



**Monograficzne wydanie periodyku
poświęcone wsparciu uczniów i nauczycieli
w powrocie do edukacyjnej stabilizacji**



CDN

Centrum Doskonalenia Nauczycieli
w Koninie



OFERTA DORADZTWA

wrzesień 2021 - czerwiec 2022

W ofercie edukacyjnej

- doradztwo indywidualne (konsultacje)
- sieci współpracy i samokształcenia
- zajęcia otwarte
- zespoły problemowo-metodyczne
- webinaria
- szkolenia blended learning
- spotkania z młodym nauczycielem

Szczegółowa oferta doradztwa zamieszczona jest w witrynie internetowej oraz na fanpage'u CDN w Koninie



<https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/pilki.php?action=doradztwo&meeting>

<https://www.facebook.com/Centrum-Doskonalenia-Nauczycieli-w-Koninie-4220198198221/>



Anna Berdzińska
nauczyciel doradca metodyczny

historia i wiedza o społeczeństwie
Szkoła Podstawowa nr 15 w Koninie

✉ aberdzińska@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/berdzińska_wrzesien_grudzien.pdf



Krzysztof Celka
nauczyciel doradca metodyczny

przedmioty zawodowe
Wielkopolskie Samorządowe Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego we Wrześni

✉ kcelka@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/celka_wrzesien_grudzien.pdf



Anna Dobropolska
nauczyciel doradca metodyczny

religia
Szkoła Podstawowa w Grodzcu

✉ adobropolska@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/dobropolska_wrzesien_grudzien.pdf



Mariola Felczyńska
nauczyciel doradca metodyczny

pedagog szkolny
Szkoła Podstawowa nr 1 w Kłodawie

✉ mfelczyńska@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/felczyńska_wrzesien_grudzien.pdf



Małgorzata Gralewski
nauczyciel doradca metodyczny

język angielski
Szkoła Podstawowa nr 15 w Koninie

✉ mgralewski@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/gralewski_wrzesien_grudzien.pdf



Anna Kamińska
nauczyciel doradca metodyczny

wychowanie fizyczne
Szkoła Podstawowa nr 12 w Koninie

✉ akamińska@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/kamińska_wrzesien_grudzien.pdf



Wiesława Kowalska
nauczyciel doradca metodyczny

matematyka
Szkoła Podstawowa nr 12 w Koninie

✉ wkowalska@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/kowalska_wrzesien_grudzien.pdf



Katarzyna Krygier
nauczyciel doradca metodyczny

wychowanie przedszkolne
Przedszkole nr 6 w Koninie

✉ kkrygier@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/krygier_wrzesien_grudzien.pdf



Beata Kubsik
nauczyciel doradca metodyczny

edukacja wczesnoszkolna
Szkoła Podstawowa nr 12 w Koninie

✉ bkubsik@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/kubsik_wrzesien_grudzien.pdf

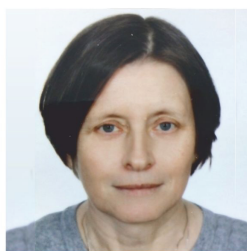


Alicja Rogawska
nauczyciel doradca metodyczny

technika
Szkoła Podstawowa nr 15 w Koninie

✉ arogawska@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/rogawska_wrzesien_grudzien.pdf



Agata Różańska
nauczyciel doradca metodyczny

język polski (szkoły ponadpodstawowe)
Szkoła Podstawowa w Grodzcu

✉ arozanska@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/rozanska_wrzesien_grudzien.pdf



Jolanta Staszak
nauczyciel doradca metodyczny

biologia
Zespół Szkół Ogólnokształcących i Technicznych w Sompólnie

✉ jstaszak@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/staszak_wrzesien_grudzien.pdf



Aleksandra Szacowna-Błaszczuk
nauczyciel doradca metodyczny

kształcenie specjalne i integracyjne,
edukacja włączająca
Szkoła Podstawowa nr 3 w Kole

✉ ablaszczuk@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/szacowna_wrzesien_grudzien.pdf



Jolanta Żukowska
nauczyciel doradca metodyczny

język polski (szkoły podstawowe)
Szkoła Podstawowa nr 12 w Koninie

✉ jzukowska@cdnkonin.pl

https://cdnkonin.pl/doradztwo/pilki/zukowska_wrzesien_grudzien.pdf

Zapraszamy do współpracy z drużyną doradców metodycznych CDN w Koninie

Jarostaw Jankowski

Dyrektor CDN w Koninie

<https://cdnkonin.pl>

cdn@cdnkonin.pl

+48 63 245 75 20

Facebook

YouTube.pl

Szanowni Państwo!

Wróciliśmy... do szkół, instytucji, zakładów pracy. Wróciliśmy do samych siebie, do wzajemnych, bezpośrednich kontaktów. Niektórzy spragnieni pracy zwanej „stacjonarną”, niektórzy z pewnym ociąganiem, gdy praca „zdalna” odkrywała nowe możliwości, ale także wyzwania. Czy będziemy długo cieszyć się stanem sprzed pandemii? Tego nie wie nikt.

Lecz ważne jest to, aby ten trudny, półtoraroczny czas pozwolił na refleksję, przemyślenia. Na wyciągnięcie wniosków, które pomogą nam realizować dalej codzienne zadania już z nowymi doświadczeniami, umiejętnościami, z większą swobodą i spokojem.

Wierzmy, że wsparciem dla Państwa okaże się obecny numer „**Konińskiego Kuriera Oświatowego**”. Znajdziecie w nim artykuły

i materiały stanowiące rozważania koleżanek i kolegów nauczycieli, edukatorów, doradców metodycznych na temat lęków, trudności mentalnych i fizycznych, zagrożeń związanych z... czasem przeszłym. Ale czy do końca przeszłym? Są tu także propozycje rozwiązań, wsparcia i praktycznych działań na czas... teraźniejszy i przyszły. A ponieważ Państwa doświadczenie jest dla Nas wszystkich bezcenne, prosimy o dzielenie się nim poprzez karty „Konińskiego Kuriera Oświatowego” czy realizację działań z Centrum Doskonalenia Nauczycieli w Koninie. Każda propozycja metody dydaktycznej, lekcji, elementów współpracy z uczniami i nauczycielami jest niezwykle cenna.

Drogie Koleżanki i Koledzy

CDN w Koninie jest także miejscem, w którym wspólnie z Wielkopolskim Kuratorem Oświaty poszerzamy grono doradców metodycznych. Nasza Drużyna skupia już 14 doradców z różnych przedmiotów i obszarów. Bardzo się cieszę, że możemy wspólnie proponować Państwu spotkania przywarsztatowe, różnorodne formy wspomaganie i konsultacji. Chcemy być bliżej powiatów, dlatego już dziś informuję, że w ofercie Centrum Doskonalenia Nauczycieli w Koninie, jednostki prowadzonej przez Samorząd Województwa Wielkopolskiego będą także organizowane spotkania w powiatach Wielkopolski Wschodniej, między innymi w filiach Naszej Biblioteki Pedagogicznej w Kole, Słupcy i Turku.

W imieniu wszystkich Pracowników Centrum życzę Państwu dużo spokoju, radości z podejmowanych wspólnie z uczniami działań i energii do nowych, edukacyjnych wyzwań.

Jarosław Jankowski

Dyrektor CDN w Koninie
Redaktor naczelny

„Konińskiego Kuriera Oświatowego”

SPIS TREŚCI

Co z tą szkołą?

(Jarosław Kordziński)..... 4-5

Wyzwania dla systemu oświaty po pandemii – w świetle badań edukacyjnych

(Mariusz Kordylewski) 6-7

Identyfikacja środowiska szkolnego po powrocie uczniów do szkół – w świetle XXIII Konińskich Spotkań Edukacyjnych i nie tylko

(Iwona Hudańska) 8-10

Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 15 w Koninie wiedzą, jakich lekcji historii chcą po powrocie do szkoły (Anna Berdzińska)

..... 11

Wyzwania nauczycieli języków obcych w zdalnej edukacji na przykładzie języka hiszpańskiego – kilka refleksji po powrocie do szkoły

(Ewelina Poniedziałek)..... 12-14

Wsparcie psychologiczno-pedagogiczne oraz profilaktyka zachowań niepożądanych

u dzieci i młodzieży (Lidia Gośka)..... 14-15

Lęk dzieci w czasach koronawirusa

(Joanna Piotrowska) 15-16

Przekuj trudności w umiejętności

(Iwona Miśkiewicz) 16-17

Mindfulness

– jako narzędzie spokojnego powrotu do szkoły

(Małgorzata Gralewski) 17-18

Sprawność fizyczna uczniów w dobie pandemii

(Paulina Winkiel) 18

„Chcę być jak żyrafa” – sztuka mediacji w edukacji wczesnoszkolnej, czyli z narzędziownika Porozumienia bez Przemocy

(Beata Kubsik) 18-19

Placówki oświatowe prowadzone przez Samorząd Województwa Wielkopolskiego

..... 20

Jarosław Korziński trener, coach, mediator*

Co z tą szkołą?

Obraz z natury.

Jest taki świat. Świat, w którym dzieci spędzane słuchawkami i zatrzaśnięte ekranem komputera słuchają po 6 godzin dziennie zmieniających się co 45 minut mówiących głów. Główn, które mówią, znikają, pojawiają się, zadają pytania, formułują zadania i polecenia, zacinają się, znikają i... pojawiają na nowo, by znów się zawiesić, zakołysać, odpłynąć i wrócić z podsumowującym zdaniem „do zrobienia...”. Ktoś, komu wydaje się, że szkoła polega na tym, że nauczyciel mówi, uczeń wypełnia jego polecenia, a następnie ten pierwszy sprawdza, co drugi zrobił źle i stawia mu za to oceny... – nie wie chyba tak naprawdę, na czym polega nauka i uczenie się. Ale, nie wiedząc, co zrobić w sytuacji skrajnie nietypowej, ktoś taki właśnie świat wymyślił. Uznał, że tak będzie najlepiej, że skoro mamy ciężkie czasy, które dotknęły w niewiarygodny sposób dorosłych, to najprościej będzie edukację po prostu udawać. Tymczasem, o czym piszą eksperci opracowujący w zespole kierowanym przez prof. Hausnera specjalistyczne „Alerty edukacyjne”, świat szkoły w relacji z ograniczeniami wywołanymi pandemią stanowi byt zdecydowanie bardziej skomplikowany: „Uczniowie są przymusowo zamknięci w domach i ten stan zapewne będzie jeszcze trwał jakiś czas. Dla nich to czas dramatycznie trudny i niewyobrażalny – nie do ogarnięcia. To wszystko, co było normalne, zrozumiałe i jakoś bezpieczne, zawało się. Zagrożona została możliwość zaspokojenia jednej z najważniejszych potrzeb – poczucia bezpieczeństwa i stabilizacji. Dlatego najistotniejsza staje się domowa opieka i w miarę jasna perspektywa powrotu do normalności, co w specyficzny sposób dotyczy tych, którzy przygotowywali się do ważnych dla nich egzaminów. (...) Błędem jest bezrefleksyjne uznanie, że zdalne nauczanie może zastąpić nauczanie tradycyjne w skali 1 do 1. Nauczanie w polskiej szkole jest generalnie oparte na modelu transmisji wiedzy od nauczyciela do ucznia (zgodnie z bardzo obszerną podstawą programową). Mechaniczne przeniesienie tego wzorca do internetu rodzi kolosalne negatywne konsekwencje. Przede wszystkim naraża uczniów i rodziców na psychiczne cierpienie, wynikające z coraz bardziej obojętności z każdym kolejnym dniem poczucia braku współmierności

między nakładem wysiłku i jego efektem. Problem pogłębia biurokratyczne rozliczanie przez resortową administrację nauczycieli, którzy w konsekwencji nakładają na uczniów coraz więcej zadań. To, co w normalnych warunkach jest dużym obciążeniem, teraz staje się ciężarem nie do zniesienia”.

Zapowiedź „czwartej fali”

Kolejne doniesienia, które zaczęły się w połowie sierpnia, mówią o rosnącej powoli liczbie kolejnych zarażeń. Resort edukacji we współpracy z ministerstwem zdrowia i Głównym Inspektorem Sanitarnym, planując zwiększenie bezpieczeństwa uczniów i nauczycieli, opracował przede wszystkim stosowne wytyczne. Mają głównie zapewniać bezpieczeństwo i higienę pracy szkół w warunkach kolejnej fali epidemii. Przy wejściu do budynku znajdują się systematycznie uzupełniane dozowniki ze środkiem dezynfekującym oraz odpowiednie instrukcje. Zakłada się, że uczniowie po przyjeździe do szkoły w pierwszej kolejności będą myli ręce wodą z mydłem. Na zajęcia uczęszczać będą mogły jedynie osoby bez objawów infekcji czy choroby zakaźnej. Nie będą w nich mogli uczestniczyć uczniowie z rodzin objętych kwarantanną czy izolacją domową. Stwierdzenie objawów wskazujących na infekcję dróg oddechowych (w szczególności temperatura powyżej 38 st. C, kaszel czy duszności) nakłada obowiązek izolacji ucznia od innych, najlepiej w odrębnym pomieszczeniu. Rekomendowane jest też szczepienie przeciw COVID-19 pracowników szkół oraz części uczniów. Pozornie jesteśmy gotowi przeciwstawić się kolejnemu atakowi.

Główni bohaterowie czy główni przegrani

Uczniowie mają za sobą rok specyficznych doświadczeń edukacyjnych. Każdy z nich w opisywanym świecie żyje po swojemu. Nie ma znaczenia, czy nauczyciel jest gadającą głową, czy nie. Czy są kwizy, czy nie. Czy wykorzystujemy moodle, classroomy, jamboardy czy Genially. To co się dzieje i tak toczy się tylko w ich głowach. Opisując sytuację, jedna z psycholożek powiedziała, że uczniowie uczestniczący w zdalnej edukacji czują się w rzeczywistości „jak we śnie”. Wszystko dzieje się tylko w ich głowach.

Lekcje, gry komputerowe, czaty internetowe. To mają w sobie. W dzień i w nocy. W istotnym zakresie potwierdziły to badania prowadzone od początku zdalnej edukacji. Raport przygotowany w kwietniu 2020 r. przez spółkę LIBRUS ujawnił, że 59% uczniów odczuwało brak bezpośrednich kontaktów z rówieśnikami, a 54% z nauczycielami. Wyniki badań Instytutu Filozofii i Socjologii Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie potwierdziły negatywny wpływ okresu pandemii na kondycję psychiczną uczniów – potwierdzone zostały negatywne nastroje, znużenie, zmęczenie, odczuwalny był brak „normalnych” kontaktów z rówieśnikami. Z kolei eksperci uczestniczący w badaniu Fundacji Szkoła z Klasą alarmują, że dzieci zgłaszają znaczne obniżenie nastroju, stany lękowe i myśli samobójcze w zakresie znacząco większym niż przed pandemią. Konstatowany jest fakt, że konieczność spędzania przez uczniów większości dnia przy komputerze lub innym urządzeniu umożliwiającym odbywanie nauki zdalnej przyczynia się do pogłębienia problemu ich uzależnienia od nowych technologii. Badania prowadzone przez Fundację Centrum Cyfrowe potwierdzają, że przejście na naukę w formie zdalnej od samego początku ograniczyło możliwość realizacji przez szkoły wymagań zawartych w podstawie programowej, zarówno tej dla kształcenia ogólnego, jak i edukacji zawodowej. Nauka bez codziennego bezpośredniego kontaktu uczniów z nauczycielami i wychowawczyniami, a także bez wspólnej pracy w klasie jest dla większości trudnym wyzwaniem. Rodzice patrzą na to wszystko z perspektywy domu i mówią, że obserwując swoje dzieci w tej sytuacji, chce im się po prostu wyc z bezsilności. Czują, że są postawieni pod ścianą wymagań, zwłaszcza, że system jedynie dociska bezlitośnie i zamiast jakichś pozytywnych rozwiązań nie oferuje im oraz ich dzieciom po prostu nic. Co gorsza i dla rodziców potoczny szkolny kontekst uległ radykalnej zmianie. Wielu z nich wciąż pielęgnuje szereg prostych rozwiązań typu „nie przejmuj się, oceny nie są najważniejsze” albo „następnym razem pójdziesz ci lepiej”. A ponieważ trochę jest tak, że jakaś część ocen bierze się po prostu z nieba, to żeby były one lepsze, wielu rodziców stara się swoim dzieciom jakoś „pomóc” i to czy tamto zadanie robi za nie, a czasem posyła do kogoś znajomego, kto powinien sobie lepiej z tym czy owym wyzwaniem poradzić. Gorzej, kiedy w przypadku wybranych dzieci potrzebne jest wsparcie konkretnych fachowców, a oni nie mogą się spotkać bezpośrednio z dzieckiem. Ba, nie mogą

nawet w pełni zaprezentować, jak rodzic miałby z tym swoim synem czy córką pracować. Pozornie wszystko można znaleźć na YouTube, ale czy to rozwiązanie jest rzeczywiście tym, z którego powinniśmy korzystać?

Wyzwanie

Świat, do którego jesteśmy przyzwyczajeni, się zatrzymał. Zakupy w galeriach, które tak kochamy, przeniosły się razem z nami do internetu i jedynym efektem tej zmiany jest zaangażowanie kurierów i lawinowo budowane paczkomaty. Świąteczne spotkania zastąpiliśmy rozmowami z wykorzystaniem różnorodnych komunikatorów, a wypoczynek na śniegu nerwowymi dyskusjami w domu bądź spacerami po ulicach miast i miasteczek. Dzieci bardzo chcą kontaktu z innymi dziećmi, ale też wiele z nich przyzwyczało się do wylegiwania się w łózkach i zbawczej funkcji wyłączania kamery czy mikrofonu, nie mówiąc o ratunkowym zawieszeniu sieci w szczególnie krytycznych momentach. Część uczniów nie skorzystała ze zdalnego nauczania ani razu. Część korzysta tylko pozornie. Pytanie, na ile to się różni od sytuacji, kiedy ci sami uczniowie standardowo uczęszczali na lekcje. Albo i nie uczęszczali – bo przecież brak zaangażowania w życie szkoły czy brak aktywności na lekcji to nie jest wynalazek zdalnej edukacji. Struktura zaangażowanych i tych, którzy lekceważą potrzebę nauki i pracy nad własnym rozwojem, pewnie nie uległa szczególnej zmianie. Uczniowie, którzy odczuwają potrzebę uczenia się, zapewne uczą się w takim samym wymiarze, a niekiedy nawet w zdecydowanie większym, niż wtedy, kiedy chodzili codziennie do szkoły. Uczniowie, którym na własnym rozwoju mniej zależy, zapewne chętnie korzystają z możliwości ucieczki od odpowiedzialności za brak swojego zaangażowania. Tak było i tak jest. Najbardziej tracą ci, którzy w ramach dobrze zorganizowanej pomocy psychologiczno-pedagogicznej zostali w jakiś sposób odcięci od specjalistów, którzy pracowali z nimi indywidualnie. Standard pozostaje standardem, pytaniem nie jest to, czy należy zatrzymać świat, żeby standard po pandemii mógł wrócić do poprzedniego wymiaru, ale czy raczej nie skupić się na tym, jak – korzystając ze zdobytej w ostatnich miesiącach wiedzy – zmienić to, co zmienić by należało.

Rozwiązania

Pomijając resort edukacji, który w typowy dla siebie sposób zarządza

kryzysem poprzez wytyczne i ogłaszane z dnia na dzień decyzje, wiele środowisk związanych z edukacją gromadziło i przetwarzało dane pozwalające powiedzieć, że istotne jest nie tyle zatrzymanie tego, co chwilowo nie może działać jak poprzednio, ale po prostu należy to radykalnie zmienić. Jednym z nich była grupa ekspertów kierowana przez prof. Hausnera, którzy w ramach Open Eyes Economy Summit podjęli działania mające wskazać na bieżąco najważniejsze problemy i możliwe rozwiązania związane z pandemią COVID-19. Efektem tych prac były specjalnie przygotowane dokumenty nazywane alertami oraz raport podsumowujący całość badań i refleksji zgromadzonych do końca sierpnia 2020 roku. Ważny zapis wspomnianego raportu mówi o pilnej potrzebie przygotowania całościowej koncepcji zmian w edukacji. Autorzy raportu podkreślają, że: „Możemy teraz albo wrócić do »normalności« ze wszystkimi jej słabościami, albo zbudować na wyniesionych z pandemii lekcjach nowe rozwiązania edukacyjne, które odpowiadałyby na nowe wyzwania. [...] całościowa zmiana jest konieczna”. Świat, który na swój sposób nas zniewolił, nie powinien wyrzucić na nas potrzeby podjęcia strategii dryfu. Ani zatrzymanie, ani powtórzenie tego, co nie zostało w podstawowym zakresie zrobione, w niczym nam nie pomoże. Skorzystajmy raczej z faktu, że dowiedzieliśmy się, że naprawdę wiele rzeczy w naszej edukacji działa po prostu fatalnie i ustalmy niezbędne cele, a następnie zaimplementujmy w naszej codziennej edukacji szereg niezbędnych zmian. Zakres zmian powinien dotyczyć głównie sposobu komunikowania się, budowania relacji, angażowania uczniów do współpracy, stymulowania ich odpowiedzialności za własny rozwój przy jednoczesnym wzmacnianiu ich poczucia sprawczości. Oznacza to, że czas edukacji transmisyjnej, polegającej na jednostronnym przekazie, a następnie egzekwowaniu wiedzy powinien powoli zanikać. Warto wczytać się w treść podstaw programowych i znaleźć w nich odpowiedź nie na pytanie, czego mają się nauczyć uczniowie, ale w jaki sposób mogliby się rozwijać. To właśnie w podstawach wymienione są kompetencje kluczowe obejmujące główny katalog umiejętności (ale też postaw i wiedzy na temat korzystania z wiedzy), na których należy się skupić. To w podstawach, w części dotyczącej zalecanych warunków i sposobów realizacji znaleźć możemy szereg propozycji mówiących o możliwościach włączania i angażowania uczniów do pracy nad własnym

rozwojem. Warto też przemyśleć zasady oceniania i szkolnej specyfiki badania osiągnięć szkolnych uczniów – tu też jest wiele do zrobienia.

Uczniowie

Rzecz ciekawa, o potrzebie tych zmian mówią sami uczniowie. Grupa młodych ludzi zaproszona przez ekspertów prof. Hausnera do wypowiedzi na temat sytuacji, w jakiej się znaleźli, zauważyła, że wiele rozwiązań polskiego systemu edukacji jest przestarzałych i nie skupia się na rozwoju krytycznego, samodzielnego myślenia. Zwrócili uwagę na fakt, iż w szkole zdobywają wyłącznie wiedzę, nie mają zaś możliwości samorozwoju i znalezienia pomysłu na siebie. Tymczasem chcieliby, aby nadawczo-podawcza forma edukacji zmieniła się w formę partycypacyjną, w której uczeń nie jest jedynie biernym odbiorcą treści. Jednym ze sposobów osiągnięcia tego celu jest upowszechnienie różnego rodzaju projektów, które uczniowie mogliby realizować w ramach zajęć szkolnych. Uczniowie chcieliby móc korzystać z wielu źródeł danych i informacji, by doskonalić umiejętności analizowania, szukania danych i rozwijania ciekawości poznawczej. Zauważyli, że w polskiej szkole nie ma miejsca na wprowadzanie innowacji nawet przez samych uczniów czy nauczycieli, gdyż są oni związani programem nauczania. Brakuje przestrzeni na dodatkowe treści. Uczniowie zwrócili uwagę na jeszcze jeden element potrzebnych zmian: na konieczność wprowadzenia partycypacji uczniowskiej – na wsłuchanie się w ich głos i stworzenie dla nich przestrzeni do wykazania się nie tylko wiedzą, ale także pomysłowością i kompetencjami miękkimi. Może warto posłuchać młodych? To w końcu ich życie. I jak by nie było przyszłość, z którą głównie oni będą musieli się zmierzyć.

* **Jarosław Kordziński** – trener, coach, mediator, szkoleniowiec. Autor tekstów z zakresu zarządzania oświatą, organizacji procesu edukacyjnego i psychologii pozytywnej. Trener zaangażowany w szereg projektów rozwijających kompetencje osobiste i społeczne nauczycieli oraz dyrektorów szkół; współpracuje jako ekspert z Uniwersytetem Jagiellońskim oraz Ośrodkiem Rozwoju Edukacji w projektach dotyczących przywództwa edukacyjnego; we współpracy z Centrum Edukacji Obywatelskiej współrealizuje projekt Szkoła dla Innowatora; autor wielu publikacji dotyczących pracy nad własnym rozwojem, motywacją i budowaniem marki.

Mariusz Kordylewski nauczyciel konsultant CDN w Koninie

Wyzwania dla systemu oświaty po pandemii – w świetle badań edukacyjnych

W tym artykule przedstawię skróto-wo wyniki badań pod nazwą „Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje dla wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego” przeprowadzonych wśród uczniów, rodziców i nauczycieli w okresie od kwietnia 2020 r. do stycznia 2021 r. przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej na zlecenie Ministerstwa Edukacji Narodowej. Badania zwieńczone zostały opracowaniem raportu¹, w którym podano główne wnioski z badań oraz propozycję zaleceń dla systemu oświaty. Zalecenia dla systemu oświaty wynikają z głównego celu badań, jakim jest dostarczenie instytucjom kształtującym system oświaty w Polsce (głównie Ministerstwu Edukacji Narodowej) informacji o kondycji psychofizycznej i problemach młodzieży rozwijających się w okresie pandemii COVID-19 oraz zaproponowanie stosownych rozwiązań.

Wnioski z badań (przedstawione w raporcie)

„Trwający od roku czas epidemii COVID-19 i związany z nim reżim sanitarny (zwłaszcza aspekt izolacji społecznej) doprowadził do znaczącego osłabienia kondycji psychicznej uczniów. Zjawisko to może się nadal pogłębiać – i to nawet w optymistycznym przypadku szybkiego wygaśnięcia epidemii. Powoduje to palącą potrzebę objęcia dzieci i młodzieży wsparciem wychowawczym, profilaktycznym i pomocowym w różnorodnych formach i na jak najszerszą skalę”.

„Wyniki badań pokazują sukcesywne pogarszanie się kondycji psychicznej uczniów w kolejnych fazach epidemii”.

„Najważniejszym czynnikiem chroniącym zdrowie psychiczne uczniów w czasie epidemii jest wielkość, jakość i dostępność sieci wsparcia (rodzina, rówieśnicy, nauczyciele i wychowawcy, specjaliści w zakresie pomocy psychologiczno-pedagogicznej itp.)”.

„Obniżenie kondycji psychicznej

dzieci i młodzieży w czasie epidemii i izolacji jest czynnikiem sprzyjającym wzrostowi zachowań ryzykownych i problemowych zarówno w czasie jej trwania, jak i po zakończeniu”.

„Istnieje udokumentowany badaniami związek pomiędzy kondycją psychiczną młodzieży a przestrzeganiem reguł sanitarnych. Im gorsza kondycja psychiczna, tym słabsze przestrzeganie zasad”.

„Oznacza to, że działania na rzecz poprawy kondycji psychicznej młodzieży mogą także poprawić bezpieczeństwo epidemiczne”.

„Wypełnianie roli wychowawczej przez rodziców i nauczycieli jest w czasie epidemii znacznie utrudnione. Wynika to z dodatkowych obciążeń i stresów związanych z zagrożeniami epidemicznymi, ale także z izolacją, zdalnym nauczaniem i pracą zdalną”.

„Badania lokalnych środowisk szkolnych z czasu epidemii pokazują, że w relacjach między uczniami, rodzicami i nauczycielami dzieje się wiele wzajemnego dobra, pomimo trudności, uciążliwości i obaw, których wszyscy doświadczają”.

„W systemie edukacji jednym z ważnych narzędzi oddziaływania wychowawczego jest lekcja wychowawcza. W świetle badań większość uczniów widzi potrzebę takich lekcji oraz wyraża konkretne potrzeby dotyczące jej treści i formy”.

„Wyniki badań ewaluacyjnych wybranych programów profilaktycznych online potwierdzają skuteczność tych programów w umacnianiu kondycji psychicznej uczniów oraz to, że także działania zdalne mogą być efektywne, przy spełnieniu określonych warunków”.

Wnioski z badań wskazują na pogarszanie się kondycji psychicznej uczniów w kolejnych fazach pandemii. Odpórtemu procesowi może dać (według autorów badań) zintensyfikowanie pracy

wychowawczej z uczniami oraz realizowanie na szeroką skalę programów profilaktycznych. Istnieje związek między stanem psychicznym uczniów a przestrzeganiem przez nich obostrzeń sanitarnych – im gorszy stan psychiczny, tym niższy stopień przestrzegania.

Autorzy badań sformułowali wiele zaleceń stanowiących wyzwanie dla systemu oświaty, głównie Ministerstwa Edukacji Narodowej. Czytelnik sprawdzi, które z przedstawionych poniżej zaleceń i w jakim stopniu znajdują odzwierciedlenie lokalnie – w jego szkole.

Zalecenia wypływające z badań

„Działania wychowawcze, profilaktyczne i pomocowe na rzecz wsparcia psychicznego dzieci i młodzieży powinny stać się priorytetem systemu edukacji zarówno w obecnej fazie pandemii, jak w okresie bezpośrednio po jej wygaśnięciu”.

„Przywrócenie od dawna zaburzonej równowagi między przewartościowanym nauczaniem a niedowartościowanym wychowaniem uzupełnianym o profilaktykę nie powinno mieć charakteru tymczasowego, lecz powinno pozostać w systemie edukacji jako trwała zmiana”.

„Konieczne jest objęcie troską i wsparciem psychicznym nie tylko tych uczniów, którzy aktualnie znajdują się w bardzo złej kondycji psychicznej, ale całej populacji dzieci i młodzieży. Jest to podstawowy warunek uniknięcia zapadnięcia systemu pomocy psychologiczno-pedagogicznej i psychiatrycznej. Tylko w ten sposób możemy zapobiec stałemu powiększaniu się grupy uczniów wymagających pomocy specjalistycznej”.

„Konieczne jest wprowadzenie rozwiązań systemowych ułatwiających jak najpełniejsze wykorzystanie potencjału leżącego w naturalnych zasobach wsparcia dostępnych w najbliższym otoczeniu dzieci i młodzieży (rodzice i rodzina, nauczyciele i wychowawcy, pedagog i psycholog szkolny, poradnie psychologicz-

¹ Szymon Grzelak, Dorota Żyro, *Jak wspierać uczniów po roku epidemii? Wyzwania i rekomendacje dla wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego. Raport oparty na wynikach badań, przeprowadzonych wśród uczniów, rodziców i nauczycieli w okresie 04.2020 – 01.2021*, Warszawa, 28 lutego 2021 r.

no-pedagogiczne, sprawdzone programy profilaktyczne i realizujące je podmioty). Tylko wykorzystanie wszystkich dostępnych form wsparcia umożliwi realizację tak szerokiego zakresu oddziaływań, jaki jest potrzebny”.

„W obecnej sytuacji konieczne jest dostosowanie wymagań związanych z realizacją podstawy programowej do zmniejszonej efektywności kształcenia wynikającej z osłabionej kondycji psychicznej uczniów oraz niższej efektywności nauczania zdalnego. Rodzicom i nauczycielom stworzy to lepsze warunki do wspierania psychicznego dzieci i młodzieży, a uczniom ułatwi korzystanie z tego wsparcia”.

„Należy zlecić szybkie i sprawne przeprowadzenie analizy obciążeń nauczycieli, wychowawców i pedagogów związanych z dokumentacją i sprawozdawczością w celu sprawdzenia, czy istnieje możliwość choćby częściowego zmniejszenia ilości czasu i energii poświęcanej przez kadrę pedagogiczną szkół na tego typu zadania. Jeśli analiza wykaże możliwość redukcji niektórych wymagań formalnych, należy to uwzględnić i zmienić odpowiednie wymagania czy procedury. Jeżeli analiza wykaże, że nie ma racjonalnych przesłanek dla zmniejszenia nakładu pracy kadry pedagogicznej na zadania dokumentacyjno-sprawozdawcze, to należy ten wniosek wraz z uzasadnieniem przekazać dyrektorom szkół i nauczycielom. Nawet samo podjęcie próby wyjścia naprzeciw zgłaszanym przez nauczycieli uciążliwościom w tym zakresie jest czymś ważnym, bo może pozytywnie wpłynąć na morale i akceptację konieczności prowadzenia dokumentacji w jej obecnym kształcie”.

„Należy zapewnić równowagę pomiędzy wymogami reżimu sanitarnego a działaniami chroniącymi zdrowie psychiczne uczniów. Skutki zakażenia COVID-19 nie są jedynym zagrożeniem czasu epidemii, a jeśli chodzi o dzieci i młodzież nie są głównym zagrożeniem. Największe niebezpieczeństwo dla uczniów wiąże się z konsekwencjami psychicznymi i rozwojowymi. Rozwiązania wdrażane w systemie edukacji powinny uwzględniać w tej samej mierze wymagania sanitarne, co wymagania związane z ochroną zdrowia psychicznego i fizycznego oraz wspieraniem rozwoju osobistego i społecznego uczniów”.

„Zalecany jest jak najszybszy powrót do nauczania stacjonarnego lub przynajmniej hybrydowego wszystkich uczniów (jeśli nie w całej Polsce, to choćby w pojedynczych regionach, jeśli tylko względy epidemiologiczne na to pozwolą). W szczególności wskazany jest powrót do szkół uczniów klas maturalnych i klas ósmych, które podane są silniejszej presji i mają większe obawy o przyszłość niż inne roczniki”.

„Należy w pełni wykorzystać potencjał zawarty w pracy wychowawczo-profilaktycznej wychowawców szkolnych i w lekcjach wychowawczych. Wsparcie psychiczne ze strony wychowawców to działanie o skali najbardziej masowej. Konieczne jest uświadomienie wychowawcom ich roli i wpływu oraz wskazanie prostych sposobów troski o kondycję psychiczną uczniów (zwykłe rozmowy, zainteresowanie przeżyciami uczniów, proste zabawy integracyjne, wstępne rozpoznanie dotyczące liczby uczniów o bardzo złej kondycji psychicznej, którzy mogą wymagać większej pomocy). Docenienie roli wychowawcy jest pilną potrzebą czasu epidemii, ale może stanowić ważny krok w trwałej odbudowie ETOSU WYCHOWAWCY, który jest głęboko zakorzeniony w polskiej tradycji i kulturze, a który w ostatnich dziesięcioleciach stopniowo zanikał”.

„Konieczna jest bardziej intensywna, dwustronna współpraca nauczycieli i wychowawców (którzy są najbliższymi uczniami) z pedagogiem/psychologiem szkolnym oraz pracownikami poradni psychologiczno-pedagogicznych. Niezbędna jest szeroka realizacja skutecznych i sprawdzonych programów profilaktycznych, które pomogą zapobiec odreagowywaniu stresów czasu epidemii w szkodliwe sposoby i »rozhamowaniu« po rozluźnieniu reżimu sanitarnego, zakończeniu okresu izolacji i powrocie dzieci i młodzieży do grup rówieśniczych”.

„W okresie II semestru roku szkolnego 2020/2021 i I semestru roku szkolnego 2021/2022 potrzebna jest maksymalna intensyfikacja działań mających na celu a. podniesienia kondycji psychicznej uczniów, b. zbudowania dobrych relacji i ponowną integrację klas, c. pomoc w adaptacji do rytmu nauki stacjonarnej lub hybrydowej (a być może także pomoc w adaptacji do kolejnego okresu zamknięcia szkół). Potrzebna jest dawka »uderzeniowa« takich działań”.

„Konieczne jest podjęcie konkretnych działań mających na celu troskę o dobre wzajemne relacje w środowisku szkolnym pomiędzy jego głównymi podgrupami: uczniami, rodzicami i nauczycielami”.

„W całkowicie nowej sytuacji epidemii, nauczania zdalnego, nauczania hybrydowego i spodziewanego powrotu do nauczania stacjonarnego bardzo potrzebne jest zbieranie dobrych praktyk dotyczących konkretnych działań i sposobów wsparcia wychowawczego, profilaktycznego i pomocowego oraz zorganizowanie ich wymiany na poziomie ogólnopolskim, regionalnym i lokalnym”.

„Wprowadzając rozwiązania systemowe umożliwiające realizację priorytetu związanego z wychowaniem, profilaktyką i wsparciem psychicznym uczniów, należy dopuścić elastyczną możliwość decydowania o konkretnych formach i wariantach ich wdrażania przez poszczególne dyrektorów szkół”.

„Opracowując rozwiązania systemowe, nie można zapomnieć o tych uczniach, których czas epidemii skonfrontował z nietypowymi, szczególnymi problemami wynikającymi z ich sytuacji życiowej, rodzinnej, prawnej lub zdrowotnej”.

Autorzy badań zauważają, że oprócz zagrożenia dla zdrowia ze strony COVID-19 istotną szkodliwość dla stanu psychofizycznego młodzieży powoduje reżim sanitarny. Dlatego badacze postulują jak najszybszy powrót do nauki stacjonarnej lub hybrydowej (o ile pozwoli na to sytuacja pandemiczna). Zalecają zintensyfikowanie pracy wychowawczej przez wychowawców klas i pedagogów/psychologów szkolnych przy współpracy z np. poradniami psychologiczno-pedagogicznymi, prowadzenie na dużą skalę działań profilaktycznych i udział w programach pomocowych mających na celu poprawę stanu psychicznego uczniów. Badacze utrzymują, że zaniedbania w obszarze wsparcia psychologicznego udzielanego uczniom mogą doprowadzić do załamania systemu pomocy psychologiczno-pedagogicznej i psychiatrycznej w przyszłości. Uważają, że należy zrewidować (zredukować) wymagania programowe, aby powiększyć przestrzeń dla działań wychowawczych. Sugerują nasilenie troski o dobre wzajemne relacje w środowisku szkolnym. Proponują ograniczenie zaangażowania nauczycieli w pracę związaną z prowadzeniem dokumentacji i sprawozdawczości.

Iwona Hudańska nauczyciel, konsultant CDN w Koninie

Identyfikacja środowiska szkolnego po powrocie uczniów do szkół – w świetle XXIII Konińskich Spotkań Edukacyjnych i nie tylko

Tradycyjnie od dziewiętnastu już lat pracownicy Centrum Doskonalenia Nauczycieli w Koninie wraz z dyrektorami, nauczycielami i specjalistami placówek oświatowych uczestniczyli w konferencji zorganizowanej w ramach Konińskich Spotkań Edukacyjnych, tym razem pod hasłem „Szkoła w i po pandemii”. Wydarzenie miało miejsce w dniu 9 września 2021 r. i realizowane było w formie on-line. Clou konferencji stanowił wykład prof. Jacka Pyżalskiego na temat „Co potrzebne jest uczniom i nauczycielom po czasie edukacji zdalnej?”.

Jak co roku, konferencji towarzyszyły również spotkania edukacyjne w zespołach przedmiotowych nauczycieli, wychowawców i innych specjalistów szkolnych. Spotkania te prowadzone były przez doradców metodycznych i nauczycieli konsultantów Centrum Doskonalenia Nauczyciele w Koninie, a także przez zaproszonych prelegentów.

Istotne zagadnienia poruszane podczas wykładu miały uwrażliwić odbiorców na obecną sytuację szkoły i skłonić ich do rozważań o najważniejszych dziś aspektach rzeczywistości szkolnej i o tym, jak one wpłyną na tworzenie optymalnych warunków pracy. Dziś nierzadko w zespołach nauczycielskich stawiamy sobie pytania: z czym wracamy do szkoły po czasie edukacji zdalnej, jakie są możliwości, ale i też ograniczenia? Czego potrzebują dziś uczniowie po powrocie do szkoły, jakie są ich relacje z rówieśnikami, rodzicami i nauczycielami i jakie towarzyszą im emocje? Rozpoczynając planowanie pracy z uczniami, zastanawiamy się, czy są oni w pełni gotowi do podjęcia zajęć szkolnych, czy i którym uczniom potrzebne jest wsparcie, a może wobec niektórych uczniów istnieje już potrzeba podjęcia natychmiastowych działań wspierających, by umożliwić im zmierzanie się z codziennymi oczekiwaniami płynącymi zarówno z zewnątrz: ze strony szkoły, rodziny, rówieśników, jak i wynikającymi z wewnętrznych potrzeb czy aspiracji. Szczególnie po okresie edukacji zdalnej pojawiają się wątpliwości: czy pewne zachowania uczniów należy definiować jako nieakceptowalne społecznie, czy należy postrzegać je inaczej, np. jako próbę zwrócenia na siebie uwagi, lub „wołanie” o pomoc, a może po prostu wynikają one z trudności w radzeniu sobie z wymogami edukacyjnymi czy społecznymi. Nie jest łatwo trafnie zidentyfikować sytuacje wychowawcze. Bywają one trudne, zawile, czasami skryte pod zasłoną innych zdarzeń i działań. To tylko niektóre kluczowe zagadnienia, nad którymi zespoły nauczycielskie i specjalistyczne zastanawiają się, planując zarówno proces dydaktyczno-wychowawczy w danej klasie, jak również system wsparcia dzieci i młodzieży w placówce, szkole.

Pod kierunkiem dra hab. Piotra Długosza, profesora UP, wicedyrektora Instytutu Filozofii i Socjologii Uniwersytetu Pedagogicznego im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie przeprowadzone zostały w Polsce – na próbie jednego tysiąca uczniów – badania edukacyjne starszych uczniów szkół podstawowych oraz młodzieży szkół średnich w przeddzień powrotu do szkoły. Badano między innymi zaufanie uczniów do nauczycieli i wychowawców, ale przede wszystkim edukacyjne, społeczne i psychologiczne skutki edukacji zdalnej i pandemii¹. Prace diagnostyczne prowadzone były również na Ukrainie.

Wyniki badań wykazały, że aż 85% ankietowanych uczniów ufa nauczycielom przedmiotowym, 82% uważa, że nauczyciele mobilizują do nauki, 78% docenia nauczycieli za otrzymywane wsparcie i za to, że zależy im na tym, by uczniowie otrzymywali dobre oceny, a 79% dzieci i młodzieży zauważa, że nauczyciele troszczą się o dobro swoich podopiecznych. Badano również zaufanie do wychowawcy klasy i otrzymano wynik na poziomie 87%, na zbliżonym poziomie – 89% – określono również zaufanie wobec koleżanek i kolegów. Dokonując analizy danych, profesor Długosz stwierdził, że „szkoła jest dla uczniów jednym z najważniejszych miejsc; szkoła jest nadal potrzebna uczniom; nauczyciele cieszą się zaufaniem i autorytetem; nauczyciel jest jasnym punktem, latarnią, która oświetla drogę”. Szkoła i nauczyciele są potrzebni młodym ludziom – o tym wszyscy jesteśmy przekonani. Dzieciom i młodzieży potrzebni są rówieśnicy, choćby po to, by budować relacje, kompetencje społeczne. Z badań wynika, że uczniowie chcą powrotu do szkoły, ale też i mają lęki, które są związane z konsekwencjami nauczania zdalnego. Młodzież obawia się o swoją przyszłość z powodu nagromadzonych zaległości podczas edukacji zdalnej i o to, że szkoła zweryfikuje w końcu posiadaną przez nich wiedzę. Uczniowie również – jak wynika z zapisów w ankietach – mają świadomość swojego rozleniwienia i jego wpływu na uczenie się i ich przyszłość. Zważywszy na fakt, że uczniowie mają zaufanie do swoich nauczycieli i pedagogów, deklarują w 40% gotowość uczestniczenia w zajęciach wyrównawczych. W tej grupie są uczniowie osiągający „lepsze i gorsze” wyniki w nauce. Niepokojące w tej grupie jest to, że aż 20% ma objawy depresji, a 15% nie odczuwa satysfakcji z życia. Badania te, jak podkreśla prof. P. Długosz, będą kontynuowane w celu uzyskania odpowiedzi na pytanie, z czym dokładnie jest związane takie samopoczucie młodzieży.

Profesor J. Pyżalski podczas wykładu konferencyjnego w ramach XXIII Konińskich Spotkań Edukacyjnych podkreślił – omawiając swoje wyniki ba-

dań, które przeprowadził we współpracy z zespołem naukowców – że uczniowie chcą wrócić do nauczania stacjonarnego, co jest zbliżone z wynikami badań przedstawionymi powyżej.

Inne dane diagnostyczne pozyskane na zlecenie Ministerstwa Edukacji i Nauki² wskazują na **niepokojące zmiany, które w świetle przeprowadzonych analiz należy przypisać wpływowi czasu epidemii** – do nich należy zaliczyć:

- wzrost odsetka młodzieży, która odczuwała często lub przez cały czas poczucie osamotnienia (z poziomu 21% przed epidemią do 28% w czasie epidemii w całej grupie badanej, a u dziewcząt z poziomu 30% osamotnionych przed epidemią do 43% w czasie epidemii);
- wzrost odsetka młodzieży, która w okresie ostatniego miesiąca odczuwała stres szkolny codziennie lub co drugi dzień (dziewczęta – przed epidemią 44%, w czasie epidemii 57%, chłopcy – przed epidemią 31%, w czasie epidemii 39%);
- wzrost odsetka dziewcząt, które w ostatnim tygodniu często lub cały czas odczuwały przygnębienie (przed epidemią – 34%, w czasie epidemii – 45%);
- wzrost odsetka dziewcząt deklarujących odczuwanie myśli samobójczych co najmniej dwukrotnie w okresie ostatniego miesiąca (z poziomu 12% przed epidemią, do poziomu 17% w czasie epidemii);
- wzrost odsetka dziewcząt, które mając osobisty problem w okresie ostatnich 30 dni, nie powiedziały nikomu o tym problemie (przed epidemią – 26%, w czasie epidemii – 34%) oraz wzrost odsetka dziewcząt, które zwierzyły się komuś z problemu, ale rozmowa ta nie była pomocna (przed epidemią – 33%, w czasie epidemii – 40%);
- ponad 2-krotny wzrost liczby osób często doświadczających cyberprzemocy (doświadczanie cyberprzemocy 3 razy lub więcej w okresie ostatniego miesiąca przed badaniem) zarówno wśród dziewcząt, jak i wśród chłopców (z poziomu 2% do poziomu 5%).

Sygnalizowane obawy ze strony zatroskanych o swoje dzieci rodziców należy także uznać za bardzo ważne sygnały płynące z obserwacji procesu uczenia podczas nauki zdalnej. Wypowiedzi rodziców wskazywały na dwa obszary problemów związanych po pierwsze z izolacją oraz jej wpływem na psychikę, a po drugie z procesem uczenia się.

Ponad 50% rodziców zgłosiło „izolację” jako trudną sytuację dla dzieci i młodzieży, większość rodziców wskazała jako skutek odosobnienia brak kontaktów z rówieśnikami. Zasady obowiązujące podczas kształcenia na odległość sprawiły, że kontakt opierał się na komunikacji zapośredniczonej. Pomimo że portale społecznościowe wśród dzieci i młodzieży stanowią ważne źródło komunikacji, rodzice stwierdzili, że nie

zastąpią one kontaktów „na żywo”. Rodzice obawiają się również, że następstwem izolacji może być nie tylko regres w zakresie umiejętności społecznych, ale także to, że może ona wpłynąć na rozwój psychiczny dzieci i młodzieży.

Drugim wskazanym obszarem trudności jest „uczenie się” – dostrzegło to 45% rodziców. Część z nich wręcz podważa wartość dydaktyczną nauki on-line (13% odpowiedzi rodziców na pytanie otwarte). Sygnalizują oni brak koncentracji uczniów podczas lekcji on-line, a o komunikacji twierdzą, że jest problematyczna i stresująca. Rodzicom trudno było skontrolować czas spędzany przez ich pociechy przed komputerem i mieli wątpliwość, czy przeznaczony on był na naukę. Uważają oni, że samo korzystanie z komputera jest już zagrożeniem i że może doprowadzić do negatywnych konsekwencji tak fizycznych (np. wady postawy, wady wzroku), jak i psychicznych (np. cyfrowe uzależnienia).

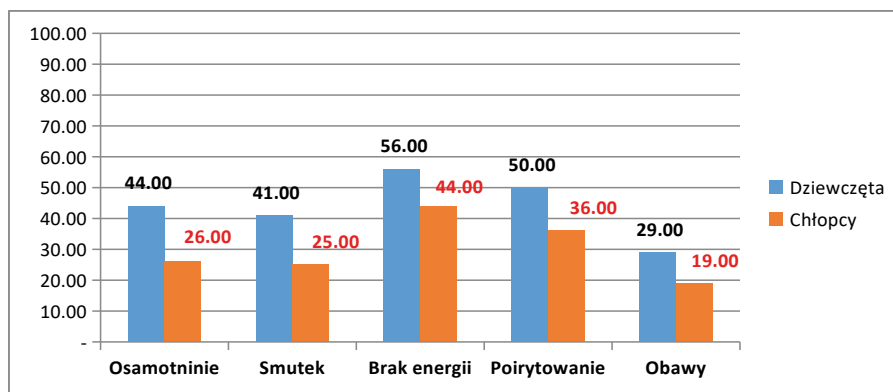
W raporcie Jak wspierać uczniów po roku epidemii. Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego. Raport oparty na wynikach badań naukowych przeprowadzonych wśród uczniów, rodziców i nauczycieli w okresie 04.2020–01.2021 przeprowadzonym przez Instytut Profilaktyki Zintegrowanej i Ministerstwo Edukacji i Nauki, w którym przedstawiono stan kondycji psychicznej uczniów w okresie epidemii Covid-19, podkreślić należy, że badaną młodzież charakteryzował różny stan odporności psychicznej. Podczas badań przeprowadzonych w trakcie trwania drugiej fali epidemii wskazano na pogarszanie się kondycji psychicznej młodzieży. Badania te pozwoliły ocenić, jak wielu w grupie badanych znajduje się uczniów, którzy określają swoją kondycję psychiczną jako:

- a. dobrą – równocześnie deklarując swoje samopoczucie jako dobre oraz to, że sobie radzą psychicznie,
- b. średnią – czyli dobrze oceniają tylko jeden z w/w dwóch aspektów kondycji psychicznej,
- c. złą kondycję psychiczną – deklarując równocześnie złe lub średnie samopoczucie oraz to, że źle lub średnio sobie radzą psychicznie.

Zadowolające wyniki wskazały, że 55% badanych chłopców i 40% badanych dziewcząt miało dobrą kondycję psychiczną. Natomiast niepokojącym faktem okazała się grupa uczniów (36% dziewcząt i 23% chłopców) deklarująca słabą kondycję psychiczną, a także spory odsetek uczniów o średniej kondycji psychicznej (24% dziewcząt i 23% chłopców). Generalnie kondycja psychiczna wśród dziewcząt była słabsza niż wśród chłopców.

Kolejnym badanym parametrem był posiadany przez młodzież poziom energii, który utrzymuje się nadal na tym samym poziomie, czyli około 50%. To niepokojący fakt, który świadczy o stanie chronicznym towarzyszącym młodzieży przez wiele miesięcy.

Wykres 1. Uczucia, których częstość wyraźnie zwiększyła się w okresie epidemii (jesień 2020)



Obserwujemy wzrost poziomu braku energii i poirytowania – obserwowane u ok. 40–60% badanych, następnie powyżej 25 do 45% badanych sygnalizuje osamotnienie i smutek, poniżej 30% sygnalizowane jest przeżywanie obaw. Podwyższone parametry towarzyszą dziewczętom, które bardziej przeżywają trudne sytuacje i są częściej od chłopców przygnębione.

Tabela 1. Czynniki wpływające na ocenę kondycji psychicznej młodzieży w badaniu „Nawigacja w kryzysie – Młodzież” z listopada-grudnia 2020

wpływ	czynniki
negatywny	<ul style="list-style-type: none"> - uciążliwość obowiązków szkolnych - stres szkolny - obawy o problemy w szkole - uciążliwość e-lekcji - nieradzenie sobie z nauką zdalną - stres przed zamknięciem szkół - zbyt dużo nauki - nerwowa atmosfera w domu - fiasko rozmów o przeżywanych trudnościach - ogólna obawa/niepewność co do przyszłości - obawy o przedłużenie ograniczeń
pozytywny	<ul style="list-style-type: none"> - dzielenie się z rodzicami przeżyciami czasu epidemii - postrzeganie zdrowia jako czegoś ważnego - wystarczające wsparcie dorosłych - wsparcie przyjaciół/rówieśników - granie w gry planszowe

Wśród czynników negatywnych, które wiążą się ze słabą kondycją psychiczną, znajdujemy liczne problemy związane z nauką, obawy dotyczące niepewności i ograniczeń wywołanych przez epidemię oraz niedobre relacje z innymi (nerwowa atmosfera, nieudane i niepomocne rozmowy o przeżywanych trudnościach). Wśród czynników pozytywnych wyróżniono te, które wskazują na wymiar społeczny i dotyczą dobrych, wspierających relacji z dorosłymi i rówieśnikami. Miłe odczucia, zwykłe rozmowy, wspólna zabawa odciągają od nawracających i przygnębiających informacji i apatycznych myśli oraz złego nastroju. Może to stanowić swoisty detoks na różnorodne trudności.

Sytuacja dzieci i młodzieży jest poważna i wymaga niezwłocznych działań interwencyjnych.

W szczególnie trudnej sytuacji są dziewczęta, które doświadczyły w okresie pandemii trudnych przeżyć, nie zawsze radzą sobie z nimi i nie dzielą z nikim swoich trosk – ze względu na doświadczenie mało pomocnych rozmów, gdy komuś powiedziały o swoim problemie. W połączeniu z podwyższaniem odsetka dziewcząt podejmujących próby samobójcze jest to bez wątpienia sytuacja wymagająca intensyfikacji działań profilaktycznych i wspierających.

Profesor J. Pyżalski podkreśla, że zdrowie psychiczne i fizyczne dzieci jest ważne, ale równie ważna jest kondycja psychiczna i fizyczna dorosłych, którzy są odpowiedzialni za rozwój młodego pokolenia i zobowiązani są nieść pomoc swoim podopiecznym: *W raporcie „Zdalne nauczanie a adaptacja do warunków społecznych w czasie epidemii koronawirusa”¹³ przedstawione dane jasno wskazują, że we wszystkich badanych grupach respondentów (uczniowie, rodzice oraz nauczyciele) poziom subiektywnego dobrostanu psychicznego i fizycznego obniżył się. Sytuacja*



ta dotyczy przede wszystkim nauczycieli, z których aż 65,3% twierdzi, że czuje się psychicznie dużo gorzej lub trochę gorzej w porównaniu do czasu sprzed zamknięcia szkół. Wyniki badań wskazują, że 67,7% nauczycieli twierdzi również, że czuje się gorzej fizycznie. Jedynie 26% badanych nauczycieli w ciągu ostatniego tygodnia przed badaniem nie odczuwało trudności w zasypianiu, zdecydowana większość deklaruje, że odczuwa brak energii, zdenerwowanie czy zły nastrój. Podobnie przedstawiają się wyniki, które dotyczą dobrostanu psychicznego i fizycznego rodziców. Przedstawiono je w raporcie opracowanym przez Centrum Cyfrowe: *Ponad połowa rodziców twierdzi, że psychicznie czuje się dużo gorzej lub trochę gorzej w porównaniu do czasu sprzed pandemii koronawirusa, a nieco ponad 45% z nich uważa, że pogorszeniu uległo również ich zdrowie fizyczne.*

Z powyższego wynika, że kondycja psychiczna wszystkich badanych osób jest na poziomie lepszym niż średni, ale gorszym niż dobry. Zatem warto spróbować podjąć działania, które miałyby na celu poprawę tego stanu.

Co należy mieć na uwadze? Oto kilka wniosków z przedstawionych raportów:

- W przypadku uczniów należy zwrócić uwagę na fakt relacji z otoczeniem, w tym z rówieśnikami oraz domownikami.
- Częstsze przebywanie w domu, w gronie najbliższych osób z rodziny może powodować stany depresyjne na skutek braku odpowiednich relacji z kolegami lub koleżankami.
- Duże znaczenie ma podejście do wykonywania obowiązków szkolnych. Być może nowa rzeczywistość powoduje inne postrzeganie szkoły, co z kolei wywołuje większy stres.
- W przypadku rodziców na stan kondycji psychicznej wpływa w znaczącym stopniu atmosfera w domu, co też należy wiązać ze zmianą formy realizacji obowiązków zawodowych (praca zdalna), ale też z realizacją obowiązków szkolnych przez dzieci wyłącznie w domu.
- Ta nowa sytuacja wiąże się z niepewnością co do poczucia właściwej realizacji swojej pracy.
- Wszystkie badane osoby są zaniepokojone niepewnością co do rozwoju epidemii i wprowadzaniem kolejnych obostrzeń.
- W badaniu dostrzegalne jest zmęczenie sytuacją związaną z rozprzestrzenianiem

się koronawirusa.

• Pogorszenie kondycji psychicznej może skutkować pojawieniem się lub pogłębieniem stanów depresyjnych.

Czym należy się zająć? Od czego zacząć?

- Twórz wokół bezpieczny klimat.
- Odkrywaj i ponazywaj mocne strony (w sobie, uczniach, nauczycielach, rodzicach, placówki...).
- Obserwuj i identyfikuj na bieżąco sytuację (ucznia, w klasie, w szkole... – czasami jeden symptom nie świadczy o problemie, czasami dotąd niespotykane zachowanie, komunikowanie się może sygnalizować problem).
- Dbaj o potrzeby innych.
- Przeprowadzaj diagnozę wstępną i pogłębioną. Korzystaj z wystandaryzowanych narzędzi diagnozy (<https://profilaktycy.pl/index.php/produkty/narzedzia-do-diagnozy>).
- Pomyśl, co lub kogo potrzebujesz.
- Korzystaj z rekomendowanych programów profilaktyki uniwersalnej i zdrowia psychicznego (np. programy Przyjaciele Zippiego, Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej, Strażnicy uśmiechu).
- Monitoruj na bieżąco skuteczność wdrażanych działań.
- Proś o wsparcie.
- Dbaj o siebie.

Stuart Shenker i Susan Hopkins, twórcy metody samoregulacji (Self-Reg) radzą stosowanie pięciu kroków, które prowadzą do poprawy w zakresie samoregulacji u dzieci, nastolatków, starszej młodzieży i dorosłych:

- Odczytaj oznaki stresu i przeformułuj zachowanie.
- Rozpoznaj stresory.
- Zmniejsz stres.
- Zastanów się.
- Zareaguj.

W strukturze metody samoregulacji funkcjonuje pięć obszarów: biologiczny, emocjonalny, poznawczy, społeczny i prospołeczny. Każdy z tych obszarów wpływa na samoregulację. Samoregulacja dotyczy sposobu, w jaki dana osoba radzi sobie ze stresem, we wszystkich jego rozmaitych postaciach, a następnie jak odzyskuje wydatkowaną energię. Zachęcam do zapoznania się z tą metodą i głębszego zrozumienia, w jaki sposób i dlaczego reagujemy my, nasi uczniowie, dorośli w sytuacjach stresogennych.

Na zakończenie przykład dobrej praktyki. Jak przeprowadzić rozmowę z dzieckiem w sytuacji kryzysowej?

1. Rozpocznij rozmowę z dzieckiem na bezpieczne dla niego tematy. Zadawaj proste, otwarte pytania, na które dziecko zna odpowiedź, np.: „Jak spędzasz wolny czas?“, „Co lubisz robić?“, „Czym się interesujesz?“.
2. Mów do dziecka, patrząc mu w oczy. Dostosuj się do poziomu wzroku dziecka – skieruj twarz w jego stronę.
3. W trakcie rozmowy traktuj dziecko poważnie, uważnie je słuchaj. Zbierz jak najwięcej informacji, aby być pewnym, że dobrze rozumiesz jego problem. Okazuj dziecku, że starasz się je zrozumieć; możesz używać słów: „rozumieć“, „tak“. Staraj się popatrzeć na problem z perspektywy dziecka.
4. Pozwól dziecku się wypowiedzieć. Nie przerywaj w pół zdania. Zadawaj pytania pomocnicze, aby uzyskać dodatkowe informacje, by lepiej zrozumieć istotę problemu.
5. Odpowiedź „nie wiem” traktuj pozytywnie. Zazwyczaj dziecko w taki sposób mówi: „Powiedz pytanie, żebym miał czas zastanowić się nad odpowiedzią” lub „Pytanie jest zbyt trudne“.
6. Nie zadawaj pytań typu „Dlaczego?”. Zamiast tego używaj pytań: „W jaki sposób?“, „Jak to się stało, że podjąłeś taką decyzję?”. Pytanie rozpoczynające się od słowa „dlaczego” zazwyczaj kojarzy się dziecku z dodatkowymi kłopotami i negatywną oceną jego zachowania.
7. Nazywaj emocje, które rozpoznajesz u dziecka, i próbuj reagować na nie empatycznie: „Wyobrażam sobie, że możesz odczuwać złość w sytuacji, gdy...”, „Rozumiem, że ta sytuacja wywołuje smutek”, „Wydajesz się być zniechęcony i zmęczony tą sytuacją“.
8. Wskazuj mocne strony dziecka. Mów komplementy. Szukaj zasobów dziecka, nie skupiaj się na deficytach.
9. Używaj skal – zwłaszcza, kiedy dziecko ma problem z wypowiedzią. Dzięki nim można ocenić stopień bezpieczeństwa w rodzinie, wiary dziecka w możliwość rozwiązywania problemów, motywacji do działania, zaufania, nadziei. Przykład: „Na skali 0–10, gdzie 0 oznacza, że w domu nie czujesz się bezpiecznie, a 10 – że czujesz się bardzo bezpiecznie, na ile oceniasz swoje bezpieczeństwo w domu?“.
10. Zadawaj pytania o wyjątki – czyli o sytuacje, kiedy dziecko nie miało problemów. Uświadomienie dziecku, że nie zawsze było źle, zachęca do zmiany, wzmacnia wiarę we własne możliwości.
11. Pytaj o jego zdanie w ważnych dla niego sprawach. Dziecko jest ekspertem od własnych uczuć i potrzeb. Należy to uwzględnić, budując plan pomocy.

¹ K. Piotrowiak, *Zaufanie jest silne*, „Głos Nauczycielski” 2021, nr 38, s. 5; K. Trzeciński, *Autorytet nie upada*, „Głos Nauczycielski” 2021, nr 38, s. 13.

² Sz. Grzelak, D. Żyro, *Jak wspierać uczniów po roku epidemii. Wyzwania i rekomendacje z obszaru wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego. Raport oparty na wynikach badań naukowych przeprowadzonych wśród uczniów, rodziców i nauczycieli w okresie 04.2020–01.2021*, Instytut Profilaktyki Zintegrowanej, Warszawa 2021.

³ *Zdalna edukacja – gdzie byliśmy, dokąd idziemy? Wstępne wyniki badania naukowego „Zdalne nauczanie a adaptacja do warunków społecznych w czasie epidemii koronawirusa”*, www.zdalnanauczanie.org, Warszawa 2020.

Anna Berdzińska nauczyciel doradca CDN w Koninie

Uczniowie Szkoły Podstawowej nr 15 w Koninie wiedzą, jakich lekcji historii chcą po powrocie do szkoły

W ciągu ostatniego 1,5 roku ukazało się wiele opracowań dotyczących sytuacji uczniów w czasie pandemii Covid-19 oraz po powrocie z nauczania zdalnego do stacjonarnego. Na pewno na uwagę zasługuje praca prof. Jacka Pyżalskiego¹ z UAM, autora m.in. „Edukacji w czasach pandemii wirusa COVID-19. Z dystansem o tym, co robimy obecnie jako nauczyciele”. Zachęcam do zapoznania się z powyższymi pozycjami.

W swojej pracy wychodzę z założenia, że należy z uczniami poruszać kwestie nie tylko związane z nauczaniem przedmiotem. Powinno się też rozmawiać o tym, w jakich czasach żyjemy, co i kto nas otacza. Z punktu widzenia ucznia ważne jest to, czy wysłuchamy, co mają do powiedzenia – jakie mają potrzeby, kłopoty, jak widzą siebie w obecnej rzeczywistości. Wartością dla dzieci jest również fakt, że mogą wpływać na wiele elementów procesu dydaktyczno-wychowawczego, co więcej – że my jako nauczyciele dajemy im na to zgodę.

Biorąc pod uwagę powyższe fakty, przygotowałam dla uczniów ankietę. Jej głównym celem była ewaluacja nauczania zdalnego w obliczu powrotu do szkoły stacjonarnej. Przedmiotem badania byli uczniowie klas 4, 6–8. Ankiety wypełniło 44 dzieci. Wyniki wykorzystam do organizacji pracy w nowym roku szkolnym.

Badanie przeprowadziłam on-line w dniach 11–18 czerwca 2021 za pomocą formularza Microsoft Forms. Było ono drugie z kolei (pierwsze miało miejsce rok temu). Zadałam dzieciom 5 pytań. Miały one różną formę: otwarte, zamknięte (wielokrotnego wyboru), ze skalą. Pytałam swoich uczniów o:

- przydatność wybranych elementów lekcji w zdalnym nauczaniu synchronicznym,
- korzyści uczniów ze stosowanych różnych rodzajów zadań,
- stopień trudności przygotowanych przeze mnie zadań edukacyjnych w czasie nauczania asynchronicznego,
- kłopotliwe czynności w czasie nauczania on-line

Zapytałam także „Co z okresu zdalnego nauczania warto kontynuować w nowym roku szkolnym, aby nauka historii była przyjemna (ale niekoniecznie łatwa)?”.

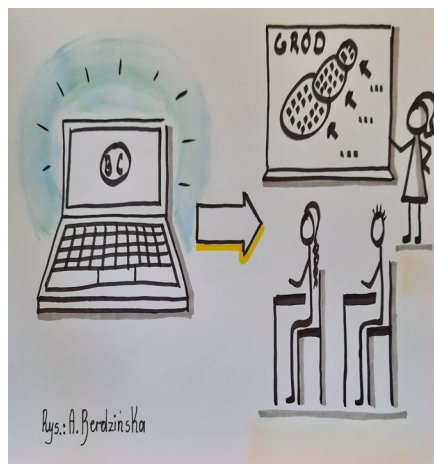
Cel postawiony przed ankietą został zrealizowany. Dzięki badaniu dowiedziałam się, z czego uczniowie byli zadowoleni, a z czego nie w nauczaniu on-line. Uzyskałam również informacje, co jest bardzo ważne dla moich uczniów i dla mnie w nowym roku szkolnym, co przenosimy do nauczania stacjonarnego. Są to m.in.:

- zróżnicowane zadania edukacyjne, do wyboru (75% uczniów za), np. wywiady z postaciami historycznymi i żyjącymi osobami, prace kreatywne – techniczno-plastyczne, notatki wizualne,
- odwrócone sprawdziany (93% uczniów za),
- umieszczanie prac w Teamsach (56% uczniów za).

Tylko 2 uczniów udzieliło odpowiedzi, że nie wie, co warto przenieść do szkoły stacjonarnej.

Zgodnie z odpowiedziami uczniów kontynuujemy stosowanie elementów oceniania kształtującego, pozwalającego na efektywną naukę:

- podawanie celu lekcji (36% uczniów za),
- zapisywanie kryteriów sukcesu do celu lekcji (77% uczniów za).



Co ciekawe, dzieci podały, że na efekty ich pracy wpływa również zaangażowanie na lekcji (59%), przygotowywanie notatek graficznych (47%), praca w grupach (20%).

W przypadku czynności, które sprawiały kłopoty, na pierwszym miejscu znajdują się problemy techniczne związane ze sprzętem i znajomością aplikacji Teams (34%). W dalszej kolejności warunki domowe, hałas z zewnątrz, nieprzestrzeganie terminów. 34% dzieci podało, że nie miało żadnych kłopotów w nauce on-line. Na szczęście w nauce stacjonarnej kłopoty techniczne nie mają znaczenia.

Uzyskiwanie informacji zwrotnych od uczniów i ich wykorzystanie w codziennej pracy nauczycielskiej jest ważne i potrzebne. Dzięki temu wiem, jakie potrzeby i kłopoty mają moi podopieczni, na co mam zwrócić uwagę, a tym samym – w jakim kierunku powinnam iść jako nauczyciel i wychowawca. Po drugie, wychodzenie naprzeciw oczekiwaniom dzieci sprawia, że widzą one swoją sprawczość. Czują się wtedy ważne, usatysfakcjonowane, co w efekcie wpływa na wzrost ich motywacji. Dodatkowo tworzą się nowe, wartościowe relacje uczeń – nauczyciel. A o to również staramy się w naszej szkole – SP nr 15 w Koninie.

Zachęcam do stosowania ankiet ewaluacyjnych w pracy nauczycielskiej. Mają one dla nas i dla naszych uczniów magiczną moc, otwierają przed nami nowe, ważne i ciekawe możliwości podnoszenia jakości pracy naszych placówek. Jestem o tym przekonana.

Bibliografia

- D. Carnegie, *Jak zdobyć przyjaciół i zjednać sobie ludzi*, wydanie poprawione, Studio Emka, 2018
- *Istota uczenia się. Wykorzystanie wyników badań w praktyce*, redakcja H. Dumont, D. Istance, F. Benavides, OECD, Warszawa 2013

¹ Jacek Pyżalski, *Zdrowie psychiczne i dobrostan młodych ludzi w czasie pandemii COVID-19 – przegląd najistotniejszych problemów*, <https://dzieckokrzywdzone.fdds.pl/index.php/DK/article/view/804>.

dr Ewelina Poniedziałek starszy wykładowca UAM w Poznaniu, nauczyciel LO nr 1 w Jarocinie

Wyzwania nauczycieli języków obcych w zdalnej edukacji na przykładzie języka hiszpańskiego – kilka refleksji po powrocie do szkoły

Problemy ze zdalnym nauczaniem języka hiszpańskiego wynikają zarówno z samej specyfiki prowadzenia lekcji on-line, jak i wyzwań charakterystycznych dla nauczania językowego oraz małej popularności języka Cervantesa w polskich szkołach¹.

Kilka miesięcy zdalnej edukacji podczas pandemii koronawirusa uświadomiło nauczycielom wagę wyzwań związanych z nauczaniem na odległość. Część z nich jest wspólna, ale warto przyjrzeć się potencjalnym problemom, z którymi stykają się nauczyciele języków obcych. Tym bardziej, że wielu z nich wykorzystywało rozwiązania e-learningowe jeszcze przed pandemią, a po jej zakończeniu waga narzędzi do zdalnej nauki języków obcych jeszcze wzrosła. Zobaczmy, jak to wygląda w przypadku języka hiszpańskiego.

Skala wyzwań w zdalnej nauce hiszpańskiego

Trudno porównywać skalę problemów w nauczaniu zdalnym języka hiszpańskiego z analogicznymi problemami w nauczaniu najpopularniejszych języków obcych – języka angielskiego i niemieckiego. Moje Liceum Ogólnokształcące nr 1 im. T. Kościuszki w Jarocinie znajduje się w dość elitarnym gronie szkół nauczających języka hiszpańskiego jako drugiego języka obcego. O skali wyzwania może świadczyć, że w Polsce co roku jedynie około 1000 uczniów liceów i techników chce zdawać maturę z języka hiszpańskiego. Najpopularniejszy na maturze język angielski – 155 razy tyle uczniów². Nauka zdalna języka angielskiego i niemieckiego to trochę inne wyzwanie, niż hiszpańskiego, francuskiego, rosyjskiego czy włoskiego. Poniższa analiza dotyczy nauczanego przeze mnie języka

hiszpańskiego, jednak w wielu miejscach z analogicznymi wyzwaniami borykają się także nauczyciele innych stosunkowo mało popularnych języków. Wskażę poniżej, analizując kolejne wyzwania i szukając rozwiązań, które wyzwania charakterystyczne dla całości nauczania wiążą się ze specyfiką pracy nauczyciela-językowca, a które wynikają z sytuacji języka hiszpańskiego jako dość niszowego przedmiotu szkolnego.

Co sprawia problemy w nauce języka?

Sedno problemów ze zdalnym nauczaniem języka obcego wynika z faktu, że to nie tylko kształcenie kompetencji językowych, lecz i kompetencji komunikacyjnych. Jak trafnie zwraca uwagę Ida Kurcz, „formami porozumiewania się ludzi są także pozajęzykowe ich zachowania, jak choćby tzw. mowa ciała, mimika i pantomimika”³. Zatem te obszary, które przy obecnym poziomie zaawansowania technologicznego są trudno przekładalne na rzeczywistość wirtualną. W warunkach nauczania stacjonarnego wiele form nauczania świadomie bądź nieświadomie nauczyciele wykorzystują w podnoszeniu kompetencji językowych uczniów. Zwłaszcza że celem nauczania języka obcego jest przyswojenie przez uczniów wiedzy i umiejętności, które można bezpośrednio zastosować w życiu codziennym. Język obcy wykorzystywany jest jako narzędzie komunikacji, a wiedza z lekcji weryfikowana jest w przyswajaniu kultury globalnej – filmów, muzyki, komiksów oraz w komunikacji z native speakerami i osobami, dla których język obcy nie jest ojczystym. Dlatego nauka języka to ciągła interakcja nie tylko na linii nauczyciel-uczeń, ale też uczeń-uczeń.

W związku z tym w przypadku każdego przedmiotu opartego o komunikację

– nie tylko języka obcego, ale i ojczystego – wielkim wyzwaniem jest znalezienie ekwiwalentu komunikacji niewerbalnej oraz znielowania mankamentów komunikacji werbalnej. Mowę ciała i pantomimikę trudno wychwycić w wąskim oku komputerowej kamery. Niska rozdzielczość komunikatorów wideo utrudnia uchwycenie mimiki rozmówcy. Ton głosu, intonacja, modulacja głosu, akcent – tak ważne w wielu językach obcych – w streamingu wideo i audio mogą rwać się, zniekształcać, zawieszać.

Powyższe mankamenty edukacji zdalnej moim zdaniem są największym problemem w takich formach pracy z uczniem i pracy uczniów, jak:

- scenki odgrywane przez uczniów, gdzie spotkanie człowieka z człowiekiem zamienia się w spotkanie wirtualnego awatara z awatarem,
- zajęcia z rozumienia tekstów mówionych (nagrania), gdzie wszelkie problemy techniczne z jakością przesyłu, z jakością mikrofonów i głośników lub słuchawek zmniejszają komunikatywność przekazu dźwiękowego,
- czytanie, gdzie problemy techniczne mogą wpływać na odbiór pracy ucznia przez nauczyciela, ocenę jakości wykonania zadania oraz informację zwrotną dla ucznia,
- praca w grupach, gdzie połączenie uczniów w zespoły pracujące razem wymaga dodatkowych narzędzi komunikacji internetowej, kompetencji nauczyciela w ich obsłudze oraz zastanowienia nad równoległym śledzeniem pracy różnych grup.

Zauważam także kolejne potencjalne problemy i wyzwania w nauce zdalnej języka obcego, nasilające się w przypadku nauczania języka hiszpańskiego.

¹ T. Miszke et al.; zespół US pod kierunkiem J. Auksztoła. *Oświata i wychowanie w roku szkolnym 2018/2019* [pdf]. In Główny Urząd Statystyczny [online]. Warszawa: GUS, 1995-2021 [dostęp 13 maja 2021]. Dostępny w World Wide Web: <Users/Admin/Desktop/oswiata_i_wychowanie_w_roku_szkolnym_2018_2019_korekta_12-02-2020.pdf>, s. 58.

² M. Szkudlarski. *Jakie przedmioty są najczęściej wybierane na maturze 2021?*. In Studia.pl [online]. Poznań: Centrum Efekty, 2021 [dostęp 13.05.2021]. Dostępny w World Wide Web: <https://studia.pl/jakie-przedmioty-sa-najczesciej-wyberane-na-maturze/>.

³ I. Kurcz. *Dwujęzyczność, a język globalny*. In: M. Pawlak, M. Derenowski, B. Wolski (red.). *Problemy współczesnej dydaktyki języków obcych*. Poznań; Kalisz: WPA UAM, 2009, s. 13.

W sposób naturalny specyfika nauczania zdalnego składnia do stosowania multimedialnych środków dydaktycznych wykorzystywanych także na co dzień w nauce stacjonarnej. Takie materiały, jak filmy, animacje, nagrania audio są wykorzystywane przez nauczycieli także poza pandemią. Wydawnictwa przygotowują je jako część podręcznika dostępną w formie cyfrowej lub wsparcie dla nauczycieli do pobrania z dedykowanych stron internetowych. Wielu nauczycieli w pierwszym okresie pandemii właśnie te materiały wykorzystywało do uatrakcyjnienia przekazu on-line lub jako materiały do samodzielnego zapoznania się ucznia na platformie edukacyjnej. Jednak szybko większość z nas przekonała się, że materiałów potrzeba więcej w zdalnym nauczaniu. Nie wystarczą te dołączone do podręczników i przekazane przez wydawnictwa, zgromadzone podczas edukacji stacjonarnej. Nauczyciel chcący wykorzystywać je na bieżąco, zmuszony jest poszukiwać w zewnętrznych źródłach. I tu pojawia się problem z właściwym wyborem materiałów multimedialnych zamieszczanych na YouTube, w serwisach www czy Facebooku i innych mediach społecznościowych. Nauczyciel musi wyszukać potrzebny materiał, obejrzeć, ocenić jakość i przydatność, zrozumiałość, trudność słownictwa, środków językowych, zaburzenie akcentem, zgodność z podstawą programową, zastanowić się nad ich doбором do poziomu grupy klasowej. A skoro trzeba się liczyć z wymienionymi już problemami charakterystycznymi dla nauczania zdalnego – jeszcze większa jest tutaj waga dobrania jakościowego i odpowiedzialności nauczyciela w procesie selekcji i rekomendacji multimedialnych. Materiałów do nauki języka hiszpańskiego na rynku polskim pojawia się coraz więcej, szczególnie w tym roku, gdyż ekspansja językowa w Europie wschodniej stała się priorytetem dla hiszpańskich szkół językowych dla obcokrajowców, ale większość globalnego Internetu jest nadal anglojęzyczna i selekcja wartościowych dydaktycznych materiałów nadal pozostaje w gestii nauczyciela.

Z multimediami w procesie edukacji zdalnej jest inny problem, który na początku jej prowadzenia nie był dostrzegany. Mam na myśli „znięczenie materiału”. W edukacji stacjonarnej multimedia są wykorzystywane znacznie rzadziej i dlatego traktowane są przez uczniów jako urozmaicenie procesu edukacji. Skoro jednak na wszystkich przed-

miotach, na niemal każdej lekcji oglądają filmy, animacje, słuchają nagranych scenek, wykonują ćwiczenia interaktywne, pojawia się problem zniechęcenia uczniów do korzystania z narzędzi interaktywnych z uwagą i bez oporów.

W dodatku specyfika edukacji zdalnej obniża poziom percepcji przez nauczyciela stopnia zaangażowania uczniów w lekcje. Widzi na ekranie (często niezbyt dużym – 14–15-calowym w laptopie) małe obrazki wielu uczniów. Następuje wyłączenie kamerki i mikrofonów i „zabawa” z wywoływaniem interakcji: „Jasiu, odpowiedz na pytanie, Jasiu, słyszysz mnie?”. Niekiedy trudno orzec, czy problemy komunikacyjne są obiektywne, czy wynikają ze świadomego działania ucznia. Z drugiej strony występuje skoncentrowanie uwagi całej klasy na jednym uczniu „wywołanym do tablicy”. Widzą na ekranie zbliżenie twarzy koleżanki lub kolegi, mimikę, grymasy zdeformowane powiększeniem. To może budzić naturalne opory w aktywności ucznia na zdalnej lekcji. Kiedy nauczyciel mówi: „Małgosiu, musisz włączyć kamerkę”, tak naprawdę nie wie, czy uczeń ma problemy techniczne, czy emocjonalne, czy na przykład nie wie i wstydzi się przyznać przed klasą. Bo przecież równolegle trwa „drugi obieg informacji” – rozmowy uczniów na komunikatorach, krytykowanie kolegów, czasami wręcz hejt. Tak naprawdę to sytuacja negatywna nie do wychwylenia przez nauczyciela, chyba że znową milczenia złamie jakiś uczeń lub rodzic.

Kolejny problem to negatywnie oceniane przez wielu nauczycieli językowców powszechne stosowanie w zdalnej edukacji podpórek typu Google Translator. Zawsze pozostaje wątpliwość, czy odpowiedzi udziela uczeń, czy algorytmy Google uruchomione przez ucznia w martwym polu kamerki. Skoro sporo nauczycieli potępia zewnętrzne „podpórki”, to tym bardziej negatywnie traktowane jest oszukiwanie podczas zdalnych kartkówek, testów, sprawdzianów. Dlatego pojawia się pokusa, żeby „przyłapywać na niewiedzy” przy pomocy narzędzi multimedialnych do weryfikacji wiedzy. Ustawiany jest krótki czas na odpowiedź, na zasadzie: jak wiesz, to odpowiedz jak automat i przejdź do następnego pytania. Problemem jest więc testomania w rozwiązaniach quizowych. Wywołuje ona nieadekwatną informację zwrotną na temat postępów w nauce.

Jakie potencjalne korzyści można uzyskać w zdalnej nauce języka hiszpańskiego?

Wiele z wyzwań przedstawianych powyżej wiąże się z potencjalnymi korzyściami, które trudno osiągnąć w nauce stacjonarnej. W nauce zdalnej (dopóki nie nastąpi przesylenie) wykorzystanie multimedialnych w znacznie większym zakresie jest olbrzymią zaletą. Zastosowanie narzędzi interaktywnych to rozwój różnych funkcji mózgowych, kształtowanych podczas tego typu zajęć. To także większa możliwość wykorzystania mechanizmu nauki przez zabawę, chociażby w metodzie edukacyjnych Escape Roomów, gier dydaktycznych, wykorzystaniu filmów krótkometrażowych. Wiele narzędzi do nauki języków jest bardzo pomocnych w nauce słówek czy w utrwalaniu struktur gramatycznych. W przypadku języka hiszpańskiego ilość ciekawych gotowych interaktywnych materiałów dydaktycznych jest ogromna, przy czym znacznie mniej znana niż w przypadku języka angielskiego lub niemieckiego. Jednak chociażby same mechanizmy do multimedialnego przygotowania lekcji pozwalają na wpisanie dowolnych treści dydaktycznych, także w języku hiszpańskim.

To także możliwość zastosowania mechanizmów grywalizacji, kiedy uczeń w procesie dydaktycznym może współpracować w grupie, rywalizować z innymi, ale i z samym sobą. Grywalizacja uruchamia emocje, adrenalinę, zaangażowanie, wzmagające efektywność uczenia się. Wszelkie zbieranie punktów, pucharów, bicia rekordów czasowych u wielu uczniów wywołują nutkę rywalizacji sportowej, jaką trudno uruchomić w mało toksyczny sposób podczas lekcji w klasie. Jest to tym bardziej wartościowe, jeżeli trofea zdobywa się, współpracując w grupkach, a nie indywidualnie.

Z drugiej strony zdalna edukacja to większa możliwość interakcji z uczniami wycofanymi, bojącymi się klasy, wstydlivymi. Trudno podczas edukacji stacjonarnej „przepytać” ucznia na osobności, tak aby nie bał się kompromitacji wobec klasy i ćwiczył powoli kompetencje społeczne.

Wspomniane przeze mnie „podpórki” typu Google Translator mogą być przez nauczyciela wykorzystywane jako wsparcie, a nie przeszkoda w efektywnym nauczaniu. Moim zdaniem można, a nawet należy uczyć uczniów

korzystania z takich automatycznych tłumaczy. To znaczy rozumienia ich mechanizmów, wyłapywania błędów oraz wykorzystywania ich zgodnie z przeznaczeniem. Przecież zostały one stworzone właśnie po to, żeby rozwijać komunikację w językach obcych. Jeśli więc pokazemy uczniom, jak je wykorzystywać, odpadnie problem stosowania tłumaczy na zasadzie „kopiuj-wklej”.

Zdalna edukacja to także czas i sposobność do nawiązywania kontaktów międzynarodowych. Skoro pandemia w wielu krajach na świecie przykuła uczniów do komputerów, a domowe możliwości do połączeń internetowych są lepsze, niż w niektórych zapóźnionych technologicznie polskich szkołach – warto to wykorzystać: mobilizować do ćwiczeń kompetencji językowych w rozmowach z koleżankami i kolegami z innych krajów, zapraszać zagranicznych hispanojęzycznych nauczycieli na lekcje, robić wirtualne wycieczki w ciekawe miejsca. W przypadku języka hiszpańskiego jest tu mowa nie tylko o Półwyspie Iberyjskim, ale także o krajach Ameryki Łacińskiej, hispanojęzycznej społeczności Ameryki Północnej oraz niektórych krajach Afryki i Azji, gdzie obserwować możemy prawdziwy boom edukacyjny, jeśli chodzi o liczbę uczniów podejmujących naukę tego języka. W nauczaniu zdalnym można było wykorzystać w pełni ogromny potencjał międzynarodowych projektów eTwinning, w których uczniowie i nauczyciele wykorzystują Internet we współpracy ponad granicami, współdziałają, wymieniają się informacjami i materiałami do nauki. Uczniowie biorący udział w projektach są bardziej zmotywowani do nauki. Przy okazji nauki języka uczą się obsługi wielu narzędzi cyfrowych, sami

chętnie szukają nowych informacji, uczą się nowych słów i zwrotów, aby ciekawiej zaprezentować swoją wiedzę partnerom.

Co pomoże w zdalnym nauczaniu języków?

Zarówno problemy, jak i wyzwania w nauczaniu języka hiszpańskiego (a także szerzej języków obcych oraz innych przedmiotów) przyczyniły się do rozwoju kompetencji cyfrowych wielu nauczycieli. Warto więc podkreślić, co pomaga w przezwyciężaniu problemów i maksymalizacji zalet zdalnej edukacji.

Na pewno warto zwrócić uwagę na potencjalne problemy techniczne. I to w ramach prewencji, a nie usuwania problemów. Już chociażby sam pomiar jakości przesyłu przez nauczyciela i uczniów narzędziami typu speedtest.pl i speedtest.net pozwala na zniwelowanie wielu wyżej opisanych problemów już zawczasu. Z kolei większy ekran nauczyciela (choćby uzyskany przez poszerzenie go o ekran dużego telewizora) poprawi komunikację. Nawet w tak elementarny sposób, że kafelki z twarzami uczniów będą większe.

Po drugie warto zadbać o systematyczne podnoszenie kompetencji cyfrowych. Tak naprawdę e-learning to nie tylko przeniesienie prowadzenia lekcji do Internetu, ale także osobna metodologia nauczania, często odmienna od stacjonarnej. Kompetencje cyfrowe to także wynajdywanie potrzebnych platform edukacyjnych i korzystanie z zaawansowanych funkcji, np. korzystanie z narzędzi do pracy zdalnej w grupach.

Narzędzia multimedialne do spraw-

dzania wiedzy będą efektywniejsze, jeśli nauczyciel będzie wykorzystywał je do weryfikacji postępów w nauce, a nie do przyłapywania na niewiedzy. Chociażby przez umożliwienie rozwiązywania quizu dowolną liczbę razy, bo za każdym razem przejście całego procesu to powtórka wiedzy już zdobytej i nauka na własnych błędach.

Warto zwrócić uwagę na możliwości Internetu we wzajemnym wspieraniu się nauczycieli. W przypadku języka hiszpańskiego polskojęzyczne grupy nauczycielskie na Facebooku nie są duże. Te największe liczą zwykle po kilkaset osób. Największa jak się zdaje grupa Profesores de español en Polonia liczy 1,4 tys. Dla porównania podobne skupiające nauczycieli języka angielskiego mają nawet i 30 tysięcy osób. Jednak od czego jest globalizacja? Możliwości mediów społecznościowych pozwalają przecież na zapisywanie się do międzynarodowych grup nauczycielskich. Odbywa się tam intensywna współpraca, wydawane są rekomendacje, proponowane są materiały.

Na koniec chciałabym zwrócić uwagę na wielki, czasami pomijany atut edukacji zdalnej. Ogromnie rośnie tutaj znaczenie budowania relacji z nauczycielem i budowania motywacji wewnętrznej, rozbudzania przez nauczyciela przekonania u uczniów, że warto włączyć kamerkę, głośnik, mikrofon. Nauka powinna wynikać z chęci poznania, a nie ze strachu przed ocenianiem – niezależnie od jej formy (stacjonarnej lub zdalnej). Jest to najbardziej pomocne rozwiązanie w walce z oszustwami, sprzyja przekonywaniu do samodzielnej nauki, kształtowaniu autonomii ucznia bez bezmyślnego trzymania się podprerek typu elektroniczny translator.

Lidia Gośka terapeuta pedagogiczny, pedagog szkolny w Szkole Podstawowej w Osieczy

Wsparcie psychologiczno-pedagogiczne oraz profilaktyka zachowań niepożądanych u dzieci i młodzieży

Umysł ludzki jest niczym ogród: jeśli chcemy, żeby rosły w nim piękne kwiaty, musimy najpierw go wplewić (...) Powinniśmy także sporządzić listę wszystkich naszych talentów i cech pozytywnych. Kwiaty nie będą potrzebowały wiele czasu, aby zakiełkować. Staniemy się bardziej świadomi naszych własnych dobrych cech i uzdolnień. (J. Powell, *Twoje szczęście jest w tobie*)

Problemy z wyrażaniem emocji, trudności z adaptacją społeczną, w kontaktach z rówieśnikami, agresja lub nieumiejętność radzenia sobie w sytuacjach trudnych i nowych... To tylko kilka z wielu trudności dzieci i młodzieży. Problemy te nierzadko skutkują niepożądanymi zachowaniami,

które przejawiają młodzi ludzie. Jak ich uniknąć? Co zrobić, aby przeciwdziałać zachowaniom niepożądanym i ryzykownym u dzieci i młodzieży?

Oczywiście, wiemy o tym, że lepiej zapobiegać niż leczyć, dlatego też nieoceniona jest profilaktyka... pozytywna profi-

laktyka! W jaki sposób zatem zapobiegać zachowaniom niepożądanym? Jak pomóc naszym wychowankom? Naprzeciw pracy wychowawczej i profilaktycznej wychodzą programy profilaktyki uniwersalnej.

„Przyjaciele Zipiego – rekomendowany program zdrowia psychicznego” (Centrum Pozytywnej Edukacji) to pro-

gram profilaktyki uniwersalnej przeznaczony dla dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym. Program ten jest stosowany nie tylko w Polsce, ale również w wielu innych krajach Europy i świata. Jest on skierowany i przeznaczony do realizacji przez nauczycieli, wychowawców i pedagogów w warunkach szkolnych i przedszkolnych, w grupie dzieci. Porusza tematy bliskie dzieciom: uczy prawidłowo wyrażać emocje i rozumieć je, kształci umiejętność prawidłowej komunikacji, opowiada o przyjaźni, uczy nawiązywać i utrzymywać relacje z ludźmi, pomaga w przezwyciężaniu problemów i radzeniu sobie w sytuacjach trudnych i nowych dla dzieci, pomaga radzić sobie ze zmianą i stratą w życiu dziecka.

Oprócz wsparcia psychologiczno-pedagogicznego małych dzieci, program angażuje też rodziców, którzy w ramach programu otrzymują porady i ćwiczenia do wykonania z dzieckiem w domu. Celem przewodnim programu jest kształcenie kompetencji emocjonalno-społecznych dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym. Tematy i aktywności są dostosowane do tego właśnie wieku. Nauczyciele i wychowawcy realizujący program otrzymują pakiet materiałów wraz ze scenariuszami, który jest dla prowadzącego swego rodzaju przewodnikiem, a dla odbiorców (dzieci) jest „skarbnicą” niespodzianek i wiedzy na tematy im bliskie. Dzieci mają okazję utożsamiać się z bohaterami opowieści, a historie te wprowadzają małe dzieci w świat emocji oraz codziennych problemów, z którymi borykają się na co dzień. Udział w zajęciach jest dla uczniów i wychowanków okazją do wypracowania sobie pewnej „recepty” na trudność, z którą wcześniej sobie nie radzili.

Bazując na doświadczeniach własnych (a jestem realizatorem programu



„Przyjaciele Zippiego” od 2017 roku, mogę stwierdzić, że corocznie spotykam się z bardzo pozytywnym – a nawet coraz bardziej entuzjastycznym – odbiorem programu przez uczniów (dzieci z klas I–III). Zauważam przede wszystkim ich duże zainteresowanie i zaciekawienie kolejnymi tematami i aktywnościami realizowanymi w ramach programu. Program jest również dla mnie bardzo przyjemny w realizacji – samo prowadzenie zajęć z cyklu „Przyjaciele Zippiego” jest sprawiącą satysfakcję przygodą, którą dzielę z wychowankami.

„Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej” (Centrum Pozytywnej Edukacji) może być doskonałą kontynuacją programu „Przyjaciele Zippiego”. Program ten – zgodnie z zaleceniem – przeznaczony jest dla dzieci w wieku od 8 do 12 lat, tak więc możemy zacząć go realizować już w klasie II, III szkoły podstawowej, ale – moim zdaniem – najlepiej sprawdzi się realizowany w klasach od IV do VI. „Apteczkę...” możemy wykorzystać w pracy wychowawczej i profilaktycznej, podczas zajęć z wychowawcą albo na zajęciach rozwijających kompetencje emocjonalno-społeczne, czy też jako cykl tematów na zajęcia z pedagogiem/psychologiem



szkolnym.

Program profilaktyki uniwersalnej „Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej” składa się z 10 części i porusza wiele zagadnień, między innymi: zdrowie, wdzięczność, radość, uśmiech, wytrwałość, optymizm, przyjaźń, szczęście, kreatywność, marzenia, szczerłość, życzliwość.

W standardowej apteczce pierwszej pomocy znajdziemy plastry i bandaże. Nasza „Apteczka pierwszej pomocy emocjonalnej” zawiera również takie „plastry” i „bandaże” w formie rozwiązań na rany psychiczne i emocjonalne. Program zawiera materiały i scenariusze zajęć dla prowadzącego. „Apteczka...” pomaga dzieciom leczyć „rany duszy” i stopniowo nabywać odporność psychiczną, by coraz lepiej radzić sobie w różnorodnych sytuacjach społecznych. Program ten to nie tylko doskonalenie umiejętności emocjonalno-społecznych, ale także promowanie zdrowia i pozytywnego podejścia do życia oraz samorozwój i budowanie poczucia własnej wartości u dzieci i młodzieży. A wszystko to może być realizowane w warunkach szkolnych.

Ogólnie rzecz biorąc, nie ma jednej, niezawodnej recepty, która zagwarantowałaby nam to, że trudności zostaną całkowicie wyeliminowane, ale jeśli możemy dołożyć przysłowiową cegielkę lub nawet dużą, konkretną „cegłę” do procesu wychowania i profilaktyki, to warto to zrobić poprzez wdrażanie programów profilaktyki uniwersalnej. Jest duża szansa na to, że już po pierwszych zajęciach dostrzeżemy pozytywne zmiany w zachowaniu swoich wychowanków, choć nie u każdego dziecka postępy będą widoczne tak wcześnie i nie u wszystkich w takim samym stopniu. Stare powiedzenie mówi: „Co zasiejesz, to zbierzesz”, dlatego dbajmy o to, aby to, co zasiane, było pozytywne, jak pozytywna powinna być profilaktyka.

Joanna Piotrowska psycholog i psychoterapeuta w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej w Koninie

Lęk dzieci w czasach koronawirusa

W czasach epidemii, gdy niepokój towarzyszy całemu społeczeństwu, naturalnym jest, że skoro my – dorośli – jesteśmy pełni lęku, przekazujemy go swoim dzieciom. Dużo jest obecnie nie-

wiadomych – nie wiemy do końca, jak działa wirus, jak wielu zarażonych jest dookoła, na ile jesteśmy odporni i bezpieczni. Część z nas martwi się o finanse, pracę, o zaplanowane wcześniej waka-

cje, zdrowie najbliższych. Ponadto przedłużająca się izolacja pogłębia frustrację, zmniejsza odporność psychiczną. Media karmią nas negatywnymi informacjami. Trudno w tej całej sytuacji być realnym wsparciem dla swoich dzieci. Dopóki sami nie zadamy o swój komfort psychiczny, będzie to utrudnione.

Co więc możemy zrobić dla siebie?

- Zróbmy plan dnia. Uwzględnijmy w nim elastyczne ramy czasowe.
- Zróbmy plan tygodnia – podzielmy wszystkie stałe obowiązki domowe na wszystkich członków rodziny, starajmy się tu uwzględnić osobiste możliwości i preferencje, pamiętając, że już 2–3 latków może być zaangażowany w funkcjonowanie domu.
- Pamiętajmy, że kondycja psychiczna jest nierozdzielnie związana z kondycją fizyczną – poza codzienną gimnastyką w domu (np. porannym rozruchem z dziećmi, który może naładować nas pozytywną energią) chodźmy na spacer, obcujmy z przyrodą, jeźdzmy choć na krótkie wycieczki rowerowe, odkrywajmy po kawałku okolicę.
- Wyłączmy wiadomości, informacji o wirusie wysłuchujmy maksymalnie raz dziennie, ze sprawdzonych i wiarygodnych źródeł.
- Jak najczęściej odłączamy się od mediów społecznościowych przeszyconych obecnie wieloma fake newsami i innymi informacjami wprowadzającymi w błąd i podsycającymi lęk.
- Wysypiamy się, odżywiamy się zdrowo, zwolnijmy tam, gdzie to tylko możliwe.

- Wprowadzamy rytuały obniżające napięcie – organizacja, planowanie, aktywność fizyczna, przewidywalność, wzajemne masaże, bliskość fizyczna itp.
- Unikajmy przesadnej werbalizacji swoich lęków, zwłaszcza w obecności dzieci, nie przenośmy w ten sposób na nie swojego niepokoju.
- Zadbajmy także o chwilę osobistej izolacji, pobytku samego ze sobą.
- Gdy lęk narasta i mamy poczucie, że dezorganizuje nam życie – skontaktujmy się ze specjalistą.

Jak pomóc dzieciom obniżyć poziom lęku?

- Monitorujmy czas spędzany przed mediami elektronicznymi. Poza czasem niezwykle ważna jest też jakość tego korzystania – pozwalajmy dzieciom na użycie komunikatorów, aby byli w kontakcie z rówieśnikami, pozwalajmy na połączenia wideo. Organizujmy też konferencje wideo z najbliższymi, za którymi tęsknią dzieci, np. z dziadkami.
- Aby pomóc wyrazić tęsknotę – pozwólmy dzieciom na tworzenie innych form przekazu, np. rysunków dla dziadków, nagrywanie filmików itp.
- Postawmy na bliskość fizyczną, szczególnie przytulanie.
- Gotujmy razem.
- Rozmawiajmy o samopoczuciu dzieci, py-

- tajmy, jakie emocje im towarzyszą, za kim i za czym tęsknią.
- Wprowadźmy miłe rytuały w ciągu dnia, na przykład poranne poleżenie razem w łóżku czy wieczorna rozmowa przed snem o tym, co dobrego nas dziś spotkało.
- Pozwalajmy dzieciom na nudę – potrafi być twórcza i ułatwia odkrywanie osobistych kompetencji.
- Nie bagatelizujmy lęków i obaw – odpowiadajmy na wątpliwości dzieci adekwatnie do ich wieku, ale zgodnie z prawdą.
- Zadbajmy o praktyczną edukację dzieci w zakresie dbania o higienę i dezynfekcję.
- Wzmacniamy poczucie wewnętrznej solidarności w rodzinie („my” znaczącej więcej niż „ja” czy „ty”).
- Zastanówmy się wspólnie, jak można żyć dalej pomimo epidemii; twórcie wyobrażenia (jak najwięcej pozytywnych wizualizacji), co będzie potem, co będziecie fajnego robić.
- Wszystkie lęki dziecięce traktujmy poważnie (nie mówcie „nie ma się czego bać”), zachowajmy spokój, ale też wzmacniamy w dzieciach poczucie sprawczości (np. pytajmy „jak możesz sobie pomóc, poradzić?”, twórzmy listy pomysłów).

W obszarze tematycznym dziecięcych lęków szczególnie polecam lekturę tekstu *Gdy dziecko się boi* Moniki Szpecht-To-

Iwona Miśkiewicz nauczyciel Szkoły Podstawowej nr 15 w Koninie

Przekuj trudności w umiejętności

Żyjemy w czasach, które pokazały nam, jak z dnia na dzień nasze życie może ulec ogromnym zmianom. Pandemia zamknęła nas w domach i przypomniała, że istotą życia ludzkiego jest relacja z drugim człowiekiem. Ktoś powie, że to przecież nic nowego. Jednakże w dobie multimedialnego rozwoju i wszechobecnej technologii informatycznej okazuje się, że relacja z drugim człowiekiem nie jest już taka prosta i oczywista jak jeszcze kilkanaście lat temu. Czasy, w których wychowujemy młode pokolenie, są zupełnie odmienne od czasów dzieciństwa ich rodziców. Zalewa nas nadludzka fala informacji dzięki ogólnodostępnej sieci. Mamy wszystko w zasięgu ręki, a to powoduje, że pragniemy jeszcze więcej. Nasze dzieci, uczniowie, bliscy jak nigdy wcześniej potrzebują naszej uwagi i bycia w relacji, bo świat, w którym żyją, to przede wszystkim relacje „online” i uwaga skupiona na milionach postów wyświetlanych na telefonie. Nasze dzieci jeszcze bardziej potrzebują naszej uwagi i bycia z nimi w relacji „face to face”. Dlatego rozwój kompetencji emocjonalno-społecznych to priorytet zarówno dla rodziców jak i nauczycieli. Uda się to,

jeśli sposób wychowywania dzieci przejdzie swego rodzaju ewolucję rozwojową. Współczesny świat podsuwa nam przekonanie, że rodzic powinien wszystko „ogarnąć”, zapewnić dziecku byt materialny i możliwość edukacji, dbając jednocześnie o rozwój jego pasji i zainteresowań.

Obecnie mamy duży wybór literatury psychologiczno-pedagogicznej, który może pomóc nam w skonstruowaniu stylu, w jakim chcemy wychowywać nasze dziecko. Choć teorie te nie zawsze łatwe są do zastosowania w codziennym życiu. Pęd życia, nadmiar informacji i trwający nadal niepokój związany z pandemią powodują, iż młodzi ludzie nie potrafią odnaleźć się w tej trudnej dla nich rzeczywistości. Dzieci uczą się przez naśladowanie. Za wspieranie ich w kształtowaniu kompetencji społeczno-emocjonalnych odpowiedzialni jesteśmy my – rodzice, dziadkowie, nauczyciele, dorośli.

Naprzeciw tym potrzebom wychodzi fiński psychiatra i psychoterapeuta, ekspert w dziedzinie rozwoju osobistego Ben Furman, twórca metody „Kids’ Skills” – Dam Radę. Wykorzystując „Kids’ Skills”, każdego dnia możemy ćwiczyć umiejęt-

ności, które naszym pociechom przydadzą się na każdym etapie życia. Program „Dam Radę” skierowany jest do dzieci od 3 do 11 lat przeżywających trudności i problemy natury emocjonalnej lub behawioralnej. Często trudności te wynikają z braku umiejętności wyrażania własnych potrzeb. Niektóre elementy programu można wykorzystać także w pracy z młodzieżą. Celem głównym tej metody jest przestawienie się z mówienia o problemach na mówienie o umiejętnościach. Pomaga nam w tym 15 kroków, które dziecko poznaje na kolejnych spotkaniach. Ilość i częstotliwość spotkań zależą od tempa pracy i potrzeb dziecka. Zaletą metody jest możliwość włączenia w przedsięwzięcie rodziców i osób ważnych w życiu dziecka, którzy pod okiem terapeuty udzielają wsparcia dziecku i wspólnie z nim będą świętować sukces zdobycia nowej umiejętności. Nauka regulowania emocji, radzenia sobie w sytuacjach trudnych, planowania kolejnych działań to dodatkowe kompetencje, które zdobywa dziecko w trakcie programu.

Jest to innowacyjny program zbudowany na bazie podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach. Jego podstawą jest skupienie się na mocnych stronach dziecka, jego zainteresowaniach i pasjach oraz wrodzonej ciekawości świata. Kreatorem zmian jest dziecko. Samo wy-

biera drogę zmiany i sposób, w jaki będzie ćwiczyło nową umiejętność. Dlatego tak ważna w tym procesie jest relacja z terapeutą. To podstawa osiągnięcia sukcesu przez dziecko. Możliwość szczerzej rozmowy, poczucie zaufania i bycia ważnym bez względu na trudności, z jakimi dziecko się mierzy, jego wiara, że Da Radę – powodują szybkie przezwyciężanie trudności i zamianę problemu w umiejętność. Zaletą programu jest również jego uniwersalność, ponieważ sprawdza się on także w pracy z dziećmi niepełnosprawnymi, depresyjnymi czy nadpobudliwymi.

Nauczyciele w swojej codziennej pracy mogą wykorzystywać program „Dam Radę!” w praktyce, która została przedstawiona przez Bena Furmana w książce o tym samym tytule. Metodą tą można pracować z grupą wybranych uczniów lub z całą klasą nad jedną lub dwoma

umiejętnościami, które uczniowie sami wybiorą. Sposób pracy jest opisany na konkretnych przykładach działań realizowanych w szkołach. Przedstawiony został m.in. projekt „Jak możemy zostać jeszcze lepszą klasą?”, w którego realizację włączyli się rodzice uczniów i starsze klasy. Uczniowie pracowali nad umiejętnościami takimi jak: uważne i aktywne uczestniczenie w lekcjach, pomaganie innym w budowaniu lepszych relacji z rówieśnikami.

Bez względu na to, jakie elementy tej metody zastosujemy w pracy z dziećmi, podstawą wszystkiego jest komplementowanie uczniów w drodze do osiągnięcia przez nich zamierzonych umiejętności. Komplementowanie nie jest tu rozumiane tylko jako chwalenie, jego celem ma być zauważanie zmian, docenienie wysiłku dziecka i wartości podejmowanego działania. Jest podstawą relacji z uczniem,

której celem nadrzędnym jest budowanie akceptacji i wiary w samego siebie.

Można powiedzieć, że metoda Bena Furmana to taki sposób na prostsze i bardziej szczęśliwe życie. Kiedy w naszych dzieciach i w nas samych zaczniemy codziennie dostrzegać to, co dobre, a nie to, co nas irytuje, przestaniemy myśleć tylko w kategoriach zysku i straty czy sukcesu lub porażki, wtedy odkryjemy, kim naprawdę są nasze dzieci, nasi uczniowie, a nawet my sami. Dlatego wspierajmy, motywujmy, pozwólmy sobie i im doświadczać i przeżywać emocje, odkrywać siebie i świat wokół. To da naszym podopiecznym siłę do wzrastania do dorosłego życia w poczuciu, że dadzą sobie radę, a przecież to właśnie oni będą tworzyć czas przyszły naszego życia i czas naszej starości. Ten czas to jedyny czas, więc nie odkładajmy tego, co dobre dla naszych pociech i dla nas na później.

Małgorzata Gralewski nauczyciel doradca CDN w Koninie

Mindfulness – jako narzędzie spokojnego powrotu do szkoły

Ten rok szkolny nie należał do najłatwiejszych, każdy nauczyciel, uczeń, rodzic, dyrektor czy babcia lub dziadek to wie. Godziny spędzone przed ekranem smartfona, komputera lub laptopa nie należały do NAJCIEKAWSZYCH. Mnóstwo przerwanych połączeń, brak Internetu lub słabe połączenia to była nasza codzienność w dobie pandemii Covid-19. Ale oprócz takich prozaicznych problemów pojawiały się przecież też rodzinne dramaty, odchodzili bliscy, chorowali znajomi i my sami. Nasze emocje były ogromne, nasz stres był ciągły i frustracja powodowała rodzinne konflikty i kłótnie.

jak radzić sobie ze stresem czy trudną sytuacją, nauczyłam się medytacji potrzebnej do wyciszenia emocji. Pomyślałam, że podzielę się z Państwem swoim doświadczeniem zdobytym na kursie i może powrót do szkoły będzie i dla Państwa łatwiejszy. A może zaproponujecie również coś swoim uczniom, żeby i dla nich ten powrót był lepszy.

Mindfulness, czyli „uważność” (od angielskiego przymiotnika mindful – uważający). Według najbardziej znanej definicji, którą stworzył Jon Kabat-Zinn (założyciel Ośrodka Uważności w Medycynie, Opiece Zdrowotnej i Społeczeństwie Wydziału Medycznego University of Massachusetts), mindfulness „to stan świadomości będący wynikiem intencjonalnego i nieoceniającego kierowania uwagi na to, czego doświadczamy w chwili obecnej”.

Nasza codzienność jest rutyną, powtarzaniem tych samych czynności. Działamy na autopilocie, nie dostrzegamy tylu ciekawych rzeczy dookoła nas. Czy nie warto więc wyłączyć autopilota, zatrzymać się i spojrzeć na siebie, wokoło – co się dzieje. Bo w uważności chodzi o świadome bycie. Tu i teraz. Terapia mindfulness ma na celu zredukować poziom stresu,

otworzyć na otoczenie, dać możliwości czerpania większej energii i radości z własnego życia. Mindfulness to sposób życia.

Podczas kursu bardzo dużo medytowaliśmy, skupialiśmy się na TU I TERAZ, na prawidłowym oddechu. AKCEPTACJA to słowo klucz w mindfulness – żeby zaszła zmiana, musi nastąpić akceptacja.

Więc zaakceptujmy, pogódźmy się ze sobą, z innymi i pozwólmy nowemu oddechowi przynieść nową myśl, nowe teraz. Bądźmy uważni na siebie i na innych. Mindfulness uczy nas, jak uspokoić umysł i ciało.

Po tygodniu medytacji, jogi i uczeniu się żyć tu i teraz poczułam spokój. Wiem już, jak w chwili stresu zareagować, czuję ulgę i nie osądzam każdej rzeczy czy każdej osoby, po prostu jest mi lepiej. To był tylko tydzień z mindfulness, ale zamierzam to doświadczenie kontynuować i codziennie poświęcać 10 minut na medytację. Myślę, że dla nas, nauczycieli to bardzo ważne, żebyśmy umieli poradzić sobie ze stresem, jednakże często nie wiemy, jak to uczynić. Mindfulness może nam w tym pomóc. Przeprowadzono wiele badań naukowych potwierdzających dobroczynne skutki, jakie praktyka uważności przynosi naszemu umysłowi, samopoczuciu, emocjom i zdrowiu. „Teoretycznie każda choroba jest psychosomatyczna, gdyż czynniki emocjonalne wpływają na procesy naszego ciała poprzez ścieżki nerwowe i hormonalne” – pisze Franz Alexander w książce *Psychosomatic medicine*.



W lipcu tego roku wyjechałam do Seville w Hiszpanii i uczestniczyłam w 5-dniowym cudownym kursie mindfulness. Dowiedziałam się wiele bardzo pożytecznych rzeczy, m.in.

Bardzo ciekawy artykuł znajdziemy w „Elle”: *Terapia mindfulness – terapia na depresję?*



(<https://www.elle.pl/artukul/terapia-mindfulness-nowy-lek-na-depresje-1>).

„Regularne praktykowanie medytacji zmienia aktywność i strukturę rejonów mózgu, które

uczestniczą w rozwoju zaburzeń psychicznych, jak depresja i stany lękowe. Tym można tłumaczyć fakt, że medytacja znacznie obniża ryzyko ich wystąpienia – oceniają naukowcy” – to cytata ze strony „Nauka w Polsce”.



(<https://naukawpolsce.pap.pl/aktualnosci/news-%2C403170%2Cnaukowcy-tlumacza-dlaczego-medytacja-korzystnie-wplywa-na-psychike.html>).

Mam nadzieję, że chociaż trochę zachęciłam Was, drogie koleżanki i koledzy nauczyciele, do zagłębienia się w tematykę mindfulness – poszukajcie sobie, proszę, kursu, kupcie książkę i zaczynajcie medytować. Życzę Wam dużo uważności i bycia TU I TERAZ i oczywiście łatwiejszego powrotu do szkoły w nowym roku szkolnym.

Paulina Winkiel nauczyciel Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Sokółkach

Sprawność fizyczna uczniów w dobie pandemii

Okres nauki zdalnej spowodowany epidemią COVID-19 zredukował aktywność fizyczną dzieci i młodzieży w Polsce i na całym świecie. Podczas długotrwałej izolacji spadła u dzieci nie tylko kondycja, ale i odporność. Jak wiadomo, ruch wzmacnia nie tylko kondycję fizyczną, ale także dobre samopoczucie i przede wszystkim tak ważny w czasie pandemii system odpornościowy.

W czasie pandemii pojawiły się również inne problemy natury emocjonalnej: lęk czy objawy depresyjne. Izolacja, brak kontaktu z rówieśnikami spowodowały wśród uczniów obniżenie nastroju, apatie, brak zainteresowania tym, co lubili robić wcześniej, nadmierną reakcją na krytykę, brak zainteresowania lekcjami, brak energii i motywacji. Takie zmiany mogą niepokoić, gdy pojawiają się regularnie. Dlatego zarówno nauczyciele jak i rodzice w tym tak trudnym dla wszystkich okresie powinni bardziej niż do tej pory zwracać uwagę na zachowanie dzieci.

Okres pandemii to czas długoterminowego przeciążenia emocjonalnego uczniów, zmęczenie wielogodzinnym przesiadywaniem przed komputerem przy zmniejszonej aktywności fizycznej. Nie wpływa to pozytywnie na zdrowie psychiczne i fizyczne uczniów.

Sytuacja pandemiczna spowodowała

konieczność wprowadzenia wielu ograniczeń, które spowodowały, że dzieci uczęszczające na zajęcia o charakterze sportowym, np. pływanie, gra w piłkę nożną, sztuki walki, musiały zrezygnować z tego, co lubią robić najbardziej, na co czekały, co wcześniej było zaplanowane. Ograniczona aktywność fizyczna, godziny spędzone przed komputerem doprowadziły również do tego, że dzieci nie mają możliwości „rozładowania” emocji, co w konsekwencji doprowadziło do zachowań agresywnych u niektórych



uczniów. To niektóre z zachowań spowodowane długotrwałą izolacją.

Nauczyciele wychowania fizycznego w tym trudnym dla wszystkich czasie pandemii podejmowali działania, które miały na celu zachęcić uczniów do aktywności fizycznej. Były to biegi, jazda na rowerze, skoki na skakance. Jednak

czy wszyscy uczniowie z takim samym zaangażowaniem brali w nich udział? Miłośnicy i pasjonaci biegów czy jazdy na rowerze z pewnością tak, ale większość uczniów ograniczała się do minimum. Czasami zdalne nauczanie sprowadzało się do przesyłania ćwiczeń, których wiele osób nie wykonywało. Po powrocie do szkół konsekwencje braku aktywności będą widoczne. Świadczyć o tym będzie u niektórych uczniów zwiększona masa ciała, brak motywacji, słaba kondycja.

Problemem braku aktywności fizycznej podczas lekcji zdalnych przyjrzała się Światowa Organizacja Zdrowia. Według badań przeprowadzonych przez WHO wynika, iż 20% dzieci posiada prawidłową aktywność fizyczną w ciągu tygodnia, tj. 60 minut dziennie. Konkluzją badań jest konstatacja, że aktywność fizyczna dzieci i młodzieży podczas pandemii maleje. Z czym przyjdzie się zmierzyć uczniom po powrocie do szkoły? Tego dowiemy się niebawem.

Konsekwencji izolacji i braku aktywności fizycznej jest wiele, czego dowodzą kolejne badania przeprowadzone wśród studentów AWF Wrocław. Większość badanych zaobserwowało u siebie częściej niż przed zdalnym nauczaniem występowanie takich dolegliwości, jak: ból głowy (34%), ból brzucha (25%), chroniczne zmęczenie (24%), stany depresyjne (14%), osłabienie siły mięśni (12%). Zatem czeka nas – nauczycieli i rodziców – nie lada wyzwanie: przywrócenie dzieciom pełni sprawności fizycznej, emocjonalnej i psychiczno-społecznej.

Beata Kubsik nauczyciel doradca CDN w Koninie

Chcę być jak żyrafa – sztuka mediacji w edukacji wczesnoszkolnej, czyli z narzędziownika Porozumienia bez Przemocy

Dialog, komunikacja, rozmowa to ważne elementy procesu dydaktycznego. To dzięki nim rozumiemy swoje i innych potrzeby. To z kolei jest podstawą budowania relacji w szkole. Każdy z nas miał wyobrażenia o szkole, kiedy rozpoczął swoją przygodę

edukacyjną. Zastanawialiśmy się, jak tam będzie, jakich spotkamy kolegów, koleżanki, jacy będą nauczyciele, jakie będą panować zasady, o czym będziemy się uczyć, czy będzie nam tam miło. Te i inne pytania nasuwają się do dziś każdemu, kto staje na progu szkoły. I wszy-

scy wkraczamy z nadzieją, że szkoła to miejsce, gdzie spotkamy życzliwych nam ludzi, przestrzeń, w której nawiążemy przyjaźnię. Jesteśmy ufni, że radość spotkania będzie towarzyszyć nam każdego dnia. Czy nasze oczekiwania się sprawdzają?

Środowisko szkolne to zbiór ludzi o różnych oczekiwaniach wobec życia, poddanych innym modelom wychowania. To zdecydowanie kalejdoskop ludzkich reakcji, zachowań, działań, decyzji. Jak w takiej różnorodności znaleźć porozumienie?

Do tego bagażu doszły jeszcze ostanie czasu edukacji zdalnej, brak kontaktów rówieśniczych, zamknięcie w domach, trudności cyfrowe, naturalny rozwój biologiczny uczniów, który ukazywał, że często na zdalne nauczanie poszły dzieci, a wrócili już jako „małe kobiety” i „mali mężczyźni”, do tego dochodziły pojawiające się wady wzroku, czyli powrót do szkoły w okularach. Te i wiele innych sytuacji spowodowało, że do szkoły wraca się trudniej, z obawami, z niepokojem. Czy w takich warunkach można uniknąć konfliktów rówieśniczych?



Relacje między rówieśnikami to suma bardzo różnych oddziaływań. Nie zawsze znajdujących jasne i proste wytłumaczenie. Zdarzające się sytuacje konfliktowe (konflikt rówieśniczy) są zjawiskiem wpisanim w życie szkolne. Przed nauczycielem stoi zadanie wychowawcze, aby nauczyć dzieci reagowania w sytuacji pojawiającego się konfliktu. To stwarza okazję do pokierowania sytuacją konfliktową, aby przyniosła ona pozytywny efekt działania, bo nie chodzi o to, aby uczniowie ponieśli bolesne konsekwencje zaistniałej sytuacji, tylko żeby umieli zareagować, kiedy taka sytuacja nadchodzi. W tym miejscu musimy docenić rolę dialogu. Z pomocą przychodzi nam metoda Porozumienia bez Przemocy.

Marshall Rosenberg zwrócił uwagę na cztery elementy komunikacji międzyludzkiej: obserwacje, uczucia, potrzeby, prośby. Jeśli zastosujemy je w naszych kontaktach werbalnych, to mamy szansę, że uda nam się usłyszeć zarówno nas samych, jak i innych.

Praca z uczniem w młodszym wieku szkolnym oparta jest na obrazowaniu działań. Dzieci z ochotą wchodzą w różne role, uczą się poprzez zabawę. Postać żyrafy i szakala na pewno wzbudzi zainteresowanie uczniów. Poznanie środowiska życia, zachowań tych zwierząt będzie inspirujące i zachęcające do pracy.

Żyrafa to ssak, który charakteryzuje się długą szyją, dużym sercem, wielkimi

oczami. Na głowie ma parę wyrostków kostnych, a na czole guzowate wzniesienie. Jest ona wysoka, stoi na długich nogach. Osiąga wysokość nawet sześciu metrów, a jej waga może dochodzić do półtorej tony. Jest roślinożerna. Podstawowym pokarmem żyrafy nie jest jednak trawa, tylko liście i gałązki drzew, które zbiera za pomocą długiego, ruchliwego języka nawet z wierzchołków, np. akacji czy mimozy. Jej naturalnym środowiskiem są otwarte przestrzenie z niewielką liczbą rosnących drzew. Żyrafa wykazuje duże przywiązanie do swojego terenu. Zamieszkuje sawannę wschodniej i południowej Afryki.



Szakal jest drapieżnikiem, czyli poluje na inne zwierzęta. Zamieszkuje północną Afrykę, Półwysep Bałkański i Azję. Szakala zlocistego można spotkać również w Polsce. Żyje samotnie lub w parach. Nie lubi życia stadnego. Naznacza swoje terytorium i nie lubi odwiedzin innych zwierząt. Porozumiewa się, wyjąc i każda szakala rodzina ma swój własny język porozumiewania się, tzw. śpiew, który jest jedynym akceptowalnym. Ignoruje inne dźwięki szakalnych rodzin. Szakale są bardzo przebiegłe i wytrwałe. Należą do wszystkożerców. Żyją około 10 lat.



Określając z uczniami cechy, jakie możemy przypisać żyrafie, patrząc na wielkość jej serca i oczu oraz długość szyi, stwierdzimy, iż żyrafa dużo widzi, czuje, rozgląda się dookoła. Jej sposób odżywiania warunkuje pokojowe nastawienie. Nie atakuje, żeby przeżyć, czyli jest otwarta na dialog.

Personalizując szakala, stwierdzimy, że jest to osoba nie lubiąca towarzystwa, drapieżna w swoim zachowaniu, krzykliwa, nie licząca się z uczuciami innych.

Zachowania zwierząt możemy przenieść na sytuacje konfliktowe rówieśników. Wspólnie możemy odpowiedzieć sobie na pytania: Czy chcemy być jak żyrafa, czy jak szakal? Która postawa jest podstawą budowania pozytywnych relacji szkolnych?

Będąc żyrafą, w sytuacji konfliktowej nazywamy:

- czego potrzebujemy;
- co można zrobić, aby każdy był zadowolony;
- który pomysł wybieramy;
- wiemy, że na każdy problem jest wiele rozwiązań.

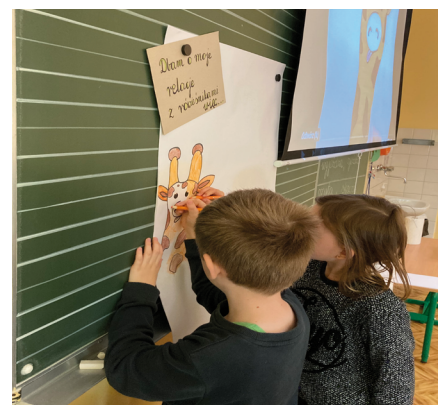
Spersonalizowana żyrafa ukazuje nam rolę dialogu w konflikcie rówieśniczym, uczy nas nazywania swoich potrzeb i oczekiwań, a także liczenia się z potrzebami i oczekiwaniami innych.

Będąc szakalem, w sytuacji konfliktowej reagujemy:

- krzykiem;
- agresją;
- nie chcemy dialogu;
- nie rozwiązujemy problemu, tylko go komunikujemy.

Spersonalizowany szakal w rzeczywistości nie uczy się, jak poradzić sobie w sytuacji konfliktu rówieśniczego, liczy się tylko z własnymi potrzebami, nie widzi innych. Jest nakierowany tylko na siebie.

Wprowadzając w przestrzeń szkolną żyrafę i szakala, towarzyszymy dzieciom w sytuacjach konfliktów rówieśniczych, nie rozwiązujemy ich za uczniów, ale nakłaniamy do znalezienia samodzielnej drogi wyjścia z sytuacji konfliktowej.



Czytelniku, jeśli zainteresował Cię temat i chcesz dowiedzieć się więcej, jak pracować z żyrafą i szakalem w edukacji wczesnoszkolnej, zapraszam do oferty doradztwa metodycznego edukacji wczesnoszkolnej. W roku szkolnym 2021/2022 cyklicznie będą pojawiać się różne formy doradztwa z zakresu empatycznej komunikacji, czyli mediacji dziecięcych. Zapraszam.



**PLACÓWKI OŚWIATOWE PROWADZONE PRZEZ
SAMORZĄD WOJEWÓDZTWA WIELKOPOLSKIEGO
PODLEGŁE DEPARTAMENTOWI EDUKACJI I NAUKI**

**OŚRODEK DOSKONALENIA NAUCZYCIELI
W KALISZU**

pełna informacja na stronie:

www.odn.kalisz.pl

**PUBLICZNA BIBLIOTEKA PEDAGOGICZNA
KSIĄŻNICA PEDAGOGICZNA W KALISZU**

pełna informacja na stronie:

www.kp.kalisz.pl

**CENTRUM DOSKONALENIA NAUCZYCIELI
W KONINIE**

pełna informacja na stronie:

www.cdnkonin.pl

**CENTRUM DOSKONALENIA NAUCZYCIELI
W LESZNIE**

pełna informacja na stronie:

www.cdn.leszno.pl

**CENTRUM DOSKONALENIA NAUCZYCIELI
W PILE**

pełna informacja na stronie:

www.cdn.pila.pl

**OŚRODEK DOSKONALENIA NAUCZYCIELI
W POZNANIU**

pełna informacja na stronie:

www.odnpoznan.pl

**PUBLICZNA BIBLIOTEKA PEDAGOGICZNA
W POZNANIU**

pełna informacja na stronie:

www.pbp.poznan.pl

**CENTRUM WSPARCIA RZEMIOSŁA, KSZTAŁCENIA
DUALNEGO I ZAWODOWEGO W KALISZU**

pełna informacja na stronie:

www.cwrkdiz.kalisz.pl

**CENTRUM WSPARCIA RZEMIOSŁA, KSZTAŁCENIA
DUALNEGO I ZAWODOWEGO W KONINIE**

pełna informacja na stronie:

www.cwrkdiz.konin.pl

**CENTRUM WSPARCIA RZEMIOSŁA, KSZTAŁCENIA
DUALNEGO I ZAWODOWEGO W LESZNIE**

pełna informacja na stronie:

www.cwrkdiz.leszno.pl

**CENTRUM WSPARCIA RZEMIOSŁA, KSZTAŁCENIA
DUALNEGO I ZAWODOWEGO W PILE**

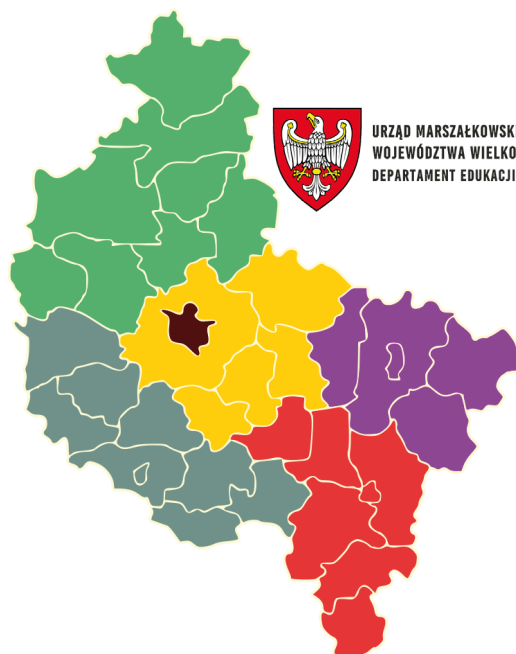
pełna informacja na stronie:

www.cwrkdiz.pila.pl

**CENTRUM WSPARCIA RZEMIOSŁA, KSZTAŁCENIA
DUALNEGO I ZAWODOWEGO W POZNANIU**

pełna informacja na stronie:

www.cwrkdiz.poznan.pl



SZKOŁY

- Wielkopolskie Samorządowe Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Gnieźnie
www.medyk.gniezno.pl
- Wielkopolskie Samorządowe Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Koninie
www.medyk.konin.pl
- Wielkopolskie Samorządowe Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Ostrowie Wlkp.
www.msz-ostrow.cba.pl
- Wielkopolskie Samorządowe Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego nr 1 w Poznaniu
www.wsckziu1.poznan.pl
- Wielkopolskie Samorządowe Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego nr 2 w Poznaniu
www.wsck.pl
- Wielkopolskie Samorządowe Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Rawiczu
www.medyk-rawicz.com.pl
- Wielkopolskie Samorządowe Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego we Wrześni
www.wscku-wrzesnia.pl
- Wielkopolskie Samorządowe Centrum Kształcenia Zawodowego i Ustawicznego w Złotowie
www.wsckziu-zlotow.pl
- Wielkopolski Samorządowy Zespół Placówek Terapeutyczno - Wychowawczych w Cerekwicy Nowej
www.cerekwica-mow.pl
- Wielkopolskie Samorządowe Centrum Edukacji i Terapii w Starej Łubiance
www.zspstaralubianka.pl