdy nie upada, ale na tym, że potrafi się podnieść”.

Konfucjusz

Ponosząc porażkę, nie zastanawiamy się, dokąd nas to prowadzi. W danej chwili czujemy, że podcięto nam skrzydła, odebrano nam pewność siebie, chcemy się wycofać z obranego kierunku i podjętych działań.

Pozwólmy sobie na chwilę słabości, jeśli trzeba wykrzyczmy to, wypłaczmy, ale niech będzie to tylko chwila. Nie dajmy się opanować negatywnym, pełnym lęku myśłom. Nie angażujmy się w nie, dajmy im przeminąć.

Bo tak naprawdę nikt nie jest doskonały. Nie oczekujmy, że zawsze będzie idealnie, że wszystko uda się tak, jak sobie zaplanowaliśmy. Jeśli trzeba, obniżmy chwilowo swoje oczekiwania wobec życia, aby za chwilę znowu móc podnieść poprzeczkę. Najważniejsze jest tu nasze podejście do nas samych, do wyników naszych działań i nastawienie do ewentualnych naszych błędów.

„Kłęski się zdarzają. Nikt ich nie uniknie. Dlatego czasem lepiej przegrać bitwę o swoje marzenia niż zostać pokonanym, nie wiedząc o co się walczyło”.

Paulo Coelho

Błędy i porażki są wpisane w nasze życie. To one pokazują nam, jakich działań powinniśmy unikać, uczą nas wciąż czegoś nowego. Popatrzmy na nasze porażki z innej perspektywy, na spokojnie i bez emocji. Może zakwalifikujemy je w odmienny sposób i dojdziemy do wniosku, że są one początkiem czegoś innego, ważnego i wielkiego? A może to niepowodzenie okaże się pierwszym krokiem do sukcesu.

Paweł Fortuna, doktor psychologii, trener i coach, w swojej książce „Pozytywna psychologia porażki” pisze, że porażka to doskonała informacja zwrotna, tzw. *feedback*, który pozwala na zweryfikowanie celów życiowych i sposobów ich realizacji.

„Porażka jest po prostu szansą, żeby spróbować jeszcze raz, tym razem bardziej inteligentnie.”

Henry Ford

Tak naprawdę porażki nie powinniśmy traktować negatywnie. Jest niezastąpiona w doskonaleniu samego siebie, naszego charakteru. Kształtuje naszą pokorę i poczucie naszej wartości, otwiera oczy, pobudza do refleksji nad życiem, zmusza do innych rozwiązań, a często do ciężkiej pracy.

Potraktujmy porażkę jako źródło cennej wiedzy, a nie przykry incydent, który ma nas zdołować. I jak napisała Clarissa Pinkola Estés, pisarka i psychoanalityczka, „każde niepowodzenie to wielki nauczyciel, lepszy niż sukces”. Wsłuchajmy się więc w to, co ma nam do przekazania ów nauczyciel, przeanalizujmy i poprawmy swoje działania, a następnym razem będziemy mieć większe szanse na sukces.

„Miej odwagę popełniać błędy. Rozczarowania, porażki, zwątpienie to narzędzia, którymi posługuje się Bóg, by wskazać nam właściwą drogę”

Paulo Coelho

Wiele znanych osób życia publicznego wypowiadając się na temat porażki, przyznało, że okazała się ona mobilizacją do działania. Bo to nie sukces uczy, a niepowodzenie. Sukces często rozleniwia, za to porażka mobilizuje do bycia kreatywnym, do realizacji nowych pomysłów, do walki. Chodzi przecież o to, by się nie zniechęcać i mieć odwagę brnąć naprzód.

Gdybyśmy przeanalizowali biografie znanych i lubianych przez nas ludzi sukcesu, nieważne czy to wielcy przedsiębiorcy, sławni wynalazcy, sportowcy, aktorzy czy pisarze, odkrylibyśmy, z jakimi trudnościami musieli się borykać, abyśmy mogli dziś na nich spojrzeć jak na ludzi wyjątkowych.

Brytyjska pisarka JK Rowling zanim znalazła wydawcę dla swojej powieści fantasy „Harry Potter”, wielokrotnie spotkała się z odmową. I jak sama przyznała, „niepowodzenie przekierowało moją energię na to, co się liczy”; nie poddawała się, bo wierzyła w swoją książkę.

Thomas Edison podjął tysiące nieudanych prób, zanim udało mu się stworzyć działającą żarówkę. Wówczas powiedział: „Nie poniosłem porażki. Po prostu odkryłem 10 tysięcy błędnych rozwiązań”. Dziś znamy go jako wielkiego wynalazcę, a w młodości powtarzano mu, że jest „zbyt głupi, żeby się czegośkolwiek nauczyć”.

Walt Disney został wyrzucony z pierwszej pracy, gdzie zarzucano mu „brak wyobraźni i kreatywności”. Dziś wiemy jak bardzo się pomylili.

„Najlepszych ludzi uformowało naprawianie własnych błędów”

William Szekspir

Takich historii odnajdziemy setki, każda z tych osób zajmuje się innymi rzeczami, ale łączy je jedno – upór w dążeniu do celu. Nawet cała seria porażek nie przeszkodziła im w realizacji tego co ich pasjonowało!

Możemy więc zaryzykować stwierdzenie, że to nie sukcesy zdecydowały o ich wyjątkowości, czasami nawet nie talent czy inteligencja. Okazuje się, że to wytrwałość i silne pragnienie, by się nie poddać.

„Największy błąd, jaki możemy popełnić w życiu, to poddanie się lękowi przed popełnieniem błędu.”

Elbert Hubbard

Tak naprawdę boimy się porażek. Strach przed nimi jest powodem tego, że nie potrafimy wyznaczyć sobie ambitnych celów. A lęk przed niepowodzeniem nie bierze się znikąd.

Kiedyś przeczytałam w jednym z artykułów mądre zdanie, że lęk przed porażką można uznać „za skutek uboczny wychowania i kształcenia w duchu kultu osiągnięć”. A zatem to my rodzice, nauczyciele i nasze praktyki wychowawcze, jesteśmy odpowiedzialni za powstawanie tego strachu.

Często już na początku naszej drogi wychowawczej popełniamy błąd, stawiając zbyt wysokie wymagania. Pokazujemy, że wynik jest ważniejszy niż sam proces doskonalenia umiejętności. Niejednokrotnie powtarzamy: „Bądź najlepszy”, „Dawaj z siebie wszystko”. Do tego kontrolujemy nasze dzieci. Jesteśmy jak cień, stale obecni i czasami zbyt krytyczni. To wszystko wywołuje u naszych pociech silne napięcie, a w konsekwencji lęk przed podejmowaniem jakichkolwiek samodzielnych decyzji, przed popełnieniem błędów.

W szkole często uczniowie słyszą po odpowiedzi „Źle, to nie jest dobra odpowiedź”. Jak wtedy reagują? Czerwieniąc się, postanawiają, że lepiej jest się nie odzywać. Po co się wychylać? Lepiej milczeć, niż znowu znosić przykre uczucie upokorzenia na forum klasy. Lęk przed porażką, błędem bierze górę.

Takie postępowanie pokutuje w późniejszych latach. Obawa, że popełnimy błąd, ośmieszymy się, że będą nas wytykać palcami, trzyma nas w miejscu. Boimy się podjąć ryzyko zmiany pracy, mimo że jest kiepsko płatna. Mamy pomysł na biznes, no ale co jeśli okaże się fiaskiem? Co ludzie powiedzą?

Biernie dryfujemy na morzu życia, mając jednocześnie świadomość swoich możliwości. Rezygnując z działań obniżamy własną samoocenę i swoją wartość we własnych oczach. Zaczynamy postrzegać siebie samych jako gorszych od innych.

Odważmy się i działajmy! Może to działanie nie zakończy się wielkim sukcesem, ale zawsze będziemy mogli pogratulować sobie odwagi i na pewno wzrośnie nasz szacunek do samych siebie.

Bibliografia

- Erikson T., *Od upadku do sukcesu. Jak porażkę przekuć w złoto*, Wydawnictwo Wielka Litera, Warszawa 2020.
- Fortuna P., *Pozytywna psychologia porażki. Jak z cytryn zrobić lemoniadę*, GWP, Sopot 2012.
- Trzaskowska M., *Strach przed porażką, jak go osłabić*, Ogrody przemian 22.02.2019, <https://ogrodprzemian.pl/strach-przed-porazka-jak-go-oslabic/>
- *8 wskazówek, jak przekuć porażkę w sukces*, Pracuj.pl 18.05.2018, <https://porady.pracuj.pl/kariera-i-rozwoj/8-wskazowek-jak-przekuc-porazke-w-sukces/>
- *Porażka może uczynić Cię silniejszym. Cytaty o porażce, błędach i klęsce, Rośnij w siłę*, <https://rosnijwsile.pl/porazka-moze-uczynic-cie-silniejszym-porazki-blad-kleski-droga-do-sukcesu-lista-top-cytaty-aforyzmy-sentencje-najlepsze-cytaty-o-porazce-bledach-niepowodzeniach-klesce/>



Anna Proć

nauczyciel języka niemieckiego
i edukacji dla bezpieczeństwa
w Zespole Szkół Ponadpodstawowych
im. Jarosława Iwaszkiewicza w Twardogórze

ROLA I ZADANIA NAUCZYCIELA WSPOMAGAJĄCEGO

MONIKA SZYMUS

Nauczyciel wspomagający to postać, która pojawiła się w szkole stosunkowo niedawno. Wszystko po to, by uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi mogli uczyć się wspólnie z rówieśnikami, mieli też szansę osiągać sukcesy. Kim on właściwie jest? Jaką funkcję pełni? Jakie posiada wykształcenie?

Nauczyciel wspomagający to zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 sierpnia 2017 r. w sprawie warunków organizowania kształcenia, wychowania i opieki dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych, niedostosowanych społecznie i zagrożonych niedostosowaniem społecznym (Dz. U. z 2020 r. poz. 1309) uproszczona nazwa nauczyciela współorganizującego proces kształcenia uczniów niepełnosprawnych.

W przypadku ogólnodostępnych placówek oświatowych, w których organizowane jest kształcenie specjalne uczniów posiadających orzeczenie wydane ze względu na autyzm, w tym zespół Aspergera, lub niepełnosprawności sprzężone od 1 stycznia 2016 r., wprowadzono obowiązek zatrudnienia dodatkowo osób wspierających kształcenie specjalne. Uznano, że uczniowie z takimi deficytami potrzebują wsparcia ze strony osoby, która ułatwi im funkcjonowanie w grupie rówieśniczej oraz realizację obowiązku nauki. Zapis ten obliguje dyrektorów przedszkoli, szkół, innych placówek, gdzie organizowane jest kształcenie specjalne do zatrudnienia dodatkowej osoby nawet, gdy nie jest to zawarte w orzeczeniu o potrzebie kształcenia specjalnego³⁷.

W odniesieniu do kwalifikacji dodatkowo zatrudnionych nauczycieli w celu współorganizowania kształcenia specjalnego, czyli tzw. nauczycieli wspomagających, przepisy wymagają przygotowania w zakresie pedagogiki specjalnej i nie precyzują szczegółowo specjalności. To jednak dyrektor każdorazowo, zatrudniając konkretnego nauczyciela powinien ocenić, czy jego kwalifikacje są wystarczające i pozwolą na realizację zadań w odniesieniu do potrzeb dziecka.

³⁷ Jolanta Rafał-Luniewska, *Osoby wspierające kształcenie specjalne – kogo zatrudnić?* Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2017, str. 2 – 3.

W przypadku pracy z dziećmi z autyzmem nauczyciel dodatkowo powinien ukończyć studia dotyczące edukacji i rehabilitacji osób z autyzmem, czy też wspomagania rozwoju i edukacji dzieci z autyzmem³⁸.

Pracując natomiast z uczniami niepełnosprawnymi intelektualnie należy mieć ukończone studia z oligofrenopedagogiki.

Zgodnie z rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 sierpnia 2017 r. w sprawie warunków organizowania kształcenia, wychowania i opieki dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych, niedostosowanych społecznie i zagrożonych niedostosowaniem społecznym nauczyciel wspomagający:

- prowadzi wspólnie z innymi nauczycielami zajęcia edukacyjne oraz wspólnie z innymi nauczycielami i specjalistami realizuje zintegrowane działania i zajęcia, określone w programie;
- prowadzi wspólnie z innymi nauczycielami i specjalistami pracę wychowawczą z uczniami niepełnosprawnymi, niedostosowanymi społecznie oraz zagrożonymi niedostosowaniem społecznym;
- uczestniczy, w miarę potrzeb, w zajęciach edukacyjnych prowadzonych przez nauczycieli oraz w zintegrowanych działaniach i zajęciach, określonych w programie, realizowanych przez nauczycieli i specjalistów;
- udziela pomocy nauczycielom prowadzącym zajęcia edukacyjne oraz nauczycielom i specjalistom realizującym zintegrowane działania i zajęcia, określone w programie, w doborze form i metod pracy z uczniami niepełnosprawnymi, niedostosowanymi społecznie oraz zagrożonymi niedostosowaniem społecznym;
- prowadzi inne zajęcia odpowiednie ze względu na indywidualne potrzeby rozwojowe oraz możliwości psychofizyczne uczniów, w szczególności zajęcia rewalidacyjne, resocjalizacyjne, socjoterapeutyczne i edukacyjne;
- zapewnia integrację uczniów ze środowiskiem rówieśniczym, w tym z uczniami pełnosprawnymi;
- przygotowuje uczniów do samodzielności w życiu dorosłym³⁹.

³⁸ <https://www.nadzor-pedagogiczny.pl/porada/jakie-kwalifikacje-musi-posiadac-nauczyciel-wspoma/9285> (dn. 18.01.2021r.).

³⁹ Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 sierpnia 2017 r w sprawie warunków organizowania kształcenia, wychowania i opieki dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych, niedostosowanych społecznie i zagrożonych niedostosowaniem społecznym (Dz. U. z 2020 r. poz. 1309).

Co kryje się pod obowiązkami nauczyciela zgodnie z rozporządzeniem?

W praktyce nauczyciel wspomagający dostosowuje treści nauczania do indywidualnych potrzeb i możliwości uczniów, między innymi poprzez sporządzanie dodatkowych „wklejek” do zeszytu. Wspólnie z nauczycielem prowadzącym opracowuje sprawdziany (najczęściej w formie testów).

Podczas lekcji przywołuje uwagę uczniów, sprawdza stopień zrozumienia treści, tłumaczy niezrozumiałe polecenia czy fragmenty, zakreśla na kolorowo to, co najważniejsze. Ponadto przygotowuje dodatkowe pomoce dydaktyczne (najczęściej wizualne), pilnuje, aby uczeń sporządzał w miarę możliwości notatki, zapisał treść pracy domowej. W przypadku wystąpienia zachowań trudnych wychodzi z uczniem na korytarz lub do wydzielonego pomieszczenia, gdzie dziecko może odreagować, wyciszyć się.

Nauczyciel wspomagający bierze udział w posiedzeniach zespołów opracowujących Indywidualne Programy Edukacyjno-Terapeutyczne (IPET) dla uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi na wskazany w orzeczeniu okres (najczęściej etap edukacyjny). Niejednokrotnie jest on koordynatorem zespołu, ponieważ najlepiej zna swoich uczniów, posiada również wiedzę teoretyczną potrzebną do sporządzenia takich dokumentów. Wspólnie z innymi nauczycielami co najmniej dwa razy w roku opracowuje wielospecjalistyczną ocenę poziomu funkcjonowania uczniów (WOPFU). Po każdym półroczu zespół dokonuje ewaluacji działań zawartych w programach, i jeśli jest to konieczne, modyfikuje je.

Kolejnym, nie zawsze łatwym zadaniem, jest współpraca z rodzicami. Nauczyciel wspomagający udziela wskazówek do pracy z dzieckiem w domu. Często wspólnie z rodzicami tworzy system motywacyjny, który ma szansę powodzenia tylko przy ścisłej współpracy szkoły i domu rodzinnego. Nierzadko udziela wsparcia psychologicznego, chociaż nie zawsze ma do tego przygotowanie zawodowe. Rodzice dzieci niepełnosprawnych często są zmęczeni, sfrustrowani, oczekują zrozumienia i wsparcia.

W rzeczywistości jednak rola takiego nauczyciela jest o wiele większa. Niejednokrotnie jest on pomocą dla wielu uczniów, nie tylko tych posiadających orzeczenie. Niekiedy staje się powiernikiem tajemnic, bo przecież to właśnie on spędza z dziećmi najwięcej czasu. Nauczyciele poszczególnych przedmiotów zmieniają się w ciągu dnia, nauczyciel wspomagający jest natomiast z uczniami niemal na wszystkich lekcjach. Uczestniczy w życiu klasy, uczniowie dzielą z nim swoje smutki i radości.

Niezwykle ważnym, a może nawet najważniejszym zadaniem nauczyciela wspomagającego jest integrowanie ucznia niepełnosprawnego z rówieśnikami, włączanie go w życie szkoły. Od tego bowiem zależy to, jak dziecko będzie postrzegało siebie i otaczającą go rzeczywistość. Od tego zależy również, jak to dziecko poradzi sobie w przyszłości, jak będzie wyglądać jego dorosłe życie. Bardzo ważne jest zatem, aby nauczyciel nie wyręczał ucznia, dawał mu swobodę, ingerował tylko wtedy, kiedy jest to konieczne. Pozwolił swojemu uczniowi na samodzielność, wzmacniał jego mocne strony. Należy zatem angażować uczniów do udziału w uroczystościach szkolnych, wycieczkach, powierzać im takie zadania, w których mają szansę odnosić sukcesy, wykazać się.

Niejednokrotnie słyszy się, że nauczyciel wspomagający jest traktowany jako pomoc, opiekun dziecka niepełnosprawnego, nauczyciel „gorszej kategorii”. Często jednak taka osoba posiada rozległą wiedzę i umiejętności, nie tylko poprzedzone wieloletnimi studiami, ale również bieżącymi szkoleniami, kursami. Wiedza to jednak nie wszystko. Liczą się również umiejętności interpersonalne, bo przecież nauczyciel wspomagający współpracuje z wieloma nauczycielami, pedagogiem, dyrekcją, rodzicami, specjalistami z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej i innymi.

Musi również wykazywać się empatią, cierpliwością i wyczuciem. Uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi funkcjonują bowiem inaczej niż ich zdrowi rówieśnicy. Często miewają zachowania trudne, nauczyciel napotyka na opór, bunt, czy też agresję słowną bądź fizyczną. Jego zadaniem jest wtedy zadbać o bezpieczeństwo wszystkich uczniów oraz swoje. Nie zawsze jednak jest to łatwe. Podsumowując, nauczyciel wspomagający to ważna osoba. Wykonuje nie tylko zadania wynikające z rozporządzenia. Często działa intuicyjnie, wspiera uczniów, pomaga im w określaniu celów i dążeniu do nich. Dobry nauczyciel jest wzorem dla swoich uczniów, dodaje im skrzydeł. Jak każdy zawód, tak i ten wymaga swego rodzaju powołania.

Tylko wtedy istnieje szansa na osiągnięcie sukcesów – zarówno przez nauczycieli, jak i uczniów. Wiedza w tym przypadku jest ważna, ale ważniejsze są czynniki osobowościowe. Pewne cechy po prostu się ma. Nie da się tego wyuczyć, nie zapewni tego żadna uczelnia. Rola nauczyciela wspomagającego jest istotna, bez niego uczniowie niepełnosprawni napotykaliby na wiele więcej trudności.

- **Bibliografia**

- Jolanta Rafał-Łuniewska, Osoby wspierające kształcenie specjalne – kogo zatrudnić?, Ośrodek Rozwoju Edukacji, Warszawa 2017.
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 sierpnia 2017r. w sprawie warunków organizowania kształcenia, wychowania i opieki dla dzieci i młodzieży niepełnosprawnych, niedostosowanych społecznie i zagrożonych niedostosowaniem społecznym
- (Dz. U. z 2020 r. poz. 1309) <https://www.nadzor-pedagogiczny.pl/porada/jakie-kwalifikacje-musi-posiadcac-nauczyciel-wspoma/9285>



Monika Szymuś

pedagog, oligofrenopedagog ,
nauczyciel edukacji wczesnoszkolnej i przedszkolnej,
specjalista edukacji i rewalidacji osób ze spektrum autyzmu,
trener umiejętności społecznych,
studentka psychologii.

Co to jest zakochanie?

To pytanie nurtuje nie tylko filozofów i artystów, ale również naukowców, którzy analizę miłości postanowili jednak zacząć nie od serca, a od mózgu. Okazuje się bowiem, że to właśnie tam zachodzą procesy, które są tak bardzo charakterystyczne dla stanu zakochania.

Z naukowego punktu widzenia za stan zakochania w dużej mierze odpowiada mieszanina związków chemicznych i neuroprzekaźników, które przewodzą sygnały pomiędzy neuronami. Sprawiają one, że w człowieku rodzą się emocje. Jak jednak zaznacza psychiatra Renata Bobińska, pomimo powszechnie przyjętej opinii, zakochanie nie jest uczuciem.

Pojęcie: „emocja” i „uczucie” w literaturze i w języku potocznym używa się zamiennie, naukowcy jednak podkreślają ich różne znaczenie – mówi ekspertka. Emocja to stan duszy, umysłu i ciała, który jest szybką reakcją na zdarzenia życiowe, a także na innych ludzi. Dotyczy stanów bardziej pierwotnych, służąc do oceny danych zjawisk jako zagrożeń czy przyjemności. Emocją będzie np. radość, strach lub gniew. Często towarzyszą jej lub następują po niej zmiany somatyczne, ekspresyjne, mimiczne i pantomimiczne oraz reakcje o charakterze behawioralnym.

Uczucie natomiast jest stanem bardziej złożonym, to procesy psychiczne odzwierciedlające względnie stały stosunek człowieka do pewnych przedmiotów, osób czy sytuacji. Oznacza ono zdawanie sobie sprawy z przeżyć emocjonalnych. Uczucie rodzi się w człowieku, jest wszechobecne. Mogą nim być: altruizm, lojalność czy właśnie miłość. Innymi słowy można powiedzieć, że emocje przystosowują nas do przeżycia, a uczucia są związane z przystosowaniem człowieka do życia wśród innych ludzi i w kulturze.

Między nimi jest chemia

Tak się czasami mówi patrząc na dwie osoby, których mowa ciał zdradza, że „mają się ku sobie”. I jest w tym powiedzeniu sporo prawdy. Miłość, w sensie romantycznej relacji między dwoma osobami, składa się z trzech stadiów. Czy zaczyna się od pierwszego wejrzenia? To raczej mit. Zakochanie może zacząć się od odczuć zapachowych. Receptory węchowe odbierają feromony wydzielane przez drugą osobę. Ich działanie u człowieka nie jest jeszcze wyczerpująco zbadane przez naukę. Pod wpływem wrażeń wzrokowych (lub dotykowych) mózg wydziela różne substancje, z których najważniejszą jest fenyletyloamina (PEA). Związkami chemicznymi wydzielanymi na tym etapie są hormony płciowe (testosteron i estrogen).

Dla niektórych ludzi ta faza związku jest na tyle pożądana i satysfakcjonująca, że nie potrafią nawiązać z partnerem więzi będącej drugim etapem miłosnej drogi.

Potem zaczynają się tzw. „motyle w brzuchu”, czyli faza huśtawki emocjonalnej. Stan zakochania związany jest z nadmiernym wydzielaniem się w mózgu monoamin: dopaminy, noradrenaliny oraz niedoborem tamże serotoniny. Ludzie skarżą się na brak koncentracji, trudności w zasypianiu, kołatanie serca, podwyższone ciśnienie, drżenie i pocenie rąk. W przypadku odrzucenia może ponadto dojść do depresji, zaburzeń maniakalno-depresyjnych czy nawet samobójstwa. Objawy te podobne są do tych, które towarzyszą ludziom cierpiącym na zaburzenia psychiczne. Nie bez powodu św. Walenty jest więc patronem nie tylko zakochanych, ale także osób z problemami psychiatrycznymi.

Jeżeli szczęśliwie uda się przebrnąć przez ten okres, można zacząć fazę przywiązania. Pomocne są w tym również hormony. Oksytocyna to „hormon przytulania”. Mężczyźni i kobiety wytwarzają go, kiedy dotykają się i obejmują. Wazopresynę nazywa się czasem „hormonem monogamii”. Jego niski poziom może sprawiać, że mężczyźni rezygnują ze związku i szukają nowych partnerek. Poczucie przywiązania, bezpieczeństwa i stabilizacji w związku dają również wytwarzane przez nasz organizm tzw. hormony szczęścia – endorfiny. Podobnie jak spokrewniona z nimi morfina przynoszą dwojgu ludziom spokój, optymizm, poczucie ciepła i harmonii. Pomagają wytrwać w pogodnym związku aż do śmierci.

Deficyt endorfin może spowodować, że para zakończy związek znudzona seksem, rozczarowana partnerem bądź żadna przeżywania nowych emocji.

Jest ślepa i ma różowe okulary

W wyjaśnieniu powiedzenia, że „miłość jest ślepa” pomogły badania przeprowadzone na grupie ochotników przy pomocy czynnościowego MRI. Okazało się, że kiedy się zakochujemy, kora czołowa, czyli część mózgu odpowiedzialna m.in. za logiczne myślenie, za planowanie działań, rozważanie ich konsekwencji, a także kontrolę nad gwałtownymi emocjami, jest nieaktywna. Inne badania wykazują z kolei, że stan zakochania „wyłącza” te obszary w mózgu, które kontrolują strach i inne negatywne emocje. To wydaje się być przyczyną, dlaczego wobec ukochanej osoby jesteśmy mniej surowi i krytyczni, znikają wątpliwości i obawy. Zakochanie – odwieczne natchnienie poetów – jest tylko grą hormonów. Stan zakochania wywołują substancje chemiczne, które działają na mózg jak narkotyk. Dlatego dużo prawdy jest w starym powiedzeniu, że gdy budzi się miłość, zasypia rozum, a patrząc na osobę, w której jesteśmy zakochani, zakładamy różowe okulary. Co się wówczas dzieje?

Podwzgórze zaczyna wydzielać wspomnianą fenyloetyloaminę, będącą neuroprzekaźnikiem. Jej podwyższone stężenie w mózgu z jednej strony objawia się stanami nieuzasadnionej radości, pewnością siebie, podnieceniem czy nadmierną aktywnością na przemian z brakiem koncentracji. Wystarczy spojrzenie osoby, w której się kochasz, dotyk, a nawet sama myśl o obiekcie uczuć, a już dostajesz nową „dawkę” narkotyku. To dzięki temu możesz nie zmrużyć oka przez całą noc, a następnego dnia nie czujesz zmęczenia, nawet masz więcej sił witalnych niż zwykle. Z drugiej strony ten hormon powoduje bezsenność, zaburzenia łaknienia, brak tchu czy stany niepokoju i depresji. Tak często czują się narkomani – fenyloetyloamina jest substancją należącą do grupy amfetamin. Nic więc dziwnego, że potocznie nazywana jest „narkotykiem miłości”. Wzrost poziomu PEA pociąga za sobą kolejne zmiany. Zwiększa się wydzielanie noradrenaliny – hormonu, zwanego „substancją miłości”. Działa on podobnie do adrenaliny – na widok ukochanej osoby podwyższa nam się ciśnienie, przyspiesza bicie serca, rośnie poziom glukozy we krwi i zmniejsza się apetyt. Pokrywamy się rumieńcem i stajemy się wrażliwi na dotyk.

W miarę jak rośnie poziom noradrenaliny, zaczyna uwalniać się kolejny związek – „hormon szczęścia”, czyli dopamina. Kompletnie opanowuje ona resztę zmysłów i ciała. Odpowiada za procesy chemiczne zachodzące w mózgu, które kontrolują ruch i aktywność ciała oraz zdolność odczuwania przyjemności. Dopaminę znamy z codzienności, bo jej poziom gwałtownie wzrasta, gdy zachwycimy się nowym gadżetem, efektowną sukienką czy nieodpakowanym jeszcze prezentem. Jest bezpośrednio związana z układem nagrody, czyli układem odpowiedzialnym za rozwój uzależnień. To właśnie ona popycha nas do szukania sytuacji i miejsc, które zapewniają nam kontakt z daną substancją uzależniającą, a tym samym wywołują uczucie przyjemności i zadowolenia, więc chcemy stale spotykać się z ukochaną osobą, wspólnie spędzać czas. Jest współodpowiedzialna za to, że zakochujemy się „na śmierć i życie”.

Wyrzut dopaminy powoduje podobne stany euforyczne jak po zażyciu kokainy i czyni z nas osoby bezkrytyczne wobec tych, w których się zakochujemy. Substancja ta wpływa również na utratę apetytu czy strach przed utratą ukochanej osoby. Drugą cząsteczką w tym duecie jest serotonina. Gdy poziom dopaminy rośnie, jednocześnie gwałtownie spada ilość serotoniny odpowiedzialnej m.in. za zdrowy sen i poczucie spokoju. Spadek stężenia serotoniny powoduje rozdrażnienie, brak koncentracji, bezsenność, obsesyjne myśli oraz stany depresyjne. Zakochana osoba robi się zdezorientowana i popada w skrajne nastroje, np. jednocześnie nie mogąc się doczekać kolejnego spotkania ze swoją „drugą połówką”, potrafi się z nią pokłócić o błahostkę i z niego zrezygnować.

Mamy więc fenyletyloaminę (PEA), noradrenalinę, dopaminę i serotoninę – neuroprzekaźniki sprawiające, że dosłownie szalejemy. Najważniejsza z nich jest ta pierwsza, bo kontroluje pozostałe. Zakochanie jest stanem podobnym do uzależnienia od narkotyków. Aby osiągnąć stan euforyczny, potrzebujemy coraz większych stężeń tego hormonu. Stąd nieodparta chęć przebywania częściej i dłużej z osobą, która niejako jest przyczyną jego produkcji. Niestety na działanie fenyletyloaminy organizm się uodparnia. A jego możliwości produkcyjne nie są nieograniczone.

Z badań wynika, że zwykle pomiędzy 18 a 48 miesiącem (4 rokiem) związku, cały szalejący pomiędzy zakochanymi ogień powoli się wypala i przygasa.

Najczęściej właśnie po tym okresie pary się rozstają, jeżeli nie wytworzyły w tym czasie więzi uczuciowych ani nie dbały o rozwój związku. Na szczęście nie jest to reguła. Na skutek działania dopaminy organizm przez cały czas wytwarza oksytocynę i wazopresynę. Oba polipeptydy zbudowane są z dziewięciu aminokwasów, z których siedem jest identycznych. Pomimo chemicznego podobieństwa związki te mają inne działanie.

U kobiet jest więcej receptorów oksytocyny, która łagodzi stres i ból oraz ma działanie uspokajające i relaksacyjne. Jej zadaniem jest wywołanie skurczów macicy podczas porodu, pobudzenie instynktu macierzyńskiego u matek nowo narodzonych dzieci czy wspomaganie laktacji. Wydzielana jest także w czasie pocałunków, pieszczot oraz w czasie kobiecego orgazmu. U mężczyzn góruje wazopresyna, uwalniana za sprawą testosteronu i działająca podobnie jak adrenalina. Wazopresyna wytwarzana jest w chwilach stresowych.

Przygotowuje ludzki organizm do walki lub ucieczki, a być może również do stosunku seksualnego. Podwyższenie poziomu tych obu hormonów wywołuje uczucie odprężenia, spokoju, poczucia więzi i wzajemnej akceptacji. Można zatem podsumować, że o ile fenyletyloamina to początek, o tyle oksytocyna i wazopresyna warunkują trwanie miłości. Dzięki ich obecności możliwy jest rozkwit dojrzałego uczucia pomiędzy partnerami. Ono też ma swoje składniki.

Składniki dojrzałej miłości

Czy warto więc zazdrościć zakochanym? Może raczej należałoby im współczuć i pomóc, aby w tym stanie nie podejmowali decyzji. Nie powinno się decydować, zwłaszcza o ważnych sprawach, pod wpływem hormonów i emocji. Bądźmy więc wyrozumiali i pomocni dla zakochanych, zwłaszcza dla nastolatków, by ten burzliwy okres przeszli bez szkód na zdrowiu i majątku. A potem, jako dorośli, potrafili stworzyć trwałe i szczęśliwe związki. To bardzo ważna rzecz, bo tak jak uczymy się czytać i pisać, musimy uczyć się kochać – uczymy się miłości.

Ważne jest też budowanie – budowanie relacji i ciągłe dbanie o jej składniki.

Oto one:

1. Chemia „fizyczna”

Kiedy ty i twój partner nie możecie oderwać od siebie rąk, sytuację tę określa się jako pociąg fizyczny. Chcecie być blisko i spędzacie razem dużo czasu, zazwyczaj intymnie. Patrząc mu w oczy, wiesz, że twój partner cię pragnie i cieszy się fizyczną bliskością, którą z nim dzielisz. Trudno jest mieć doskonałą chemię „fizyczną” bez emocji lub troski o partnera. Może ona wydawać się jedynie pociągiem seksualnym, ale jest także oznaką więzi romantycznej. Wzajemne zaufanie jest ważne dla chemii „fizycznej”.

2. Emocje

Twój partner czuje się wspierany emocjonalnie, podobnie jak ty, gdy wytworzy się między wami więź emocjonalna. Upewnij się, że pracujesz nad swoim związkiem, aby budować w sobie pozytywne emocje. Pomagasz radzić sobie z negatywnymi emocjami, rozpoznając je u swojego partnera i prosząc go, aby porozmawiał z tobą o swoich odczuciach. Kiedy partnerzy mogą wyczuć nawzajem swoje stany emocjonalne, to dobry znak – mają w sobie składnik romantycznej chemii. Badacze, którzy przyjrzeni się związkom, twierdzą, że:

„Osoby, które lepiej rozumieją emocje innych w połączeniu z wglądem we własne emocje, mogą wchodzić w bardziej zgodne relacje z partnerami. Kompetencje emocjonalne mogą zwiększać prawdopodobieństwo, że osoby z tymi kompetencjami nawiążą przyjemne i wzajemnie satysfakcjonujące relacje ze względu na ich zdolność do rozumienia własnych emocji i zarządzania nimi oraz ich zdolności do postrzegania, rozumienia i pomagania w regulowaniu emocji partnera.

Jeśli inteligencja emocjonalna przyczynia się do lepszych interakcji między partnerami, szkolenie par w zakresie umiejętności emocjonalnych może pomóc poprawić relacje. Niedawne badania wykazały, że dzięki treningowi można zwiększyć stan inteligencji emocjonalnej”.

3. Porozumienie duchowe

Pary odnajdują się dzięki podobnym przekonaniom np. dotyczącym zmian klimatycznych, diety wegetariańskiej, szacunku dla życia lub innych silnych przekonań, które niekoniecznie opierają się na poglądach religijnych jako ich podstawach. Niektóre związki przeżywały kryzys, gdy jeden z partnerów bardzo głęboko wyznawał pewne poglądy i chciał, aby ich partner „nawrócił się” i miał te same przekonania co on. Przeciwności podobno się przyciągają, ale ma to sens wówczas, gdy chodzi o fizykę.

4. Więzy intelektualne

Zgodność twojej inteligencji z poziomem inteligencji partnera jest ostatnim elementem, który tworzy romantyczną chemię. Jest jednak bardzo prawdopodobne, że ty i twój partner macie różne poziomy wykształcenia lub poziomy inteligencji. Jeżeli pod innymi względami jesteście zgodni, to macie szansę stworzyć udany związek.

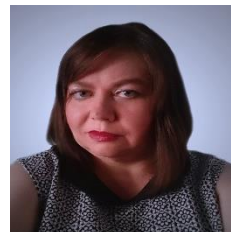
Podsumowanie

Łatwo się zakochać, wystarczy, że zadziałają hormony. Trudniej zatrzymać miłość na lata i sprawić, żeby chemia przetrwała.

Człowiek potrzebuje również akceptacji, zrozumienia, poczucia bezpieczeństwa, czego żadne chemiczne substancje nie są w stanie zapewnić, a stan „kochania i bycia kochanym” wymaga od człowieka wiele wysiłku oraz wiedzy.

Bibliografia

- *Jak działa miłość? Obalamy mity – to czysta chemia:* <https://www.national-geographic.pl/artukul/jak-dziala-milosc-obalamy-mity-to-czysta-chemia>
- Renata Bobińska, *Zakochany mózg – biochemiczne właściwości miłości:* <https://everethnews.pl/newsy/zakochany-mozg-biochemiczne-wlasciwosci-milosci/>
- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4327739/>
- <https://www.sciencealert.com/scientists-can-now-tell-if-you-re-in-love-by-scanning-your-brain>



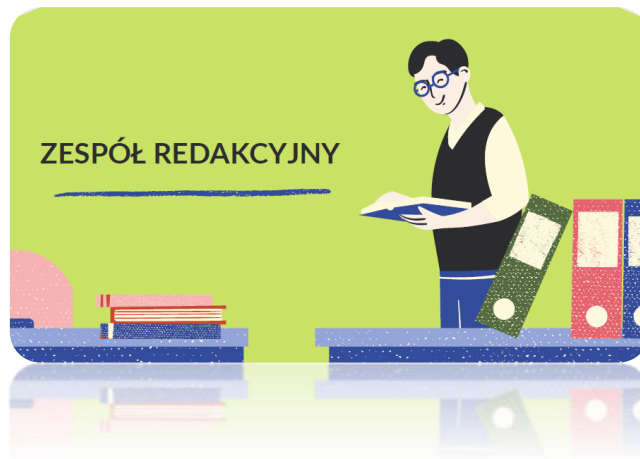
Joanna Wilmańska

absolwentka Wydziału Chemii UAM,
współautorka obudowy metodycznej
dla nauczycieli do podręcznika chemii
dla klasy 7 MAC, prowadzi na Facebooku strony „Barwy chemii” i „OK Chemia”



Cykl materiałów wideo





ZESPÓŁ REDAKCYJNY

Redaktor naczelny:

Lorens Roman

Autorzy tekstów:

Banaś Aneta

Dworzycka Maria

Działdowska Marta

Grzelka Joanna

Gumulska Natalia

Kawalec Piotr

Lorens Roman

Majka- Basista Joanna

Mazurek Anna

Ostojska Magdalena

Proć Anna

Szymuś Monika

Wilmańska Joanna

Korekta językowa:

Ledwójcik Patrycja

Opiekun projektu:

Zdziech Maria

TESTY
PRODUKTÓW

ARTYKUŁY
DYDAKTYCZNE

FILMY
SZKOLENIOWE

SCENARIUSZE

KONKURSY

@ktywni

– podążaj odważnie
za nowoczesną edukacją

Dowiedz się więcej na:
www.mac.pl/aktywni



Dołącz do naszej
społeczności
na Facebooku