

# POCZUCIE WARTOŚCI

Wiesław Poleszak

## V. JAK MOŻNA NA TO WPŁYNAĆ?

Samooocena nie jest celem – jest środkiem do celu w postaci autonomicznego i silnego Ja oraz poczucia własnej tożsamości.

**Osiągnięcie stabilnej samooceny to zadanie rozwojowe przypadające na okres:**

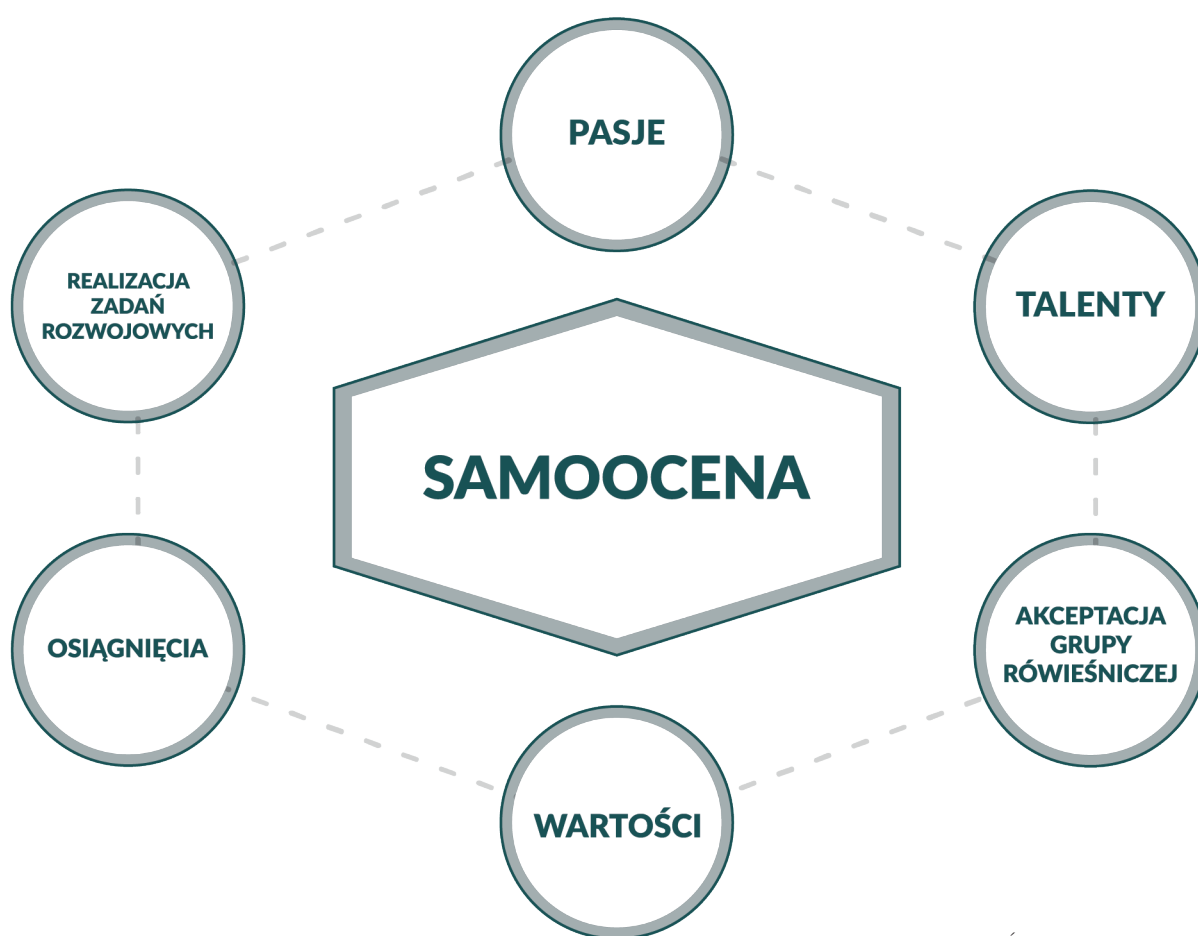
- a. 6–13 lat;
- b. 13–15 lat;
- c. 16–18 lat;

Samooocenę budujemy od najmłodszych lat, ale moment, w którym powinna ona być już ukształtowana, to 16–18 rok życia (prawidłowa odpowiedź to **c**). Stabilność poczucia własnej wartości pozwala zmierzyć się z poważnymi obciążeniami (życiowymi sprawdzianami), takimi jak egzamin dojrzałości czy egzaminy zawodowe w szkołach branżowych. Pamiętajmy jednak, że mówimy o indywidualnym procesie (dlatego jest podany okres, a nie konkretny wiek). Zadanie rozwojowe polegające na kształtowaniu poczucia wartości młode osoby realizują poprzez osobiste doświadczenia – bodźce płynące z ciała, psychiki i społeczeństwa oraz odpowiedzi organizmu (Brzezińska 2000).

W tej części rozważań nad poczuciem wartości zastanowimy się, jak skutecznie je rozwijać w środowisku szkolnym. Czasem wydaje nam się, że niewiele możemy zrobić, bo to zakres działania rodziców i ewentualnie psychologów/psycholożek. Nie jest to jednak prawda, bo szkoła jest miejscem realizacji ważnych zadań rozwojowych i budowania relacji rówieśniczych. To także środowisko, w którym uczniowie i uczennice sprawdzają się w funkcjonowaniu zadaniowym: uczą się brać odpowiedzialność za zadanie, planować oraz organizować pracę. Nie można też zapomnieć o tworzeniu warunków do identyfikacji talentów i rozwijania pasji

oraz wspieraniu w budowaniu konstruktywnego systemu wartości (w tym obszarze grono nauczycielskie ma silną konkurencję w postaci celebrytów i pseudoautorytetów). Chyba nie ma szkoły, która nie pracowałaby z uczniami i uczennicami w każdym z wymienionych obszarów. Jednak często są to działania wybiórcze i niepowiązane ze sobą, a przede wszystkim niepołączone z ogólnym poczuciem wartości młodego człowieka. Dlatego w tym rozdziale przedstawiamy przegląd propozycji działań wzmacniających samoocenę w środowisku szkolnym.

## **OBSZARY, W KTÓRYCH MOŻEMY WSPIERAĆ MŁODYCH LUDZI W BUDOWANIU ADEKWATNEJ, STABILNEJ I WYSOKIEJ SAMOOCENY W ŚRODOWISKU SZKOLNYM**



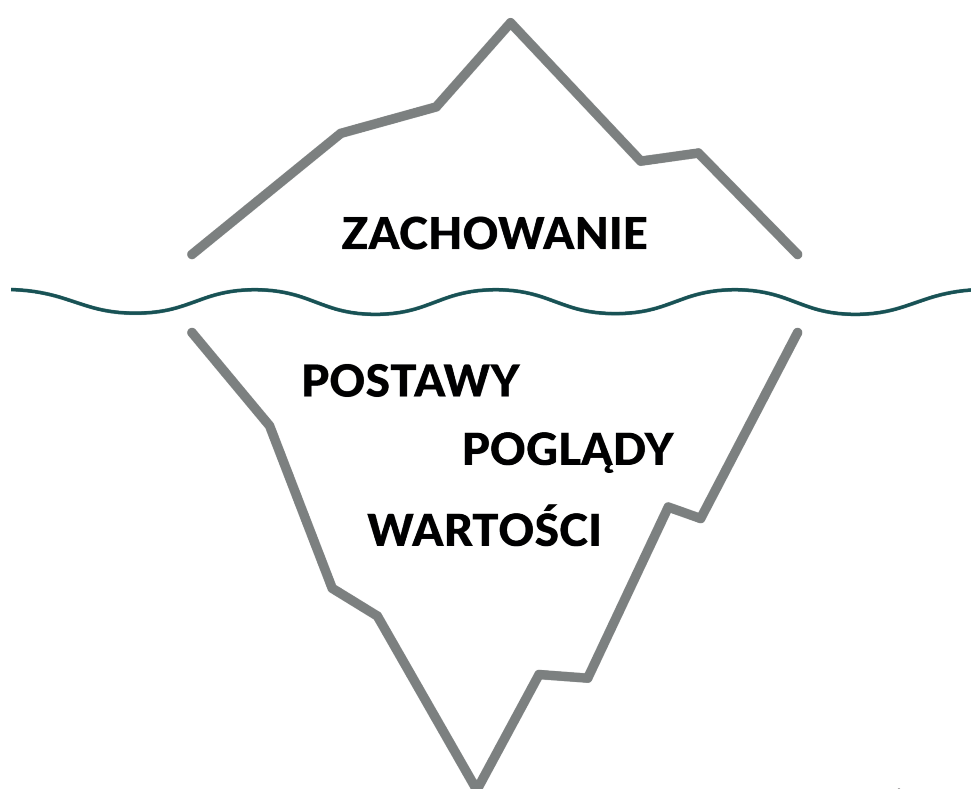
*Źródło: Opracowanie własne.*

Pomyślmy o szkole jako systemie, w którym każdy element oddziałuje na pozostałe. Żeby osiągnąć cel – rozwinąć poczucie wartości młodego człowieka – musimy zadziałać na wszystkich poziomach życia szkolnego. Nasza aktywność powinna więc dotyczyć:

1. kultury organizacyjnej szkoły,
2. klimatu emocjonalnego klasy,
3. współpracy z rodzicami w obszarze budowania samooceny,
4. relacji z młodą osobą,
5. bezpośredniego wsparcia uczniów i uczennic w zakresie samooceny.

Przejdźmy teraz przez wymienione poziomy, zgodnie z zasadą od ogółu do szczegółu. Kultura organizacyjna szkoły to specyficzny zbiór wartości i norm dzielonych przez ludzi i grupy w niej działające. Normy te wpływają na sposób współdziałania na poziomie szkoły, a także z osobami spoza niej (Goffee, Jones 1996). Wspomniane wartości to przekonania dotyczące celów, do których każda osoba w szkole powinna dążyć, oraz zachowań i działań, jakie należy podjąć, aby te cele zostały osiągnięte. Inaczej mówiąc, kultura organizacyjna to wspólnota myślenia i działania w zakresie realizacji celów, dla których szkoła istnieje. Z wartości wykształcają się normy i wytyczne, które zalecają lub nawet nakazują odpowiednie zachowanie w określonych sytuacjach.

## KULTURA ORGANIZACYJNA SZKOŁY



Źródło: Opracowanie własne.

Wśród wartości budujących kulturę organizacyjną szkoły szczególne miejsce zajmują **godność i szacunek we wzajemnych relacjach** (nauczyciel–uczeń, nauczyciel–rodzic, uczeń–rodzic). Oczywiście mówimy o życiu tymi ideami, a nie tylko o pięknie brzmiących deklaracjach. Żeby sprawdzić, jak jest w naszej szkole, można sięgnąć do jej programu wychowawczo-profilaktycznego i poszukać zapisów poświęconych wdrażaniu wartości. Następnie warto przyjrzeć się, jak wygląda realizacja planów i jak wielu osób dotyczy. Pamiętajmy też, że wdrażając młodych ludzi do wartości, powinniśmy uwzględnić cztery kluczowe elementy pracy nad nimi: rozpoznawanie, rozumienie, akceptowanie oraz respektowanie wartości.

W podobny sposób możemy zbadać, jak ważny jest w naszej społeczności rozwój samooceny młodych osób: wyznacznikiem będzie ilość treści ukierunkowanych na budowanie i korektę tego obszaru znajdujących się w programie wychowawczo-profilaktycznym szkoły.

Jeszcze innym ważnym wskaźnikiem kultury organizacyjnej placówki jest pozycja samorządu. Jeśli zależy nam na budowaniu poczucia wartości młodzieży w systemie szkolnym, musimy dbać, żeby osoby reprezentujące uczniów i uczennice miały realny wpływ na podejmowane decyzje. W wielu szkołach samorząd pełni tylko rolę reprezentacyjną albo nawet jest piątym kołem u wozu (Poleszak 2018).

Kolejny istotny obszar do pracy z samooceną w środowisku szkolnym to klimat emocjonalny klasy. Dla większości uczniów i uczennic stanowi ona główną grupę odniesienia. To w niej kształtują się podstawowe relacje rówieśnicze. To również środowisko, w którym młodzi ludzie realizują najważniejsze zadania rozwojowe i zaspokajają swoje potrzeby w okresie, gdy rozluźniają więzi z rodzicami. Trudności w nawiązywaniu relacji rówieśniczych połączone z egocentryzmem rozwojowym (zadanie rozwojowe przypadające na koniec szkoły podstawowej i początek średniej) mogą prowadzić do zranień w obszarze poczucia wartości młodych ludzi. Musimy pamiętać, że zbudowanie pozycji w grupie to kluczowa potrzeba rozwojowa dla uczniów i uczennic w tym wieku. Jeżeli klasa jest niezintegrowana i panuje w niej negatywny klimat emocjonalny, młodzież realizuje tę potrzebę w oparciu o koalicje. A najłatwiej jest to zrobić poprzez znalezienie wspólnego wroga albo kozła ofiarnego, z którego można żartować. Dla wielu uczniów i uczennic (zwłaszcza wysoko wrażliwych) doświadczenie bycia w takiej klasie to udręka. Konsekwencją może być poczucie własnej bezwartościowości. Jednocześnie w większości takich sytuacji młodzież nie jest świadoma krzywdy wyrządzanej rówieśnikom i rówieśniczkom.

Wartości, o które koniecznie musimy zadbać w klasie, to z jednej strony podobieństwo doświadczeń i bliskość w relacjach, a z drugiej – akceptacja indywidualnych różnic i niepowtarzalności każdego młodego człowieka w grupie.

Jak wspominaliśmy w poprzednich rozdziałach, trudno zbudować silne i adekwatne poczucie wartości młodego człowieka bez współpracy z rodzicami. Dlatego warto dzielić się z nimi umiejętnościami i informacjami z tego obszaru. Zachęcamy też do pokazywania, jak szkoła pracuje z samooceną (kultura organizacyjna, program wychowawczo-profilaktyczny), i do ustalenia kluczowych działań, które można realizować razem dla dobra uczniów i uczennic. To cenny pomysł na współpracę z rodzicami, bo któż z nich nie chce wysokiej samooceny dla swojego dziecka? Ciekawą propozycją są wspólne warsztaty na ten temat dla rodziców i grona nauczycielskiego.

Równie istotny dla budowania poczucia wartości młodych ludzi obszar to relacje nauczycielsko-uczniowskie. Jednym z najczulszych aspektów tej relacji jest ocenianie. Pamiętajmy, że ma to być informacja zwrotna o pracy osoby, a nie o niej samej. Zadbajmy, aby proces przebiegał według stałych zasad. Na początku zauważmy, co pozytywnego zrobił młody człowiek, i doceńmy to (czasami będzie to sama próba rozwiązania zadania). Następnie wskaźmy, co powinien zrobić, aby dostać wyższą ocenę. W ten sposób zadbamy nie tylko o samoocenę, ale i o motywację do poprawy czy dalszej pracy. Jeżeli osoba się stresuje, unikajmy żartów (nawet tych, które mają rozładować napięcie), bo wiele uczennic i uczniów odczytuje je

opacznie – uważa, że to żartowanie z nich. Zwróćmy też uwagę na pośrednie oceny: zdanie „To, co powiedziałeś, nie było zbyt mądre” osoba może odebrać jako komunikat poniżający (niezależnie od naszej intencji).

W budowaniu relacji pomagają zasady poprawnej komunikacji i unikanie barier komunikacyjnych: osądzania (krytykowania, obrażania, orzekania czy nawet chwalenia połączonego z oceną), pouczania, oceniania na forum klasy i moralizowania. Jeśli chcemy zwrócić uwagę na nieprawidłowe zachowanie albo pracę, poprośmy osobę o zostanie po lekcji i zrobmy to w cztery oczy. Przy delikatnej, rozwijającej się samoocenie nawet drobne z naszej perspektywy sytuacje mogą prowadzić do silnych zranień.

Ostatnie ważne zagadnienie to sposób odpytywania uczniów i uczennic. Wiele z nich (zwłaszcza nieśmiałych i wysoko wrażliwych) bardzo stresuje odpowiadanie przy tablicy czy też na forum klasy. Stres obniża jakość zapamiętywania, uczenia się oraz rozprasza uwagę. Dlatego osobom, które mają duże trudności w radzeniu sobie z publicznymi odpowiedziami, proponujemy inny sposób weryfikacji wiedzy.

Starajmy się też dostrzegać i komunikować mocne strony uczniów i uczennic (także te niezwiązane z uczeniem się). Docenienie charakteru pisma, pomocy koleżeńskiej czy innych pozytywnych działań niewiele nas kosztuje, a dla konkretnej osoby może być bardzo ważne.

**Jeśli zagadnienia opisane w tekście szczególnie Cię interesują, lub sam(a) mierzysz się z podobnym problemem w Twojej szkole, zachęcamy do zapoznania się z poniższymi materiałami.**

## Bibliografia

Brzezińska A. (2000). Społeczna psychologia rozwoju, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.

Goffee R., Jones G. (1996). What holds the modern company together?, „Harvard Business Review”, November–December, s. 134.

Poleszak W. (2018). Zapotrzebowanie na wsparcie samorządów szkolnych. Zarządzanie Publiczne, Wydawnictwo UJ, Numer 1 (41), s. 131–146.

Uznanie autorstwa-Na tych samych warunkach 4.0 Międzynarodowe (CC BY-SA 4.0).

Projekt Szkoła Dobrostanu korzysta z dofinansowania o wartości 127 000 euro otrzymanego od Islandii, Liechtensteinu i Norwegii w ramach Funduszy EOG. Celem projektu jest stworzenie innowacji pedagogicznej, która podniesie świadomość roli szkoły we wzmacnianiu zdrowia psychicznego uczniów.

Projekt współfinansowany przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności.

Lider programu:



Partner:



Finansowanie:

