

# SZKOŁA



**W wychowaniu nie najważniejsze jest osiągnięcie celu, ale też droga, która do niego doprowadziła**

# KSZTAŁTOWANIE SIĘ POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI W SZKOLE

- **Szkoła jest dla dziecka źródłem ważnych doświadczeń kształtujących poczucie własnej wartości, zwłaszcza samoocenę.**
- **Od rówieśników i nauczycieli otrzymuje ono bezpośrednie i pośrednie komunikaty wartościujące jego osobę. Doświadczenia te mogą podwyższać i wzmacniać samoocenę, samoakceptację dziecka (gdy osiąga sukcesy, w niektórych dziedzinach przewyższa kolegów, ma wysoką pozycję socjometryczną w klasie), ale mogą je również obniżać.**

# KSZTAŁTOWANIE SIĘ POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI W SZKOLE

- W szczególnie niekorzystnej sytuacji znajdują się uczniowie mający trudności z osiągnięciami w nauce i przystosowaniem się do wymagań szkolnych.
- Każdy dzień jest dla nich okazją do przeżycia kolejnej porażki, naraża na krytykę nauczycieli, odrzucenie przez kolegów i rozczarowanie ze strony rodziców.
- Negatywny bilans sukcesów i porażek takich dzieci odbija się na ich poczuciu własnej wartości.

## PRZEJAWY WYSOKIEGO I NISKIEGO POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI

Jeśli nauczyciel chce prowadzić świadomą działalność wychowawczą, ukierunkowaną na wzmacnianie poczucia własnej wartości, musi umieć rozpoznać uczniów przejawiających zaburzenia w tej sferze.

**Grafika: Danuta Sterna – była nauczycielka matematyki i dyrektorka szkoły, ekspertka merytoryczna w programie Szkoła Ucząca Się (SUS) (prowadzonym przez CEO i PAFW), autorka książek i publikacji dla nauczycieli, propaguje ocenianie kształtujące w polskich szkołach.**



## PRZEJAWY WYSOKIEGO I NISKIEGO POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI

??? Jak zachowują się uczniowie  
o zaniżonym lub chwiejnym  
poczuciu własnej wartości  
w porównaniu z tymi, którzy  
mają pozytywną samoocenę?

TABELA



## Przejawy wysokiego i niskiego poczucia własnej wartości

Uczniowie mający problemy z poczuciem własnej wartości

Uczniowie o pozytywnym i stabilnym poczuciu własnej wartości

### 1. Sytuacje zadaniowe=c.d.

okazują niepewność co do prawidłowości wykonywania zadań, ciągle potrzebują potwierdzenia przez autorytet (np. nauczyciela)

samodzielnie pracują nad zadaniem po ewentualnym upewnieniu się co do zrozumienia instrukcji

nie zgłaszają własnych propozycji, pomysłów rozwiązań problemów, nawet jeśli je mają

chętnie zgłaszają własne pomysły, podejmują próby twórczego rozwiązywania problemów

często pytają o pozwolenie przed rozpoczęciem jakiejś czynności, zwracają się o pomoc przy podejmowaniu decyzji

samodzielnie podejmują decyzje, czasem nawet przejawiają tendencje do samowoli

**Uczniowie mający problemy z poczuciem własnej wartości**

**Uczniowie o pozytywnym i stabilnym poczuciu własnej wartości**

## **2.Reakcja na sukces i niepowodzenie**

przypisują sobie winę za niepowodzenie ("znów nawaliłem", "to moja wina", "wszystko zepsułem"), a czynnikiem zewnętrznym za sukcesy ("miałem szczęście", "To dzięki tobie udało mi się")

obiektywnie analizują czynniki subiektywne i obiektywne lub przejawiają tendencję do przypisywania sobie zasługi za sukces ("należało mi się", "zasłużyłem na ten sukces", "postarałem się i są efekty") a czynnikiem zewnętrznym odpowiedzialności za niepowodzenie ("gdyby nie splot okoliczności...", "miałem pecha", "miałem zły dzień", "to wina X, bo...", "nauczyciel się na mnie wziął")

generalizują pojedyncze niepowodzenie na wszelkie działania i cechy osobowości ("jestem do niczego", "nic nie potrafię dobrze zrobić", "jestem głupi", "nigdy nic mi nie wychodzi")

traktują niepowodzenia jako incydentalne zdarzenia ("teraz popełniłem błąd, na drugi raz będę uważał", "tym razem nie wyszło, ale następnym będzie lepiej")

wycofują się z działania po pierwszej trudności, niepowodzeniu

w przypadku niepowodzenia ponawiają próby, starają się rozwiązywać pojawiające się trudności

## Przejawy wysokiego i niskiego poczucia własnej wartości

Uczniowie mający problemy z poczuciem własnej wartości	Uczniowie o pozytywnym i stabilnym poczuciu własnej wartości
<b>3. Reakcje na krytykę i pochwały</b>	
silnie emocjonalnie reagują na krytykę: usprawiedliwiają się lub przejawiając agresję wobec krytykującego	rzeczowo odnoszą się do krytyki, spokojnie analizują jej zasadność - w przypadku uznania słuszności, przyznają się do błędu; w przypadku nieuznania zasadności krytyki - ignorują ją
w przypadku pochwał, komplementów: -zaprzeczają ("Masz ładną sukienkę" - "Coś ty, to stary łach...") -wyszukują mankamenty ("Jesteś zgrabna" - "Mam za grube nogi") -zwracają uwagę na lepszych od siebie ("Jesteś dobra z matematyki" - "Jolka jest lepsza")	zaprzeczają komplementom tylko wtedy, jeśli uznają je za nieprawdziwe lub przesadne; częściej - dziękują i potwierdzają ("miło mi, że tak myślisz", "też tak sądzę", "dziękuję", "też jestem z tego zadowolona")
często wykazują podejrzliwość wobec innych ludzi, przypisują im złe intencje, gdy działają dla ich dobra ("musi coś chcieć, skoro okazuje mi sympatię", "to podejrzane, że jest taki miły dla mnie")	przejawiają zaufanie do ludzi, przyjmują w naturalny sposób oznaki sympatii i akceptacji, wierzą w bezinteresowność osób działających dla ich dobra



## Przejawy wysokiego i niskiego poczucia własnej wartości

Uczniowie mający problemy z poczuciem własnej wartości	Uczniowie o pozytywnym i stabilnym poczuciu własnej wartości
4. Obraz siebie i porównywanie się z innymi	
nadmiernie koncentrują się na własnych błędach, wadach, słabościach lub lekceważą zalety w sytuacji autoprezentacji	koncentrują się przede wszystkim na zaletach, mocnych stronach w sytuacji autoprezentacji, ale też przyznają się do wad i słabości, jeśli wymaga tego sytuacja
nazbyt podkreślają, przeceniają zalety innych w sytuacji porównywania się z nimi	obiektywnie podchodzą do własnych i cudzych zalet i wad w sytuacji porównywania się z innymi
czasem nie potrafią cieszyć się z cudzych sukcesów, deprecjonują je, okazują zazdrość lub zawiść	pozytywnie lub neutralnie podchodzą do cudzych sukcesów, nie odczuwają zazdrości

**Uczniowie mający problemy z poczuciem własnej wartości**

**Uczniowie o pozytywnym i stabilnym poczuciu własnej wartości**

**5. Potrzeba akceptacji**

przejawiają wysoką potrzebę akceptacji, czasem "głód" akceptacji - domagają się ciągłej uwagi i zainteresowania ze strony innych (np. uczniowie, którzy przeszkadzają na lekcji, aby zwrócić na siebie uwagę nauczyciela), pochwał

przejawiają umiarkowaną potrzebę akceptacji - okazywane przez innych zainteresowanie, pochwały przyjmują pozytywnie, ale nie domagają się ich

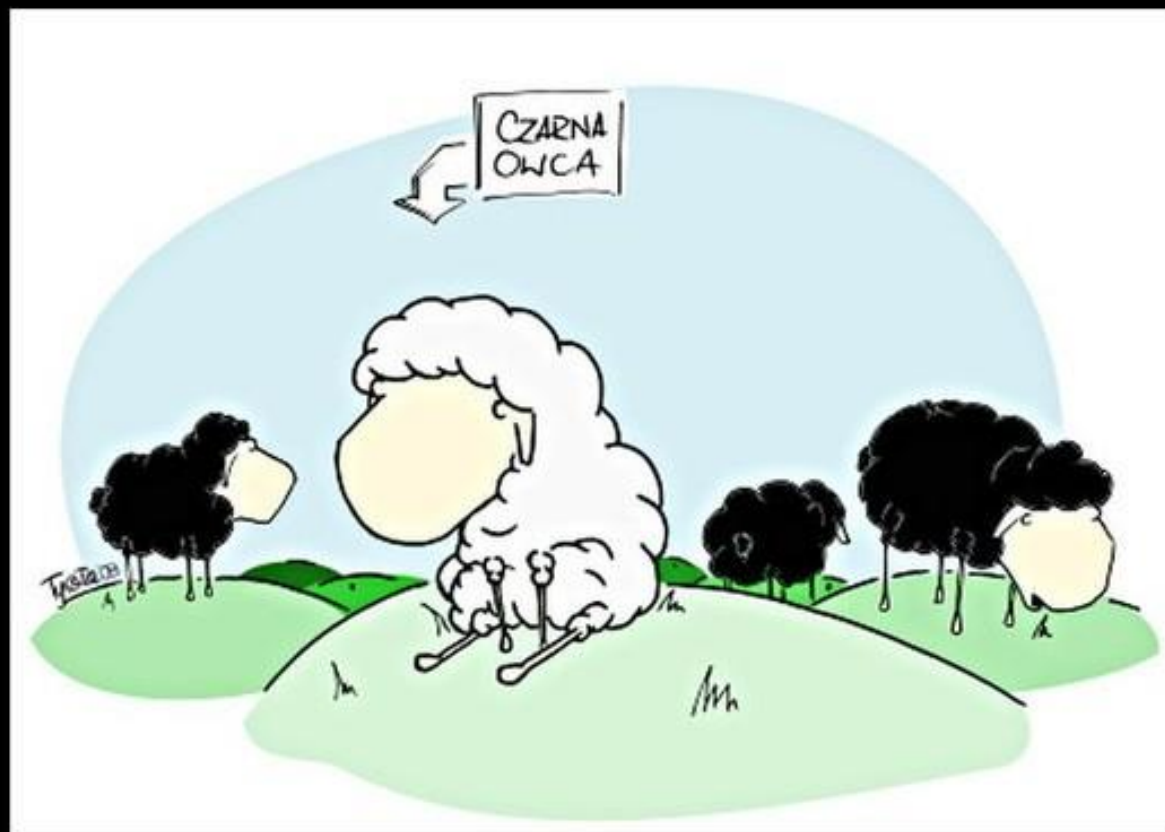
w sytuacji otrzymywania akceptacji ze strony innych - mają poczucie "uskrzydlenia", działają na miarę swoich zdolności, w wypadku braku akceptacji - działają znacznie poniżej własnych możliwości, zachowują się biernie

działają na podobnym poziomie możliwości w sytuacji akceptacji ze strony innych lub jej braku (następuje jedynie niewielkie obniżenie motywacji do działania czy poziomu wykonania zadania)

## Przejawy wysokiego i niskiego poczucia własnej wartości

Uczniowie mający problemy z poczuciem własnej wartości	Uczniowie o pozytywnym i stabilnym poczuciu własnej wartości
6.Zachowanie wobec siebie i innych	
ignorują własne potrzeby, nie dążą do ich zaspokajania, ulegają innym ludziom, przedkładają interesy drugiej osoby nad własne - zachowują się nieasertywnie, nie dążą do rozwijania własnego potencjału i samorealizacji	dążą do zaspokojenia własnych potrzeb, wyrażają świadomość własnych praw i potrzeb, domagają się od innych ich respektowania (ale też liczą się z prawami i potrzebami innych osób) - zachowują się asertywnie, podejmują działania samorealizacyjne
wobec życia prezentują postawę minimalistyczną ("trzeba się cieszyć tym, co jest", "marzenia ściętej głowy")	prezentują postawę maksymalistyczną ("chcę to i to", "mam zamiar osiągnąć...", "nie poprzestanę na tym", "należy mi się od życia więcej")
niechętnie mówią o sobie i swoich uczuciach, mają tendencję do zamykania się w sobie	chętnie i otwarcie mówią o sobie, przyznają się do pozytywnych i negatywnych emocji, spontanicznie wyrażają swoją osobowość

**KILKA REFLEKSJI O PRACY  
WYCHOWAWCZEJ I CZARNYCH  
OWCACH W STADZIE BIAŁYCH**




**Czarna owca**  
nie zawsze musi być czarna.

[www.demotywatory.pl](http://www.demotywatory.pl)

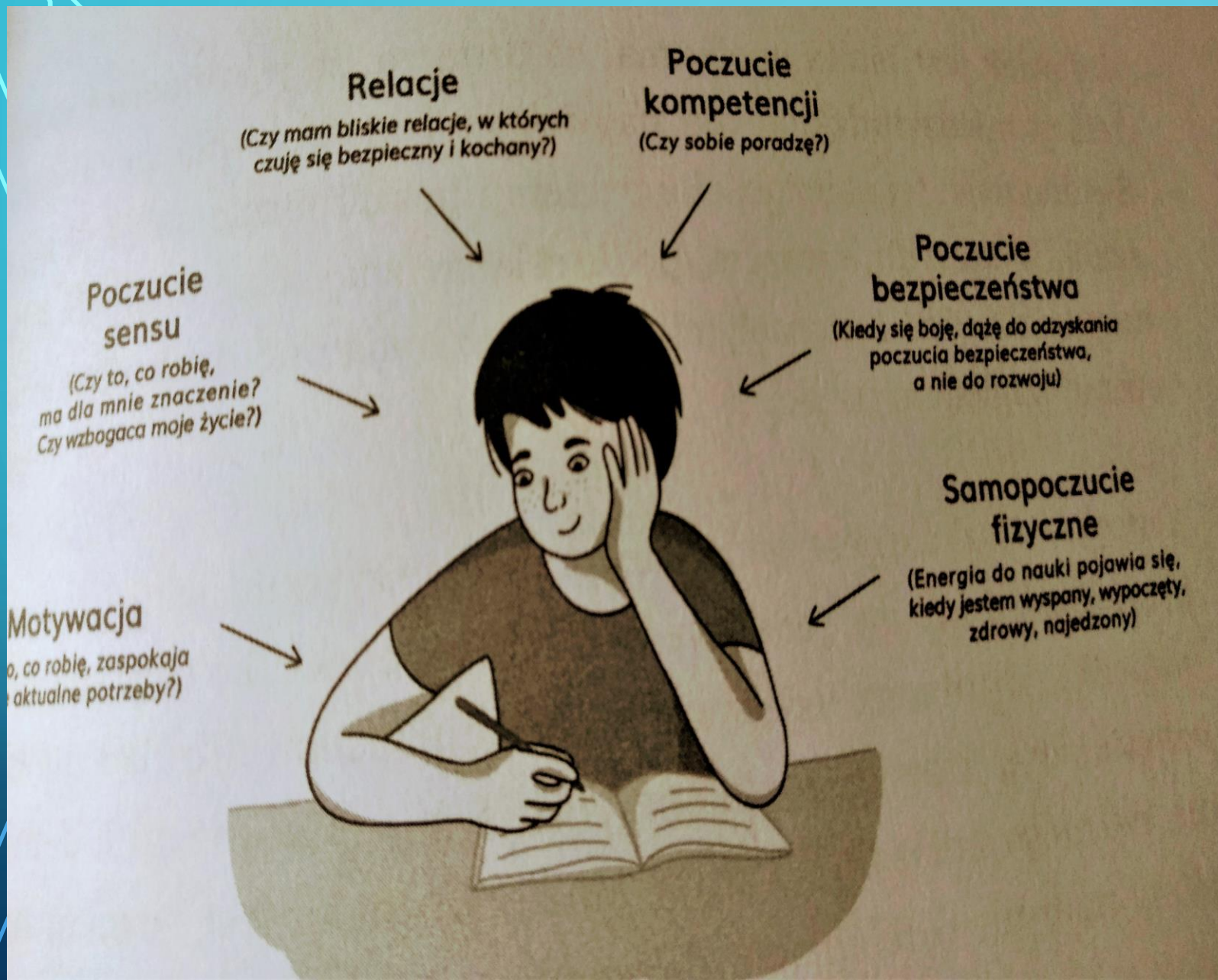
BYCIE UCZNIEM, TO TYLKO JEDNA Z RÓL W NASZYM ŻYCIU

**Dziecko w szkole spostrzegane jest głównie jako uczeń. Jednak nie przestaje być człowiekiem, który pozostaje w relacjach z innymi ludźmi.**

 **Współczesna wiedza na temat psychologii i neurobiologii człowieka wskazuje, że to jak radzimy sobie w życiu zależy w znacznie większym stopniu od tego, jakie stosunki panowały w naszym życiu rodzinnym, niż od tego, jak radziliśmy sobie w szkole .**

**Mówiąc o dziecku w szkole i o kontaktach szkoła-dom, na pierwszym miejscu powinniśmy stawiać relację: rodzic- dziecko.**

**Warto szukać sposobu na to, by życie domowe ułatwiało funkcjonowanie w szkole oraz by szkoła nie wpływała negatywnie na atmosferę w domu.**



## POTRZEBY POZNAWCZE- NA NICH KONCENTRUJE SIĘ SZKOŁA

- Są one tylko wycinkiem tego, co jest ważne w rozwoju dziecka.

## OPRÓCZ POTRZEB POZNAWCZYCH WAŻNE SĄ:

- **Akceptacja:** to, jaki jestem jest przyjmowane przez innych (koledzy, nauczyciele) z otwartością i życzliwością
- **Przynależność:** jestem częścią mojej rodziny, grupy, klasy
- **Bycie brany pod uwagę:** potrzebuję wiedzieć, że to, co jest dla mnie ważne, ma znaczenie dla osób, z którymi spędzam czas.
- **Poczucie wnoszenia czegoś wartościowego do otoczenia:** moje działanie może się przyczyniać do polepszenia życia innych i sytuacji, w której się znajdujemy.  
Np. moja opinia/wiedza może kogoś zaciekawić, zainspirować.

## OPRÓCZ POTRZEB POZNAWCZYCH WAŻNE SĄ:

- **Potrzeby związane z autonomią:** decydowanie o swoich celach i wartościach: chcę mieć wpływ na to, co się wokół mnie dzieje i mnie dotyczy. Chcę doświadczać tego, że moje zdanie się liczy.
- **Potrzeby związane z troską o ciało i siły fizyczne:** Gdy jestem niewyspany, muszę odpocząć, potrzebuję ruchu i odpoczynku na świeżym powietrzu itp.
- Uczymy się lepiej i szybciej, gdy zaspokajamy ważne dla siebie potrzeby. Dlatego **rozpoznawanie i rozumienie potrzeb** stojących za zachowaniem dziecka jest najlepszą formą wsparcia w nauce.



## WAŻNE:



Wiedza powinna być podana w atrakcyjny sposób, jest wówczas łatwiej zapamiętywana.



Uczeń chętniej uczy się tego, co bliższe codziennemu życiu.



Aby się czegoś nauczyć, trzeba mieć do tego **motywację wewnętrzną\***.



Tymczasem: szkoła nadal często wzmacnia motywację zewnętrzną – motywowanie do zdobywania ocen, punktów.

# MOTYWACJA ZEWNĘTRZNA- „ZROBIĘ TO, CO MI KARZESZ, ALE NIE OCZEKUJ ODE MNIE WIĘCEJ”.

- **Motywacja zewnętrzna-** to zachęty, naciski, które mają przekonać/zachęcić drugą stronę do wykonania określonych działań. To stosowanie przysłowiowego kija i marchewki.
- **Kij-** kary, ignorowanie dziecka, presja czasowa, rywalizacja.
- **Marchewka-** nagrody materialne, puste pochwały (brawo, wspaniale itp.), premie, uwaga warunkowa. (Jeśli odrobisz lekcje, będziesz mógł pograć na komputerze).
- **Konsekwencje:** mniejsze zaangażowanie, spadek zainteresowania i satysfakcji. Praca staje się mniej kreatywna i przemyślana.
- **Metody motywacji zewnętrznej w niektórych jednak przypadkach mogą okazać się przydatne. Kiedy?**

# MOTYWACJA WEWNĘTRZNA- ZAANGAŻOWANIE, SATYSFAKCJA, KREATYWNOŚĆ

- **Motywacja wewnętrzna- ma źródło w osobie.** Uczeń bardziej angażuje się w działanie, gdy widzi jego sens. Ma poczucie satysfakcji z wykonanego działania.
- **Nagroda jako docenienie:** Kierujemy uwagę nie na nagrodę, a na pracę ucznia.
- Ważne, aby uczeń był doceniony w formie nagrody od czasu do czasu, w szczególnych przypadkach. Częste nagradzanie, przeradza się w formę kontroli.

## MOTYWACJA ZEWNĘTRZNA

- Sztywność myślenia,
- Stereotypowość i zamknięcie
- Nastawienie na cel i rezultat
- Brak satysfakcji
- Brak poczucia sensu i spełnienia
- Sztuczna rywalizacja

## WEWNĘTRZNA

- Elastyczność myślenia
- Kreatywność i otwartość
- Zaangażowanie i zainteresowanie pracą.
- Satysfakcja
- Zdrowie psychiczne, poczucie szczęścia
- Trwałość relacji z innymi osobami.

# MOTYWACJA DO UCZENIA SIĘ

- Ma kluczowe znaczenie, podobnie jak wiara w swoje możliwości oraz konstruktywne radzenie sobie z popełnianymi błędami i niepowodzeniami.
- Kluczowe jest wyjaśnienie uczniom, że nie tylko osoby uzdolnione w jakiejś dziedzinie mogą osiągać w niej sukcesy.
- **Dobre (choć może nie wybitne) noty z przedmiotów szkolnych może mieć w zasadzie każdy uczeń dysponujący przeciętnym mózgiem.**
- Osoby, które osiągają szkolne i życiowe sukcesy – wcale nie muszą być geniuszami.

# MOTYWACJA DO UCZENIA SIĘ: PRZEKONANIA UCZNI

- Istotne jest, aby:
  - Przekonać wszystkich w klasie, że posiadany przez nich mózg daje im większe możliwości, niż sądzą, a ich dotychczasowe/ ewentualne niepowodzenia nie wynikają z „braku zdolności” czy z „beznadziejności” (jak dzieci i młodzież często sądzą), ale z tego, że dotąd stosowali nieefektywne metody uczenia się.

# MITY NA TEMAT MOTYWOWANIA:

- Motywacja to coś, co się ma albo nie
- Motywowanie to nakłanianie drugiej osoby do konkretnego działania
- Motywacja przesądza o sukcesie
- Motywacja sprawia, że chcieć to móc
- Brak motywacji jest winą dziecka

# MITY NA TEMAT MOTYWOWANIA:

## 1. Motywacja to coś, co się ma albo nie

- Warto rozpatrywać motywację w kategoriach **energii**, niż stałej cechy.
- Dlatego całkiem naturalne jest, że uczeń z różnym poziomem energii podchodzi do obowiązków szkolnych. Mniejsza motywacja nie świadczy o tym, że dziecko jest leniem.
- Nie ma ludzi całkowicie pozbawionych motywacji. Tak, jak my, mamy różny poziom energii, tak też jest z motywacją.



## ZAMIAST MYŚLEĆ-

- Czy mój uczeń jest zmotywowany do zrobienia czegoś?
- Mój uczeń jest zniechęcony. Co mam zrobić, aby zmotywować go do działania?

## ZAPYTAJ:

- Jak bardzo jest zmotywowany w skali od 0 do 10? Co powoduje, że jest zmotywowany na 5 a nie na 3? Jak mogę mu pomóc, aby czuł się zmotywowany np. na 6 lub 7?
- Do czego w tym momencie mój uczeń ma motywację? Jak mogę to wykorzystać, przekierowując np. jego uwagę?

# MITY NA TEMAT MOTYWOWANIA:

## 2. Motywowanie to nakłanianie drugiej osoby do konkretnego działania

- Nauczyciel może nakłaniać ucznia, aby np. nauczył się rozwiązywać zadania z jedną niewiadomą.
- Reakcją na przymuszanie jest opór, reakcja na próbę odebrania autonomii i możliwości decydowania o sobie.
- Gdy uczeń stawia opór- często przyczepiamy mu etykiety: nie współpracuje, jest trudny, leniwy. Jest to nasze dążenie do kontroli ucznia.
- Skuteczne motywowanie bazuje na **relacji i podjęciu współpracy**.

# MITY NA TEMAT MOTYWOWANIA:

## 3. Motywacja przesądza o sukcesie

- Czy motywacja gwarantuje sukces? Wystarczy być zmotywowanym, by osiągnąć to, co sobie założyliśmy?
- Spójrzmy na ucznia przez pryzmat posiadanych umiejętności/możliwości.
- Nasz cel to: odkrycie jakich umiejętności brakuje uczniowi do podjęcia z nami współpracy.

# MITY NA TEMAT MOTYWOWANIA:

## 4. Motywacja sprawia, że chcieć to móc

- Aby mieć motywację do działania trzeba mieć odpowiedni poziom energii. Co prawda czasem uczeń jest ruchliwy, ale to nie znaczy, że jego wewnątrz „silnik” dobrze pracuje – np. dziecko nadmiernie pobudzone ze zmęczenia.
- Ważna jest:
- **kondycja fizyczna:** odżywianie, ruch, sen itp.
- **regulacja emocji** –to umiejętność skupiania się na pozytywnych emocjach, są one jak kapitał, dzięki którym uczeń buduje swoje zasoby.
- Kształtowanie u uczniów umiejętności dbania o kondycję fizyczną –nawyk ważny w procesie budowania motywacji.

# MITY NA TEMAT MOTYWOWANIA:

## 5. Brak motywacji jest winą dziecka

- Środowisko, w którym żyje dziecko ma bardzo duży wpływ na jego motywację.
- Zmiana motywowania zaczyna się od zmiany sposobu, w jaki spostrzegamy drugiego człowieka.
- Środowisko wspierające motywację wewnętrzną - to jak długoterminowa lokata.
- Potrafię!- rodzi w uczniu dumę i umacnia wiarę we własne możliwości (poczucie mocy)
- Komunikaty: Czuję się doceniany
- Chcę widzieć sens w swoich działaniach
- Pozwól mi zrobić to samemu

# MOTYWACJA WEWNĘTRZNA:

- Sprawia, że znika konieczność dyscyplinowania, upominania, karania i nagradzania. Dziecko podejmuje aktywność, gdy dostrzega sens swojego działania.
- **Co można zrobić by wspierać motywację wewnętrzną?**
- Zaciekawić się tym, co dziecko robi samo z siebie, dać mu w tych momentach uwagę,
- Nie przerywać dziecku, gdy jest pochłonięte jakąś aktywnością,
- Zamiast chwalić: „Jak ślicznie to zrobiłeś!”, poświęć mu uwagę, gdy chce opowiedzieć o tym, czym się zajmuje.

# MOTYWACJA WEWNĘTRZNA:

- **Co można zrobić by wspierać motywację wewnętrzną? - cd**
- Zrezygnować ze słów: „powinnaś/powinieneś, musisz. Zastąp je słowami: „chcę”, „wybieram”. Pytać dziecko, czego chce, co jest dla niego ważne?

Zadawać pytania, które kierują uwagę na szukanie rozwiązań i sensu tego, co się robi oraz oferują wsparcie: „Co udało ci się już zrobić?”, „Co jeszcze ci zostało do zrobienia?”, „Czego potrzebujesz, by ci się lepiej pracowało?”

**Zadbajmy o to, by dziecko czuło się bezpieczne, akceptowane, kochane.**

**Zaspokojenie potrzeb to fundament dla eksploracji (odkrywania) i rozwoju.**

## MOTYWACJA DO UCZENIA SIĘ:

- Często to właśnie brak wiary w siebie jest najpoważniejszą przeszkodą w nauce szkolnej.

• **Jaka jest złota zasada dobrego motywowania?**

### ZASADA „RULE”

- R (RESIST) – NIE NAPRAWIAJ DZIECKA
- U (UNDERSTAND) – ZROZUM MOTYWACJĘ DZIECKA
- L (LISTEN) – SŁUCHAJ DZIECKA
- E (EMPOWER) – PODBUDUJ DZIECKO



## ZADANIE:

1. Jak zachowuje się (co myśli, robi) uczeń o niskim poziomie motywacji do nauki?
2. Wskaż argumenty potwierdzające potrzebę rozwijania motywacji do działania w kontekście dynamicznie zmieniającej się rzeczywistości.

# ZŁOTA ZASADA MOTYWOWANIA:

## 1. R (RESIST) – NIE NAPRAWIAJ DZIECKA.

Przypomnij sobie sytuację, w której sam doświadczyłeś usilnej troski ze strony drugiej osoby nakłaniającej Cię do zmian (np. abyś zaczął się ruszać, zdrowo odżywiać, dokończył rozpoczęte zadanie). Czy ciągłe ponaglenia i rozliczanie pomogły Ci? A może sprawiły, że czułeś jeszcze większy dyskomfort/ poczucie niekompetencji? Gdy dziecko czuje, że trzeba w nim coś zmienić, naprawić, by zasłużyć na akceptację- zamiast dążyć do współpracy, zaczniesz cię unikać.

## 2. U (UNDERSTAND) – ZROZUM MOTYWACJĘ DZIECKA.

Za każdym zachowaniem i wyborem stoją jakieś motywacje. Jeśli spróbujesz odkryć, co stoi za danym zachowaniem, będzie ci łatwiej nawiązać z dzieckiem współpracę, prowadzącą do rozwiązania tej sytuacji.

# ZŁOTA ZASADA MOTYWOWANIA:

- L (LISTEN) – naucz się słuchać dziecka. Podstawą jest tu bycie w relacji, otwartość na to, co możemy usłyszeć. Słuchanie to dawanie czasu i uwagi. Słuchanie opiera się na empatii i trosce, bez narzucania własnego zdania.
- E (EMPOWER)- Podbuduj swoje dziecko. Dzieci, które mają wysoką i stabilną samoocenę nie boją się podejmować wyzwań i lepiej radzą sobie w sytuacji porażki. Zasypywanie dziecka pustymi pochwałami nie działa w dłuższej perspektywie, nie podbudowuje w jego działaniach.

Pochwały powinny być oparte na uważnej obserwacji i zawierać w sobie konkretne informacje zwrotne.

## SZKOŁA NIE JEST PRZYGOTOWANIEM DO ŻYCIA; ŻYCIE TRWA W KAŻDEJ MINUCIE UPŁYWAJĄCEGO DZIECIŃSTWA

- Dziecko powinno mieć szansę na wykonywanie czynności, które są dla niego znaczące, sprawiają mu radość, dają satysfakcję i poczucie sprawczości.
- Nawet, jeżeli ktoś uczył się świetnie, to wciąż treści, które wynosi ze szkoły, w większości nie są tym, czego potrzebuje w dorosłym życiu.
- Nastąpiły czasy, w których uczymy się przez całe życie, więc istnieje prawdopodobieństwo, że to, co nam będzie potrzebne w życiu zdołamy się nauczyć np. poprzez kursy lub inne formy kształcenia.
- **ZATEM: dziecko nie musi przygotować się do życia w ciągu lat spędzonych w szkole, gdyż uczenie się nie kończy się w szkole.**

## UCZENIE SIĘ NIE ZACZYNA SIĘ W SZKOLE ANI NIE KOŃCZY WRAZ Z NIĄ

### KILKA FAKTÓW:

- Obecnie ludzie często zmieniają zawód w dorosłym wieku, lub wykonują inny, niezwiązany z wykształceniem.
- Mamy szeroki sektor usług związanych z edukacją: warsztaty, kursy, szkolenia. Jest to oferta dla tych, którzy chcą wiedzieć więcej.
- Na rozmowie kwalifikacyjnej nikt nie pyta o oceny szkolne. Coraz częściej zdarza się, że nieistotne są ukończone studia- dyplom nie zawsze przekłada się na kompetencje. Przykładowo dyplom z uczelni nie jest wymagany np. przez Apple, Google.
- Bill Gates, Steve Jobs, Abraham Lincoln, Oprah Winfrey- nie zdobyli pełnego wykształcenia, a ich wkład w rozwój cywilizacji i kultury jest niekwestionowany.

UCZENIE SIĘ NIE ZACZYNA SIĘ W SZKOLE ALE I NIE KOŃCZY WRAZ Z NIĄ

- **Żeby sobie poradzić potrzebujemy, nie tyle przyswojenia treści podstawy programowej, lecz umiejętności uczenia się, poczucia, że to, co robimy, ma realny wpływ na nasze życie.**
- **Chodzenie do szkoły może nam w tym pomagać lub przeszkadzać, w zależności od tego, jakie znaczenie nadamy temu, co dziecko robi w szkole i wynikom, jakie osiąga.**
- **Sposobów uczenia się jest tyle, ilu ludzi. Trudności w wykonywaniu typowych szkolnych zadań nie oznaczają, że dziecko się nie uczy.**

## **POCZUCIE WŁASNEJ WARTOŚCI JEST NAJWAŻNIEJSZYM FUNDAMENTEM ZDROWIA PSYCHICZNEGO.**

- **Potrzebujemy go szczególnie wtedy, gdy doświadczamy trudności. Ważne jest, by doświadczenia szkolne i niepowodzenia nie uderzały w nasze PWW. Chcemy aby było ono ugruntowane i niezależne od okoliczności zewnętrznych.**
- **Sytuacja, w której PWW dziecka zależy od jego wyników w szkole i w innych aktywnościach, nie służy jego rozwojowi i wpływa obniżająco na wiele obszarów życia: na jakość relacji z innymi, na podejmowane wyzwania, radzenie sobie z presją i stresem oraz na to, czym kieruje się w życiu.**

**UCZENIE SIĘ MOŻE BYĆ PASJĄ I NAJCIEKAWSZĄ PRACĄ ŚWIATA.**

**UCZENIE SIĘ I BYCIE UCZNIEM TO DWIE RÓŻNE RZECZY.**

- Zdarza się, że jesteśmy postrzegani głównie w roli ucznia, a przecież dziecko pełni wiele innych ról.
- ważne jest, aby spostrzegać dziecko całościowo, jako człowieka, który każdego dnia doświadcza czegoś nowego, czymś się interesuje, szuka sposobów na zaspokojenie swoich potrzeb. Chce być szczęśliwy i się rozwijać.



## NAUCZYCIEL/PEDAGOG MOŻE WSPOMAGAĆ UCZNIÓW W KSZTAŁTOWANIU POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI W RÓŻNY SPOSÓB:

- **1/W codziennych kontaktach z poszczególnymi uczniami i klasą:**

○ ile to możliwe - zaspokajać podstawowe potrzeby psychiczne uczniów, przede wszystkim

**Potrzebę bezpieczeństwa - W jaki sposób?:**

Nie krzyczeć, nie straszyć, nie grozić; wprowadzać klimat życzliwości i spokoju na lekcji; stawiać jasne i zrozumiałe dla uczniów wymagania i kryteria oceny; dawać szansę poprawy, gdy dziecko popełni błąd,

## NAUCZYCIEL/PEDAGOG MOŻE WSPOMAGAĆ UCZNIÓW W KSZTAŁTOWANIU POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI W RÓŻNY SPOSÓB:

- **1/W codziennych kontaktach z poszczególnymi uczniami i klasą:**

**Potrzebę akceptacji** -nie poniżać godności ucznia, nie ośmieszać; okazywać sympatię i zrozumienie; odwoływać się do doświadczeń i zainteresowań uczniów.

**Potrzebę osiągnięć i uznania**-dostosowywać zadania do możliwości dziecka, dawać każdemu szansę przeżycia sukcesu; w odpowiedziach - nawet nie całkiem prawidłowych - podkreślać pozytywy; pomagać, ale tylko w razie konieczności - przede wszystkim zachęcać do samodzielnego rozwiązywania problemów i pokonywania trudności.

## NAUCZYCIEL/PEDAGOG MOŻE WSPOMAGAĆ UCZNIÓW W KSZTAŁTOWANIU POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI W RÓŻNY SPOSÓB:

- **W miarę możliwości podmiotowo traktować ucznia:** szanować jego autonomię, prawo do dokonywania wyborów i podejmowania decyzji; zachęcać uczniów do wygłaszania własnych sądów, wykorzystywać pomysły i propozycje uczniów. Stosować język akceptacji, czyli aktywne słuchanie i komunikaty "ja" (zob. Gordon, 1995)
- **prawidłowo oceniać uczniów:** stosować jasno określone kryteria, dawać informacje zwrotne: wskazywać konkretne błędy, ale zwracać uwagę na pozytywne strony pracy czy odpowiedzi, dawać wskazówki, w jaki sposób uczeń może poprawić ocenę; przy wyrażaniu krytyki - krytykować zachowanie, a nie osobę ucznia, nie generalizować pojedynczych zachowań ("ty zawsze, nigdy...")

## NAUCZYCIEL/PEDAGOG MOŻE WSPOMAGAĆ UCZNIÓW W KSZTAŁTOWANIU POCZUCIA WŁASNEJ WARTOŚCI W RÓŻNY SPOSÓB:

- kłaść nacisk na **współpracę i współdziałanie** uczniów, a nie na zachowania rywalizacyjne.
- **wnikliwie obserwować uczniów** i w wypadku zauważenia u kogoś szczególnie silnych problemów z poczuciem własnej wartości, szukać pomocy u specjalistów: pedagoga, psychologa szkolnego, w poradni wychowawczej.

## 2. W PRACY WYCHOWAWCZEJ Z KLASĄ:

- prowadzić konsekwentnie **pracę wychowawczą**, koncentrującą się na stymulowaniu rozwoju osobistego uczniów (samoświadomości, samowychowaniu, asertywności itp.), a więc m.in. przygotowywać ich do podejmowania praktyk życia świadomego, uważnego, o których pisze Branden (1998)
- **pracować nad integracją grupy, klimatem życzliwości i wzajemnej pomocy**; uczyć uczniów właściwego komunikowania się, empatii, tolerancji, współpracy, gdyż w takim środowisku poszczególne jednostki mogą czuć się akceptowane i lubiane - odbierać je jako życzliwe; inspirować życie klasy, dawać uczniom możliwość wypróbowania różnych ról, rozwijania swoich zdolności i inicjatywy, aby dzięki temu mogli czuć się potrzebni i doceniani.

## 2. W PRACY WYCHOWAWCZEJ Z KLASĄ – CD.

- Prowadzić specjalne ćwiczenia grupowe wzmacniające poczucie własnej wartości: poszerzające obraz siebie, ukierunkowane na poszukiwanie mocnych stron, dające możliwość uzyskiwania pozytywnych komunikatów od kolegów oraz uczące pozytywnej autoprezentacji.

- (Chomczyńska-Miliszkievicz, Pankowska, 1998, s.111-120; Portmann 2001;
- Jak żyć z ludźmi 1999).



## 2. W PRACY WYCHOWAWCZEJ Z KLASĄ – CD.

- **Nauczyciel**, który podejmie trud wzmacniania poczucia własnej wartości uczniów odniesie podwójną korzyść:
  - po pierwsze, będzie miał poczucie satysfakcji, że naprawdę pomógł swoim wychowankom, wyposażył ich w "kapitał", który będzie procentował w całym ich życiu,
  - po drugie, jego praca dydaktyczna będzie bardziej efektywna: uczeń, który wierzy w swoje możliwości ma większą motywację do nauki oraz większe osiągnięcia, a jednocześnie sprawia mniej problemów wychowawczych.

***NIE MOŻNA MÓWIĆ O MOTYWOWANIU KOGOŚ,  
JEŻELI SAMI NIE JESTEŚMY ZMOTYWOWANI 😊***



YES

YOU

CAN



CZY POTRAFIMY  
SOBIE WYOBRAZIĆ  
INNE SPOSOBY/  
CZYNNOŚCI, KTÓRE  
PRZYBLIŻĄ NAS DO  
TEGO, NA CZYM  
NAM ZALEŻY?

