

Niezbędnik Dobrego Nauczyciela

Redakcja: prof. dr hab. Anna Izabela Brzezińska



Seria IV

Monitorowanie rozwoju w okresie dzieciństwa i dorastania

TOM 5

Aleksandra Kram, Marta Molińska

Rozpoznanie zasobów nastolatka i środowiska rozwoju

Wczesna faza dorastania

wiek: 11/12–14/15 lat



KAPITAŁ LUDZKI
NARODOWA STRATEGIA SPÓJNOŚCI

IBE



*entuzjaści
edukacji*

UNIA EUROPEJSKA
EUROPEJSKI
FUNDUSZ SPOŁECZNY



Niezbędnik Dobrego Nauczyciela – seria IV

Monitorowanie rozwoju w okresie dzieciństwa i dorastania

Tom	1	2	3
Faza rozwoju	Wczesne dzieciństwo	Wiek przedszkolny	Wczesny wiek szkolny
Wiek w latach	0–2/3	2/3–5/6	5/6–8/9
Jakość środowiska domowego dziecka/nastolatka	1. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Środowisko fizyczne w domu i wokół domu</i>	1. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Środowisko fizyczne w domu i wokół domu</i>	1. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Środowisko fizyczne w domu i wokół domu</i>
	2. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Środowisko społeczne dziecka</i>	2. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Środowisko społeczne dziecka</i>	2. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Środowisko społeczne dziecka</i>
	3. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Sposoby wychowywania dziecka</i>	3. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Sposoby wychowywania dziecka</i>	3. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Sposoby wychowywania dziecka</i>
	4. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Domowa przestrzeń zabawy i nauki</i>	4. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Domowa przestrzeń zabawy i nauki</i>	4. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Domowa przestrzeń nauki</i>
	5. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Katalog zabawek</i>	5. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Katalog zabawek</i>	5. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Strategie korzystania z TIK</i>
	6. Kwestionariusz dla rodziców: RAZEM	6. Kwestionariusz dla rodziców: RAZEM	6. Kwestionariusz dla rodziców: RAZEM
Przebieg i efekty rozwoju dziecka/nastolatka	7. Tabela obserwacji dla rodziców i opiekunów: <i>Rozwój fizyczny dziecka</i>	7. Tabela obserwacji dla rodziców i nauczycieli: <i>Rozwój fizyczny dziecka</i>	7. Tabela obserwacji dla rodziców i nauczycieli: <i>Rozwój fizyczny dziecka</i>
	8. Kwestionariusz dla rodziców i opiekunów: <i>Kompetencja komunikacyjna dziecka</i>	8. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Kompetencja komunikacyjna dziecka</i>	8. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Kompetencja komunikacyjna dziecka</i>
	9. Kwestionariusz dla rodziców i opiekunów: <i>Regulacja emocji przez dziecko</i>	9. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Regulacja emocji przez dziecko</i>	9. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Regulacja emocji przez dziecko</i>
	10. Kwestionariusz dla rodziców i opiekunów: <i>Termometr emocji dziecka</i>	10. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Termometr emocji dziecka</i>	10. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Termometr emocji dziecka</i>
	11. Kwestionariusz dla rodziców i opiekunów: <i>Jak twórcze jest dziecko?</i>	11. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Jak twórcze jest dziecko?</i>	11. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Jak twórcze jest dziecko?</i>
	12. Kwestionariusz dla rodziców i opiekunów: <i>Rozwój poznawczy dziecka</i>	12. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Rozwój poznawczy dziecka</i>	12. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Rozwój poznawczy dziecka</i>
	13. Kwestionariusz dla rodziców i opiekunów: <i>Rozwój moralny dziecka</i>	13. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Rozwój moralny dziecka</i>	13. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Poczucie kompetencji u dziecka</i>
	14. Kwestionariusz dla rodziców i opiekunów: Zaufanie i autonomia dziecka	14. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: Inicjatywa dziecka	13. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: Poczucie kompetencji u dziecka
	15. Kwestionariusz dla opiekunów: <i>Środowisko fizyczne w żłobku</i>	15. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Środowisko fizyczne w przedszkolu</i>	14. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Środowisko fizyczne w szkole</i>
	16. Kwestionariusz dla opiekunów: <i>Klimat w żłobku</i>	16. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Klimat w przedszkolu</i>	15. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Klimat w klasie</i>
	17. Kwestionariusz dla opiekunów: <i>System organizacji żłobka</i>	17. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>System organizacji przedszkola</i>	16. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>System organizacji szkoły</i>
	18. Kwestionariusz dla opiekunów: RAZEM	18. Kwestionariusz dla nauczycieli: RAZEM	17. Kwestionariusz dla nauczycieli: RAZEM
	Funkcjonowanie dziecka/nastolatka w instytucji	19. Kwestionariusz dla opiekunów: <i>Strategie adaptacji dziecka w żłobku/klubie dziecięcym</i>	19. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Strategie radzenia sobie przez dziecko w sytuacjach trudnych</i>
20. Kwestionariusz dla opiekunów: <i>Dziecko w grupie</i>		20. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Strategie adaptacji dziecka w przedszkolu</i>	19. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Strategie radzenia sobie przez ucznia w sytuacjach trudnych</i>
21. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Zadowolenie dziecka ze żłobka/klubu dziecięcego</i>		21. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Dziecko w grupie</i>	20. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Strategie adaptacji ucznia w szkole</i>
22. Kwestionariusz dla rodziców i opiekunów: <i>Dziecko w relacjach z dorosłymi</i>		22. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Zadowolenie dziecka z przedszkola</i>	21. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Uczeń w grupie</i>
23. Kwestionariusz dla rodziców i opiekunów: Gotowość dziecka do pójścia do przedszkola		25. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: Gotowość dziecka do pójścia do szkoły	25. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: Gotowość ucznia do przejścia do klasy IV
		23. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Aktywność i postępy dziecka w przedszkolu</i>	23. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Aktywność i postępy ucznia w szkole</i>
		24. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Dziecko w relacjach z dorosłymi</i>	24. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Uczeń w relacjach społecznych</i>

Niezbędnik Dobrego Nauczyciela

Redakcja: prof. dr hab. Anna Izabela Brzezińska

Seria IV

Monitorowanie rozwoju w okresie dzieciństwa i dorastania

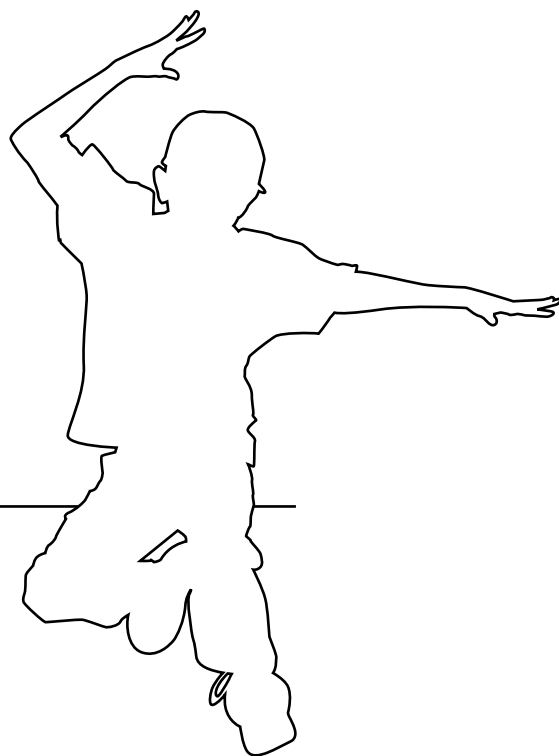
TOM 5

Aleksandra Kram, Marta Molińska

Rozpoznanie zasobów nastolatka i środowiska rozwoju

Wczesna faza dorastania

wiek: 11/12–14/15 lat



Redakcja serii Niezbędnik Dobrego Nauczyciela:

prof. dr hab. Anna Izabela Brzezińska, Zespół Wczesnej Edukacji, Instytut Badań Edukacyjnych w Warszawie

Autorzy Tomu 5 serii IV pt.: *Monitorowanie rozwoju w okresie dzieciństwa i dorastania*

mgr Aleksandra Kram, Instytut Psychologii, Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

mgr Marta Molińska, Instytut Psychologii, Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Konsultacja merytoryczna:

prof. dr hab. Anna Izabela Brzezińska, Zespół Wczesnej Edukacji, Instytut Badań Edukacyjnych w Warszawie

dr Julita Wojciechowska, Instytut Psychologii, Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

dr Beata Ziółkowska, Instytut Psychologii, Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Recenzent:

prof. dr hab. Stanisław Kowalik, Akademia Wychowania Fizycznego im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu

Wydanie I Tom 5

Wszystkie tomy i pakiet narzędzi gotowe do druku dostępne na stronie:

<http://eduentuzjasci.pl/dziecko-nastolatki/>

Wydawca:

Instytut Badań Edukacyjnych

ul. Górczewska 8

01-180 Warszawa

Tel. +48 22 241 71 00; www.ibe.edu.pl

©Copyright by Instytut Badań Edukacyjnych, Warszawa 2014

ISBN – 978-83-65115-04-1

Korekta, skład, łamanie, druk:

Business Point Sp. z o.o.

ul. Erazma Ciołka 11A/302

01-402 Warszawa

Tel. +48 22 188 18 72

biuro@businesspoint.pl

www.businesspoint.pl

Projekt okładki oraz koncepcja graficzna serii:

Beata Czapska, Instytut Badań Edukacyjnych w Warszawie

Publikacja opracowana w ramach projektu systemowego: *Badanie jakości i efektywności edukacji oraz instytucjonalizacja zaplecza badawczego*, współfinansowanego przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego, realizowanego przez Instytut Badań Edukacyjnych

Wzór pasów łowickich wykorzystanych w publikacji zainspirowany ilustracją z książki:

Świątkowska, J. (1953). *Strój łowicki*, seria „Atlas Polskich Strojoów Ludowych”, t. 7, cz. IV Mazowsze i Sieradzkie, z. 2,

Wrocław: Polskie Towarzystwo Ludoznawcze

Publikacja została wydrukowana na papierze ekologicznym

Egzemplarz bezpłatny

Spis treści

Wstęp	5
Rozdział 1. Nastolatek jako uczestnik badania	7
1.1. Wprowadzenie	7
1.2. Źródła informacji o rozwoju nastolatka	7
1.3. Pułapki w badaniach z udziałem nastolatków	8
1.4. Wskazówki dla rodziców i nauczycieli	9
Rozdział 2. Jakość środowiska domowego nastolatka	13
2.1. Wprowadzenie	13
2.2. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Środowisko fizyczne w domu i wokół domu</i> (1)	13
2.3. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Pełnienie ról społecznych przez nastolatka</i> (2)	14
2.4. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Sposoby wychowywania nastolatka</i> (3)	15
2.5. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Domowa przestrzeń nauki nastolatka</i> (4)	17
2.6. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Strategie korzystania przez nastolatka z TIK</i> (5)	18
2.7. Kwestionariusz dla rodziców i nastolatka: <i>RAZEM</i> (6)	20
Rozdział 3. Przebieg i efekty rozwoju nastolatka	23
3.1. Wprowadzenie	23
3.2. Tabela obserwacji dla rodziców i nastolatka: <i>Rozwój fizyczny nastolatka</i> (7)	23
3.3. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Kompetencja komunikacyjna nastolatka</i> (8)	25
3.4. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Regulacja emocji przez nastolatka</i> (9)	26
3.5. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Sposób wyrażania emocji</i> (10)	27
3.6. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Moja pomysłowość</i> (11)	27
3.7. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Wiedza o sobie</i> (12)	28
3.8. Scenariusz lekcji: <i>Rozwój moralny nastolatka</i>	29
3.9. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Moja tożsamość grupowa</i> (13)	31
Rozdział 4. Jakość środowiska instytucjonalnego nastolatka	33
4.1. Wprowadzenie	33
4.2. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Środowisko fizyczne w szkole</i> (14)	33
4.3. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Klimat w klasie</i> (15)	34
4.4. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Ja w społeczeństwie</i> (16)	35
4.5. Kwestionariusz dla nauczycieli i uczniów: <i>RAZEM</i> (17)	36

Rozdział 5. Funkcjonowanie nastolatka w instytucji	39
5.1. Wprowadzenie	39
5.2. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Moja motywacja do uczenia się</i> (18)	39
5.3. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Moje strategie radzenia sobie w sytuacjach trudnych</i> (19)	40
5.4. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Strategie adaptacji ucznia w szkole</i> (20)	41
5.5. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Uczeń w grupie</i> (21)	42
5.6. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Moje samopoczucie w szkole</i> (22)	44
5.7. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Moja orientacja życiowa</i> (23)	45
5.8. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Uczeń w relacjach społecznych</i> (24)	46
5.9. Gra socjometryczna dla uczniów: <i>Bezludna wyspa</i>	47
5.10. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Gotowość ucznia do przejścia do nowej instytucji</i> (25)	49
Zakończenie	51
Korzystano z...	52



Dominika Łuczak, 14 lat, SZCZĘŚLIWA PARA



Misia Jankowska, 14 lat

Wstęp



We wczesnym okresie dorastania nastolatek przechodzi z dobrze znanego mu środowiska szkoły podstawowej do nowej szkoły – gimnazjum, często w innej miejscowości. Wymaga to odnalezienia na nowo swojego miejsca w grupie, a także większej gotowości do samodzielnego zdobywania wiedzy. Jest to również czas licznych przemian w zachowaniu, które są pochodną przemian w funkcjonowaniu biologicznym, poznawczym i emocjonalno-społecznym. We wczesnym dorastaniu w rozwoju dominują przede wszystkim zmiany biologiczne zachodzące w ciele, w wyniku których nastolatek z dziecka staje się stopniowo dorosłym. Często są one na tyle gwałtowne i widoczne, że przystosowanie się do nich stanowi dla nastolatka i jego rodziny nie lada wyzwanie.

Z punktu widzenia dorosłego, nastolatek w niektórych obszarach sprawia wrażenie, jak gdyby zamiast pójść naprzód i stać się kimś dojrzałym, cofnął się do poprzednich okresów rozwojowych. Przykładowo, staje się chwiejny emocjonalnie, wybucha płaczem, złości się i irytuje, a zaraz potem ekscytuje. Łatwo wchodzi również w spory dotyczące spraw, które w rzeczywistości nie mają większego znaczenia, ale zależy mu na przedstawieniu swoich racji. Często nie zgadza się na postępowanie zgodne z regułami, które od zawsze funkcjonowały w środowisku rodzinnym, szkolnym czy rówieśniczym. Dorośli sprawujący opiekę nad nim zastanawiają się, jakie stawiać

granice i wymagania. Być może miewają wątpliwości, czy to trudne zachowanie to tylko „etap przejściowy”, czy może objaw, który należy potraktować poważnie. Ocenę tego może dodatkowo komplikować fakt, że nastolatki na tym etapie rozwoju mogą się od siebie znacznie różnić, gdyż tempo zmian związanych z dojrzewaniem u każdego z nich jest nieco inne.

Niepewność rodziców i nauczycieli co do przebiegu rozwoju młodzieży w pożądanym kierunku może pogłębiać fakt, że nastolatki często wycofują się ze świata dorosłych – stają się skryte i uciekają w świat wyobrażeń i różnych ideologii. Skąd zatem czerpać pewność, że dorastające dziecko prawidłowo się rozwija, skoro coraz mniej o sobie opowiada, częściej przebywa z rówieśnikami niż z opiekunami, broniąc dostępu do swego świata? Z pomocą przychodzą narzędzia do monitorowania rozwoju nastolatków zawarte w tym tomie. Umożliwiają one lepsze poznanie nastolatków, motywów ich postępowania, a ponadto środowiska, w którym żyją.

Proponujemy krótkie i łatwe w użyciu narzędzia do monitorowania czterech obszarów. Są to: (1) jakość fizycznego i społecznego środowiska domowego, (2) przebieg i efekty rozwoju nastolatka, (3) jakość fizycznego i społecznego środowiska szkoły i (4) funkcjonowanie nastolatka w szkole. Wszystkie te obszary są ściśle ze sobą związane i oddziałują na siebie, stąd niezbędne jest monitorowanie ich wszystkich, aby uzyskać jak najbogatszy obraz warunków rozwoju nastolatka, by w porę i w odpowiedni sposób móc reagować, dostosowując sposoby wychowywania, opieki i edukacji do jego potrzeb.

Wszystkie narzędzia, w postaci kwestionariuszy, opracowano w takiej formie, by można je było wydrukować. Dostępne są one w kolejności takiej, w jakiej omawiamy je w tym tomie, na stronie:

<http://eduentuzjasci.pl/dziecko-nastolatek/>



AG, 13 lat



Maciek Kowalski, 11 lat, BURZA

1

Rozdział

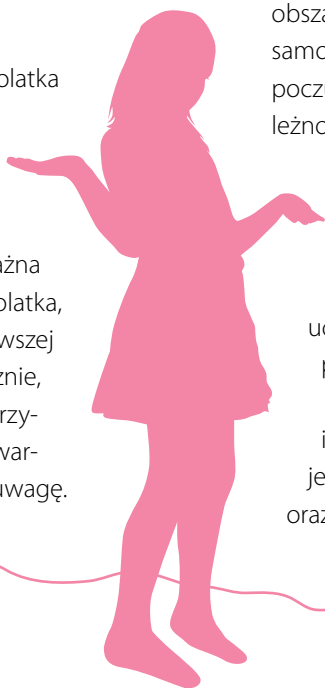


Nastolatek jako uczestnik badania

1.1. Wprowadzenie

Aby rozpoznać zasoby nastolatka, nie trzeba organizować specjalnej sytuacji „badania”. Ważna jest regularna obserwacja zmian, które zachodzą w sposobie komunikowania się nastolatka z innymi ludźmi, w okazywaniu emocji i radzeniu sobie z nimi, a także w relacjach z rówieśnikami. Taka obserwacja odbywa się podczas codziennych sytuacji, kiedy nastolatek zachowuje się tak „jak zazwyczaj”. Oczywiście wszelkie nietypowe wydarzenia również dostarczają ważnych informacji na temat rozwoju nastolatka, przede wszystkim jego możliwości adaptacyjnych i strategii radzenia sobie z problemami. Jednakże to jego zachowanie codzienne zawsze powinno być kryterium odniesienia.

Monitorowania rozwoju nastolatka może podjąć się każdy, kto ma z nim stały kontakt – rodzice, opiekunowie, wychowawca klasy czy nauczyciele różnych przedmiotów. Bardzo ważna jest perspektywa samego nastolatka, który udziela informacji „z pierwszej ręki” – nawet jeśli zbyt krytycznie, powierzchownie czy ironicznie przygląda się sobie bądź otoczeniu, warto zawsze brać jego zdanie pod uwagę.



1.2. Źródła informacji o rozwoju nastolatka

Monitorowanie rozwoju nastolatka pozwala na systematyczną ocenę jego możliwości, a w konsekwencji na stawianie adekwatnych do nich wymagań. Aby proces ten dostarczał rzetelnych informacji, powinien przebiegać trzema torami:

- **monitorowanie rozwoju nastolatka** – obserwowanie przebiegu rozwoju oraz osiągniętych efektów; chodzi tu o zbieranie informacji na temat zmian w obszarach: fizycznym, funkcjonowania poznawczego, językowego, komunikacji z otoczeniem, emocjonalnego oraz społecznego i moralnego, oraz na temat tego, jak nastolatek radzi sobie z tymi zmianami
- **monitorowanie otoczenia społecznego** – środowisko społeczne nastolatka jest obszarem, w którym może próbować różnych ról społecznych oraz wywiązywać się z obowiązków wynikających z pełnienia tych ról; środowisko społeczne jest ponadto ważnym obszarem ze względu na kształtującą się tożsamość grupową – nastolatek rozwija w sobie poczucie przynależności do grupy i współzależności z innymi
- **monitorowanie otoczenia fizycznego** – przestrzeń, organizacja i zróżnicowanie środowiska fizycznego mają znaczenie dla jakości uczenia się, pełnienia obowiązków czy odpoczynku; dla rozwijającej się tożsamości nastolatka ważne jest również to, czy i w jaki sposób może wpływać na swoje otoczenie, przekształcać je, urozmaicać oraz dostosowywać do swoich potrzeb.

Biorąc pod uwagę te trzy obszary – wzajemnie ze sobą powiązane – uzyskuje się nie tylko szeroki obraz warunków rozwoju nastolatka, ale także wiedzę o zasobach, które mogą rozwój wspierać, i o czynnikach ryzyka, które mogą go zakłócać.

W związku z tym, że nauczyciel obserwuje nastolatka tylko w pewnym wycinku dnia i w ściśle określonych okolicznościach – ma mniejszy dostęp do motywów jego działania, uczuć, myśli i przekonań niż rodzice czy opiekunowie. Powinien zatem korzystać z pomocy innych osób, aby uzyskać

możliwie najwięcej informacji o uczniu. Źródło informacji mogą stanowić rodzice i opiekunowie nastolatka, inni nauczyciele, poprzedni nauczyciele lub poprzedni wychowawca.

1.3. Pułapki w badaniach z udziałem nastolatków

Podjęcie regularnej obserwacji zachowania nastolatka wymaga pewnej wrażliwości i wiedzy na temat możliwych zagrożeń dla rozwoju na tym etapie życia.



Rodzice i opiekunowie jako źródło informacji

Pomimo rosnącej niezależności emocjonalnej nastolatka rodzice i opiekunowie:

- są wciąż najbardziej znaczącymi socjalizacyjnie dla nastolatka osobami, które obserwują jego zachowanie podczas typowych, codziennych aktywności, pełnienia obowiązków domowych, uczenia się, wspólnego spędzania czasu

- często jako pierwsi zwracają uwagę na zmiany w zachowaniu nastolatka
- są cennym źródłem informacji na temat otoczenia fizycznego i społecznego domu, a także przemian rozwojowych we wcześniejszych etapach życia
- są osobami, z którymi nastolatek styka się w codziennych, naturalnych sytuacjach, w związku z czym mają wiedzę na temat jego typowych zachowań – zatem szybko mogą zauważyć, że dzieje się coś niepokojącego.



Nauczyciele jako źródło informacji

- Obserwują nastolatka podczas pracy na lekcji – zarówno indywidualnej, jak i grupowej, w czasie przerw, wyjść na spacer, do kina, muzeum czy wycieczek i imprez szkolnych.
- Mogą wymieniać się informacjami o nastolatku z innymi nauczycielami i pracownikami szkoły.

- Są źródłem informacji o postępach nastolatka w nauce i jego postawie wobec obowiązków szkolnych, a także o jakości relacji z innymi osobami – uczniami i nauczycielami.
- Potrafią ocenić funkcjonowanie nastolatka w instytucji, a także jakość środowiska instytucjonalnego – zarówno pod kątem jakości otoczenia fizycznego, jak i społecznego.
- Przy monitorowaniu rozwoju nastolatka warto nauczycielską obserwację uzupełniać o obserwacje rodziców.



Nastolatek jako źródło informacji

- Jest najlepszym źródłem wiedzy o sobie, dlatego warto z nim jak najczęściej rozmawiać, pytać o zdanie w różnych kwestiach, zachęcać do autorefleksji.
- We wczesnej fazie dorastania nastolatek potrafi już dokonać samooceny, opowiedzieć o sobie, o swej motywacji do nauki, przekonaniach na temat szkoły czy rówieśników, o tym, jak radzi sobie w trudnych sytuacjach.

- Stale zdobywa wiedzę o sobie i dokonuje jej syntezy, w związku z czym często sam potrafi zasygnalizować, iż pojawiły się problemy, z którymi wcześniej nie miał styczności.
- Nauczyciel i rodzice mogą obserwować nastolatka, porównywać jego aktualne zachowania, wypowiedzi czy różne wytwory z wcześniejszymi i potem ewentualne podobieństwa czy różnice przeanalizować razem z nastolatkiem.

Pułapka „diagnozowania”

Stosując proponowane przez nas narzędzia, należy pamiętać, iż nie są to narzędzia profesjonalne, jakimi posługuje się pracownik poradni psychologiczno-pedagogicznej czy nawet psycholog bądź pedagog szkolny. Są one przeznaczone do codziennej, naturalnej obserwacji nastolatka i pomocne przy opracowywaniu metod pracy z nim. W znacznie większym stopniu, aniżeli we wcześniejszych etapach rozwoju, może korzystać z nich sam nastolatek. Warto uznać te narzędzia za zachętę dla młodego człowieka do refleksji nad tym, co przeżywa, jak sobie radzi w trudnych sytuacjach, w jaki sposób wyraża emocje – nie w celu „znalezienia problemu”, a w celu nakreślenia obszaru, który wymaga pracy nad sobą.

Pułapka etykietowania

Niezależnie od tego, kto korzysta z narzędzia, należy pamiętać, aby ostrożnie posługiwać się informacjami „Co to znaczy?” i „Co robić?”. Bardzo łatwo – po zauważeniu pewnych trudności w którymś z obszarów rozwoju – można przykleić nastolatkowi „łatkę” pewnej cechy i pod tym kątem postrzegać i opisywać dalsze jego zachowanie. Przykładowo w narzędziu *Strategie adaptacji ucznia w szkole* odnosimy się do trzech ścieżek adaptacji – twórczej, wycofania i buntu. Jeśli z obserwacji wynika, iż nastolatek posługuje się w znacznej mierze strategią buntu, jest to informacja, której celem nie jest nazwanie ogółu jego zachowań, będących źródłem trudności w szkole, ale udzielenie wskazówki, aby uwzględnić te trudności w organizacji jego nauki i nad nimi pracować.

Pułapka łatwości wydawania sądów

Monitorowanie powinno być przeprowadzane regularnie, bez pośpiechu i nadmiernego uogólniania. Przy każdym z narzędzi podajemy informacje „Co to znaczy?” i „Co robić?”, w których wyjaśniamy,

co oznacza wynik, czyniąc to ostrożnie. Mówiąc najogólniej, uzyskany wynik wskazuje co najwyżej kierunek, w którym podąża rozwój nastolatka, a nie stan „dobrego” czy „złego” rozwoju. Mówi nie tyle o tym, że nastolatek „ma problem”, „jest zaburzony”, ile wskazuje na istnienie pewnego ryzyka pojawienia się trudności. Zachęcamy ponadto do przyglądania się nastolatkowi przez dłuższy czas. Pojedyncza obserwacja niesie ze sobą ryzyko błędu spowodowanego np. chwilową niedyspozycją (np. sprzeczka z kolegą, przeziębienie), nie oznacza tym samym poważnych problemów rozwojowych. Niektóre nastolatki we wczesnym etapie dorastania rozwijają się w spokojnym, równym tempie, u innych nowe umiejętności pojawiają się nagle, po długim – zdaniem dorosłych – czasie „przestoju” (stagnacji). Większość narzędzi polecamy wykorzystywać wielokrotnie, w odstępach kilkutygodniowych bądź nawet kilkumiesięcznych.

Pułapka zbyt ogólnej/błędnej oceny

Jako ludzie mamy tendencję do upraszczania rzeczywistości, szybkiego i ogólnego wydawania osądów. Bywają takie sytuacje, w których szybka ocena potencjalnego zagrożenia rozwoju nastolatka jest bardzo ważna, ponieważ dzięki niej można natychmiast podjąć działania. Na ogół jednak możemy poddać obserwowany obszar wnikliwej analizie i zastanowić się, w jakich sytuacjach występuje dane zachowanie i co ono oznacza.

1.4. Wskazówki dla rodziców i nauczycieli

Nasze zalecenia można sprowadzić do kilku wskazówek dla rodziców i nauczycieli. Dobrze, aby nauczyciele, a szczególnie wychowawcy klas, rozmawiali z rodzicami swych uczniów o specyfice rozwoju w okresie wczesnego dorastania i uwrażliwiali ich na pewne kwestie. Mogą na przykład zorganizować dla nich warsztaty z udziałem psychologa czy pedagoga szkolnego.



DO ROZWAŻENIA I ZAPAMIĘTANIA...

10 dobrych rad dla rodziców: Jak lepiej poznać dorastającego nastolatka?

- Nie:** „Nie interesuj się jeszcze pieniędzmi”

Tak: Angażuj nastolatka w planowanie wydatków i zarządzanie budżetem rodzinnym. Bierz pod uwagę jego zdanie, rozmawiajcie o oszczędzaniu i rozsądnym kupowaniu.
- Nie:** „Jesteś na to za młody/a”

Tak: Zachęcaj nastolatka do samodzielności w codziennych sprawach, do opłacania rachunków czy zapisywania się na wizyty u lekarza rodzinnego.
- Nie:** „Bardziej przeszkadzasz, niż pomagasz”

Tak: Włączaj nastolatka w codzienne obowiązki, wykonujcie je razem, gdy tylko jest to możliwe, powierz mu takie obowiązki, które będzie wykonywał samodzielnie.
- Nie:** „Masz jakiegoś kolegę w tej szkole?”

Tak: Zachęcaj nastolatka do spotkań z rówieśnikami, zapraszania ich do siebie. Po zebraniach czy imprezach szkolnych rozmawiaj z rodzicami kolegów.
- Nie:** „Co było w szkole? Ile masz zadane? Jak poszedł sprawdzian?”

Tak: Jak najczęściej rozmawiaj z nastolatkiem, ale nie przepytuj go.
- Nie:** „Musimy poważnie porozmawiać”

Tak: Rozmawiaj przy każdej okazji, a nie tylko wtedy, gdy „coś się stało”.
- Nie:** „Co ty możesz wiedzieć o problemach dorosłych?”

Tak: Konsultuj się z nastolatkiem w sprawach dotyczących rodziny, w swoich sprawach zawodowych, gdy musisz rozwiązać jakiś problem.
- Nie:** „A co ty możesz o tym wiedzieć?”

Tak: Pytaj o opinie na różne tematy, o rady w różnych sytuacjach. Nastolatek może udzielić ciekawej odpowiedzi, ponieważ patrzy na problem z innej perspektywy.
- Nie:** „Daj mi odpocząć, zajmij się sobą!”

Tak: Nie lekceważ nastolatka, kiedy poszukuje kontaktu z tobą i proponuje np. wspólne zakupy czy spacer po mieście. To okazja do rozmowy, udzielenia porad.
- Nie:** „Za dużo czasu spędzasz z kolegami!”

Tak: Jeżeli nastolatek poświęca zbyt wiele czasu kolegom i cierpi na tym nauka, postaraj się wypracować wspólnie z nim zasady organizacji dnia; pamiętaj, aby nie izolować go od rówieśników, którzy są w tym wieku dla niego bardzo ważni.



DO ROZWAŻENIA I ZAPAMIĘTANIA...

10 dobrych rad dla nauczycieli: Jak lepiej poznać swoich uczniów?

1. Monitoruj funkcjonowanie i rozwój swoich uczniów regularnie. Stała obserwacja pozwoli uchwycić typowe zachowania nastolatka, które są układem odniesienia, kiedy uczeń zaczyna się zachowywać inaczej niż dotychczas, np. gdy nagle odmawia pracy w grupie lub przeciwnie, gdy nieoczekiwanie praca w grupie staje się jego ulubioną formą aktywności podczas lekcji.
2. Pamiętaj, że tempo zmian rozwojowych we wczesnej fazie dorastania jest często nierównomierne, nieprzewidywalne i że zarówno dziewczynki, jak i chłopcy znacznie się od siebie różnią.
3. Pamiętaj, że wiele trudności szkolnych nastolatka w tym okresie ma charakter przejściowy. W związku z tym możesz mieć czasem poczucie, iż nastolatek ma poważne problemy, podczas gdy to tylko „fałszywy alarm”. To bardzo ważne, że zauważasz pojawienie się chwilowych trudności u nastolatka, i tak samo ważne jest to, aby dostrzec ich ustępowanie.
4. Pamiętaj o kolejności uzyskiwania informacji: najpierw rozmawiaj z samym nastolatkiem, potem z innymi nauczycielami, rodzicami, a dopiero na końcu, o ile jest taka potrzeba, szukaj porady specjalisty (psychologa czy pedagoga szkolnego bądź w poradni psychologiczno-pedagogicznej).
5. Korzystaj z proponowanych przez nas narzędzi wielokrotnie, modyfikuj je stosownie do swoich potrzeb; rób notatki, porównuj swoje obserwacje sprzed roku/pół roku z bieżącymi.
6. Zachęcaj rodziców do systematycznego obserwowania nastolatka, użyczaj im narzędzi zawartych w tym tomie.
7. Nie przywiązuj się do swojej hipotezy lub przypuszczeń rodziców czy innego nauczyciela. Dopiero spojrzenie z różnych punktów widzenia, przez różne osoby, daje klarowny obraz sytuacji nastolatka.
8. Jeśli dostrzegasz problem czy też jakieś nieprawidłowości u nastolatka, postaraj się je jasno i jak najbardziej konkretnie zdefiniować.
9. Monitoruj środowisko nastolatka wykorzystując wszelkie jego zasoby do wspierania jego rozwoju. Przyglądaj się kontekstowi rozwojowemu młodego człowieka „oczami dorastającego nastolatka”, a być może zwrócisz wtedy uwagę na nowe aspekty środowiska.
10. Pamiętaj o nadrzędnych celach edukacji i wychowania w klasach I–III gimnazjum (i pod tym kątem przeprowadzaj monitorowanie): o zezwalaniu na swobodną eksplorację otoczenia społecznego i fizycznego, kształtowaniu poczucia odpowiedzialności za swoje czyny oraz udzielaniu wsparcia w trudnych sytuacjach.





Aleksandra J. Kram, 15 lat



Aleksandra J. Kram, 15 lat

2 Rozdział

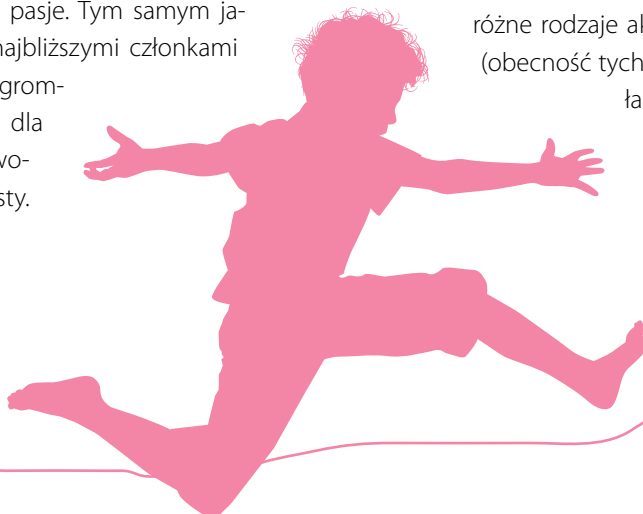


Jakość środowiska domowego nastolatka

2.1. Wprowadzenie

Środowisko domowe nastolatka we wczesnej fazie dorastania pełni dwie ważne dla niego funkcje. Z jednej strony jest miejscem, w którym nastolatek może podkreślać swoją indywidualność i kształtującą się właśnie niezależność emocjonalną od rodziny. Z drugiej strony, w chwilach przeżywania trudności, bezradności i doświadczania silnych emocji stanowi dla nastolatka „bezpieczną bazę” i źródło wsparcia. Jakość środowiska domowego ma też znaczenie dla wciąż umacniającego się poczucia kompetencji i odpowiedzialności, o ile rodzice poprzez odpowiednie wychowanie wzmacniają te obszary, zezwalając nastolatkowi na różnorodne samodzielne działania, stopniowo włączając go do współdecydowania o pewnych sprawach.

Domownicy często pełnią funkcję pierwszych doradców odnośnie zainteresowań i zajęć dodatkowych, dzięki którym nastolatek może rozwijać swoje pasje. Tym samym jakość relacji z najbliższymi członkami rodziny ma ogromne znaczenie dla dalszego rozwoju gimnazjalisty.



W tym też okresie przybywa nastolatkowi obowiązków szkolnych, dlatego warto przyrzeć się fizycznemu, czyli przestrzennym zasobom jego otoczenia, np. organizacji miejsca do nauki i odpoczynku.

2.2. Kwestionariusz dla nastolatka: *Środowisko fizyczne w domu i wokół domu*

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 1



Fizyczne środowisko rozwoju to wszystkie miejsca, które stanowią pewną ofertę działania, dają szansę eksploracji i aktywności. To między innymi przestrzeń domowa i okolicydomowa, w której można się uczyć, spędzać czas na ulubionych czynnościach, pełnić swoje obowiązki domowe czy odpoczywać. Tak naprawdę nie jest ważne, ile miejsca zajmuje ta przestrzeń, lecz to, aby był to „własny kawałek podłogi” – miejsce, w którym można pobyć czasem samemu lub w którym jest okazja, by zaaranżować coś według własnego pomysłu, np. poprzez naklejanie plakatów.

Przygotowany kwestionariusz służy do oceny zasobów fizycznego środowiska domu i wokół domu. Proponujemy przyrzeć się tym obszarom i zastanowić, czy odpowiadają potrzebom nastolatka, które można sprowadzić do trzech kategorii: (1) **różnorodności** (miejsca wyzwalające różne rodzaje aktywności), (2) **dostępności** (obecność tych miejsc w zasięgu pola działania) i (3) **bezpieczeństwa** (miejsca, które pozwalają na indywidualne działania i nie zagrażają osobie w nich przebywającej).

Jeżeli pojawiły się odpowiedzi „Trudno powiedzieć”

- Spróbuj obserwować dom i jego otoczenie, okolicę.
- Przyjrzyj się możliwościom działania w domu i wokół niego przez kilka kolejnych dni, przeanalizuj je i odpowiedz na pytania ponownie.

Jeżeli pojawiły się odpowiedzi „Nie”

- Przede wszystkim zastanów się, czy możesz coś zrobić sam, aby temu zaradzić – oczywiście nie każdą rzecz lub przestrzeń da się zmienić, ale często można zastosować pomysłowe rozwiązania, które zastąpią to, czego ci brakuje.

- Spróbuj poszukać różnych porad w Internecie lub czasopiśmie.
- Zanim dokonasz jakichkolwiek zmian, skonsultuj to z rodzicami i rodzeństwem, jeśli dzielisz z nim pokój.
- Jeżeli braki dotyczą przestrzeni wokół domu, zastanów się, co możesz zrobić, aby je wyeliminować, np. gdy będziesz jechać do pobliskiej miejscowości lub centrum miasta wspólnie z rodzicami, poproś, abyś mógł gdzieś spędzić godzinę lub dwie sam.
- Jeżeli braki dotyczą tylko jednej konkretnej kategorii, to zastanów się, dlaczego tak się dzieje, spróbuj dojść do tego, co jest faktyczną przyczyną tego stanu rzeczy – nie zawsze uda się ją wyeliminować, ale być może wspólnie z rodzicami wymyślicie sposób na to, jak sobie z tym poradzić.

NASTOLATKU – PAMIĘTAJ! RODZICU – PAMIĘTAJ!

- Podstawą wszystkich zmian jest szczerą i spokojną rozmowa.
- Nie stawiaj warunków, ale prowadź negocjacje.
- Zawsze proponuj różne rozwiązania i słuchaj uważnie tego, co mówią inni.
- Staraj się zrozumieć, dlaczego pewnych rzeczy nie wolno robić.

2.3. Kwestionariusz dla rodziców: Pełnienie ról społecznych przez nastolatka

**Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 2**



Nastolatek we wczesnej fazie dorastania zaczyna się stopniowo utożsamiać z rolami społecznymi, które pełni. Podstawowe z nich to rola członka rodziny, ucznia gimnazjum oraz członka grupy rówieśniczej. Określamy je rolami socjalizacyjnie znaczącymi, gdyż mają duże znaczenie dla rozwoju tożsamości nastolatka. Przygotowują go bowiem do pełnienia ról w życiu dorosłym – ról partnerskich, rodzicielskich, opiekuńczych, pracowniczych i obywatelskich.

Ważne jest jednak nie tylko efektywne pełnienie ról społecznych w obszarach socjalizacyjnie zna-

czących, ale i godzenie ich ze sobą. Oznacza to, iż nastolatek, spędzając wiele czasu z rówieśnikami, powinien godzić to z pełnieniem roli członka rodziny, a zatem przestrzegać reguł i zasad, które w niej panują, i nie porzucać ich na rzecz zasad wprowadzanych przez znajomych. Bardzo ważne jest również umiejętne godzenie roli ucznia z rolą „dobrego kolegi”, co nierzadko uruchamia dylematy, którym nastolatek musi podołać. Przykładem może być sytuacja, w której najlepszy kolega nastolatka prosi go, aby ten pozwolił mu ściągać na teście. Młody człowiek jest postawiony w sytuacji, w której dochodzi do konfliktu ról. Bardzo ważne jest, aby samodzielnie zdecydował, jak należy postąpić, i jakkolwiek wybierze możliwość, wziąć za ten wybór pełną odpowiedzialność.

Odpowiedzi w kwestionariuszu dla każdej z ról społecznych należy próbować interpretować osobno. Może się okazać, iż nastolatek, zgodnie z obserwacją rodzica, dobrze czuje się w roli członka rodziny i rówieśnika, ale niekoniecznie ucznia.

Pamiętaj, że chwilowe trudności nastolatka z wypełnianiem swoich obowiązków i przestrzeganiem reguł wprowadzanych przez dorosłych nie

świadczą o nieprzystosowaniu społecznym, a raczej o próbie „rozciągnięcia granic” i sprawdzania, na co może sobie pozwolić. Oprócz klarownych zasad nastolatek potrzebuje również dorosłych, którzy obdarzają go zaufaniem i są w stanie zrozumieć chwilowe niepowodzenia. Jeśli obserwuje się niepokojące zachowania przez dłuższy czas, warto zastanowić się nad formą pomocy, jaką można zaoferować nastolatce.

Większość odpowiedzi „Tak” lub „Raczej tak”

- Nastolatek prawdopodobnie nie ma trudności z pełnieniem ról społecznych i potrafi pogodzić je ze sobą – wywiązuje się z obowiązków domowych i szkolnych, równocześnie poświęcając czas na spotkania towarzyskie, co sprzyja budowaniu tożsamości grupowej.
- Z tych kontaktów nastolatek wynosi wiele doświadczeń, dzięki którym w przyszłości będzie mógł efektywnie pełnić role rodzinne, pracownicze czy obywatelskie.

Większość odpowiedzi „Nie wiem”

- Postaraj się jeszcze dłużej poobserwować nastolatka – uważaj, żeby nie czuł się przesłuchiwany czy podglądany.

- Być może potrzeba więcej spontanicznych rozmów z nim, rozpoczynanych przy okazji, które pomogą wydobyć z niego informacje – np. podczas wspólnego planowania weekendu lub podróży samochodem.

Większość odpowiedzi „Nie” lub „Raczej nie”

- Staraj się poświęcić nastolatce więcej czasu, okaż mu zaufanie i zrozumienie, spróbuj spokojnie porozmawiać z nim o jego trudnym zachowaniu i spytaj o jego przyczyny, dużo rozmawiaj z nim o tym, jakie odczucia budzi w tobie jego zachowanie i jakie uczucia może ono wywoływać u innych.
- Pomóż mu nawiązać dobre relacje z rówieśnikami, zaskocz ciekawym pomysłem na wspólne wakacje, docień jego zainteresowania i pomóż mu je rozwijać.

2.4. Kwestionariusz dla rodziców: Sposoby wychowywania nastolatka

**Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 3**



W toku wczesnego dorastania wzajemne relacje między nastolatkami a rodzicami muszą się ustalić na nowo. Już w środkowym wieku szkolnym dzieci dążą do coraz większej samodzielności oraz niezależności od opiekunów, ale dopiero w pierwszej fazie dorastania zaczynają okazywać te potrzeby z większą intensywnością. Ważnym zadaniem rodzica jest zachęcanie nastolatka do poszerzania zainteresowań, kręgu znajomych i poszukiwania nowych aktywności. Należy jed-

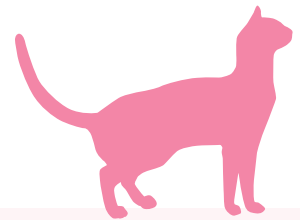
nak pamiętać, że wczesne dorastanie to czas, w którym nastolatki często poszukują silnych doznań i zachowują się w sposób ryzykowny. Dlatego też rodzic jednocześnie musi stawiać wyraźne granice i zawsze ingerować, gdy dostrzeża zagrożenie dla nastolatka.

Ustalanie nowych zasad we wspólnych relacjach i szukanie optymalnego rozwiązania pomiędzy nadmierną kontrolą a zbyt dużą swobodą staje się często źródłem konfliktów. Choć nastolatkom i ich rodzicom najczęściej pozostają w pamięci sytuacje trudne i nietypowe, to wpływ na to, jak nastolatek widzi swojego rodzica i na jakość ich wzajemnych relacji mają przede wszystkim spo-

soby wychowywania, które rodzic stosuje w codziennych sytuacjach.

W koncepcji **sytuacyjnego rodzicielstwa** bardzo ważna jest elastyczność rodziców w stosowaniu różnych stylów rodzicielskich. Oznacza to, że w zależności od sytuacji rodzic może przyjąć różne postawy. Może być to postawa, w której dominuje wysoki lub niski poziom dyrektywności (co przekłada się na rodzaj, liczbę nakazów i zakazów oraz poziom kontroli) oraz wysoki bądź niski poziom wsparcia emocjonalnego udzielanego

nastolatki. Co ważne, nie istnieje jeden optymalny styl wychowawczy. To, czy zachowanie rodzica wspiera rozwój dziecka, czy nie, zależy od jego dopasowania do okoliczności. Szczegółowa analiza zachowania rodzica pozwala ocenić, czy ma (we własnym przekonaniu) umiejętność rozpoznania poziomu dojrzałości swojego dziecka do wykonania zadania oraz umiejętność dopasowania do niego swoich oddziaływań wychowawczych.



NISKA ELASTYCZNOŚĆ



Co to znaczy?

- Nie jest ci łatwo dopasować swoje zachowania do umiejętności i chęci nastolatka do wykonania zadania.
- Nastolatek może się poczuć pozostawiony samemu sobie, szczególnie w sytuacjach, z którymi sobie nie radzi lub z którymi mierzy się po raz pierwszy.
- Może też być za mało przez ciebie motywowany do działania.



Co robić?

- Spędzać więcej czasu z nastolatkiem, aby nauczyć się rozpoznawać jego słabe i mocne strony, jego zainteresowania i to, co go „wciąga”.
- Wspierać, gdy popełnia błędy, wskazywać, jakie są sposoby wykonania zadania, gdy nastolatek wykonuje czynność po raz pierwszy lub nie radzi sobie z nią.
- Zadawać pytania o to, co stanowi problem, czego nastolatki potrzeba.

PRZECIĘTNA ELASTYCZNOŚĆ



Co to znaczy?

- Można powiedzieć, że twoje zachowanie jest zwykle prawie dopasowane do potrzeb nastolatka.
- Czasami nie rozpoznajesz, że nastolatek nie nabył jeszcze wystarczających umiejętności i potrzebna jest mu twoja rada i podpowiedź, jak należy się zabrać do pracy, aby wykonać ją dobrze.
- Z drugiej strony może mu też brakować twojego wsparcia emocjonalnego, zachęcania do działania, oparcia, szczególnie gdy poniosł porażkę.



Co robić?

- Przyglądać się nastolatki i dopytywać, co stanowi problem.
- Gdy zadanie przerasta nastolatka, cierpliwie wytłumaczyć mu i samemu pokazać, jak należy je wykonać.
- Wycofywać się dopiero, gdy nastolatek nauczy się nowej umiejętności, nabierze w czymś wprawy.
- Pocieszać w niepowodzeniach, zachęcać do dalszych działań mimo błędów i porażek.

WYSOKA ELASTYCZNOŚĆ



Co to znaczy?

- Dopasowujesz swoje zachowanie do umiejętności i chęci nastolatka do wykonania zadania:
 1. jeśli nastolatek zarówno posiada umiejętności, jak i czuje się pewnie, jedynie zlecasz mu wykonanie zadania
 2. gdy nastolatek potrafi coś zrobić, ale nie ma na to ochoty, wspierasz go, zachęcasz do działania
 3. gdy nie potrafi wykonać zadania, ale jest do tego chętny, tłumaczysz mu, na czym zadanie polega, sprawdzając, czy sobie z nim radzi
 4. gdy wykonuje zadanie po raz pierwszy albo sobie z nim nie radzi, służysz pomocą i wsparciem, aby nie zniechęcał się porażkami.



Co robić?

- Dalej odpowiadać na potrzeby nastolatka, starając się nie przeoczyć sytuacji, gdy staje przed zbyt trudnym zadaniem.
- Częściej niż dotąd stawiać w sytuacji konieczności dokonania wyboru i pozostawiać mu coraz więcej swobody w podejmowaniu decyzji.
- Zachęcać do samodzielnego działania, nawet gdy pojawią się przeszkody – niech najpierw sam szuka rozwiązania.
- Jeśli widzisz, że ma problem z podjęciem decyzji lub planowaniem działań, staraj się z nim porozmawiać i wspólnie przeanalizować różne „za” i „przeciw”.
- Doceniaj pomysłowość i chęci nastolatka, przede wszystkim wysiłek, jaki wkłada w to, co robi, nawet gdy nie osiąga zaplanowanego celu czy doświadcza niepowodzeń.

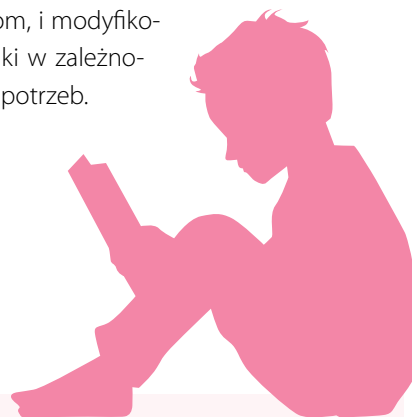
2.5. Kwestionariusz dla rodziców: Domowa przestrzeń nauki nastolatka

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 4



Gimnazjalista spędza na nauce znacznie więcej czasu aniżeli w szkole podstawowej. Uczy się nowych przedmiotów, do których często potrzebne są specjalne przybory, narzędzia i przede wszystkim miejsce do nauki, w tym odpowiednie warunki (np. temperatura w pokoju, porządek, cisza). Warto pamiętać, że zadaniem rodziców jest włączanie nastolatka w **organizację przestrzeni**

nauki i zachęcanie do **samodzielnego jej zagospodarowania**. Nastolatek powinien potrafić sam ocenić, czy warunki odpowiadają jego potrzebom, i modyfikować te warunki w zależności od swoich potrzeb.



Większość odpowiedzi „Tak”

- Prawdopodobnie przestrzeń fizyczna odpowiednio wspiera naukę nastolatka i pomaga zaspokajać jego potrzeby.
- Poprzez proste nawyki organizacji własnej nauki w takiej optymalnej przestrzeni nastolatek buduje podstawy do rozwijania kompetencji związanych z szerszą rozumianą organizacją własnego działania i zarządzania swym czasem – a więc kompetencji niezbędnych nie tylko na dalszym etapie edukacji, ale również w dorosłym życiu.

Większość odpowiedzi „Trudno powiedzieć”

- Przede wszystkim porozmawiaj z nastolatkiem – zapytaj o zdanie na temat miejsca do nauki, jakie by mu odpowiadało, w którym czułby się najlepiej; porozmawiajcie też szerzej o tym, w jakich warunkach ludziom pracuje się lepiej, a w jakich gorzej.
- Dowiedz się też, co mu przeszkadza, i spróbujcie razem zdecydować, czy warto poprawić coś w miejscu do nauki – przeanalizujcie wspólnie tę przestrzeń pod kątem wyróżnionych w kwestionariuszu kategorii.

Większość odpowiedzi „Nie”

- Prawdopodobnie przestrzeń nauki nastolatka wymaga reorganizacji. Zwróć uwagę, w której z kategorii zaznaczyłeś najmniej znaków „X”, i zastanów się, co w największym stopniu utrudnia mu naukę.
- Pamiętaj, iż na jakość funkcjonowania uwagi, pamięci czy planowania działania mają wpływ warunki, w jakich nastolatek się uczy – dlatego też przede wszystkim należy okre-

ślić, czy w przestrzeni do nauki nie ma dystraktorów, a więc tego wszystkiego, co może rozpraszać uwagę nastolatka.

- Warto pamiętać o tym, aby młody człowiek kształtował zdrowe nawyki podczas nauki – dbał o odpowiednie oświetlenie i postawę, a także robił przerwy w uczeniu się.
- Pamiętaj, że czasem niewielkie zmiany mogą pomóc w udogodnieniu przestrzeni domowej dla nastolatka i okazać się dla niego dużym wsparciem!

2.6. Kwestionariusz dla rodziców: Strategie korzystania przez nastolatka z TIK (technologii informacyjno- -komunikacyjnych)

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 5



Poziom **kompetencji cyfrowych** wśród uczniów gimnazjum wzrasta – nastolatki sprawnie posługują się różnymi programami, świetnie znają się na sprzęcie komputerowym i mają bogatą wiedzę na temat wszelkich nowości technologicznych. Większość z nich ma konta na portalach społecznościowych i za ich pomocą komunikuje się z innymi. Z drugiej strony, przez Internet mogą poszukiwać

nowych znajomych, przysyłać innym swoje zdjęcia w celu potwierdzenia, że są atrakcyjni fizycznie, czy szukać akceptacji dla swoich poglądów. Są to zachowania, które w pewnym momencie mogą wymknąć się spod kontroli, stając się dla młodego człowieka po prostu niebezpieczne.

Proponujemy przyjrzeć się, w jaki sposób nastolatki traktuje nowoczesne technologie. Dzięki temu możliwe będzie rozpoznanie obszarów, w których można stawiać przed nim nowe zadania, dające okazję do rozwijania umiejętności, a także rozpoznać ewentualne czynniki ryzyka, co pozwoli zapobiec nadmiernemu używaniu np. komputera i niewłaściwemu korzystaniu z niego.



Filip Starzec, 12 lat, OKRĘT

Tabela 1**Czym są nowe technologie informacyjno-komunikacyjne (TIK) dla nastolatka**

TIK jako sposób na nudę	TIK jako czynnik zachowań ryzykownych	TIK jako przydatne narzędzie
Co to znaczy?		
<ul style="list-style-type: none"> nastolatek traktuje nowoczesne technologie jako sposób na zabicie czasu nie angażuje się w inne zajęcia, które wydają mu się mniej atrakcyjne zagrożeniem może być izolacja od rówieśników, członków rodziny, zaniedbywanie obowiązków oraz wycofanie nastolatka w świat wirtualny skutkuje to brakiem treningu w samodzielnej organizacji czasu i swojej pracy 	<ul style="list-style-type: none"> TIK może stać się dla nastolatka zagrożeniem i czynnikiem ryzyka wystąpienia problemów – w zachowaniu oraz w stanie zdrowia anonimowość oraz dostęp do witryn internetowych sprawiają, że nastolatek może stać się ofiarą przestępców internetowych zagrożeniem jest nadużywanie komputera, które może doprowadzić do spadku koncentracji uwagi, bezsenności, nawet pojawienia się agresji 	<ul style="list-style-type: none"> komputer oraz inne nowoczesne technologie są dla nastolatka czymś użytecznym oraz funkcjonalnym prawdopodobnie dostrzega on w nich zarówno źródło wiedzy, jak i rozrywki TIK wspiera rozwój nastolatka – zarówno poznawczy, jak i społeczny
Co robić?		
<ul style="list-style-type: none"> kontroluj, ile czasu nastolatek spędza, korzystając z TIK – zachęcaj go do samokontroli, czyli do samodzielnego monitorowania tego, jak długo dziennie używa TIK oraz czym się zajmuje wspólnie ustalcie priorytety, np. najpierw wykorzystanie TIK w celu rozwiązania problemu, odnalezienia informacji lub wykonania pracy domowej, a potem rozrywka zachęcaj nastolatka do rozmowy o plusach i minusach takiego stylu korzystania z TIK, zwracaj jego uwagę na konsekwencje, które aktualnie z tego wynikają i które mogą pojawić się w przyszłości proponuj alternatywne formy spędzania czasu, w tym aktywność fizyczną, kontakty z rówieśnikami w rzeczywistym świecie, pomoc w domu zwracaj uwagę nastolatka na to, co traci, spędzając większość czasu w świecie wirtualnym 	<ul style="list-style-type: none"> należy określić zasady korzystania z TIK i na ich podstawie opracować wspólnie z nastolatkiem domowy regulamin należy być bardzo konsekwentnym, ale jednocześnie zachęcać nastolatka do samokontroli należy zwiększyć nadzór w przypadku, gdy nastolatek nie będzie sobie sam radził warto zwracać nastolatkowi uwagę na konsekwencje ryzykownego postępowania (np. podawania obcym osobom swojego adresu, przesyłania zdjęć) należy zachęcać nastolatka do innych zajęć, również w towarzystwie rówieśników lub dorosłych – np. do rozwijania własnych zainteresowań, gier planszowych, aktywności na świeżym powietrzu 	<ul style="list-style-type: none"> warto zadbać o to, aby korzystanie z TIK pozytywnie przyczyniało się do rozwoju nastolatka warto zapoznać nastolatka z licznymi platformami edukacyjnymi, a także zachęcać go do dalszego rozwijania swoich kompetencji cyfrowych warto trenować z nastolatkiem selektywne i krytyczne wyszukiwanie informacji za pomocą TIK, a także włączanie nowoczesnych technologii w codzienne życie (np. tworzenie galerii internetowej po wycieczce do muzeum) warto wspierać współpracę nastolatków przez używanie TIK, np. poprzez udostępnianie forów internetowych, na których mogą dyskutować i dokonywać wyborów (np. poprzez ankietę „Co zobaczymy w naszym mieście podczas następnej wycieczki?“, „Jaka będzie kolejna gra terenowa?“)

2.7. Kwestionariusz dla rodziców i nastolatka: RAZEM

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 6

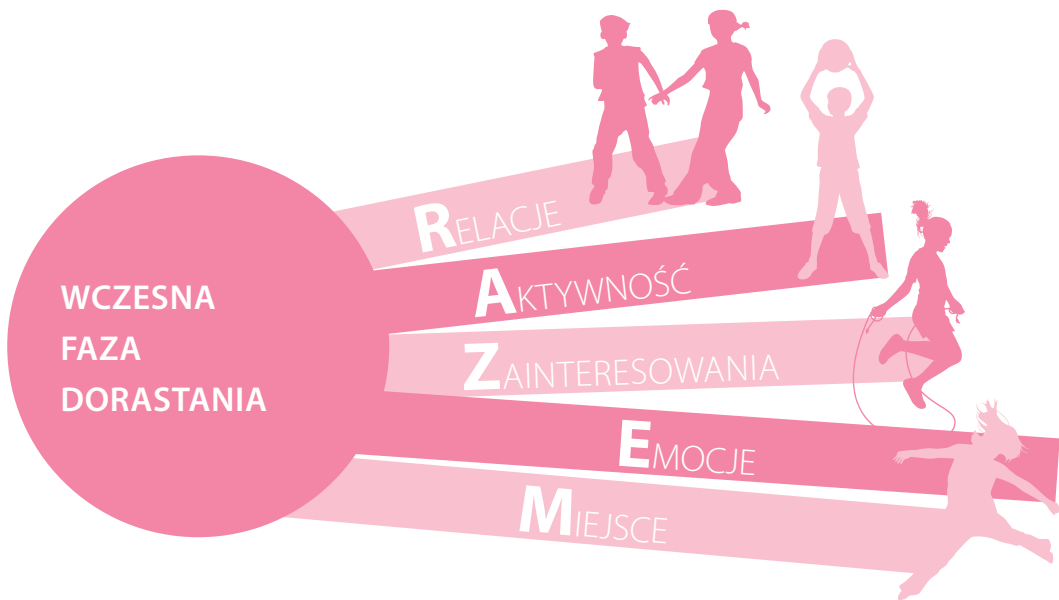


Kwestionariusz zachęca do refleksji nad tym, jak rodzice mogą wspierać rozwój nastolatka. W słowie „RAZEM” ukrytych zostało kilka wskazówek, które z jednej strony pozwolą wyjść naprzeciw zróżnicowanym potrzebom nastolatków, a z drugiej pozwolą rozwijać zasoby potrzebne im we współczesnym świecie:

- R – relacje z innymi ludźmi
- A – aktywność
- Z – zainteresowania
- E – emocje i samoregulacja
- M – miejsce.

Okres wczesnego dorastania to czas, w którym rośnie znaczenie grup rówieśniczych, a spędzanie czasu z rodziną może być postrzegane jako mniej atrakcyjne. Jednocześnie dom rodzinny jest nadal najważniejszym miejscem rozwoju nastolatka. Jest to tym bardziej ważne, że w późnym okresie dorastania wybór możliwych ścieżek rozwoju znacznie się poszerza. Rodzice, podejmując się różnych aktywności z dorastającym dzieckiem, mogą pomóc mu wybrać właściwą dla niego ścieżkę rozwoju i przygotować go na wyzwania z nią związane.

Tabela 2 wskazuje, co może być rozwojowym efektem działań rodzica bądź rodziny w każdym z obszarów „R-A-Z-E-M”. Warto zwrócić uwagę szczególnie na te z nich, w których postawiono najmniej znaków „X”. Może to wskazywać na defi-



cyt pewnych istotnych we wczesnej fazie dorastania aktywności lub podkreślać, które z nich mogłyby się pojawiać częściej. Uzyskane wyniki pokazują też, czego prawdopodobnie brakuje w organizacji czasu nastolatka, a na co rodzic powinien zwrócić szczególną uwagę i czemu poświęcić nieco wię-

cej swego czasu. W przypadku gdy kwestionariusz jest wypełniany przez całą rodzinę, podpunkty z tabeli 2 można przeczytać po wspólnym przeanalizowaniu odpowiedzi. Mogą one zachęcić do dyskusji nad tym, czego w rodzinie brakuje, a co jest jej mocną stroną.

Tabela 2
RAZEM – jakie powinny być efekty działań rodziców?

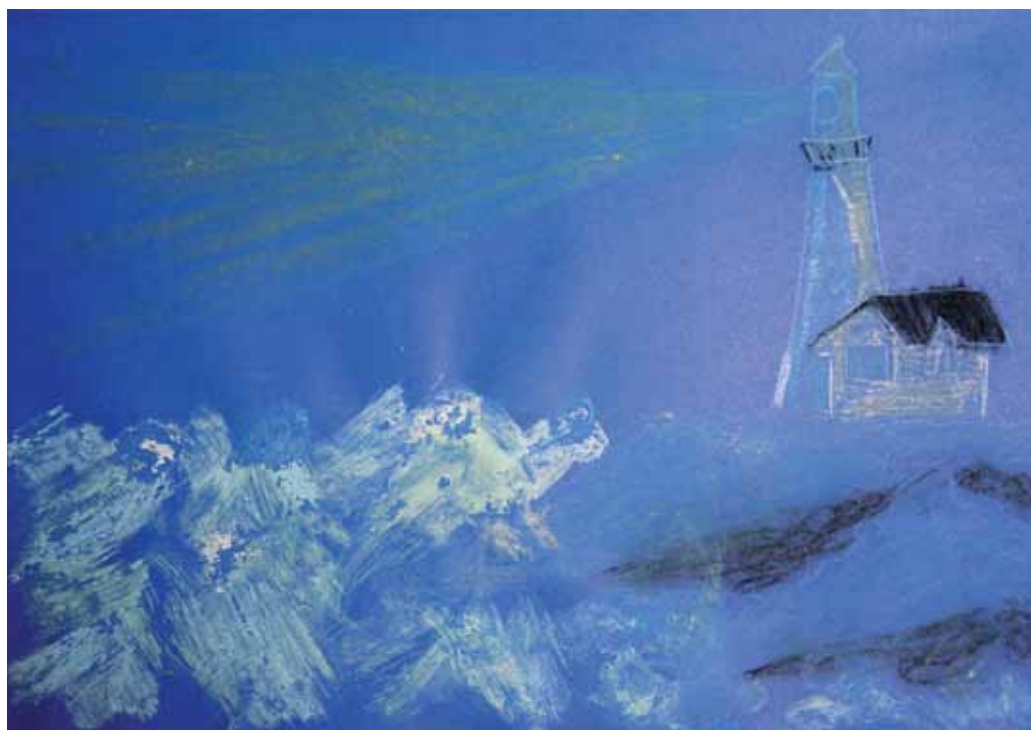
Relacje	<p>Przygotowanie nastolatka do satysfakcjonującego funkcjonowania z innymi ludźmi</p> <ul style="list-style-type: none"> • współpraca i efektywne formy komunikacji • umiejętność rozwiązywania konfliktów, gotowość do działania na rzecz grupy • poszukiwanie i udzielanie wsparcia, a także korzystanie z niego • budowanie związków, relacji koleżeńskich i przyjaźni – przechodzenie od wspólnej zabawy do bliskich relacji z rówieśnikami • rozwijanie partnerstwa w relacjach z dorosłymi
Aktywność	<p>Przygotowanie do podejmowania różnych działań, rozwijanie samodzielności, wytrwałości i odwagi</p> <ul style="list-style-type: none"> • podtrzymywanie i rozbudzanie ciekawości, gotowość do poszukiwania i zadawania pytań • gotowość i odwaga doświadczenia, eksperymentowania, próbowania • satysfakcja z samodzielności • gotowość do partnerskich relacji z rodzicami • nauka planowania i monitorowania działań, w tym przewidywania skutków własnych działań w przyszłości
Zainteresowania	<p>Przygotowanie do łączenia nauki, pracy, zabawy i odpoczynku</p> <ul style="list-style-type: none"> • podtrzymywanie ciekawości i naturalnej postawy twórczej • przekonanie, że nauka i praca mogą być przyjemne, choć tak jak zabawa wymagają wysiłku • przygotowanie do podejmowania przyszłych ról społecznych (np. pracownika) • samoregulacja w poruszaniu się między odpoczynkiem, zabawą, nauką i pracą – samodzielność w radzeniu sobie z obowiązkami szkolnymi • gotowość do wyznaczania sobie celów i ich twórczego realizowania – tworzenie pierwszych planów odnośnie własnej przyszłości
Emocje	<p>Rozwój gotowości do regulowania emocji, motywacji i zachowania</p> <ul style="list-style-type: none"> • głębsze rozumienie własnych emocji i ich przyczyn • gotowość do dzielenia się swoimi odczuciami • przejście od regulacji zewnętrznej do samoregulacji – skuteczniejsze radzenie sobie z labilnością emocjonalną • przekonanie, że świat emocji jest bezpieczny
Miejsce	<p>Zwiększenie świadomości swoich korzeni</p> <ul style="list-style-type: none"> • znajomość swojej miejscowości, gminy, zasad ich funkcjonowania • znajomość historii, tradycji i zwyczajów swojej małej ojczyzny • poczucie dumy z małej i dużej ojczyzny, z ludzi w nich żyjących i ze wspólnej tradycji – wzmacnianie własnej tożsamości i poczucia więzi ze społeczeństwem jako grupą • rozwój postawy obywatelskiej, zainteresowania społecznością lokalną, wrażliwości na potrzeby innych ludzi i poczucia odpowiedzialności za swoje bliskie otoczenie – przygotowywanie do pełnienia przyszłych ról obywatelskich



Wiktorja, 14 lat



Misia Jankowska, 14 lat



Aleksandra J. Kram, 12 lat

3 Rozdział



Przebieg i efekty rozwoju nastolatka

3.1. Wprowadzenie

Wczesne dorastanie to czas, w którym rozwój gwałtownie przyspiesza i powoduje znaczące zmiany w dotychczasowym funkcjonowaniu. Do najważniejszych zmian zalicza się kształtowanie myślenia hipotetyczno-dedukcyjnego, wzrost refleksyjności, rozwój autonomii osobistej oraz kształtowanie tożsamości grupowej. Wszystko to dzieje się w obliczu intensywnie zachodzących przemian biologicznych, których uwieńczeniem będzie uzyskanie dojrzałości płciowej. Nastolatek poszerza pole swoich działań i wykazuje się znacznie większą samodzielnością aniżeli w szkole podstawowej. Jest aktywny w trzech głównych środowiskach: domu rodzinnym, szkole i grupach rówieśniczych.

3.2. Tabela obserwacji dla rodziców i nastolatka: *Rozwój fizyczny nastolatka*

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 7



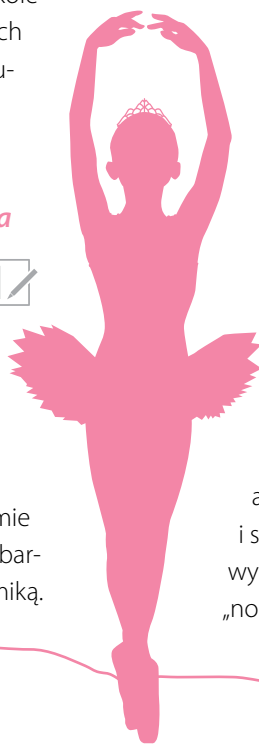
Wczesne dorastanie to czas nie tylko wielu zmian na poziomie funkcjonowania poznawczego, społecznego czy emocjonalnego, ale także, w związku z dojrzewaniem biologicznym, czas zmian na poziomie fizycznym. Na tym etapie rozwoju nastolatki bardzo różnią się od siebie jego tempem i dynamiką.

Tym samym kontrast między uczniami zwiększa się. Ulegnie stabilizacji dopiero pod koniec późnej fazy dorastania. Wszelkie niepokojące różnice, jak np. brak przybierania na wadze czy przeciwnie – masa ciała znacznie większa niż u rówieśników, są sygnałem, iż nastolatek wymaga konsultacji z lekarzem. Warto również pamiętać, iż w okresie dojrzewania mogą pojawić się różne dolegliwości, które są „skutkiem ubocznym” zmian zachodzących w ciele – np. bóle kręgosłupa, omdlenia czy zawroty głowy powodowane szybkim tempem wzrostu.

Dorastające nastolatki w odpowiedzi na zmiany w swoim organizmie często eksperymentują ze zdrowiem, przez co narażają się na niebezpieczeństwo jego utraty. Zarówno dziewczęta, jak i chłopcy mogą stosować drastyczne, niezdrowe diety bądź przeciwnie – tracić kontrolę nad ilością spożywanych pokarmów. W tej sytuacji dorośli stają w obliczu konieczności negocjowania z nastolatkiem, co będzie jadł, a czego nie zje. Warto

w tym czasie włączać młodego człowieka w planowanie i przygotowanie posiłków, zachęcając go do racjonalnego i regularnego odżywiania.

W tabeli 3 przedstawiono podstawowe aspekty rozwoju somatycznego nastolatka we wczesnej fazie dorastania (w kolumnie środkowej). Tabela ma służyć obserwacji zmian w rozwoju fizycznym oraz monitorowaniu różnych aspektów stanu somatycznego i samopoczucia, a nie przyporządkowywaniu stanu zdrowia do kategorii „normy” lub „braku normy”. W związku



z tym, iż nie jest to narzędzie służące do diagnozy lekarskiej, wszystko, co niepokoi dorosłych bądź nastolatka, powinno być jak najszybciej konsultowane z lekarzem.

W tabeli ujęto informacje odnoszące się zarówno do obecnego wieku nastolatka, jak i do poprzedniego oraz następnego okresu rozwojowego.

Dzięki temu rodzic, nauczyciel lub sam nastolatek mogą dokładniej monitorować zmiany zachodzące w rozwoju, wnioskować o przyczynach ewentualnych problemów zdrowotnych, które pojawiają się obecnie, oraz planować działania poprawiające stan zdrowia z uwzględnieniem perspektywy długoterminowej.



Tabela 3
Szkielet tabeli dotyczącej somatycznych aspektów rozwoju w okresie dorastania

Kategorie analizy i obszary wymagające szczególnej uwagi dorosłych	Wiek: 8/9–11/12 lat	Wiek: 11/12–14/15 lat	Wiek: 14/15–19/20 lat
	Środkowy wiek szkolny	Wczesna faza dorastania	Późna faza dorastania
1. WAGA			
Uwaga			
2. WZROST			
Uwaga			
3. SEN			
Uwaga			
4. ODŻYWIANIE			
Uwaga			
5. RUCH			
Uwaga			
6. HIGIENA			
Uwaga			
7. BEZPIECZEŃSTWO			
Uwaga			
8. ZDROWIE/ODPORNOŚĆ			
Uwaga			

3.3. Kwestionariusz dla rodziców: Kompetencja komunikacyjna nastolatka

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 8



Wysoki poziom **kompetencji komunikacyjnej** pozwala nastolatкови na swobodne porozumiewanie się z innymi, daje możliwość dostosowywania języka wypowiedzi do odbiorcy i uświadamiania

sobie tego, jaki wpływ wywiera on na innych poprzez własne wypowiedzi. W kwestionariuszu przedstawiono różne umiejętności potrzebne do efektywnego porozumiewania się z innymi. Pomocze to ocenić, w jakim stopniu nastolatek potrafi swobodnie rozmawiać z innymi, przekazywać własne opinie oraz słuchać tego, co inni mają mu do powiedzenia, a także czy potrafi elastycznie dostosować się do osoby, z którą rozmawia.

Większość odpowiedzi „Rzadko” i „Bardzo rzadko”

- Zastanów się, z czym nastolatek ma największe trudności (np. z jasnym i kulturalnym wyrażaniem swoich myśli) – niski poziom kompetencji komunikacyjnej może być spowodowany tym, że nastolatek ma mało zróżnicowane kontakty z innymi, np. rozmawia jedynie z rówieśnikami, używając „slangu młodzieżowego” lub porozumiewa się z innymi głównie przez Internet, w którym ukształtował się osobny język, bazujący na skrótach (np. „lol”, „btw”, „yolo”, „asap”) i odniesieniach do języka angielskiego (np. „selfie”, „friendsie”, „fejsik”).
- Aby zwiększyć kompetencję komunikacyjną, nastolatek powinien używać i języka młodzieżowego, i języka „formalnego”, obowiązującego w rozmowach z dorosłymi – rodzicami, nauczycielami, dziadkami. Warto zadbać o to, aby stawiać nastolatka wobec różnych zadań, w różnych sytuacjach, w których będzie musiał komunikować się z innymi, i wspomagać go w ich realizacji (np. zrobienie zamówienia przez telefon; wyjaśnienie babci, na czym polega obsługa telefonu komórkowego; uzgodnienie z sąsiadem kwestii wspólnego zbierania nakrętek lub uzyskanie od niego zgody na nieco głośniejsze odtwarzanie muzyki podczas imprezy urodzinowej).

Większość odpowiedzi „Czasami”

- Udzielaj na bieżąco informacji zwrotnych: chwal nastolatka za poprawne i czytelne dla innych sposoby wyrażania myśli oraz zwracaj uwagę na błędy komunikacyjne w sytuacjach, w których nastolatek nie rozpoznaje, z kim się komunikuje, nie dostrzega niestosowności swej wypowiedzi lub stosuje skróty myślowe.
- Stwarzaj okazje do obserwowania siebie jako rodzica w różnych sytuacjach społecznych, aby pokazać nastolatкови, w jak zmienny sposób dorośli komunikują się w zależności od kontekstu (np. składanie zeznania podatkowego, rozmowa z sąsiadem, rozmowa z wychowawcą w szkole itp.).

Większość odpowiedzi „Często” lub „Bardzo często”

- Komunikowanie się z innymi nie sprawia nastolatкови trudności, powinien poradzić sobie w wielu różnych sytuacjach. Warto więc dawać mu zadania, w których jego kompetencje będą potwierdzane, pozytywnie wzmacniane, a on sam będzie ich coraz bardziej świadomy. Można też angażować nastolatka w bycie dobrym modelem zachowań komunikacyjnych dla młodszego rodzeństwa.

WAŻNE...

Kompetencja komunikacyjna to również mowa ciała i sposób, w jaki przez gesty, modulację głosu, ubiór czy mimowolne ruchy przekazujemy innym różne informacje. Warto rozmawiać na ten temat

z nastolatkami, np. tworząc przestrzeń do dyskusji na tematy: „Co mówi nam wygląd innych osób?”, „Co my przekazujemy innym swoim wyglądem?”. Może być to również podstawa do prowadzenia zajęć z autoprezentacji, potrzebnej np. przy odpowiedziach ustnych lub prezentacjach na forum.

3.4. Kwestionariusz dla rodziców: Regulacja emocji przez nastolatka

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 9



Wczesny etap dorastania to czas, w którym nastolatek w dalszym ciągu rozwija w sobie zdolność **konceptualizacji emocji**, czyli wywoływania refleksji nad doświadczanymi emocjami i werbalizowania myśli dotyczących emocji. W dalszym ciągu trwa również **dystansowanie się poznawcze** od doświadczanych emocji, rośnie świadomość mechanizmu ich powstawania oraz kształtuje się kontrola emocji. Wraz z rozwojem myślenia refleksyjnego nastolatek często zastanawia się nad swoimi emocjami, uczuciami czy wrażeniami.

Nastolatki w różny sposób reagują na trudne, przekraczające ich możliwości zadania, nowe sytuacje

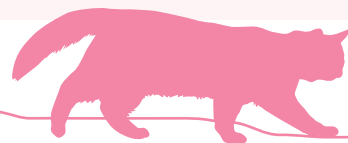
bądź przykre doświadczenia, które są ich udziałem. Niektórzy z nich, nawet w obliczu silnych negatywnych emocji, starają się panować nad sobą, przemyśleć zaistniałą sytuację i opracować plan działania – jest to sposób nazywany **orientacją na zadanie**. Inni potrzebują nieco więcej czasu, aby zabrać się do działania, muszą w pierwszej kolejności wyrzucić z siebie wszystkie emocje, czasem gwałtownie je wyładować i dopiero wówczas podjąć aktywność – jest to sposób nazywany **orientacją na emocje**. Umiejętna regulacja emocji może być rozwijana przez całe życie. Obydwa sposoby radzenia sobie z emocjami – orientacja na zadanie i orientacja na emocje – mogą okazać się efektywne w obliczu trudnej sytuacji. Ważne jest to, aby nastolatek stosował te strategie elastycznie, dobierając je do potrzeb sytuacji. Zdecydowanie powinien unikać kurczowego trzymania się tylko jednej strategii.

Więcej znaków „X” przy orientacji na zadanie

- Prawdopodobnie nastolatek w obliczu trudności preferuje działanie zamiast przeżywania uciążliwej sytuacji i ciągłego jej analizowania, działa zdecydowanie, sprawnie przygotowuje plan działania i stara się poradzić sobie z każdą przeszkodą, którą spotyka na drodze do osiągnięcia celu; taka postawa może świadczyć o wysokim poziomie poczucia kompetencji i skuteczności.
- Zwracaj uwagę nastotkowi, iż w życiu bywają takie sytuacje, które nie zawsze mogą zostać rozwiązane natychmiast, i czasem należy trochę odczekać, aby spojrzeć na problem z innej perspektywy.
- Przyjrzyj się także, czy nastolatek nie obarcza siebie zbyt często odpowiedzialnością za różne wydarzenia, na które nie ma wpływu – jeżeli tak się zdarza, pracuj z nim nad realną i adekwatną oceną sytuacji.
- Warto zwracać uwagę na te sytuacje, w których każdy doświadcza intensywnych przeżyć, a naturalną odpowiedzią na nie są silne reakcje emocjonalne.

Więcej znaków „X” przy orientacji na emocje

- Nastolatek może być bardzo wrażliwy emocjonalnie (co często zdarza się w pierwszej fazie dorastania) i mieć tendencję do głębszego przeżywania trudnych sytuacji oraz doświadczania w ich wyniku silnych emocji – złości, gniewu, poczucia krzywdy, urażonej dumy, smutku, wstydu – czasami może potrzebować więcej czasu, aby się uspokoić bądź wyładować.
- Zwróć uwagę, w jaki sposób nastolatek przeżywa trudną sytuację – być może czasami jego reakcje emocjonalne nie są adekwatne do sytuacji i przybierają formę zachowań społecznie nieakceptowanych; porozmawiaj z nim o tym, w jakich sytuacjach i miejscach można okazać gniew, frustrację czy zdenerwowanie spowodowane tym, że coś idzie nie po naszej myśli.
- Warto również zaproponować nastotkowi różne formy relaksacji i wskazać alternatywne strategie radzenia sobie z napięciem, jak sport, aktywny wypoczynek czy różnego rodzaju gry.



3.5. Kwestionariusz dla nastolatka: *Sposób wyrażania emocji*

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 10



Panuje dość powszechne przekonanie na temat nastolatków w wieku gimnazjalnym, iż zachowują się bardzo głośno, krzykliwe, są nadmiernie ekspresyjni i gwałtownie wyrażają swoje emocje. Do części młodzieży zapewne faktycznie taki opis pasuje. Inni zaś, starając się nadmiernie kontrolować swoje emocje, sprawiają, że stają się one niemal niezauważalne dla innych. Z jedną i z drugą skrajnością wiąże się zagrożenie, że emocje, których

doświadcza nastolatek, przestaną sygnalizować otoczeniu jego potrzeby.

Dla prawidłowego rozwoju nastolatka bardzo ważna jest jego świadomość własnych stanów emocjonalnych oraz tego, jakie wrażenie mogą one wywierać na innych. Dzięki temu nastolatek skutecznie będzie osiągał swoje cele w relacjach społecznych i radził sobie z trudnościami. Zdolność tę określa się mianem **kompetencji emocjonalnej**. Kształtuje się ona w toku socjalizacji, pod wpływem oddziaływań osób dorosłych, rówieśników, ale i w konsekwencji własnych prób okazywania emocji.

Jeśli z łatwością udało ci się odpowiedzieć na pytania

- Oznacza to, że nie tylko potrafisz trafnie rozpoznawać i nazywać różne swoje emocje, ale także przewidywać ich konsekwencje, a także wrażenie, jakie mogą wywrzeć na innych osobach. Jest to ważna umiejętność, bo dzięki niej możesz w porę zorientować się, jak twoje zachowania oddziałują na innych ludzi.
- Pamiętaj, że wszystkie emocje są istotne – zarówno te, które zaliczamy do pozytywnych i miłych, jak i te mniej przyjemne; ważne jest to, w jaki sposób je okazujemy i jakie zachowania im towarzyszą.

Jeśli miałeś trudności z udzieleniem odpowiedzi na pytania

- Być może rzadko zastanawiasz się nad tym, co czujesz i jak jest to odbierane przez innych – spróbuj przyjrzeć się różnym bohaterom lektur czy filmów. Czy czujesz się czasami podobnie do nich? Czy okazujesz emocje tak samo jak oni, czy w inny sposób? W jaki sposób najczęściej okazujesz swoje emocje pozytywne i negatywne, słabe i silne?
- Wszyscy różnimy się od siebie wrażliwością i niekiedy bardzo łatwo można kogoś urazić niechcący, dlatego bardzo ważne jest, abyś okazywał innym wprost to, co czujesz (np. ujawniał, kiedy jest ci przykro).

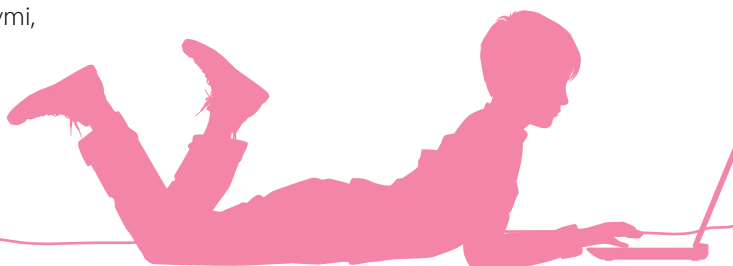
3.6. Kwestionariusz dla nastolatka: *Moja pomysłowość*

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 11



Nauka w gimnazjum to czas, w którym w coraz większym stopniu kładzie się nacisk na specjalizację uczniów w określonym kierunku, np. związanym z przedmiotami przyrodniczymi, ścisłymi bądź humanistycznymi. Uczniowie mają swoje ulubione lekcje, z którymi na ogół

wiążą się ich zainteresowania. W związku z tym często kształtują pewien typ myślenia związany z poszerzaniem wiedzy z danego zakresu i nastawiają się na rozwiązywanie zadań konkretnego rodzaju. Ponieważ każdy sposób myślenia służy innym celom, dobrze jest wspomagać ich rozwój u nastolatka, nie wyróżniając w sposób szczególny żadnego z nich.



TROCHĘ TEORII...

Myślenie produktywne to taki typ myślenia, który wiąże się z wytwarzaniem nowych informacji. Obejmuje on dwa sposoby myślenia:

- myślenie konwergencyjne – towarzyszy zadaniom „typowym”, czyli z określonym poprawnym rozwiązaniem (np. $5 \times 5 = ?$); dzięki temu można prawidłowo dokonać klasyfikacji, szeregowania, sprawnie posługiwać się zbiorami,

radzić sobie w codziennych typowych sytuacjach wymagających liczenia

- myślenie dywergencyjne – towarzyszy zadaniom „nietypowym”, czyli z wieloma możliwymi rozwiązaniami, w których wybór odpowiedniego zależy od przyjętego punktu widzenia (np. „Co by było, gdyby Mieszko I nie poślubił Dobrawy, a książę Witold spóźnił się na bitwę pod Grunwaldem?”); dzięki temu uczniowie, testując podczas rozwiązywania zadań wiele możliwych hipotez, przyjmują postawę badawczą.

Wiele odpowiedzi „Bardzo często” i „Często”

- Myślenie twórcze nie jest dla ciebie niczym trudnym i masz głowę pełną pomysłów, chętnie proponujesz różne, często nietypowe rozwiązania – warto pielęgnować w sobie tę cechę i szukać obszarów, w których można by ją ciekawie wykorzystać.
- Musisz jednakże uważać, aby nie zaniedbać myślenia konkretnego – w wielu sytuacjach jest ono bowiem niezbędne – staraj się stawiać granice twórczości, tam gdzie jest ona dla ciebie przeszkodą (np. przy oddawaniu prac w terminie, byciu punktualnym, braku zdecydowania).
- Poza tym, że dobrze jest mieć wiele pomysłów, trzeba też umieć wybrać najlepsze. Ważne, by wykorzystywać fantazję w celu osiągnięcia sukcesów szkolnych.

Wiele odpowiedzi „Czasami”

- Oznacza to, że najprawdopodobniej nie dominuje u ciebie myślenie konwergencyjne (nastawione na znalezienie jednego poprawnego rozwiązania). Staraj się jednak ćwiczyć swoją pomysłowość i uczyć się różnych sposobów, dróg rozwiązywania tego samego zadania.

- Zastanów się ponownie za dwa–trzy miesiące nad swoimi zachowaniami w sytuacjach problemowych – istotne będą różnice, które wówczas dostrzeżesz, oraz konsekwencje twojego zachowania w sytuacjach zadaniowych.

Wiele odpowiedzi „Rzadko” lub „Bardzo rzadko”

- Dominuje u ciebie myślenie konwergencyjne, czyli dążysz to szybkiego rozwiązania zadania, raczej nie lubisz rzucać pomysłami „jak z rękawa”.
- Postaraj się jednak ćwiczyć w sobie tę umiejętność, np. wchodząc w świat fikcji i wyobraźni – czytaj dużo literatury pięknej, oglądaj filmy, zwróć uwagę na sztukę nowoczesną.
- Zaczynaj małymi krokami, nie musisz od razu proponować gotowych rozwiązań, czasem jakaś myśl lub idea spontanicznie ujawniona w grupie może dać początek interesującej dyskusji.
- Pielęgnuj w sobie myślenie konkretne, które zapewne jest twoją mocną stroną, ale dawaj się ponieść marzeniom, gdy jest ku temu okazja – możesz zacząć od pytania siebie samego w różnych sytuacjach: „A co by było, gdyby sprawy potoczyły się odwrotnie?”.

3.7. Kwestionariusz dla nastolatka:

Wiedza o sobie

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 12



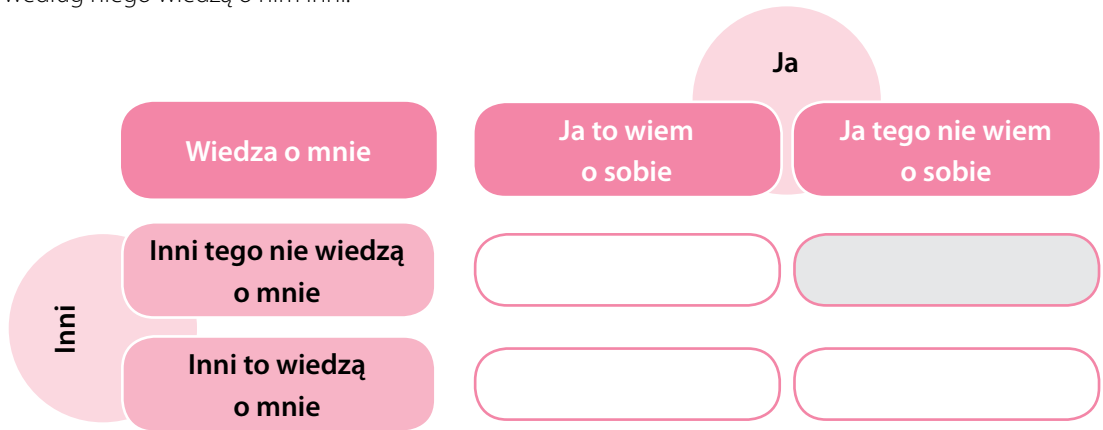
Wczesne dorastanie to czas, w którym nastolatek przyswaja nie tylko wiedzę z zakresu przedmio-

tów szkolnych, ale gromadzi również intensywnie wiedzę o sobie. Cennym źródłem takich informacji o sobie są dla niego osoby znaczące, jak rodzice, rówieśnicy czy nauczyciele, ale i on sam. Wiedza o sobie jest ważnym elementem rozwoju poznawczego nastolatka, gdyż dzięki rozwijającemu się myśleniu hipotetyczno-dedukcyjnemu jest on

w stanie odnosić się krytycznie zarówno do tego, co słyszy na swój temat od innych, jak i tego, co sam obserwuje i o sobie myśli. Na tej podstawie może zmienić swoje zachowanie lub rozwijać w sobie pewne cechy.

Narzędzie o nazwie *Okno Johari* służy do refleksji nastolatka nad sobą – nad tym, co o sobie wie i co według niego wiedzą o nim inni.

Okno Johari to cztery okienka. Do trzech wpisuje się informacje o samym sobie: (1) dostępne tylko sobie, a nie innym, (2) dostępne sobie i innym oraz (3) dostępne innym, a nie sobie. Czwarte okienko pozostaje puste (szary bloczek na rysunku 1).



Rysunek 1. Okno Johari – materiał do pracy w klasie.

TROCHĘ TEORII...

Narzędzie to zostało opracowane przez psychotherapeutów, aby pomóc ludziom lepiej poznać i zrozumieć własną percepcję rzeczywistości dotyczącą związków z innymi osobami. Uzyskuje się ją na podstawie pogłębiania samowiedzy i lepszego rozpoznania własnego obrazu siebie.

W koncepcji formowania obrazu siebie Józef Koziński wskazuje, iż około 12. roku życia nastolatek staje się zdolny do samorefleksji i refleksji dotyczących jego relacji z innymi. Osiąga więc „stadium samowiedzy dojrzałej”.

Na podstawie: Koziński, J. (1981). *Psychologiczna teoria samowiedzy*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe.

3.8. Scenariusz lekcji: *Rozwój moralny nastolatka*

Wczesne dorastanie to etap rozwoju, na który przypada stopniowe przechodzenie z poziomu konwencjonalnego do postkonwencjonalnego w rozumowaniu moralnym. Jak sama nazwa wskazuje,

jest to przejście (1) z etapu charakteryzującego się uznawaniem czynów za dobre lub złe zgodnie z konwencją obowiązującą w danej grupie społecznej do (2) etapu uznania zasad moralnych jako wyniku umowy społecznej i dostrzegania uniwersalnych zasad moralnych, jak godność człowieka czy ochrona jego życia. Na początku wczesnego

dorastania zasady moralne są nadal zewnętrzne, a źródło motywacji do ich przestrzegania stanowią inne osoby – rówieśnicy, rodzice, nauczyciele. Stopniowo jednak dochodzi do uwewnętrznienia tych zasad, a nastolatek samodzielnie dokonuje oceny danej sytuacji czy też rozważa hipotetyczne dylematy moralne.

Wczesne dorastanie to czas, w którym intensywnie rozwija się myślenie hipotetyczno-dedukcyjne. Nastolatek często zastanawia się nad różnymi alternatywnymi sposobami rozwiązywania problemów czy próbuje przyjąć podczas dokonywania oceny różne punkty widzenia i kryteria odniesienia. Warto to wykorzystać do pogłębiania rozwoju moralnego młodzieży poprzez odnoszenie się do realnych wydarzeń z życia społecznego prezentowanych w mediach, do różnych sytuacji z fabuły seriali, książek czy filmów czy wreszcie – do zdarzeń z życia codziennego.

Jest to ciekawy temat na przeprowadzenie lekcji wychowawczej, podczas której nastolatki będą rozważać różne sytuacje i oceniać, czy są one dylematami moralnymi, a jeśli tak, to jakie są ich możliwe rozwiązania. Warto wcześniej poprosić uczniów, aby się przygotowali i w grupach opracowali przy-

kłady dylematów. Mogą się inspirować zdarzeniami z życia codziennego, seriali, filmów lub książek, ale można też rozpocząć lekcję podaniem przykładu.

Tak przeprowadzona lekcja wychowawcza przynosi nauczycielowi wiele cennych informacji zarówno o poszczególnych uczniach, jak i o klasie jako całości. Warto jednak, by nauczyciel zwracał uwagę na kilka ważnych kwestii:

- Czy wszyscy uczniowie postrzegają sytuację jako dylemat moralny?
- Czy są tacy, dla których sytuacja jest jednoznaczna i oczywista?
- Czy uczniowie rozumieją, do jakich standardów lub norm odnoszą się w swoich wypowiedziach?
- Czy według uczniów istnieją jakieś normy uniwersalne?
- Czy uczniowie potrafią uargumentować swój punkt widzenia i swoje przekonania/opinie?
- Czy potrafią słuchać ze zrozumieniem innych i odnosić się do ich uwag?
- Jak głęboko potrafią analizować sytuację? Czy przyjmują perspektywę różnych osób?



Misia Jankowska, 14 lat



Ola Kozicińska, 14 lat, OKO



Przykład dla klasy

Przypuśćmy, że naukowcy opracowali w laboratorium substancję, która w drastyczny sposób oddziałuje na ludzki mózg i przekazywane w nim impulsy. Po wielu eksperymentach udało się ustalić, że po jej zażyciu ludzie zaczynają myśleć w bardzo podobny sposób. Ujednolicają im się poglądy, mają podobne preferencje, a zmiany te dotyczą właściwie wszystkich dziedzin życia – preferencji smakowych, wizualnych, sztuki, kultury popularnej, poglądów na społeczeństwo, gospodarkę, politykę. Entuzjaści twierdzą, że gdyby podawać tę substancję ludziom na całym świecie, to udałoby się wyeliminować większość konfliktów i nieporozumień zarówno na poziomie międzynarodowym, jak i w kontaktach międzyludzkich.

Organizacja pracy uczniów (propozycje do wyboru)

- Dzielimy klasę na dowolną liczbę zespołów i każdy z nich dostaje wszystkie pytania – powinny one również zostać zapisane na tablicy.

- Dzielimy klasę na osiem małych zespołów i wtedy po dwa z nich otrzymują na kartce jedno – to samo – pytanie.

- Dzielimy klasę na cztery zespoły i każdy z nich otrzymuje na kartce jedno – każdy inne – pytanie.

Pytania dla uczniów

- Czy zaryzykowałbyś podanie ludziom takiej substancji? Jakie dostrzegasz możliwe zagrożenia? Jakie widzisz możliwe korzyści?
- Co mogłoby się stać w sytuacji, gdyby jakaś osoba zaprzętała jej zażywania?
- Czy zgodziłbyś się, aby powstało osobne miasto (lub państwo) na świecie, w którym zgromadziliby się ludzie, którzy chcą się na stałe poddać działaniu takiej substancji?
- Czy uważasz, że naukowcy postąpili etycznie, podejmując się pracy nad taką substancją?

3.9. Kwestionariusz dla nastolatka:

Moja tożsamość grupowa

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 13



We wczesnej fazie dorastania rozwija się tzw. tożsamość grupowa. Nastolatki zaczynają rozumieć sens ról społecznych, które pełnią w rodzinie, gru-

pie rówieśniczej i szerszym otoczeniu społecznym. Zaczynają identyfikować siebie jako członków rodziny, grupy sąsiadów, paczki znajomych, dostrzegają podobieństwa między sobą i wytwarzają poczucie tożsamości społecznej – poczucie „my”. Pozwala im to na podzielenie czyichś opinii i identyfikowanie się ze wspólnymi celami, wartościami i zasadami obowiązującymi w danej grupie.

Większość odpowiedzi „Tak” lub „Raczej tak”

- Masz dosyć silne poczucie bycia członkiem jakiejś grupy i w swoich działaniach potrafisz kierować się jej dobrem; czujesz, że odgrywasz w tej grupie swoją rolę i masz poczucie powinności jej wypełniania; potrafisz „stanąć murem” w obronie interesów waszej paczki i starasz się nie zawieść zaufania, jakim obdarzyli cię inni.
- Pamiętaj, aby w swojej identyfikacji z grupą nie zatracić siebie i swojej indywidualności – oczywiście zasady grupowe są ważne, ale w skrajnych sytuacjach pamiętaj, aby kierować się własnym rozsądkiem.

Większość odpowiedzi „Nie” lub „Raczej nie”

- Nie masz poczucia identyfikacji z grupą, a nad wartości i zasady grupowe zawsze przedkładasz swoje własne; być może nie spotkałeś jeszcze takich osób, których poglądy podzielasz i z którymi łączą cię cele, lub czujesz się odrzucany przez grupę.
- Spróbuj porozmawiać o tym z nauczycielem bądź rodzicami, staraj się też zapoznać z grupą, zaczynając od znajomości z jednym z jej członków, zainteresuj się tym, co ich ciekawi, i umów się z kimś np. na wspólne wyjście do kina.
- Pamiętaj, że każdy człowiek zawsze pełni jakieś role wobec innych, więc ważne jest, aby otaczać się ludźmi, z którymi łączą cię silne więzi.



Agata Starzec, 13 lat, WOW



Magdalena Kram, 12 lat

4 Rozdział



Jakość środowiska instytucjonalnego nastolatka

4.1. Wprowadzenie

Nastolatek spędza w gimnazjum znacznie więcej czasu niż wcześniej w szkole podstawowej, dlatego też jakość środowiska szkolnego nabiera coraz większego znaczenia dla przebiegu jego rozwoju. Szkoła jest miejscem, w którym nastolatek może przekonać się, w czym jest dobry, co jest jego mocną stroną i jak jest odbierany przez innych (np. podczas publicznych występów, podczas rozwiązywania konfliktów w klasie). Środowisko szkolne, zaspokajające potrzeby nastolatka we wczesnej fazie dorastania, to przede wszystkim takie środowisko, które zachęca go do eksploracji. Nie chodzi tutaj wyłącznie o stymulowanie młodego człowieka do modyfikowania i wykorzystywania zasobów otoczenia fizycznego, ale także do celowego działania w otoczeniu społecznym – np. poprzez stwarzanie nastolatkom możliwości zróżnicowanej pracy na lekcjach, organizowania wspólnych przedsięwzięć i wydarzeń na terenie szkoły czy w jej otoczeniu.

Z punktu widzenia celów kształcenia monitorowanie środowiska szkolnego można uznać za rozpoznawanie, czy szkoła sprzyja realizowaniu zadań rozwojowych nastolatka. Zatem ważne jest, aby zasoby instytucji analizować i oceniać zarówno z punktu widzenia rozwijającej się tożsamości grupowej nastolatka, jak i dopiero kształtującej się tożsamości osobistej.

4.2. Kwestionariusz dla nauczycieli: *Środowisko fizyczne w szkole*

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 14



Przestrzeń fizyczna szkoły jest nieomalże tak samo ważna, jak przestrzeń domowa. To tutaj nastolatek przyswaja wiedzę i jest oceniany oraz podejmuje różne działania razem z rówieśnikami, którzy stają się mu coraz bliżsi. Przygotowany kwestionariusz przeznaczony jest dla nauczycieli i zawiera pytania odnoszące się zarówno do przestrzeni w budynku szkoły, jak i do sal lekcyjnych. Proponujemy przyjrzeć się otoczeniu fizycznemu w szkole i w klasie pod kątem ofert, które mogą zachęcać uczniów do różnorodnych działań.



Wskazówki dla nauczyciela

- Zastanów się, czy przestrzeń klasy/szkoły odpowiada potrzebom uczniów, czy jest do nich dostosowana – potrzeby te we wczesnej fazie dorastania są dosyć zmienne; warto o tym rozmawiać z uczniami i pytać ich o zdanie.
- Sprawdź, czy są miejsca, które nastolatki mogą dowolnie przekształcać i aranżować. Zastanów się, czy w klasie często zmieniana jest dekoracja, układ ławek.
- Zwróć uwagę, czy środowisko fizyczne sali lekcyjnej oraz szkoły umożliwia nastolatkom twórcze działania, czy pozwala na swobodne przemieszczanie się i czy jest bezpieczne.

Większość odpowiedzi „Zgadzam się” i „Raczej się zgadzam”

- Przestrzeń fizyczna w szkole oraz klasie jest dostosowana do potrzeb nastolatków, pozwala im na twórcze działania i „wyrażanie siebie”, co jest bardzo ważne ze względu na zwiększające się w tym wieku poczucie niezależności i indywidualności; z drugiej strony stwarza im szansę na podejmowanie wspólnych aktywności i spędzanie czasu razem, co zaspokaja potrzebę bycia z innymi.
- Warto w dalszym ciągu eksperymentować z przestrzenią szkolną i w maksymalnym stopniu włączać w to młodzież – np. poprzez wspólne przygotowywanie i organizowanie imprez szkolnych czy spotkań klasowych, a potem sprzątanie po nich.

Większość odpowiedzi „Nie wiem”

- Być może nigdy wcześniej nie zastanawiałeś się, czy przestrzeń w szkole odpowiada nastolatkom.
- Spróbuj porozmawiać o tym z innymi nauczycielami lub zbierz pomysły nastolatków (mogą je przedstawić anoni-

mowo, pisząc na karteczkach i wrzucając do tzw. „kapelusza”) i zastanów się, które miejsca w szkole można by zreorganizować, najlepiej wspólnie z młodzieżą.

- Spróbuj spojrzeć na szkołę i klasę oczami nastolatków – czy są tam miejsca, w których mogą wyrażać siebie i prezentować swoje pasje (np. w gazetce ściennej).

Większość odpowiedzi „Raczej się nie zgadzam” i „Nie zgadzam się”

- Być może nigdy wcześniej nie zastanawiałeś się (może to dotyczyć też innych nauczycieli bądź pracowników szkoły) nad tym, czy przestrzeń szkolna odpowiada potrzebom uczniów. Choć pewnie spełnia ona wymogi formalne, to może zostać jeszcze lepiej dostosowana do ich potrzeb.
- Pamiętaj, że odpowiednia przestrzeń fizyczna w szkole, która zaspokaja potrzeby nastolatków i umożliwia im naukę i odpoczynek, niekoniecznie musi powstać w wyniku sporego wkładu finansowego. Czasami wymaga jedynie drobnych, niezbyt kosztownych zmian bądź jest to możliwe w ogóle bez nakładów finansowych (np. odpowiedni układ stolików i krzeseł, wprowadzenie do sal „domowych” elementów czy wydzielone miejsce na korytarzu szkolnym na zdjęcia uczniów z ważnych dla szkoły uroczystości).

4.3. Kwestionariusz dla nauczycieli:

Klimat w klasie

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 15



Klimat, jaki panuje w klasie gimnazjalnej, może zachęcać nastolatków do poszerzania wiedzy na temat siebie i świata oraz eksplorowania otoczenia, czego skutkiem będzie efektywne formowanie ich tożsamości. Zależy to od tego, na ile wspiera on autonomię uczniów, czyli wiąże się z atmosferą otwartości, szczerości i dużego poziomu zrozumienia w relacjach uczniów z nauczycielami i uczniów ze sobą. Sprawia to, że u uczniów wzmacniana jest motywacja wewnętrzna do nauki i chętniej poszerzają oni własną wiedzę i zainteresowania.

Przeciwieństwem klimatu wspierającego autonomię jest klimat dyrektywny, który narzuca

uczniom wzmożoną kontrolę. Taki sposób prowadzenia zajęć wiąże się z przewagą stosowania kar i nagród zamiast wzbudzania ciekawości podczas motywowania uczniów do nauki. Konsekwencją takiego stylu może być osłabienie naturalnej w tym wieku tendencji do eksplorowania, testowania różnych ofert oraz poszerzania wiedzy o świecie i sobie.

Pytania pomocnicze dla nauczyciela

- W jaki sposób przekazujesz uczniom informacje zwrotne – szczególnie w sytuacjach, gdy odnoszą sukcesy i gdy doświadczają niepowodzeń?
- Jak reagujesz na typowe i nietypowe trudne sytuacje zaistniałe w klasie?
- W jakim stopniu pozwalasz uczniom wpływać na to, co się dzieje podczas lekcji?

KLIMAT WSPIERAJĄCY AUTONOMIĘ – więcej odpowiedzi „Tak”



Co to znaczy?

- Relacje między nauczycielem i uczniami charakteryzuje otwartość i szczerłość.
- Uczniowie czują się bezpiecznie w klasie, co daje im dobrą podstawę do rozwijania poczucia kompetencji i wiary we własne możliwości.
- Dzięki temu, że nauczyciel stara się przyjmować punkt widzenia uczniów, lepiej rozumie ich sprawy i łatwiej jest mu odpowiadać na ich potrzeby.
- Rozwijana jest naturalna ciekawość świata oraz motywacja do nauki opierająca się na tej ciekawości.



Co robić?

- Staraj się w dalszym ciągu zapewniać uczniom wybór i włączaj do pracy różne interesujące dla nich formy zajęć, np. projekt, gry terenowe, multimedia, *tutoring* rówieśniczy.
- Zastanów się, jak wykorzystać zainteresowania lub szczególne uzdolnienia uczniów, aby wzbogacać nimi lekcje.
- Zwróć uwagę, czy są w twojej klasie nastolatki, które mają trudności z nauką lub zachowują się w sposób nieodpowiedni, i staraj się podejść do nich indywidualnie oraz zrozumieć przyczyny ich trudności.
- Gdy zauważysz, że uczniowie nie dają sobie rady ze zbyt dużą autonomią lub gubią się w dostępnych opcjach, udziel im większego wsparcia; warto zwiększyć liczbę przekazywanych wskazówek i zamienić pracę indywidualną na grupową.
- Uczniów należy wyposażać w umiejętności negocjowania, argumentowania własnego zdania i dochodzenia do konsensusu.

KLIMAT NARZUCAJĄCY KONTROLĘ – więcej odpowiedzi „Nie”



Co to znaczy?

- Najczęściej to nauczyciel decyduje o formie i temacie zajęć, tempie realizowania materiału, sposobach rozwiązywania problemów.
- Prawdopodobnie motywacja uczniów do pracy opiera się na chęci zdobywania nagród lub uniknięcia kary.
- Uczniowie w klasie nie będą mogli zdobywać umiejętności samoregulacji, planowania własnej pracy.
- W przypadku wystąpienia problemów uczniowie mogą obawiać się nauczyciela lub nie wyrażać ochoty, aby zgłosić mu trudności.



Co robić?

- Postaraj się stopniowo wprowadzać jak najwięcej różnych form zajęć, w których uczniowie będą mogli dokonywać wyboru, wyrażać własne zdanie i organizować pracę według własnego pomysłu.
- Spójrz na dany temat oczami ucznia i pytaj, co wydaje mu się trudne lub sprawia trudności; nie obawiaj się realizować pewnych tematów dłużej, a innych krócej, gdy widzisz, że uczniowie tego potrzebują.
- Staraj się, aby zajęcia odpowiadały na ich potrzeby i rozwijały ciekawość świata.
- Stopniowo zastępuj kary, nagrody, nakazy i zakazy postawą otwartą na ucznia, jego potrzeby i trudności.
- Zapewnij uczniom wybór i doceniaj wkład pracy każdego nastolatka, dzięki temu motywacja do pracy będzie opierała się na wewnętrznym pragnieniu zdobywania wiedzy.

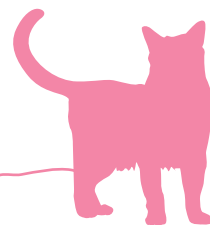
4.4. Kwestionariusz dla ucznia: *Ja w społeczeństwie*

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 16



Wczesne dorastanie to ważny czas dla formowania tożsamości grupowej oraz poczucia odpowie-

dzialności za wspólne dobro. Nastolatek stopniowo zaczyna określać swoje „miejsce w świecie” oraz postawę względem wielu kwestii społecznych. Wraz z rozwojem tożsamości kształtuje także w sobie postawę obywatelską i po-



czucie przynależności do danej społeczności. Warto wspierać takie działania, które wzmacniają podobne postępowanie, zachęcać do udziału w ważnych dla miejscowości czy danego regionu

wydarzeniach, pobudzać zainteresowanie tym, co się dzieje w najbliższym otoczeniu, i sprzyjać kształtowaniu poglądów na różne wydarzenia lokalne i o dalszym zasięgu.

Większość odpowiedzi „Nie” i „Raczej nie”

- Być może jeszcze nie miałeś okazji uczestniczyć w takich zajęciach, które zwracałyby twoją uwagę na ważne politycznie i społecznie sprawy.
- Zastanów się, które wydarzenia na terenie twojego miejsca zamieszkania interesują cię najbardziej (np. imprezy sportowe, artystyczne czy wydarzenia polityczne).
- Spróbuj porozmawiać z kolegami i koleżankami z klasy o ich preferencjach, dyskutujcie na te tematy podczas przerw lub zaproponujcie nauczycielowi rozmowę o wybranej kwestii – kto wie, może dzięki tej inicjatywie w szkole będzie się więcej o tym mówić.

Większość odpowiedzi „Tak” i „Raczej tak”

- Szkoła tworzy wiele różnych okazji rozwijania postaw społecznych i umożliwia angażowanie się w pełnienie różnych ról, także obywatelskich – staraj się wykorzystywać wszystkie te sytuacje do poszerzania swojej wiedzy i umiejętności społecznych oraz do angażowania się w sprawy społeczności klasowej, szkolnej i przede wszystkim lokalnej.
- Zachęcaj innych do wspólnego działania i poszukiwania informacji na temat ważnych wydarzeń oraz ich konsekwencji – takie przygotowanie pomoże ci w przyszłości podjąć dorosłe role społeczne i kształtować odpowiedzialność obywatelską.

4.5. Kwestionariusz dla nauczycieli i uczniów: RAZEM

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 17



Słowo „RAZEM” ukrywa w sobie obszary pracy z dorastającymi uczniami, które pozwolą nauczycielowi lepiej odpowiadać na potrzeby podopiecznych oraz dobrze przygotować ich do samodzielnego radzenia sobie we współczesnym świecie. Każdy z tych obszarów pozwala uczniom rozwijać zasoby i kompetencje oraz pracować nad własnymi ograniczeniami, co w dalszej perspektywie zaowocuje wysokim poziomem go-

towości do wejścia w nową instytucję – dalszym kształceniem w szkole ponadgimnazjalnej lub uczeniem się i jednocześnie podjęciem pracy. Proponowany przez nas kwestionariusz może być wypełniany przez nauczyciela indywidualnie lub zostać zastosowany podczas lekcji jako forma pracy grupowej.

Jeżeli narzędzie jest wypełniane wspólnie przez nauczyciela i klasę, to po przedyskutowaniu wybranych odpowiedzi przeczytajcie i przeanalizujcie podpunkty z tabeli 4. Pomogą one określić mocne i słabe strony klasy i szkoły, a także opracować plan działania, gdy dostrzegacie jakieś braki.

Wersja do pracy grupowej – instrukcja

Proponujemy podzielić uczniów na pięć grup poprzez losowanie pięciu liter (R-A-Z-E-M). Każdy zespół zastanawia się i dyskutuje nad swoim obszarem, który odpowiada wylosowanej literze (np. R – relacje). Po mniej więcej 15 minutach każda grupa prezentuje swoje odpowiedzi i uzasadnia je. Na forum klasowym uczniowie wymieniają swoje opinie. Nauczyciel pełni funkcję koordynatora, przyłącza się do kolejnych grup i odpowiada razem z ich członkami na pytania.

Wersja dla nauczyciela – instrukcja

Pomyśl o ostatnich kilku miesiącach swojej pracy z uczniami; zastanów się, na co zwracasz szczególną uwagę, planując zajęcia, i jakie masz priorytety podczas ich przebiegu; przypomnij sobie, jak reagujesz na trudne i nietypowe sytuacje w klasie. W każdym z obszarów zaznacz kratki przy zdaniach, które dobrze opisują twój sposób prowadzenia zajęć lub odają charakter twojej pracy z uczniami.

Jeśli w danym obszarze jest niewiele zaznaczonych opisów

- Zastanów się, czego może brakować w twojej pracy.
- Określ cele, które zamierzasz zrealizować, i kolejne kroki, które do tego doprowadzą.
- Pomyśl, co możesz zmienić w swojej pracy i na co zwrócić szczególną uwagę.

Jeśli moim uczniom brakuje kompetencji z danej grupy

- Zastanów się nad swoimi działaniami z tej dziedziny.
- Na podstawie pytań opracuj dodatkowe sposoby pracy z uczniami.
- Porozmawiaj z innymi nauczycielami, porównajcie swoje pomysły, spróbujcie wspólnie wypracować plan działań.

Tabela 4
Co oznaczają kategorie kwestionariusza dla nauczycieli RAZEM?

Relacje	<ul style="list-style-type: none">• doskonalenie efektywnych form komunikacji• pogłębienie rozumienia innych ludzi• przechodzenie do większej bliskości w relacjach z rówieśnikami i większego partnerstwa w relacjach z nauczycielami• budowanie gotowości do udzielania wsparcia• rozwijanie umiejętności dostosowywania komunikatu do odbiorcy• wzmacnianie umiejętności współpracy z innymi i poczucia więzi z grupą
Aktywność	<ul style="list-style-type: none">• rozwijanie zdolności samodzielnego uczenia się• rozbudzanie ciekawości i zaangażowania w pracę• doskonalenie umiejętności formułowania problemów i zadawania pytań• rozwijanie zdolności monitorowania własnych działań
Zainteresowania	<ul style="list-style-type: none">• budowanie gotowości do łączenia zabawy, nauki i pracy, teraz i w przyszłości• przygotowywanie do pełnienia różnych ról społecznych• rozwijanie ciekawości świata• zachęcanie do twórczego myślenia• wspieranie zainteresowań, pasji i hobby• zachęta do poszukiwania nowych obszarów zainteresowań
Emocje	<ul style="list-style-type: none">• poszerzanie zdolności do regulacji własnych emocji• lepsze radzenie sobie z labilnością emocjonalną w trudnych sytuacjach• budowanie gotowości do korzystania z informacji zwrotnych• doskonalenie zdolności kierowania własną motywacją i zachowaniem
Miejsce	<ul style="list-style-type: none">• budowanie więzi ze społecznością lokalną• kształtowanie umiejętności dokonywania samodzielnego wyboru i korzystania z ofert środowiska• większe zaangażowanie w planowanie własnej przyszłości• rozwijanie postawy obywatelskiej• kształtowanie poczucia przynależności do ojczyzny i narodu• wzmacnianie poczucia przynależności do narodu



Marysia, 13 lat, WIEŻA

5 Rozdział



Funkcjonowanie nastolatka w instytucji

5.1. Wprowadzenie

Nastolatek w gimnazjum często odbierany jest jako „już nie dziecko i jeszcze nie dorosły”. Monitorowanie jego funkcjonowania w instytucji służy określeniu obszarów, w których jest już w pełni samodzielny i w ramach których potrafi wziąć odpowiedzialność za własne uczenie się, a w których wciąż jeszcze potrzebuje pomocy ze strony dorosłych – inspiracji, ukierunkowania, kontroli bądź wsparcia. W szkole nastolatek buduje także swoją tożsamość – na tym etapie rozwoju jest to głównie tożsamość grupowa, która daje podstawy do kształtowania się – w kolejnym etapie rozwoju – tożsamości osobistej. Odbywa się to zwykle w późnej fazie dorastania i u progu dorosłości.

Większość znaków „X” po lewej stronie

- Ten typ motywacji określamy jako motywację zewnętrzną – uczysz się głównie ze względu na to, że oczekują tego rodzice i nauczyciele, że chcesz „mieć święty spokój”. Z drugiej strony, może czasem nauka jest traktowana przez ciebie jako „karta przetargowa”, gdy chcesz uniknąć kary ze strony rodziców (różne zakazy, ograniczenia) lub nauczycieli (oceny niedostateczne, poprawy sprawdzianów, uwagi, komentarze) albo uzyskać jakieś nagrody. Może być też tak, że specjalnie nie zastanawiasz się nad sensem nauki (czego i po co się uczysz) i działasz „siłą rozpędu”, bo twoi koledzy też tak robią.
- Prawdopodobnie często się zastanawiasz nad tym, jak wypadasz na tle kolegów podczas testów lub w czym jesteś od nich lepszy; być może chodzi ci o to, by wypaść jak najlepiej w oczach innych, ważnych dla ciebie osób.
- Przede wszystkim warto zwrócić uwagę na takie obszary działalności, w których nikt od nas niczego nie wymaga – być może są to jakieś aktywności sportowe bądź związane z zapomnianym hobby.

5.2. Kwestionariusz dla ucznia: Moja motywacja do uczenia się

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 18



Nauka w gimnazjum to nie tylko czas, w którym przybiera obowiązków szkolnych, ale i czas, w którym można poszukiwać wielu nowych dla siebie możliwości działania i nowych zainteresowań oraz poszerzać swoje pasje. Jest to ważne z punktu widzenia tworzenia planów na przyszłość i określania tego, w czym jest się dobrym. Od tego, jak jest ukierunkowana nasza motywacja, zależy, czy uczymy się dla siebie, czy ze względu na oceny oraz pozycję w klasie i wśród kolegów. Tak naprawdę, aby efektywnie działać i odnosić sukcesy, potrzebny jest zarówno jeden, jak i drugi rodzaj motywacji. Proponowany kwestionariusz jest przeznaczony dla nastolatków – można odpowiadać na pytania w nim zawarte bez pomocy rodziców czy nauczycieli. Dotyczą one motywacji do uczenia się, czyli gotowości do podjęcia nauki, która może być dwojako ukierunkowana.

- Warto jednak spróbować również zrobić coś tylko i wyłącznie dla siebie i pamiętać, że oprócz dobrych ocen i zdawania z klasy do klasy ważna jest wiedza, która zostaje w głowie na długi czas!

Większość znaków „X” po prawej stronie

- Ten typ motywacji określamy mianem motywacji wewnętrznej – prawdopodobnie motywacja do nauki wynika z tego, że jesteś bardzo ciekawy świata, że zadajesz sobie wiele pytań, że wiele rzeczy wokół ciebie interesuje, niezależnie od tego, czy rozmawiasz o tym z nauczycielami, rodzicami, czy interesują się tym rówieśnicy.
- To bardzo ważne, by dążyć do poszerzania swoich zainteresowań oraz pasji i by nikt nie musiał cię do tego namawiać – bardzo szybko angażujesz się w wykonywanie zadania i sam proces realizacji sprawia ci dużo przyjemności.
- Pamiętaj jednak, aby angażując się w dane zadanie, nie izolować się od innych osób – rodziny czy rówieśników.
- Szukaj wielu okazji, by swoimi pasjami zarażać innych.

5.3. Kwestionariusz dla ucznia: *Moje strategie radzenia sobie w sytuacjach trudnych*

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 19



Nastolatek we wczesnej fazie dorastania zdobywa wiedzę na temat siebie oraz świata przez liczne działania, gromadzenie doświadczeń oraz podejmowanie się wielu, czasem ryzykownych, aktywności. Czasem zdarza się tak, że eksploracji otoczenia towarzyszą sytuacje trudne i niespodziewane,



które przekraczają dotychczasowe umiejętności nastolatka radzenia sobie z przeciwnościami.

Kwestionariusz pozwoli dostrzec tendencje nastolatka do radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Zostały w nim wyróżnione trzy podejścia do kłopotliwych okoliczności: (1) radzenie sobie samodzielne, wymagające dużej aktywności, (2) bierność i wycofanie i (3) oczekiwanie pomocy od osób trzecich, zwykle dorosłych lub starszych. Każdy z tych sposobów ma swoje mocne i słabe strony.

Znaki „X” występują głównie w obszarze „Ja”

- W trudnej sytuacji chcesz liczyć tylko i wyłącznie na siebie – niewątpliwą zaletą takiej postawy może być wysokie poczucie wpływu na różne wydarzenia i poczucie sprawstwa.
- Często koncentrujesz się na rozwiązaniu problemu i chcesz tego dokonać sam – jesteś przekonany o tym, iż posiadasz wystarczające zasoby, aby sprostać zadaniu.
- Postawa ta wiąże się jednak z zagrożeniem zbyt dużego obarczenia się odpowiedzialnością za wydarzenia, na które nie miało się wpływu, i działaniu w pojedynkę, kiedy niezbędna staje się pomoc z zewnątrz – rodziców, nauczycieli, psychologa szkolnego czy lekarza.
- Takie przekonanie o własnej samowystarczalności może skutkować również trudnościami w poszukiwaniu wsparcia u innych i prośeniu o pomoc.

Znaki „X” występują głównie w obszarze „Nikt”

- Przyjmujesz bierną postawę wobec problemu, starasz się go przeczekać; może się to wiązać z unikaniem konfrontacji z trudną sytuacją i brakiem umiejętności wzięcia na siebie odpowiedzialności za swoje działania.

- Jednakże strategia ta ma również pozytywną stronę – nie obarczasz się winą za wydarzenia, na które możesz nie mieć wpływu.
- Warto wspólnie z dorosłym rozważyć konsekwencje różnych poczynań.
- Ważne jest, abyś miał poczucie, iż w trudnych sytuacjach możesz liczyć na wsparcie dorosłego.

Znaki „X” występują głównie w obszarze „Dorosły”

- Być może kontynuujesz dziecięce nawyki przychodzenia do dorosłych ze wszystkim, co stanowi dla ciebie trudność – oczywiście rodzice i nauczyciele nadal są znaczącymi dla ciebie osobami i ważne jest to, że potrafisz poprosić ich o pomoc, jednakże ich rola powinna się sprowadzać coraz częściej do konsultowania i doradzania aniżeli instruowania.
- Zagrożeniem płynącym z przyjęcia takiej postawy może być bierność i tendencja do obarczania odpowiedzialnością innych za to, co się tobie przytrafia; być może jest to dla ciebie wygodne i dopóki nie napotkasz oporu ze strony dorosłych, możesz przez długi czas w ten sposób funkcjonować – jednak nie uczysz się wtedy zaradności i samodzielności.
- Zamiast tego formujesz poczucie wyuczzonej bezradności, a więc przekonanie, iż trudnej sytuacji nie da się uniknąć, a posiadane umiejętności nie mogą ani jej zaradzić, ani jej sprostać, gdy już się pojawi.

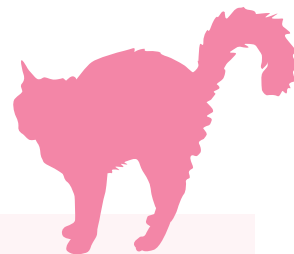
5.4. Kwestionariusz dla nauczycieli: Strategie adaptacji ucznia w szkole

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 20



Przejście ze szkoły podstawowej do gimnazjum wiąże się nie tylko ze zwiększoną ilością czasu poświęcanego na naukę, ale i z szerszym wachlarzem ofert ze strony środowiska szkolnego i pozaszkolnego. Nastolatek nie jest już traktowany przez nauczycieli jak dziecko, a jak dorastający człowiek,

który wkrótce stanie się dorosłym. To nie tylko więcej przywilejów, ale i więcej obowiązków. To, jaką nastolatek przyjmie postawę wobec szkoły, może przenieść się na wiele obszarów funkcjonowania w niej – np. na zachowanie podczas pracy w grupie, relacje z rówieśnikami i nauczycielami czy samopoczucie w szkole, a nawet na stan zdrowia.



STRATEGIA TWÓRCZA



Co to znaczy?

- To aktywne i pozbawione większych trudności przyjęcie przez nastolatka nowej roli społecznej – roli ucznia; twórczość widoczna jest w pozytywnych reakcjach emocjonalnych, otwartości, ciekawości, inicjatywie, pomysłach i zainteresowaniu tym, co się dzieje w klasie i szkole, oraz w chęci wpływania na to, co się dzieje, a także w aktywnym poszukiwaniu pomocy.
- Strategia ta zwykle cechuje uczniów z rodzin o jasnych wymaganiach wobec dzieci i rozbudowanym wsparciu udzielanym im przez dorosłych.



Co robić?

- Wspierać aktywność nastolatka w różnych obszarach, głównie niezwiązanych z przedmiotami szkolnymi.
- Zachęcać do działań samodzielnych i wraz z innymi, do zadawania pytań, szukania na nie odpowiedzi (także w Internecie), do eksperymentowania, obserwowania, badań terenowych, notowania wyników swoich obserwacji i badań.
- Wzmacniać zachowania pożądane (wsparte ciekawością i zaangażowaniem) przez konkretne, a nie ogólnikowe pochwały.

STRATEGIA WYCOFANIA



Co to znaczy?

- To przejaw trudności w adaptacji ucznia w nowym dla niego środowisku i w nowej dla niego roli ucznia; wycofanie widoczne jest w ograniczeniu aktywności, w bierności, braku inicjatywy, podporządkowaniu woli innych uczniów, a także dorosłych, reagowaniu lękiem na nowe sytuacje i na większość zmian.
- Strategia ta cechuje uczniów, którzy (1) mieli trudności adaptacyjne w poprzedniej instytucji – szkole podstawowej, i nie do końca sobie z nimi poradzili, (2) mieli nieliczne kontakty z rówieśnikami poza szkołą i innymi niż rodzina dorosłymi, (3) których rodziny były wobec nich nadopiekuńcze i nadmiernie kontrolujące, a przez to znacznie ograniczające ich aktywność.



Co robić?

- Zachęcać nastolatka do różnorodnej aktywności poprzez stawianie go w sytuacji wyboru i zachęcanie do podjęcia decyzji. Dać mu czas na zaadaptowanie się w nowej sytuacji i nie poganiać go ani nie zawstydzają, szczególnie w obecności innych osób – kolegów z klasy i dorosłych, szanować decyzje podjęte przez nastolatka.
- Organizować częste prace grupowe (w klasie, w szkole, poza szkołą), najlepiej w grupach tworzonych za każdym razem losowo (a więc o innym składzie) i o różnej liczbie osób (od trzech do sześciu). Grupy powinny pracować nad różnymi złożonymi zadaniami – tak, by każdy członek miał szansę wykorzystania posiadanej wiedzy i różnych, także pozaszkolnych, umiejętności.

STRATEGIA BUNTU



Co to znaczy?

- Jest to przejaw trudności w adaptacji ucznia w nowym dla niego środowisku i w nowej dla niego roli; bunt widoczny jest w negatywnym, uporze, nierespektowaniu przyjętych zasad, poczuciu rozżalenia i w częstym reagowaniu złością, a nawet agresją w sytuacjach trudnych.
- Strategia ta cechuje uczniów, którzy (1) nie mieli dotąd jasno określonych granic swego zachowania, (2) ich niepoprawne zachowania traktowano pobłażliwie, (3) nie uzyskiwali konstruktywnych informacji zwrotnych od dorosłych w sytuacjach, gdy zachowywali się niepoprawnie lub sobie nie radzili, (4) dorośli obdarzali ich swoją uwagą jedynie, czy głównie, w sytuacjach odstępstw od swoich oczekiwań, czyli przede wszystkim ich karcili i dyscyplinowali.



Co robić?

- Zapoznawać z różnymi możliwościami działania, zachęcać do próbowania przed podjęciem decyzji, ale nie przymuszać.
- Włączać nastolatka w formułowanie zasad zachowania się w szkole, w klasie, w czasie pracy w zespołach, pytać go o zdanie, o opinię w różnych sprawach i liczyć się z nim.
- Odwoływać się jak najczęściej – szczególnie w przypadku pojawienia się zachowań niepożądanych – do ustalonych reguł, przypominać je, zachęcać do zgłaszania wątpliwości i ewentualnej modyfikacji w toku dyskusji z kolegami.
- Kontrolować swoje „nauczycielskie” emocje, nie dać się sprowokować, nie reagować impulsywnie.

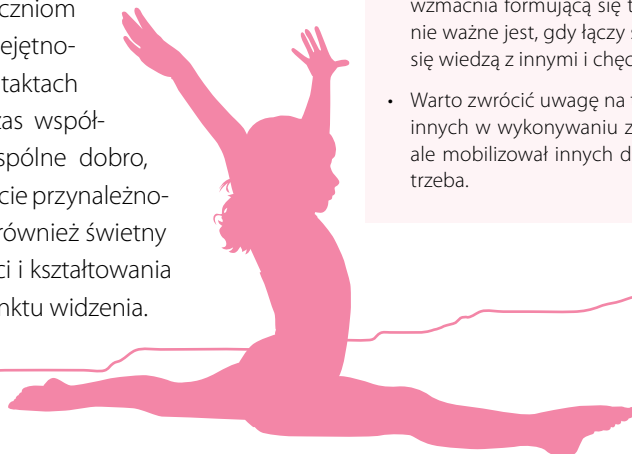
5.5. Kwestionariusz dla nauczycieli:

Uczeń w grupie

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 21



Etap wczesnego dorastania to taki czas, w którym nastolatek buduje swoją tożsamość. Pierwszym krokiem na tej drodze jest formowanie tożsamości grupowej, czemu towarzyszy identyfikacja z poglądami rówieśników i przyjmowanie ich punktu widzenia. Są to ważne rozwojowo zachowania, jednak równie istotne jest, aby nastolatek stopniowo zyskiwał poczucie bycia kimś odrębnym i nie obawiał się wyrażania własnych poglądów i pomysłów. Praca w grupie nie tylko pozwala uczniom rozwijać różne umiejętności przydatne w kontaktach społecznych, podczas współpracy, dbania o wspólne dobro, czy budować poczucie przynależności do klasy. Jest to również świetny trening asertywności i kształtowania indywidualnego punktu widzenia.



Najwięcej znaków „X” w kategorii

A – postawa twórcza



Co to znaczy?

- Nastolatek rozwija swoją tożsamość grupową również poprzez pracę w grupie, aktywnie działa i wnosi do niej wiele własnych pomysłów; co ważne, ma umiejętności negocjowania i przekonywania innych do swoich koncepcji, często wypowiada się w imieniu grupy, prezentuje pomysły i uzasadnia je.



Co robić?

- Należy wspierać postawę twórczą nastolatka, która wzmacnia formującą się tożsamość grupową; szczególnie ważne jest, gdy łączy się to z tendencją do dzielenia się wiedzą z innymi i chęcią współdziałania.
- Warto zwrócić uwagę na to, aby nastolatek nie wyręczał innych w wykonywaniu zadań i nie pracował za kogoś, ale mobilizował innych do działania i pomagał im, gdy trzeba.

Najwięcej znaków „X” w kategorii B – postawa bierna



Co to znaczy?

- Nastolatek może mieć tendencję do wycofywania się i izolowania; niechętnie wypowiada się na forum grupowym, a tym bardziej na forum klasowym.
- Postawa ta jest charakterystyczna dla nastolatków niepewnych swojej pozycji, z trudnościami w podejmowaniu decyzji, reagujących licznymi obawami, a nawet lękiem na nowe sytuacje i na zmiany – bierność daje im złudne przekonanie „pozbycia się” problemu.



Co robić?

- Aby wesprzeć nastolatka w „przełamaniu się”, warto wprowadzić model pracy najpierw w parach, następnie w trójkach i systematycznie zwiększać liczebność grupy.
- Należy jak najczęściej dobierać uczniów do pracy w parach, trójkach itd. losowo, aby mieli okazję współpracować z różnymi osobami nad różnymi problemami – dzięki temu nastolatek trafi zarówno na takie osoby, które będą go zachęcać do pracy i mobilizować, jak i na takie, którym będzie musiał coś wytłumaczyć i zachęcić do pracy lub pomóc, albo nawet wesprzeć emocjonalnie.

Najwięcej znaków „X” w kategorii C – postawa konformistyczna



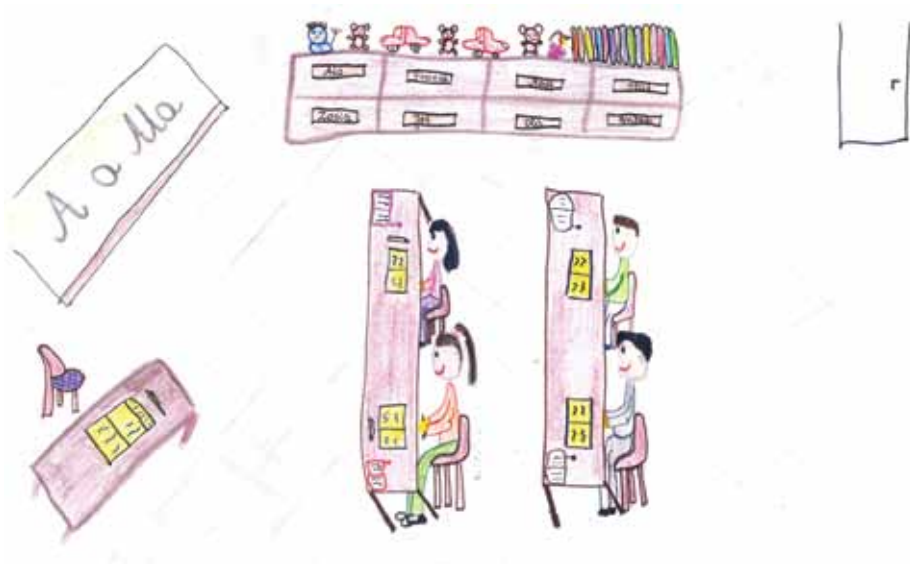
Co to znaczy?

- Nastolatek ze wszystkimi się zgadza i przejmuje pomysły innych, natomiast nie wnosi do pracy grupowej niczego od siebie; taką postawę można inaczej określić mianem asekuracyjnej, nastolatek woli się „nie wychylać”, aby jego pomysł – tego się obawia – nie został wyśmiany bądź uznany za najslabszy.
- Przyjmowanie takiej postawy może wiązać się z nadmierną identyfikacją z poglądami koleżanek i kolegów, co na tym etapie formowania tożsamości grupowej jest naturalną sprawą – jednakże warto podejmować się takich działań, które pomogą wyjść nastolatce z „bezpiecznej bazy”.



Co robić?

- Można wprowadzać jak najwięcej zadań dywergencyjnych, takich, na które nie ma jednej słusznej odpowiedzi. Warto również wprowadzać takie zadania, podczas których najpierw każdy indywidualnie zastanawia się nad rozwiązaniem i dopiero później prezentuje to w małej grupie, a potem na forum klasy.



Kinga Jankowska, 13 lat

5.6. Kwestionariusz dla ucznia: Moje samopoczucie w szkole

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 22



Na samopoczucie nastolatka w szkole w fazie wczesnego dorastania składa się wiele czynników. Z jednej strony można zwrócić uwagę na czynniki społeczne, jak nawiązanie relacji z nową grupą rówieśniczą, radzenie sobie z nowymi wymaganiami, odnalezienie swojego miejsca w szkole. Z drugiej strony utrudnieniem dla nastolatka mogą być liczne zmiany biologiczne zachodzące

w nim, a wynikające z przebiegu procesu rozwoju, jak chociażby labilność emocjonalna („huśtawka nastroju”) lub bunt młodzieńczy. W gimnazjum uczeń spędza znacznie więcej czasu niż wcześniej w szkole podstawowej. Ma już pewne preferencje odnośnie przedmiotów szkolnych oraz nauczycieli je prowadzących, a także zawarł już pewnie nowe znajomości. To narzędzie zostało stworzone, aby uczeń sam mógł zastanowić się nad tym, jak czuje się w szkole.



3–4 znaki „X” przy kategoriach A, B, C



Co to znaczy?

- Prawdopodobnie zaaklimatyzowałeś się już w gimnazjum; wśród różnych przedmiotów i zajęć potrafisz odnaleźć to, co cię interesuje, i chętnie poszerzasz swoją wiedzę i horyzonty myślowe; podczas lekcji swobodnie zadajesz pytania, aby wyjaśnić swoje wątpliwości, i starasz się być aktywny na zajęciach.
- Masz prawdopodobnie dobry kontakt zarówno z innymi uczniami, jak i nauczycielami; wspólnie z rówieśnikami spędzasz czas na przerwach i czujesz się dość swobodnie w ich towarzystwie.
- Różne obowiązki związane ze szkołą nie są dla ciebie uciążliwe, starasz się je wypełniać, a niektóre nawet przynoszą ci pewną satysfakcję.



Co robić?

- Fakt, że tak dobrze radzisz sobie w szkole, można wykorzystać, aby pomóc innym, którzy mają jeszcze może jakieś trudności.
- Warto, byś rozejrzał się w klasie, czy są osoby, które wymagają pomocy – w integracji z klasą lub w jakimś przedmiocie szkolnym – i zaproponował im pomoc oraz wspólne podjęcie się jakiejś aktywności – np. przygotowania prezentacji na lekcję lub opracowania planu zwiedzania miasta podczas wycieczki szkolnej.

1–2 znaki „X” przy kategorii „Podczas lekcji”



Co to znaczy?

- Pewnie niezbyt dobrze czujesz się w trakcie trwania zajęć, być może wynika to z przyczyn zdrowotnych, przemęczenia lub niewyspania.
- Możliwe jest również, że nie odkryłeś jeszcze swoich zainteresowań związanych z przedmiotami szkolnymi lub któryś z nauczycieli bardzo cię czymś rozczarował.
- Inną przyczyną mogą być pewne trudności, których doświadczasz w domu lub szkole.



Co robić?

- Spróbuj „dać szansę” nowym nauczycielom (i przedmiotom); być może nie pozwolili się jeszcze dobrze poznać; warto, byś chciał dowiedzieć się czegoś więcej ponad to, co było na lekcji, a może odkryjesz w sobie nową pasję.
- Jeżeli bardzo denerwujesz się na lekcjach, to jaki jest tego prawdziwy powód? Być może wystarczy, że zmienisz nieco swój sposób myślenia i od razu poczujesz się lepiej.
- Jeżeli jednak twoje samopoczucie utrzymuje się na takim poziomie – pełnym napięcia czy niepokoju, z licznymi obawami – przez dłuższy czas, sygnalizuje to, iż potrzebujesz wsparcia i pomocy z zewnątrz – warto porozmawiać z rodzicami lub innym zaufanym dorosłym, np. psychologiem bądź pedagogiem szkolnym.

1–2 znaki „X” przy kategorii „Podczas przerw”



Co to znaczy?

- Prawdopodobnie nie udało ci się jeszcze nawiązać dobrych relacji z nową klasą. Być może czas na przerwach spędzasz głównie samotnie lub z kimś, czyje towarzystwo niekoniecznie ci odpowiada.
- Może nawet masz poczucie, że jesteś odrzucany przez grupę.



Co robić?

- Zastanów się nad tym, jakie wrażenie możesz wywierać na innych i spróbuj dać się poznać z dobrej strony.
- Możesz dokonać samooceny i wypisać swoje mocne strony oraz wyjątkowe cechy, a potem poprosić o to samo dobrego kolegę lub jakiegoś ważnego dla siebie dorosłego.
- Powinieneś starać się nie oceniać zbyt pochopnie rówieśników, ich zainteresowań i poglądów i pamiętać, że aby kogoś polubić, nie trzeba się z nim zgadzać w stu procentach.
- Jeżeli jednak twoje samopoczucie utrzymuje się na takim poziomie przez dłuższy czas, sygnalizuje to, iż potrzebujesz wsparcia i pomocy z zewnątrz – trzeba porozmawiać z rodzicami lub innym zaufanym dorosłym.

1–2 znaki „X” przy kategorii „Wobec obowiązków”



Co to znaczy?

- Z jakichś przyczyn obowiązki związane ze szkołą są dla Ciebie czymś przykrym i uciążliwym i starasz się ich uniknąć.
- Raczej nie lubisz się w nic angażować i pokazujesz swój sprzeciw wobec ogólnie panujących w klasie czy w szkole reguł.



Co robić?

- Warto zastanowić się, w jaki sposób wypełnianie obowiązków szkolnych może pomóc się rozwinąć. Czasem odrabia się zadania domowe tylko po to, aby uniknąć nieprzyjemności, ale warto pamiętać, że dzięki nim uczymy się nowych rzeczy i utrwalamy wiedzę.
- Na inne – poza nauką – obowiązki warto też spojrzeć z drugiej strony, czyli w jaki sposób można dzięki nim dać coś od siebie innym. Pełniąc jakąś funkcję w klasie, nie zawsze uzyskuje się za to coś wymiernego, ale z pewnością dzięki temu można wzbudzić większą sympatię u innych i być może nawet czegoś dokonać.

5.7. Kwestionariusz dla ucznia: *Moja orientacja życiowa*

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 23



Orientację życiową określamy tu jako pewną postawę nastolatków wobec czasu i przyszłości. Z jednej strony może być to postawa, zgodnie z którą należy „korzystać z życia, ile się da”, co wiąże się z czasem przeznaczanym na poznawanie nowych osób, zabawy z nimi i nieskupianiem się na przyszłości; z drugiej strony może być to postawa przygotowywania się do wejścia w dorosłość – związana z planowaniem przyszłości, organizowaniem czasu na naukę i zdobywaniem ważnych umiejętności z perspektywy późniejszego zatrudnienia.



Większość znaków „X” w kategorii A – „Skupienie na tu i teraz”



Co to znaczy?

- Prawdopodobnie żyjesz w imię zasady „tu i teraz”, raczej nie uwzględniasz dalszej perspektywy życiowej, nie planujesz tego, co będziesz robił za kilka miesięcy czy lat, chcesz dobrze wykorzystać okazje, które się trafiają.
- Być może zdarza ci się odwlekać obowiązki i powinności, a rezygnacja z tego, na co masz ochotę, na rzecz obowiązku może sprawiać ci trudności.



Co robić?

- Postaraj się stawiać przed sobą cele – w pierwszej kolejności krótkoterminowe, np. związane ze sprawami, które chciałbyś załatwić w danym tygodniu; w miarę postępów w pełnieniu obowiązków i trzymaniu się wytyczonego planu stawiaj przed sobą coraz dalsze cele.
- Zastanów się czasem nad tym, czym chciałbyś zająć się w przyszłości i zapisuj na kartkach różne pomysły oraz ich mocne i słabe strony.
- Ten typ partycypacji (nastawiony na teraźniejszość) ma również pozytywne strony: gromadzisz wiele doświadczeń, które wiążą się z tym, czym aktualnie się zajmujesz; bardzo ważne jest jednak, abyś skupił się również na tych czynnościach, które teraz mogą wydawać się nieco mniej atrakcyjne, jednakże na pewno zaprocentują w przyszłości.
- Pamiętaj, że wszystkie doświadczenia są ważne, jeżeli tylko wyciągasz z nich jakieś ważne dla siebie wnioski i uczysz się (dostajesz tzw. „nauczkę”) zarówno na swoich sukcesach, jak i swoich porażkach!

Większość znaków „X” w kategorii B – „Skupienie na przyszłości”



Co to znaczy?

- Prawdopodobnie często zastanawiasz się nad swoją przyszłością, analizujesz różne możliwości działania i rozważasz wiele ścieżek zawodowych, aktywnie planujesz również to, czym będziesz zajmował się zarówno w ciągu najbliższych tygodni, jak i miesięcy. Prawdopodobnie nie masz problemu z taką organizacją czasu, dzięki której uda się spełnić wszelkie obowiązki, na pierwszym miejscu stawiasz powinności i zadania, a w dalszej kolejności poświęcasz czas na rozrywkę.



Co robić?

- Pamiętaj, aby stawiać przed sobą różne cele – krótkoterminowe, związane z bliską przyszłością (również z poświęcaniem czasu na aktywny wypoczynek i relaks), a także te dalekosiężne.
- Bierz pod uwagę trzy perspektywy: (1) najdalszą, długoterminową, związaną z karierą zawodową i podjęciem pracy, (2) średnioterminową, związaną z wyborem szkoły ponadgimnazjalnej, specjalizacją w danych przedmiotach szkolnych i podejściem do egzaminu dojrzałości oraz (3) krótkoterminową, związaną ze zdobywaniem różnych umiejętności w życiu codziennym i czerpaniu jak największej ilości wiedzy z tego, co przekazują ci inni.
- Miej na uwadze, aby nie zaniedbywać relacji z rówieśnikami i bliskimi osobami.
- Nie wpadnij też w pułapkę ciągłego kalkulowania, czy dana rzecz lub umiejętność przyda się w przyszłości, czy nie – rób różne rzeczy po prostu, dla innych, i pamiętaj, że twoje życie to przede wszystkim teraźniejszość, a przyszłość można jedynie planować.

5.8. Kwestionariusz dla nauczycieli: Uczeń w relacjach społecznych

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 24



Uczeń gimnazjum początkowo zawiązuje przyjaźnie podobnie jak w szkole podstawowej, czyli szuka swojego najlepszego przyjaciela. Jednakże bardzo szybko przyjaciele zaczynają się

łączyć w większe paczki, zazwyczaj o tej samej płci. Takie funkcjonowanie w grupie uczy, jak dbać o dobro wspólne, a także jak przestrzegać zasad panujących w grupie – np. dotrzymywania obietnic i nieprzekazywania innym osobom sekretów grupy. Jest to bardzo ważne z punktu widzenia formującej się tożsamości grupowej, która stanowi bazę dla tożsamości osobistej człowieka.

Bycie wśród innych daje nastolatкови poczucie przynależności do grupy i współzależności z innymi – rówieśnikami podobnymi do niego pod względem wyznawanych poglądów czy preferencji dotyczących, ulubionej muzyki czy sportu.

Większość znaków „X” po lewej stronie tabeli



Co to znaczy?

- Prawdopodobnie nastolatek może potrzebować większej ilości czasu na adaptację w grupie – aby odnaleźć się wśród swoich koleżanek i kolegów, zbudować swoją pozycję w grupie, nawiązać bliższe relacje.



Co robić?

- Ważne, aby się dowiedzieć, także dzięki rozmowie z nastolatkiem, co sprawia mu największą trudność w relacjach z rówieśnikami – w tym celu warto przyjrzeć się twierdzeniom, przy którym są znaki „X”.
- Być może warto zachęcać nastolatka, aby zaprosił kilka koleżanek lub kilku kolegów do domu. Mogliby wspólnie się uczyć, obejrzeć film czy po prostu rozmawiać. Inną formą włączenia nastolatka w grupę rówieśniczą jest postawienie przed nim zadania, które wymaga „otwarcia się” na koleżanki i kolegów.

Ponadto to w grupie rówieśniczej nastolatek może nadal kształtować poczucie kompetencji i odpowiedzialności – poprzez wspieranie kolegów i koleżanek, udzielanie im pomocy czy porad w trudnych sytuacjach.

Większość znaków „X” po prawej stronie tabeli



Co to znaczy?

- Nastolatek czuje się pewnie w relacjach z rówieśnikami, podtrzymuje dobre relacje z nimi. Prawdopodobnie jest lubiany przez rówieśników i postrzegany jako osoba pomocna i sympatyczna.



Co robić?

- Warto wykorzystywać społeczne umiejętności nastolatka i zachęcać go do inicjowania i podejmowania jak największej liczby działań w towarzystwie innych ludzi.
- Wykorzystywanie mocnych stron nastolatka i jego rówieśników w celu udzielania pomocy innym (np. w szkole – w nauce, poza szkołą – w czasie klęsk żywiołowych i katastrof, akcji charytatywnych) rozwinię i wzmocni ich postawy prospołeczne, ale także pozwoli im się lepiej ze sobą poznać.

5.9. Gra socjometryczna dla uczniów: *Bezludna wyspa*

Proponowane przez nas narzędzie podporządkowałyśmy rozpoznaniu zasobów uczniów i budowaniu przez nich świadomości swoich mocnych stron w grupie rówieśników. Jego celem jest także ocena, w jakim stopniu uczniowie poznali się ze sobą i potrafią wskazać mocne strony wszystkich koleżanek i kolegów. To narzędzie może być wykorzystane podczas lekcji wychowawczych na zasadzie zabawy.

Podczas obserwacji zachowania uczniów w trakcie wykonywania zadania warto, by nauczyciel robił notatki, próbując odpowiedzieć na pytania:

- Czy i w jaki sposób uczniowie spontanicznie dzielą się na zespoły?
- Kto przyjmuje role liderów? Jak zachowują się liderzy?
- Czy wszyscy uczniowie biorą udział w grze-zabawie?
- Jeśli nie, to którzy stoją z boku lub odmawiają wzięcia udziału?

WARTO WIEDZIEĆ...

Technika socjometryczna to sposób pomiaru, którego celem jest odkrycie postaw, jakie przyjmują wobec siebie członkowie danej grupy. Jest wykorzystywana w socjologii oraz psychologii społecznej i polega na dokonaniu wyboru (pozytywnego lub negatywnego) przez osobę badaną. Klasycznym przykładem jest tzw. plebiscyt życzliwości i niechęci, w którym uczniowie odpowiadają na pytania, np.:

- Z kim chciałbyś pracować w zespole?
- Komu chciałbyś opowiedzieć o swoich kłopotach?
- Kogo z klasy lubisz najbardziej?
- Gdybyś miał problemy w nauce, do kogo w klasie mógłbyś się zwrócić o pomoc?
- Kto w klasie najbardziej by się ucieszył z twojego sukcesu?

i wskazują odpowiednich członków grupy.

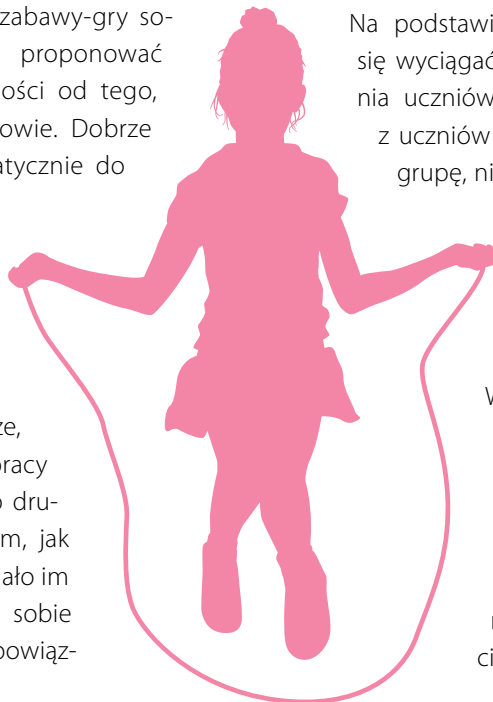
Na podstawie: Brzezińska, 2011.

- Czy jakaś grupa uczniów wyklucza innych uczniów z zabawy?
- Jak uczniowie rozdzielają między siebie zadania i obowiązki do wykonania?
- Czy widać, że uczniowie znają się, mają wiedzę na temat swoich mocnych stron i różnych doświadczeń?

ki lidera, czy każdy może być liderem, jakie cechy trzeba mieć, by być dobrym liderem. Nauczyciel może też przekazać im swoje spostrzeżenia z obserwacji ich pracy. Powinien jednak koniecznie pamiętać o tym, by – jeśli wyraża swoje opinie o pojedynczych uczniach, a nie tylko o pracy zespołów – były to opinie konstruktywne i to o każdym z uczniów z osobna.

Podajemy przykład takiej zabawy-gry socjometrycznej. Można ją proponować na każdy temat w zależności od tego, czym interesują się uczniowie. Dobrze jest dostosować gry tematycznie do aktualnie realizowanych projektów czy tematów lekcji z różnych przedmiotów.

Warto, by pod koniec lekcji uczniowie, po pierwsze, porównali efekty swojej pracy w różnych zespołach, a po drugie, by porozmawiali o tym, jak im się pracowało, co sprawiało im najwięcej kłopotu, z czym sobie dobrze poradzili, jakie są obowiąz-



Na podstawie jednej gry nie powinno się wyciągać wniosków co do zachowania uczniów. Przykładowo, jeżeli któryś z uczniów nie jest przyjmowany przez grupę, nie należy przypinać mu „łatki” odrzuconego przez klasę – być może właśnie tego dnia pokłócił się z kolegami i nie zdążyli dojść do porozumienia. Warto połączyć obserwacje z gry z tym, jak uczniowie zachowują się podczas pracy w grupie na lekcji czy podczas wspólnie spędzanego czasu, np. podczas wyjścia na kręgle, łyżwy czy na wybieżkach szkolnych.

Bezludna wyspa

Grupa nastolatków znalazła się na bezludnej wyspie. Muszą tam przeżyć przez kilka dni, dopóki nie nadejdzie pomoc. Muszą ustalić plan działania: jak zbudować schronienie, zabezpieczyć się przed burzą i dzikimi zwierzętami, a także zapewnić sobie pożywienie.

Uczniowie siadają w kole. Każdy zapisuje na kartce to, do czego mógłby się przydać, ponieważ potrafi wykonywać określone czynności i ma do tego predyspozycje.

Nauczyciel przypina każdemu uczniowi na plecach białą kartkę formatu A4, na której każdy zapisuje sąsiadowi, jakie jego umiejętności pomogłyby przeżyć grupie.

Następnie każdy uczeń porównuje to, co napisał o sobie, z tym, co napisał jego sąsiad – można przedyskutować to na forum, ze wszystkimi, zapytać innych o zdanie, sprawdzić, na ile grupa ocenia daną osobę podobnie do tego, jak ocenił ją sąsiad i jak ocenia się ona sama.

5.10. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: *Gotowość ucznia do przejścia do nowej instytucji*

Skrzynka z narzędziami
Tom 5, Kwestionariusz 25



O gotowości do kolejnej zmiany można mówić nie tylko w kontekście podjęcia nauki w szkole w ogóle, ale również w perspektywie przechodzenia na kolejne szczeble edukacji i przejścia z systemu edukacji na rynek pracy. Nastolatek w gimnazjum przygotowuje się do podjęcia dalszej edukacji, jednak możliwe ścieżki rozwoju różnicują się, a li-

sta dostępnych ofert staje się szeroka. Młodzież może zdecydować się na podjęcie nauki w szkole ponadgimnazjalnej albo do łączenia edukacji z praktyczną nauką zawodu. Każda z tych dróg wiąże się z wieloma nowymi obowiązkami, a także z większą samodzielnością. Proponowany kwestionariusz służy refleksji, które zasoby nastolatka składają się na jego gotowość, pewien „kapitał” do wejścia w nową sytuację edukacyjną bądź zawodową, a które obszary jego zachowania powinny nadal stanowić podstawę pracy z nim w domu bądź w szkole.



Mało znaków „X” w obszarze gotowości emocjonalno-motywacyjnej

- Należy wspierać motywację wewnętrzną nastolatka, od czasu do czasu wprowadzić na lekcji takie ćwiczenie, w jakim nastolatki będą mogły określić swoje preferencje – które przedmioty najbardziej lubią, co im się najbardziej podoba, czego chcą się uczyć dla samych siebie, z własnej ciekawości.

Mało znaków „X” w obszarze gotowości poznawczej

- Nastolatek potrzebuje ćwiczenia różnorodnych strategii pamięciowych, organizowania sobie nauki, myślenia prob-

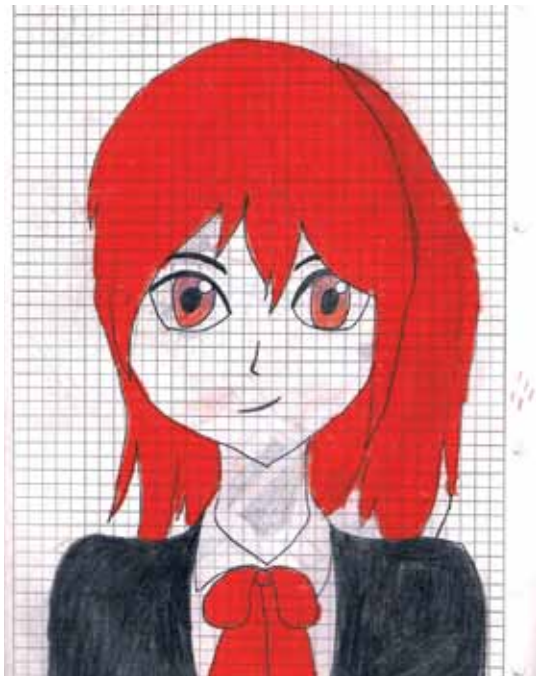
lemowego – warto wzmacniać wszelkie przejawy jego niezależnego myślenia, zachęcać go do uzasadniania swojego zdania, integrowania wiedzy z różnych przedmiotów, korzystania z niej w sytuacjach codziennych.

Mało znaków „X” w obszarze gotowości społecznej

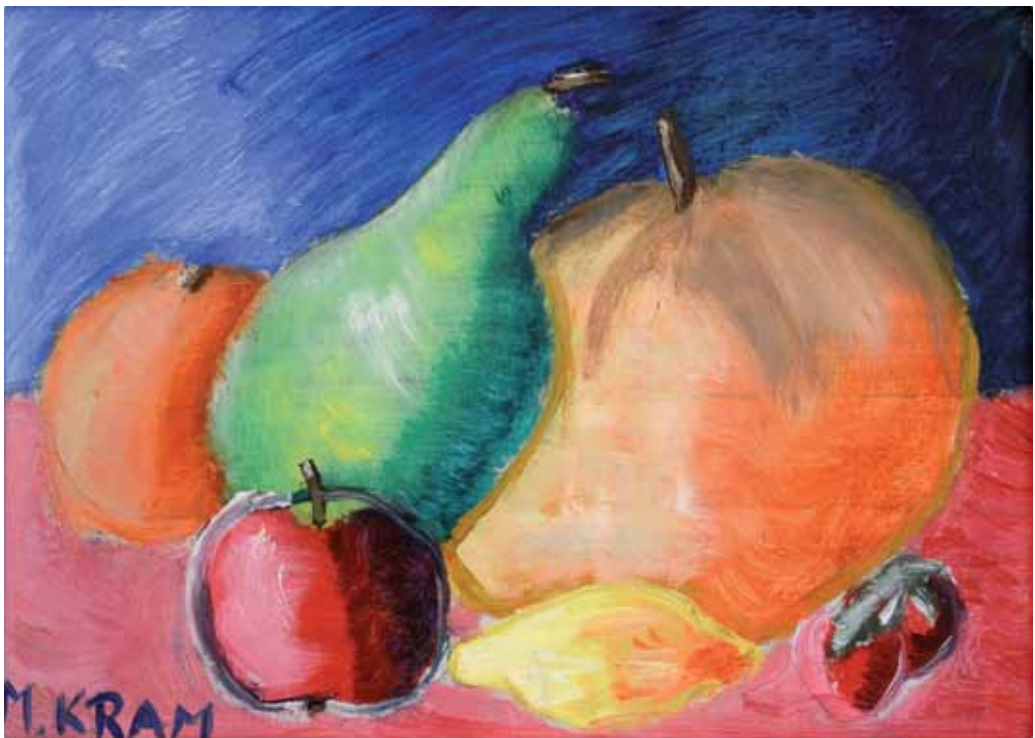
- Im bliżej zakończenia nauki w gimnazjum, tym więcej umiejętności społecznych powinien zdobywać nastolatek.
- Szczególnie istotne jest wspieranie dobrego samopoczucia w grupie, np. poprzez różnorodne zadania grupowe, organizowanie lekcji w taki sposób, aby uczeń musiał przedstawić swoje zdanie przed klasą, podjąć się roli nauczyciela (np. lekcje prowadzone przez uczniów dla rodziców) czy *tutora*.



Agnieszka Nakonieczna, 13 lat, KOŃ



AG, 13 lat



Magdalena Kram, 12 lat

Zakończenie



Wczesne dorastanie często nazywane jest „trudnym okresem” w rozwoju, w który wpisana jest zmiana postawy nastolatka wobec rodziców, nauczycieli i instytucji – z „grzecznego, ułożonego dziecka” staje się on inną osobą – prawie dorosłą. Ma własną, często odmienną opinię na każdy temat, dyskutuje z dorosłymi przy każdej nadarzającej się okazji i zwraca na siebie uwagę sposobem bycia, mówienia czy ubierania się. Często bywa to nie lada wyzwaniem dla opiekunów i nauczycieli. Warto jednak spojrzeć na ten etap rozwoju jak na zmiany, które, co prawda, „niszczą” dawny porządek, ale w zamian za to po jakimś czasie powstaje nowa jakość – ukształtowana tożsamość, poczucie niezależności, indywidualności i autonomii.

Po tym etapie edukacji możliwe ścieżki rozwoju młodzieży po raz pierwszy rozchodzą się. Nastolatki mogą wybrać różne typy szkół i związane z nimi różne formy edukacji i pracy. Każda z tych dróg stawia inne wymagania i wyzwania, dlatego

też, aby uchwycić gotowość nastolatka do wkroczenia na wybraną przez niego drogę, niezbędna jest jego regularna obserwacja. Jednocześnie takie stałe monitorowanie, przebiegające wedle ściśle określonych zasad, sprawia, że dorosłym udaje się odnaleźć pewne stałe punkty, drogowskazy, w nieraz bardzo chaotycznym funkcjonowaniu nastolatka. Dzięki temu łatwiejsze staje się rozróżnienie między tym, co naprawdę ważne dla jego rozwoju, co jest tylko przejściową trudnością, a tym, co może być sygnałem poważnych problemów teraz i w przyszłości.

Ważne jest, aby w prowadzone obserwacje włączać jak najczęściej nastolatka. Jest on w coraz większym stopniu zdolny do refleksyjnego myślenia o sobie i otoczeniu. Jego spostrzeżenia są więc niezwykle istotne, a bywają bardzo wnikliwie. Należy jednak pamiętać, żeby obserwacji dokonywać regularnie i notować to, co się zmienia, a co nie. Tylko to bowiem pozwoli na wyciągnięcie trafnych wniosków oraz na podjęcie efektywnej pracy z nastolatkiem.

Autorki

Serdeczne podziękowania dla:
prof. dr hab. Anny I. Brzezińskiej,
dr Karoliny Appelt,
dr Joanny Matejczuk,
dr Julity Wojciechowskiej,
dr Beaty Ziółkowskiej,
dr. Sławomira Jabłońskiego,
i mgr Małgorzaty Rękosiewicz

z Zakładu Psychologii Socjalizacji i Wspomagania Rozwoju Instytutu Psychologii Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu
za nieocenioną pomoc w przygotowaniu narzędzi do *Niezbędnika Dobrego Nauczyciela* – seria IV:
Monitorowanie rozwoju w okresie dzieciństwa i dorastania.

Korzystano z...



A. Dziecko i nastolatek w badaniach

1. Brzezińska, A. (2000). Dziecko w badaniach psychologicznych. W: J. Brzeziński i M. Toeplitz-Winiewska (red.), *Etyczne dylematy psychologii* (s. 221–254). Poznań: Wydawnictwo Fundacji Humaniora.
2. Brzezińska, A. I. (2011). Socjometria. W: J. M. Brzeziński (red.), *Metodologia badań społecznych. Wybór tekstów* (s. 243–298). Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
3. Brzezińska, A. I. i Brzeziński, J. M. (2011). Skale szacunkowe w badaniach diagnostycznych. W: J. M. Brzeziński (red.), *Metodologia badań społecznych. Wybór tekstów* (s. 299–399). Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.
4. Brzezińska, A. i Toeplitz, Z. (red.). (2007). *Problemy etyczne w badaniach i interwencji psychologicznej wobec dzieci i młodzieży*. Warszawa: Wydawnictwo SWPS Academica.

B. Współczesna rodzina i szkoła

5. Brzezińska, A. I., Jabłoński, S. i Ziółkowska, B. (2014). Specyficzne i specjalne potrzeby edukacyjne. *Edukacja*, 2(127), 37–52.
6. Brzezińska, A. I. i Matejczuk, J. (2011). Psychologiczne konsekwencje (euro)sieroctwa: styl życia rodziny, diagnoza i wsparcie. *Studia Edukacyjne*, 17, 71–87.
7. Brzezińska, A. I. i Ziółkowska, B. (2013). Przed jakimi wyzwaniem stoi dzisiaj szkoła? *Studia Edukacyjne*, 27, 29–42.
8. Jabłoński, S. i Wojciechowska, J. (2013). Wizja szkoły XXI wieku – kluczowe kompetencje nauczyciela a nowa funkcja edukacji. *Studia Edukacyjne*, 27, 43–63.
9. Kaliszewska-Czeremska, K. i Matejczuk, J. (2013). *E-learning jako nowe środowisko edukacji: spotkanie ucznia i nauczyciela*. *Studia Edukacyjne*, 27, 219–236.

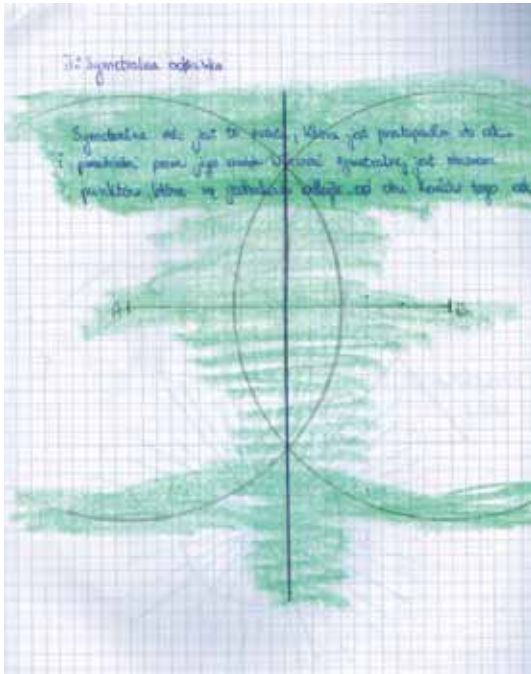
C. Problemy późnego dorastania

10. Brzezińska, A. I., Czub, T., Kaczan, R., Piotrowski, K. i Rękosiewicz, M. (2013). Tożsamość i jej osobowościowy kontekst: charakterystyka psychologiczna uczniów zespołów szkół zawodowych. *Ruch Pedagogiczny*, 4, 55–77.
11. Brzezińska, A. I., Czub, T., Nowotnik, A. i Rękosiewicz, M. (2012). Wspomaganie polskiej młodzieży we wkraczaniu w dorosłość. Dyskusja na marginesie Raportu *Młodzi 2011*. *Kultura i Edukacja*, 3, 258–272.
12. Brzezińska, A. I., Kaczan, R., Piotrowski, K. i Rękosiewicz, M. (2011). Odroczona dorosłość: fakt czy artefakt? *Nauka*, 4, 67–107.
13. Kram, A. (2014). Percepcja klimatu uczenia się w szkole i poczucie zaspokojenia potrzeb a tożsamość uczniów w okresie dorastania. *Edukacja*, 4, 50–61.
14. Molińska, M. (2013). Ta dzisiejsza młodzież wstydu nie ma. *Dyrektor Szkoły*, 11, 50–52.
15. Molińska, M. (2014). Tożsamość a niedostosowanie społeczne i doświadczanie wstydu w okresie wczesnego dorastania. *Edukacja*, 4, 62–70.
16. Mroczkowska, D. i Ziółkowska, B. (2011). *Bulimia od A do Z. Kompendium wiedzy dla rodziców, nauczycieli i wychowawców*. Warszawa: DIFIN.
17. Rękosiewicz, M. (2012). Właściwości tożsamości młodzi z niepełnosprawnością intelektualną. *Studia Psychologiczne*, 3, 49–62.
18. Rękosiewicz, M. i Brzezińska, A. I. (2011). Kształtowanie się tożsamości w okresie dzieciństwa i dorastania u osób z niepełnosprawnością intelektualną: rola rodziny i szkoły. *Studia Edukacyjne*, 18, 23–44.

POLECAMY:

19. Ziółkowska, B. (2005). *Anoreksja od A do Z. Poradnik dla nauczycieli i wychowawców*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.





Jakub Korybski, 13 lat, ZESZYT DO MATEMATYKI

Wiktorja, 14 lat



Kinga Jankowska, 13 lat, AKADEMIA PANA KLEKSA

Niezbędnik Dobrego Nauczyciela

Redakcja: prof. dr hab. Anna Izabela Brzezińska

Seria I. Rozwój w okresie dzieciństwa i dorastania

Recenzent: prof. dr hab. Barbara Bokus, Wydział Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego i Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej w Warszawie



Rozwój dziecka. Wczesne dzieciństwo	dr Magdalena Czub
Rozwój dziecka. Wiek przedszkolny	dr Joanna Matejczuk
Rozwój dziecka. Wczesny wiek szkolny	mgr Anna Kamza
Rozwój dziecka. Środkowy wiek szkolny	mgr Małgorzata Rękosiewicz mgr Paweł Jankowski
Rozwój nastolatka. Wczesna faza dorastania	dr Konrad Piotrowski dr Beata Ziółkowska dr Julita Wojciechowska
Rozwój nastolatka. Późna faza dorastania	dr Konrad Piotrowski dr Julita Wojciechowska dr Beata Ziółkowska

Seria II. Opieka i wychowanie w okresie dzieciństwa i dorastania

Recenzent: prof. dr hab. Maria Ledzińska, Wydział Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego



Opieka i wychowanie. Wczesne dzieciństwo	dr Karolina Appelt mgr Monika Mielcarek
Opieka i wychowanie. Wiek przedszkolny	dr Joanna Matejczuk
Opieka i wychowanie. Wczesny wiek szkolny	dr Sławomir Jabłoński mgr Aleksandra Ratajczyk
Opieka i wychowanie. Środkowy wiek szkolny	prof. dr hab. Ewa Filipiak dr Ewa Lemańska-Lewandowska
Opieka i wychowanie. Wczesna faza dorastania	prof. dr hab. Ewa Filipiak dr Ewa Lemańska-Lewandowska
Opieka i wychowanie. Późna faza dorastania	prof. dr hab. Ewa Filipiak dr Małgorzata Wiśniewska

Seria III. Edukacja w okresie dzieciństwa i dorastania

Recenzent: prof. dr hab. Zbigniew Kwieciński, Wydział Nauk Pedagogicznych
Uniwersytet Mikołaja Kopernika w Toruniu



Wczesna edukacja dziecka	mgr Aleksandra Kram mgr Monika Mielcarek
Edukacja przedszkolna	mgr Marta Molińska mgr Aleksandra Ratajczyk
Edukacja wczesnoszkolna	dr Barbara Murawska
Edukacja szkolna. Środkowy wiek szkolny	prof. dr hab. Ewa Filipiak mgr Joanna Szymczak
Edukacja szkolna i pozaszkolna. Wczesna faza dorastania	prof. dr hab. Ewa Filipiak mgr Adam Mroczkowski
Edukacja szkolna i pozaszkolna. Późna faza dorastania	prof. dr hab. Ewa Filipiak mgr Goretta Siadak

Seria IV. Monitorowanie rozwoju w okresie dzieciństwa i dorastania

Recenzent: prof. dr hab. Stanisław Kowalik, Akademia Wychowania Fizycznego
im. Eugeniusza Piaseckiego w Poznaniu



Rozpoznanie zasobów dziecka i środowiska rozwoju. Wczesne dzieciństwo	mgr Monika Mielcarek mgr Aleksandra Ratajczyk
Rozpoznanie zasobów dziecka i środowiska rozwoju. Wiek przedszkolny	mgr Aleksandra Ratajczyk mgr Monika Mielcarek
Rozpoznanie zasobów dziecka i środowiska rozwoju. Wczesny wiek szkolny	mgr Małgorzata Rękosiewicz mgr Aleksandra Kram
Rozpoznanie zasobów dziecka i środowiska rozwoju. Środkowy wiek szkolny	mgr Małgorzata Rękosiewicz mgr Marta Molińska
Rozpoznanie zasobów nastolatka i środowiska rozwoju. Wczesna faza dorastania	mgr Aleksandra Kram mgr Marta Molińska
Rozpoznanie zasobów nastolatka i środowiska rozwoju. Późna faza dorastania	mgr Marta Molińska mgr Aleksandra Kram

Niezbędnik Dobrego Nauczyciela – seria IV

Monitorowanie rozwoju w okresie dzieciństwa i dorastania

Tom	4	5	6
Faza rozwoju	Środkowy wiek szkolny	Wczesna faza dorastania	Późna faza dorastania
Wiek w latach	8/9–11/12	11/12–14/15	14/15–19/20
Jakość środowiska domowego dziecka/nastolatka	1. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Środowisko fizyczne w domu i wokół domu</i>	1. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Środowisko fizyczne w domu i wokół domu</i>	1. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Środowisko fizyczne w domu i wokół domu</i>
	2. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Środowisko społeczne dziecka</i>	2. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Pełnienie ról społecznych przez nastolatka</i>	2. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Pełnienie ról społecznych przez nastolatka</i>
	3. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Sposoby wychowywania dziecka</i>	3. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Sposoby wychowywania nastolatka</i>	3. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Style oddziaływania na nastolatka</i>
	4. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Domowa przestrzeń nauki</i>	4. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Domowa przestrzeń nauki nastolatka</i>	4. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Przestrzeń nauki i pracy nastolatka</i>
	5. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Strategie korzystania przez dziecko z TIK</i>	5. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Strategie korzystania przez nastolatka z TIK</i>	5. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Strategie korzystania przez nastolatka z TIK</i>
	6. Kwestionariusz dla rodziców: RAZEM	6. Kwestionariusz dla rodziców i nastolatka: RAZEM	6. Kwestionariusz dla rodziców i nastolatka: RAZEM
	7. Tabela obserwacji dla rodziców: <i>Rozwój fizyczny dziecka</i>	7. Tabela obserwacji dla rodziców i nastolatka: <i>Rozwój fizyczny nastolatka</i>	7. Tabela obserwacji dla rodziców i nastolatka: <i>Rozwój fizyczny nastolatka</i>
	8. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Kompetencja komunikacyjna dziecka</i>	8. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Kompetencja komunikacyjna nastolatka</i>	8. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Kompetencja komunikacyjna nastolatka</i>
	9. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Regulacja emocji przez dziecko</i>	9. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Regulacja emocji przez nastolatka</i>	9. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Regulacja emocji przez nastolatka</i>
	10. Kwestionariusz dla dziecka: <i>Formy ekspresji emocji</i>	10. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Sposób wyrażania emocji</i>	10. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Sposób wyrażania emocji</i>
Przebieg i efekty rozwoju dziecka/nastolatka	11. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Jak twórcze jest dziecko?</i>	11. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Moja pomysłowość</i>	11. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Moja pomysłowość</i>
	12. Kwestionariusz dla rodziców: <i>Rozwój poznawczy dziecka</i>	12. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Wiedza o sobie</i>	12. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Wiedza o sobie</i>
	13. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Poczucie kompetencji u dziecka</i>	13. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Moja tożsamość grupowa</i>	13. Kwestionariusz dla nastolatka: <i>Moja tożsamość osobista</i>
	14. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Środowisko fizyczne w szkole</i>	14. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Środowisko fizyczne w szkole</i>	14. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Środowisko fizyczne w szkole</i>
	15. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Klimat w klasie</i>	15. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Klimat w klasie</i>	15. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Klimat w klasie</i>
	16. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>System organizacji szkoły</i>	16. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Ja w społeczeństwie</i>	16. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Ja w społeczeństwie</i>
	17. Kwestionariusz dla nauczycieli: RAZEM	17. Kwestionariusz dla nauczycieli i uczniów: RAZEM	17. Kwestionariusz dla nauczycieli i uczniów: RAZEM
	18. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Motywacja do uczenia się</i>	18. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Moja motywacja do uczenia się</i>	18. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Moja motywacja do uczenia się</i>
	19. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Strategie radzenia sobie przez ucznia w sytuacjach trudnych</i>	19. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Moje strategie radzenia sobie w sytuacjach trudnych</i>	19. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Moje strategie radzenia sobie w sytuacjach trudnych</i>
	20. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Strategie adaptacji ucznia w szkole</i>	20. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Strategie adaptacji ucznia w szkole</i>	20. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Strategie adaptacji ucznia w szkole</i>
Funkcjonowanie dziecka/nastolatka w instytucji	21. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Uczeń w grupie</i>	21. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Uczeń w grupie</i>	21. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Uczeń w grupie</i>
	22. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Moje samopoczucie w szkole</i>	22. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Moje samopoczucie w szkole</i>	22. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Moje samopoczucie w szkole</i>
	23. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Aktywność i postępy ucznia w szkole</i>	23. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Moja orientacja życiowa</i>	23. Kwestionariusz dla ucznia: <i>Moja orientacja życiowa</i>
	24. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Uczeń w relacjach społecznych</i>	24. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Uczeń w relacjach społecznych</i>	24. Kwestionariusz dla nauczycieli: <i>Uczeń w relacjach społecznych</i>
	25. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Gotowość ucznia do przejścia do gimnazjum</i>	25. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Gotowość ucznia do przejścia do nowej instytucji</i>	25. Kwestionariusz dla rodziców i nauczycieli: <i>Gotowość ucznia do startu w dorosłość</i>

Instytut Badań Edukacyjnych

Głównym zadaniem Instytutu jest prowadzenie badań, analiz i prac przydatnych w rozwoju polityki i praktyki edukacyjnej.

Instytut zatrudnia ponad 150 badaczy zajmujących się edukacją – pedagogów, socjologów, psychologów, ekonomistów, politologów i przedstawicieli innych dyscyplin naukowych – wybitnych specjalistów w swoich dziedzinach, o różnorodnych doświadczeniach zawodowych, które obejmują, oprócz badań naukowych, także pracę dydaktyczną, doświadczenie w administracji publicznej czy działalność w organizacjach pozarządowych.

Instytut w Polsce uczestniczy w realizacji międzynarodowych projektów badawczych, w tym PIAAC, PISA, TALIS, ESLC, SHARE, TIMSS i PIRLS, oraz projektów systemowych współfinansowanych przez Unię Europejską ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego.