

Dobrostan ucznia – kwestia szczególnie istotna

Dobrostan – słowo, które ostatnio wróciło do łask. Zaczniemy od słownikowej definicji z Encyklopedii PWN, w której dobrostan jest opisywany jako subiektywnie postrzegane przez osobę poczucie szczęścia, pomyślności, zadowolenie ze stanu życia (1).

Dobrostan związany jest, mówiąc krótko, z dobrym samopoczuciem albo po prostu nim jest. Stan ogólnego dobrostanu daje się uszczegółowić, ponieważ możemy mówić na przykład o dobrostanie psychicznym, fizycznym, emocjonalnym.

Ale skupmy się na szkole i zajmijmy się dobrostanem ucznia. Dobrostan ucznia – czyli co? Mówiąc zwięźle – jego dobre samopoczucie w szkole. Prawda o rzeczywistości szkolnej jest nam znana i wiemy doskonale, że nie wszyscy uczniowie czują się w niej dobrze i bezpiecznie. Wiemy również, że niektórzy swojej szkoły po prostu nie lubią i niechętnie do niej przychodzą. Zdajemy sobie sprawę z tego, że po lockdownie jest trudniej, gorzej i, że zapewne wzrosła liczba tych, którzy uwagi dla szkoły nie mają i najchętniej zapomnieliby o jej istnieniu. Wielu z nas niejednokrotnie stawiało sobie pytanie: dlaczego? Czyja wina, gdzie przyczyna? Dlaczego nie chodzi? Dlaczego nie lubi? Myślę, że dzisiaj należy te pytania postawić kolejny raz i to znacznie dobitniej, i koniecznie doszukać się odpowiedzi. A więc poznać powód, przyczynę, czyli poprawnie zdiagnozować. W przeciwnym razie nie ruszymy z miejsca i zamiast budować, będziemy rujnować (o relacjach myślę oczywiście) albo pozostawać w niemocy. A przecież nie tego chcemy.

W pokowidowej rzeczywistości jesteśmy zobowiązani do tego, aby dokładnie wiedzieć, czego najbardziej potrzebuje nasz wychowanek. Co jest dla niego ważne? Co lubi, a czego się boi?

Wiemy doskonale, że celem szkoły jest dbałość o harmonijny rozwój młodego człowieka. Dlatego też, przykładając się bardzo, szczególnie teraz, w naszych szkołach i w naszych klasach, powinniśmy podejmować takie działania, które zapewnią uczniom i wychowankom przede wszystkim poczucie bezpieczeństwa, przynależności i więzi z zespołem. A potem dopiero zajmować się poczuciem sukcesu, zadowolenia i całej reszty, co zapewne będzie można przełożyć na pojęcie zadowolenia i dobrego

samopoczucia. A więc dobrostanu. Dzisiaj musimy zadbać o to w sposób szczególny, ponieważ wymaga tego pokowidowa sytuacja. Nasze działania powinny być racjonalne i nastawione na obserwowanie, uważne słuchanie, analizowanie. Bez zbędnego pośpiechu i nadmiernych emocji.

Profesor Janusz Czapiński mówi, iż „...wydarzenia ostatnich miesięcy sprawiły, że nastąpiły wyraźne zmiany w naszych edukacyjnych społecznościach – czujemy, że znane nam, wypracowane działania, interwencje i strategie przestały wystarczać, by zapewnić względną równowagę emocjonalną i młodszym, i starszym (myślę tu o nauczycielkach i nauczycielach). W wielu miejscach na świecie (np. w Wielkiej Brytanii, Irlandii, Finlandii, Holandii czy Australii) zauważa się tę perspektywę i proponuje wdrażanie konkretnych programów na rzecz dobrostanu szkolnych społeczności. Programy te są oparte na psychologii pozytywnej i wspierane przez treningi uważności (mindfulness), kursy redukcji stresu czy pracę z emocjami. (...) W czasie, kiedy przyglądamy się na nowo istotnym dla nas wartościom i pytamy siebie i innych osób o ich rozumienie. Być może jednak właśnie dlatego warto się zastanowić – może po raz kolejny – co jest ważne, by szkoła jawiła się jako miejsce mądrej nauki, ciekawego doświadczenia, spotkania z nowym, rozmowy o rzeczach ważnych”. (2).

J. Czapiński powołuje się także na badania, które wskazują jednoznacznie, że dobrostan człowieka jest jednym z najważniejszych czynników kształtujących jakość życia. Potwierdzają też one, iż dla ogromnej liczby ludzi najistotniejsze są wspierające, pozytywne relacje międzyludzkie. Dobrostan psychiczny oznacza afirmującą postawę wobec życia, a zdrowie (zarówno psychiczne, jak i fizyczne) jest fundamentalnym warunkiem dobrego życia.

Przestrzeń szkolna, czyli edukacyjno-wychowawcza, w której funkcjonuje uczeń i nauczyciel, to obszar wzajemnych oddziaływań, relacji. Jeśli będą pozytywne i wspierające, poprowadzą podmioty wzajemnych oddziaływań we właściwą stronę, w stronę dobrostanu.

Szkoły dbające o dobre samopoczucie uczniów (ich dobrostan), zdaniem Marty Florkowskiej-Borkowskiej, tworzą dla nich przede wszystkim bezpiecz-

na przestrzeń, w której mogą się nie tylko uczyć, lecz rozwijać się pod względem fizycznym, umysłowym, emocjonalnym, społecznym i duchowym, a także po prostu dobrze spędzać czas.

Wykazują również szczególną dbałość o wzmacnianie wiary w siebie swoich uczniów poprzez włączanie ich w działania związane z rozwiązywaniem problemów, trudnych spraw. Stwarzają możliwości do dyskusji, wygłaszania swoich opinii, samodzielnego podejmowania decyzji w sprawach ważnych dla ucznia. Uczą radzić sobie z porażkami, niepowodzeniami oraz wyciągać z doświadczeń wnioski. Takie aktywności rozwijają samodzielność i odpowiedzialność. Rodzą zaangażowanie, budują wiarę w siebie i swoje możliwości.

Ciągle rozbudzają też ciekawość uczniów. Nauczyciele dzielą się z nimi swoimi pasjami, zainteresowaniami. Swoją ciekawością świata i ludzi. Często udaje się im zarazić swoich wychowanków. Pokazują, że ciekawość i dziwienie się to klucze do budowania zaangażowania w działanie.

Tworzą uczniom wyzwania, gdyż są świadomi tego, że łatwe zadania są po prostu mniej atrakcyjne i wciągające. Duże, złożone tworzą przestrzeń do zastanawiania się, spierania, snucia domysłów, łączenia różnych rozwiązań i pomysłów.

Stwarzają też przestrzeń do samodzielności. Uczą więc brania odpowiedzialności, umiejętnego osiągnięcia celów własnych i wspólnych, wzmacniają poczucie przynależności. Kształtują relacje rówieśnicze i umiejętności społeczne.

Akceptują i doceniają. Dają zatem swoim uczniom to, czego oni tak bardzo w tym okresie rozwoju potrzebują. Promują ich działania i aktywności, wychodząc poza szkołę, wykorzystując do tego celu np. Internet.

Nauczyciele tych szkół, w ramach doskonalenia, rozwijają się również w obszarach bliskich uczniom. Są na bieżąco z nowinkami technicznymi, dokształcają się systematycznie. Rozumnie funkcjonują w sieci, wśród innych nauczycieli. Uczniowie obserwują, widzą zaangażowanie nauczycieli. Doceniają, a nawet podziwiają. Wyciągają wnioski, że warto wiedzieć i umieć. I, że warto też czasami słuchać tego, o czym mówi ich nauczyciel.

Nauczyciele nie boją się uczyć nowych rzeczy od swoich uczniów. Nie ukrywają tego. Podkreślają, że wzajemne uczenie się jest niezwykle cenną sprawą. Dzięki temu młodzi ludzie doświadczają, że człowiek uczy się i rozwija przez całe życie, także to dorosłe.

W takich placówkach zawsze najważniejszy jest człowiek, emocje i relacje. I to każdy nauczyciel i wychowawca ma w sercu i w głowie. Arystoteles powiedział pięknie „edukacja mózgu bez edukacji serca nie

jest w ogóle edukacją”. Już wtedy łączył wartość intelektu z siłą przeżywanych emocji.

Żadna placówka nie zapewni dobrostanu swoim uczniom bez dbałości o dobrostan zespołu nauczycielskiego. Każdy nauczyciel jest ważnym ogniwnem maszyny edukacyjnej. Wychowywanie i nauczanie to trudny, skomplikowany, wymagający ogromnego wysiłku proces. Koniecznym jest dbałość o siebie zarówno w sferze psychicznej, jak i fizycznej. Dobrze jest angażować się w zajęcia relaksujące, sportowe. Dbać o dobrą dietę. Budować swoją samoocenę, wiarę we własne możliwości. Lubić siebie, swoje pasje zainteresowania. I zawsze pamiętać, że nasze samopoczucie przekłada się na relacje z uczniami.

Nie zbudujemy dobrych relacji w radzie pedagogicznej bez umiejętności komunikacyjnych, bez życzliwości i empatii. W dzisiejszej bardzo złożonej rzeczywistości, językiem uwagi każdego szefa w każdej szkole i każdym środowisku powinna być szczególna dbałość o ich kształtowanie oraz budowanie więzi wszystkich podmiotów związanych z placówką.

Biorąc zatem pod uwagę słowa J. Czapińskiego, myślę, że warto byłoby pochylić się nad dotychczasowym systemem swoich poczynań (przede wszystkim wychowawczych). Może także nad podejściem do różnych szkolnych spraw, nad ich oceną, kwalifikacją. Być może czasem błądzimy? Czasem coś przeoczymy czy zbagatelizujemy? A przecież chcemy być skuteczni. Dzisiaj, przygotowując zmiany, powinniśmy pamiętać o tym, że pokowidowy kontekst naszych działań, jak mówi profesor, jest już całkiem inny.

Pewnie nikt z nas nie ma wątpliwości w kwestii tego, że szkoła powinna być dla ucznia bezpiecznym miejscem na ziemi. I to my, nauczyciele powinniśmy sprawiać by była to przestrzeń, gdzie po prostu można się czuć dobrze, spokojnie i szczęśliwie.

Dlatego też, w moim przekonaniu, tak niezwykle ważna jest rola szkoły w budowaniu tych wspierających, pozytywnych relacji międzyludzkich. Zawsze najważniejszy powinien być człowiek, emocje i relacje, a szkoła - miejscem mądrej edukacji, ciekawych doświadczeń i dobrych rozmów o sprawach i rzeczach dla młodych ludzi bardzo ważnych. Miejscem szczególnej dbałości o uczniowski dobrostan.

Bibliografia:

1. Dobrostan, [hasło w:] Encyklopedia PWN [online], <https://encyklopedia.pwn.pl/haslo/dobrostan;3893293.html>, [dostęp: 1.12.2020 r.]
2. J. Czapiński, *Psychologia szczęścia. Kto, kiedy, dlaczego kocha życie i co z tego wynika, czyli nowa odsłona teorii cebulowej*, Warszawa 2017.
3. M. Florkiewicz-Borkowska. *Jak wyzwalać w uczniach chęć do działania? Nauczycielskie drogowskazy*. Kulczyk Foundation. Czas na relacje.