

## SCENARIUSZ DLA NAUCZYCIELI

opracowany w projekcie pt.

### ***Bądź bezpieczny w szkole – bądź bezpieczny w życiu***

*Projekt Bądź bezpieczny w szkole – bądź bezpieczny w życiu korzysta z dofinansowania o wartości 86 735,70 EUR otrzymanego od Islandii, Liechtensteinu i Norwegii w ramach Funduszy EOG.*

*Celem Projektu jest opracowanie i uaktualnienie oferty kształcenia na różnych poziomach edukacji (z wyłączeniem VET) poprzez stworzenie programu szkolenia dla nauczycieli, scenariuszy rozmów/zajęć, zapewnienie modułu wspierającego i stworzenie publikacji podsumowującej projekt, a w konsekwencji przyczynienie się do zmniejszenia różnic społecznych (również w obrębie EOG).*

## TEMAT SCENARIUSZA: Rozmowa motywująca z uczniem

### Wprowadzenie

Powszechnie odczuwamy kryzys motywacji, który obejmuje swoim wpływem również obszar funkcjonowania w szkole. Uczniowie są świadomi wielu niedoskonałości związanych z działaniem szkoły i systemu oświaty, sami też mają trafne spostrzeżenia, w jaki sposób przeprowadzić zmiany, które obudzą w nich motywację do pracy, wysiłku i rozwoju.

Wiemy, że dzieci chętnie uczą się tego, co je interesuje. Uczą się, kiedy czują się bezwarunkowo akceptowane i bezpieczne. Szybko zapamiętują to co nowe i ciekawe. Uczą się, współpracując w grupie, popełniając błędy i szukając nowych rozwiązań, uczą się przez aktywne działanie w naturalnym otoczeniu.

Na początku szkoły dzieci na ogół przejawiają ciekawość, zainteresowanie i angażują się ze względu na silną potrzebę rozwoju. W miarę upływu czasu motywacja maleje, wkrada się rezygnacja, podporządkowanie, brak poczucia pewności. Dlaczego tak się dzieje?

Badania wskazują, że największymi wrogami motywacji jest rutyna, standaryzacja i dbałość o poprawność odpowiedzi. Ceniemy kreatywność, zdolności, przejawy zainteresowania, jednak, kiedy położymy akcent na przygotowanie do sprawdzianów i testów, przy okazji niszczymy autonomię i zaangażowanie uczniów. Zmagania z pobudzaniem do motywacji uczniów stają się szkolną codziennością nauczyciela.

Motywowanie innych jest procesem złożonym. Punktem wyjścia jest podejmowanie decyzji o zmianie, ale to dopiero początek. Realna zmiana wymaga dużego zaangażowania, poświęcenia i pracy. Podczas rozmowy motywującej istotne jest oprócz rozpoznania motywacji wewnętrznej i zewnętrznej, także określenie sposobów zmian dotychczasowych nawyków.

Celem rozmowy motywującej z uczniem jest położenie akcentu na motywację poznawczą i obniżenie motywacji lękowej. Nauczyciel rozpoznaje zewnętrzne i wewnętrzne źródła motywacji lękowej, które mogą objawiać się niewłaściwymi przekonaniami np. nie dam rady, to jest za trudne, mam za mało czasu, i tak tego nie zrozumieję, to się nie uda, jestem głupi. Rozmowa zmierza do rozpoznania czego chce uczeń, czego chce wiedzieć więcej, nauczyć się nowych umiejętności, zdobywać wiedzę i informacje.

### Cel ogólny

- Doskonalenie relacji uczeń – nauczyciel
- Budowanie atmosfery wzajemnego zaufania

- Rozwijanie motywacji wewnętrznej ucznia

### Cele szczegółowe

- Rozwijanie umiejętności rozmowy, szacunku i akceptacji
- Określanie potrzeb i oczekiwań
- Kształcenie umiejętności konstruowania komunikatów metodą NVC
- Doskonalenie umiejętności wspólnego poszukiwania rozwiązań i zmiany dotychczasowych nawyków
- Kształcenie umiejętności wspólnego analizowania zaistniałej sytuacji w oparciu o konkretne pytania
- Ustalenie kontraktu między uczniem a nauczycielem

### Odbiorcy

Nauczyciele szkół podstawowych

### Czas trwania

30 – 60 minut

### Zalecane formy, metody i techniki pracy

Dyskusja, rozmowa kierowana, metoda sześciu kroków, generowanie pomysłów, burza mózgów

### Wykaz materiałów pomocniczych

Generowanie pomysłów na różne rozwiązania, Szczebel wyżej na drabinie, Metoda sześciu kroków

#### Pytania pomocne podczas analizowania motywacji ucznia

*Jakie są twoje największe pasje?*

*Bez którego spośród twoich aktualnych zajęć byłoby ci najtrudniej żyć?*

*Co sprawia ci najwięcej radości?*

*Jakie problemy czy sprawy najbardziej cię denerwują?*

*Jakich trzech rzeczy nie możesz się doczekać każdego dnia?*

*Jakich trzech rzeczy każdego dnia starasz się unikać?*

#### Wzór kontraktu

Imię i nazwisko ucznia: .....

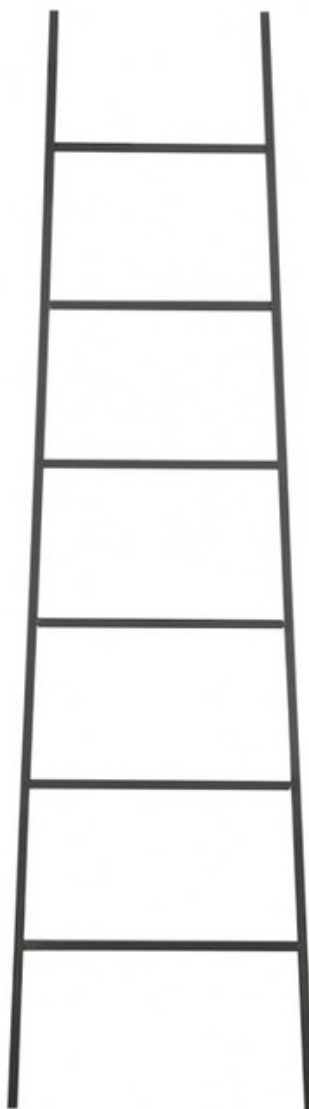
- 1) Zobowiązuję się do:
- 2) Konsekwencje, jeśli nie wypełnię tych zobowiązań:
- 3) Niezbędna pomoc od nauczycieli:
- 4) Uwagi (czas trwania kontraktu, osoby wspierające ucznia):

Podpisy osób zawierających kontrakt: .....

**METODA SZEŚCIU KROKÓW Marsha Linehana**

- I. *Co się stało?* Opisanie sytuacji, która doprowadziła do powstania emocji.
- II. *Jak myślisz, z jakiego powodu doszło do takiej sytuacji?* Określenie potencjalnych przyczyn sytuacji.
- III. *Jak się poczułeś/poczułaś (fizycznie i emocjonalnie) w związku z tą sytuacją?* Określenie pierwotnych i wtórnych emocji wraz z reakcjami ciała.
- IV. *Co chciałeś/chciałaś zrobić pod wpływem emocji?* Określenie, jakie były Twoje impulsy.
- V. *Co zrobiłeś/zrobiłaś i powiedziałeś/powiedziałaś?* Określenie, jakie było twoje zachowanie.
- VI. *Jakie poniosłeś konsekwencje?* Określenie długotrwałych konsekwencji.

**Wzór grafiki drabiny**



## Środki i pomoce dydaktyczne

Wzór kontraktu, zestaw pytań otwartych, grafika drabiny na papierze A3, dzienniczek zadań zrealizowanych oraz zaplanowanych

## Przebieg zajęć

### Powitanie i przedstawienie się uczestników i prowadzącego

Początek spotkania jest niezwykle ważny do zbudowania odpowiedniej atmosfery otwartości, zaufania, pozytywnego zauważenia młodego człowieka. Najczęściej dziecko przychodzi ze swoim wyobrażeniem rozmowy mającej na celu przede wszystkim korygowanie jego postępowania, z oczekiwaniem negatywnej oceny jego postawy.

Istotne jest zatem aby w sposób dyskretny pokazać dziecku, że jesteśmy po jego stronie, że naszym celem nie jest wywieranie presji, krytykowanie jego postawy, ale wspólne zastanawianie się, w jaki sposób możemy pomóc dokonać pozytywnej zmiany w sytuacji szkolnej ucznia.

Konieczne jest, aby zwracać się do dziecka po imieniu, okazywać szacunek i akceptację, zrozumienie dla jego trudności. Warunkiem takiego spotkania jest także przyjazny i życzliwy kontakt wzrokowy i werbalny z uczniem:

*Dzień dobry, dziękuję, że zgodziłaś spotkać ze mną, aby wspólnie zastanowić się, co możemy zrobić, aby twoja sytuacja szkolna była lepsza. Zależy mi na tym, abyś rozwijała/rozwijała się na 100% twoich możliwości. Wierzę, że to jest możliwe i chce ci w tym pomóc, o ile zgodzisz się na to. Zależy mi na tym, abyś osiągała/osiągała sukces w tej szkole.*

Przykładowe sformułowania:

*Zależy mi na tym, aby twoja sytuacja była coraz lepsza.*

*Chciałabym pomagać ci w tej sytuacji.*

*Wierzę, że to, co trudne, będzie stopniowo możliwe.*

*Proszę cię o szczere i otwarte odpowiedzi.*

*Jestem tu po to, aby cię wspierać, nie oceniać.*

*Wierzę, że ci się uda.*

*Dziękuję za zaufanie.*

*Możesz na mnie liczyć.*

### Określenie potrzeb i oczekiwań

Nauczyciel mówi o swoich potrzebach i oczekiwaniach dotyczących spotkania z uczniem, jednakże ma też na uwadze, że partnerem spotkania jest osoba, która nie inicjowała go, jest zaproszona lub zmuszona do takiej rozmowy.

W tego typu rozmowie uczeń może mieć niską motywację do zmiany, może przyjmować postawę bierną lub opozycyjno-buntowniczą, dlatego szczególnie ważne jest, by z szacunkiem i taktem przedstawić wartość rozmowy.

Przykładowe sformułowania:

*Proponuję, aby nasza dzisiejsza rozmowa dotyczyła tej sytuacji.*

	<p><i>Chciałabym, abyśmy ustalili dzisiaj wstępny plan działania.</i></p> <p><i>Zastanówmy się dzisiaj nad takim tematem.</i></p> <p><i>Chciałabym dzisiaj porozmawiać z tobą o ..... aby .....</i></p> <p><i>Zależy mi na tym, by nasza rozmowa była szczerą i otwartą.</i></p> <p><i>Chcę żebyś wiedział/wiedziała, że zależy mi na tym, abyś w szkole czuł/czuła się coraz lepiej.</i></p> <p><i>Wierzę, że wspólne zastanawianie się nad tą sytuacją pokaże nam możliwe sposoby rozwiązania.</i></p>
<p><b>Przyjęcie zasad pracy (kontrakt)</b></p>	<p>Nauczyciel podkreśla, jak istotna jest szczerść wypowiedzi.</p> <p>Jeśli planujemy spotkanie, podczas którego nie będziemy korzystać z perswazji warto zaznaczyć, że wszystko cokolwiek się wydarzy i zostanie powiedziane nie będzie podlegało ocenianiu.</p> <p>Nauczyciel zapewnia o dyskrecji, w obszarach które są delikatne, ważne i możliwe (czyli z wyłączeniem sytuacji zagrożenia zdrowia i życia dziecka) oraz wspólnie z uczniem ustala, komu będą udostępnione ustalenia wypracowane podczas spotkania (rodzice, nauczyciel, pedagog, dyrektor).</p>
<p><b>Szczegółowe treści spotkania</b></p>	<p><b>1. Spotkanie z uczniem rozpoznające sytuację problemową</b></p> <p>Na początku rozmowy nauczyciel opisuje to, co zauważył w zachowaniu ucznia. Do tego celu używa komunikatów „ja” rozpoczynających się od słów: widzę... słyszę... Nauczyciel opisuje wyłącznie to, co zaobserwował lub usłyszał, bez interpretacji, oceny lub domyslenia się przyczyn takiego stanu rzeczy.</p> <p>Następnie nauczyciel nazywa swoje emocje, które towarzyszą mu podczas obserwacji zachowania ucznia, stosuje przy tym komunikaty znane z koncepcji porozumiewania się bez przemocy np. „ja..... kiedy ty....., ponieważ.....”.</p> <p>Jeśli dotychczasowa rozmowa nie przynosi momentu refleksji i decyzji ucznia i nauczyciela, kolejnym etapem będzie pogłębianie diagnozy poprzez pytania.</p> <p><i>Zastanawiam się, dlaczego tak się dzieje?</i></p> <p><i>Czy jest coś, co mogę dla ciebie zrobić?</i></p> <p><i>Wyjaśnij proszę, co się wydarzyło?</i></p> <p><i>Pomóż mi zrozumieć twoją sytuację?</i></p> <p><i>Czego w tej chwili najbardziej potrzebujesz?</i></p> <p><i>Gdybyś mógł dzisiaj zrzucić siebie jeden ciężar, to co by to było?</i></p> <p>Podsumowaniem spotkania może być nazwanie oczekiwań nauczyciela, precyzyjne określenie, czego ja potrzebuję od ucznia, z uwzględnieniem wsparcia, jeśli on na to się zgadza.</p>

Kolejne spotkania z uczniem mogą pogłębiać diagnozę problemu, również rozwijać umiejętności nazywania swoich emocji, potrzeb i możliwości.

## 2. Spotkanie z uczniem celem zawarcia kontraktu

Sporządzanie kontraktu z uczniem w obszarze sytuacji problemowych jest praktyczną formą planowania dalszej pracy.

Kontrakt ma na celu uzyskanie oczekiwanej zmiany w zachowaniu ucznia, a tym samym przyczyni się do zmiany postawy czy nawyków działania.

Etapy ustalania kontraktu:

- określamy najważniejsze obszary do zmiany, na początku ogólnie, następnie szczegółowo tak, aby ostatecznie uczeń dokładnie wiedział, jakie zachowania są od niego oczekiwane,
- wybieramy maksymalnie trzy pożądane zachowania,
- do każdego z tych zachowań osobno ustalamy, jakie dokładnie będą konsekwencje, w sytuacji, gdy uczeń nie dotrzyma warunków kontraktu,
- określamy, jaka dokładnie jest potrzebna pomoc ze strony nauczycieli w wybranych obszarach,
- dodajemy istotne uwagi, jeśli są potrzebne.

Kontrakt jest wspólną pracą nauczyciela i ucznia, podlega modyfikacji do momentu zawarcia kontraktu, co może być rozłożone w czasie.

W chwili podpisania kontraktu przez obie strony określamy konieczne informacje i uwagi np. czas trwania kontraktu, osoby wspierające ucznia.

Sformułowania umieszczone w kontrakcie powinny być dostosowane do wieku i możliwości ucznia, praktyczne, mierzalne, niewymagające rewolucyjnych zmian i nakładów finansowych rodziców.

*Przykładowy wzór kontraktu w załączeniu*

### Ćwiczenie – Generowanie pomysłów na różne rozwiązania

Po wspólnym ustaleniu, jakie zachowania są oczekiwane od ucznia należy rozpoznać różne sposoby, dzięki którym można poradzić sobie z daną sytuacją i pracować nad odpowiednim postępowaniem.

Na kartce zapisujemy wszystkie rozwiązania, które przychodzą na myśl, bez oceniania ich tak, aby w konsekwencji uczeń mógł wybrać najlepsze z nich.

Przykład – uczeń unika lekcji matematyki, boi się pójść na zajęcia, na których zazwyczaj doświadcza niepowodzenia, otrzymuje oceny niedostateczne.

Rozwiązania – rozmowa z nauczycielem matematyki, wypicie melisy, poproszenie kolegi o pomoc w pójściu na lekcje, milczenie, gdy zostanie

zapytany, poproszenie o pomoc na dodatkowych zajęciach, zgłoszenie nieprzygotowania, siedzenie w pierwszej ławce, rozmowa z psychologiem szkolnym, korzystanie z Pi-stacji, zmiana klasy.

Z pomocą nauczyciela uczeń pracuje nad listą możliwych rozwiązań. Zastanawia się nad pozytywnymi i negatywnymi konsekwencjami każdego pomysłu oraz wspólnie z nauczycielem podejmuje decyzje wyboru najlepszej opcji.

### **Ćwiczenie – Codzienne minimalne doskonalenie tego, co robię.**

Ćwiczenie to oparte jest na koncepcji twierdzącej, iż drobne nawyki przyczyniają się do dużych zmian. Jeśli codziennie dokonamy jedynie 1% poprawy, to po roku osiągniemy 37 razy lepszy poziom niż na początku.

Wspólnie z uczniem ustalamy i zapisujemy, co może on wprowadzić do swoich nawyków już dzisiaj. Wybieramy niewielką, drobną rzecz, która nie będzie przytłaczająca dla dziecka.

### **Co możesz zrobić już dziś?**

#### **Będę (konkretne zachowanie) o godzinie (czas) w (miejsce).**

Przykłady

*Będę czytać ostatnią notatkę z lekcji geografii o godzinie 17:00 w salonie przy stole.*

*Będę powtarzać 10 słówek z języka angielskiego o godzinie 20:00 w salonie na sofie.*

*Będę umawiać się na wspólną naukę matematyki w czwartki o godzinie 18:00 u Roberta.*

#### **Po (coś co zwykle robię) następuje (coś co chce zrobić).**

*Po umyciu zębów wieczorem spakuję plecak do szkoły.*

*Po skończeniu gry będę czytać jeden rozdział aktualnej lektury.*

*Po wyjściu Martyny przeczytam notatki z biologii jeszcze raz.*

### **3. Spotkanie z uczniem oparte na perswazji**

Spotkanie nauczyciela z uczniem może przybierać formę perswazji. Celem takiego spotkania najczęściej jest próba przekonania ucznia do przestrzegania ustalonych reguł.

Perswazja zawiera argumenty, których celem jest przekonanie do przyjęcia obowiązujących zasad jako swoich własnych. Wymaga ona przedstawienia

celów, dlatego ważne jest przestrzeganie tej konkretnej reguły w szkole, odwołuje się do poczucia odpowiedzialności, wartości i etyki.

#### **Ćwiczenie – Szczebel wyżej na drabinie.**

Ćwiczenie to ma na celu zebranie wszystkich rzeczy, które uczeń chciałby zrobić oraz dokonanie ich selekcji pod kątem trudności.

Na początku dziecko zapisuje na małych karteczkach wszystkie rzeczy, które chciałoby zrobić, następnie na drabinie (grafika), umieszcza karteczki według klucza, na dole drabiny najłatwiejsze, na górze drabiny najtrudniejsze. Wspólnie z nauczycielem analizuje kroki do realizacji tych rzeczy, od najłatwiejszych do najtrudniejszych.

Można też ustalić formy nagradzania samego siebie, kiedy dziecku uda się wejść na kolejny szczebel i próbować dalej.

#### **Ćwiczenie – Metoda sześciu kroków**

Ćwiczenie ma na celu wspólne analizowanie zaistniałej sytuacji w oparciu o konkretne pytania.

Dziecko otrzymuje arkusz z pytaniami i komentarzami ułatwiającymi mu pracę. Może pracować samodzielnie, z dyskretną pomocą lub wspólnie z nauczycielem.

Nauczyciel pomaga w rozumieniu niektórych sformułowań, rozpoznaniu i nazywaniu emocji oraz reakcji ciała, określaniu przyczyn, opisie zachowania oraz możliwych jego konsekwencji dziś i w przyszłości.

#### **Podsumowanie spotkania (informacja zwrotna)**

Na zakończenie rozmowy z uczniem należy podsumować wspólne decyzje i ustalenia, precyzyjnie je nazwać, zanotować, określić przybliżony czas realizacji ustalonych zadań.

Warto od razu ustalić także termin następnego spotkania, zapewnić ucznia o swojej dostępności i otwartości na kontynuowanie rozmowy.

Z uwagi na indywidualne reakcje na stres związany z rozmową być może uczeń będzie potrzebował czasu, aby dokonać refleksji, zastanowić się nad swoimi potrzebami i oczekiwaniami, udzielić odpowiedzi po uprzednim przemyśleniu sytuacji.

Przykładowe podsumowanie:

*Ustaliliśmy dzisiaj nasz plan działania, przeczytam go jeszcze raz i upewnimy się, czy dobrze wszystko zanotowałam. Czy warto coś jeszcze dodać do tego planu? W jakich miejscach możemy umieścić ten plan? (Dziennik elektroniczny, Teams, Messenger). Kiedy możemy się spotkać? Jak możemy kontaktować się do tego czasu? W razie pytań pozostaję do Twojej dyspozycji.*

#### **Uwagi do realizacji**



---

Rozmowy z uczniami mogą budzić duże emocje. W takiej sytuacji bezwzględnie należy panować nad emocjami, odpowiednio reagować na krytykę, modelować sposób porozumiewania się w sytuacjach trudnych.

Podjmując walkę na słowa nauczyciel zwiększa prawdopodobieństwo nasilenia się negatywnych zachowań dziecka w przyszłości.

### Literatura/netografia

Clear J., Atomowe nawyki. Galaktyka

Pink H. D. Drive. Kompletnie nowe spojrzenie na motywację. Studio Emka

Stallard P. Czujesz tak jak myślisz. Zysk i S-ka

Oszwa U., Dziecko z zaburzeniami rozwoju i zachowania w klasie szkolnej. Impuls

---