

nr 6

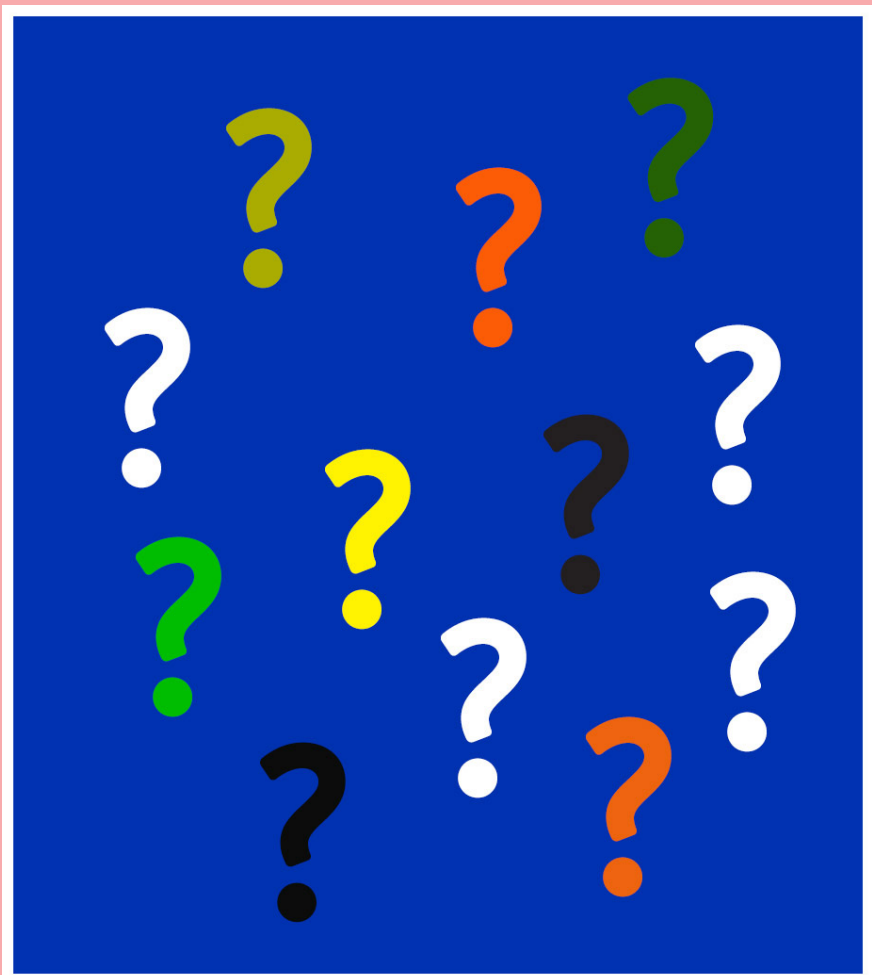
skrypty  
belfra



Dolnośląski  
Ośrodek  
Doskonalenia  
Nauczycieli  
we Wrocławiu

# Podążać za pytaniami

Autorki:  
Małgorzata Lubańska,  
Lilianna Zabierowska





Dzisiaj, w trakcie pandemii koronawirusa, stajemy wobec wyzwań, na które tak naprawdę nie byliśmy mentalnie przygotowani. Większość nauczycieli zatrudnionych w polskim systemie oświaty to nauczyciele mianowani lub dyplomowani, czyli posiadający – według przepisów dotyczących awansu zawodowego – umiejętności wykorzystywania narzędzi TIK w procesie edukacji. Jednak nagłość oraz zakres działań wymuszonych obecną sytuacją przerasta możliwości przeciętnego nauczyciela, ucznia, a także rodzica. Nasze możliwości są ograniczone sprzętem, który z „domowego” musiał, z dnia na dzień, przekształcić się w „profesjonalny” oraz niedoskonałymi e-materiałami dydaktycznymi, będącymi dotychczas dodatkiem do stacjonarnych spotkań. Jednakże największym wyzwaniem jest szybkość, z jaką musimy „przestawić się” z nauczania stacjonarnego na nauczanie zdalne (bez względu na formę, w jakiej jest ono realizowane).

Uczenie na odległość wymaga innego spojrzenia na edukację niż nauczanie stacjonarne. Do relacji nauczyciel – uczeń z dnia na dzień został wprowadzony nowy „uczestnik” – połączenie internetowe. Bez względu na to, jak biegli jesteśmy w obsłudze komputera oraz w korzystaniu z możliwości, jakie oferuje Internet, to i nauczyciel, i uczeń, i rodzic stają przed nową, nieznaną sytuacją. Uczenie nie-stacjonarne wymaga zupełnie innego podejścia do procesu edukacji. To, co jest cechą charakterystyczną w nauczaniu stacjonarnym – spotkanie dwóch osobowości – nie jest możliwe przy nauczaniu na odległość. Nawet jeżeli te dwie osobowości (nauczyciel – uczeń) są ze sobą w jakimś konflikcie, to i tak w realnej przestrzeni zaspokajana jest pierwotna potrzeba kontaktu z innym człowiekiem. Brak takich relacji powoduje anonimowość procesu nauczania, a efektem może być bezsilność, zagubienie, lęk, nuda, brak zainteresowania, poczucie bezsensowności działań. Nauczanie na odległość wymaga więc od nauczyciela przeformułowania własnego warsztatu pracy. I nie można tego zrobić z dnia na dzień. Jest to długotrwały proces, wymagający dużego zaangażowania sił i środków, które są poza zasięgiem pojedynczego nauczyciela czy szkoły.

Nie znaczy to jednak, że nauczyciel nie może w obecnej sytuacji korzystać z dotychczasowej wiedzy, doświadczeń i umiejętności. Nasz artykuł, wraz z opisanym ćwiczeniem, jest propozycją dla tych nauczycieli, którzy pomimo nauczania zdalnego i koncentrowania się na „przedmiotowym” nauczaniu, chcą nadal realizować wychowawcze aspekty pracy szkoły.

Pomocne w pracy wychowawczej „na odległość” może być podejście coachingowe, oparte na zadawaniu pytań, ale w taki sposób, aby skupić uwagę na poszukiwaniu rozwiązań.

Chyba nie pomylimy się, gdy założymy, że każdy już doświadczył, ucząc lub przygotowując się do nauczania zdalnego, przynajmniej raz, sytuacji, która wytrąciła go z równowagi, powodując frustrację i dyskomfort. Chcąc zrozumieć to, co się stało, zadajemy sobie pytania: *dlaczego to się zdarzyło?*, *co poszło nie tak?* W myślach wielokrotnie odtwarzamy niemiłe zdarzenie i mamy wrażenie, że błądzimy w labiryncie niezadowolenia i bezradności. A poziom naszego niezadowolenia rośnie. Czy w takim razie nie zadawać sobie pytań? Nie analizować swojego zachowania, aby nie sprawiać sobie dodatkowych zmartwień? Oczywiście należy zadawać pytania, ale muszą być one odpowiednio sformułowane, aby przybliżyły nas do rozwiązania problemu oraz pomagały uniknąć w przyszłości podobnych stanów.

Pierwszym podstawowym elementem, do którego się odnosimy, jest czas. Błędem przy rozwiązywaniu problemu jest koncentrowanie się na stanie przeszłym. Przeszłości już nie zmienimy, możemy mieć wpływ tylko na naszą teraźniejszość i przyszłość. Czując dyskomfort, spowodowany jakąś sytuacją, odpowiedzmy sobie więc na pytanie: *jak chciałbym/chciałbym się czuć?* Ktoś może zarzuć, że jest to pytanie trywialne, bo to oczywiste, że chcemy się czuć dobrze. Zadajmy sobie więc następne pytanie: *dobrze, czyli jak?* Odczucie dobrostanu jest inne dla każdego z nas, ale nawet my sami nie bardzo umiemy opisać, co to znaczy „czuć się dobrze”. I tu pojawiają się kolejne pytania: *po czym poznam, że czuję się dobrze?*, *co mogę zrobić, żeby czuć się tak, jak chcę się czuć?* Owe

refleksje mogą zainspirować nas do podejmowania działań, które podprowadzą nas do stanu, na którym nam zależy. Jest to ważny moment, ponieważ zaczynamy poszukiwać możliwych rozwiązań. Nasza uwaga koncentruje się na przyszłości, a przeszłość staje się cennym doświadczeniem, które może być pomocne w znalezieniu najlepszego dla nas rozwiązania. Tak więc zaczynamy już generować pomysły, w jaki sposób radzić sobie z negatywnymi emocjami, ale przed nami jeszcze wybór tych rozwiązań, które, naszym zdaniem, pozwolą osiągnąć cel. Trzeba będzie podjąć także kilka działań, żeby cieszyć się efektem.

Aby pokazać, że sposób zadawania pytań wpływa na to, jak radzimy sobie z problemami, zapraszamy Państwa do wykonania ćwiczenia, które składa się z dwóch części. Ważne przy tym ćwiczeniu jest zachowanie kolejności odpowiadania na pytania. Aby mogli Państwo doświadczyć efektu tego ćwiczenia, prosimy także o zachowanie kolejności wykonywania poszczególnych jego części.

### Część pierwsza

Proszę przypomnieć sobie jakiś trudny problem, którego jeszcze nie rozwiązaliście. Ważne jest, aby był to realny problem z obszaru życia osobistego lub zawodowego. A teraz proszę odpowiedzieć **pisemnie** na 8 poniższych pytań. Ta część ćwiczenia nie powinna zająć Państwu więcej niż 20-30 minut.

1. *Co Ci się przydarzyło?*
2. *Kto jest winien, że masz problem?*
3. *Dlaczego Tobie to się przytrafiło?*
4. *Co inni powinni zrobić w tej sytuacji?*
5. *Dlaczego powinni to zrobić?*
6. *Co jest ze mną nie tak?*
7. *Co lub kto powinien się zmienić?*
8. *Co się stanie, jeśli nic się nie zmieni?*

Po napisaniu odpowiedzi na te pytania, proszę opisać jeszcze, jakie emocje pojawiały się w trakcie udzielenia odpowiedzi. Po zakończeniu tej części proszę o odłożenie zapisków i o przejście do części drugiej ćwiczenia.

### Część druga

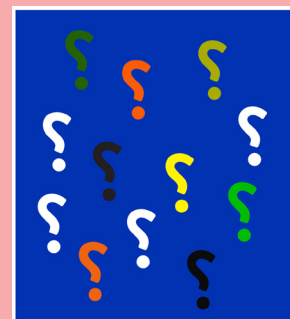
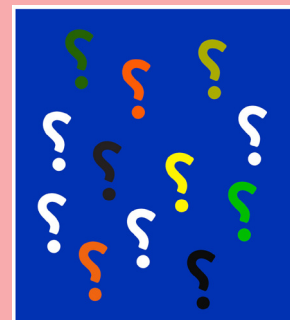
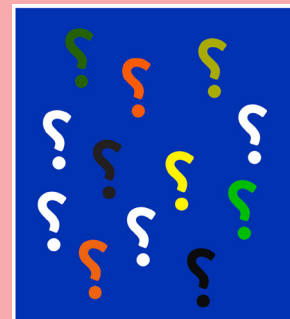
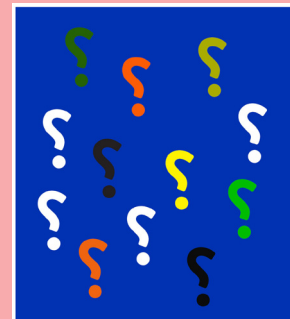
Proszę jeszcze raz pomyśleć o tym samym problemie, który był obiektem analizy w pierwszej części. Jest to ważny warunek, aby była to ta sama sytuacja problemowa. A teraz proszę odpowiedzieć **pisemnie** na 8 poniższych pytań. Ta część ćwiczenia nie powinna zająć Państwu więcej niż 20-30 minut.

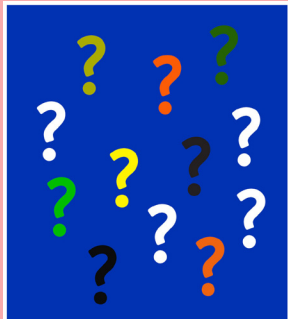
1. *Co konkretnie się zdarzyło?*
2. *Na czym polega problem?*
3. *Co sprawia, że jest to dla Ciebie problem teraz?*
4. *Jakie istnieją możliwości działania?*
5. *Na co masz wpływ?*
6. *Które rozwiązanie wydaje Ci się najlepsze?*
7. *Czego potrzebujesz, żeby to zrobić?*
8. *Jaki będzie Twój pierwszy krok?*

Po napisaniu odpowiedzi proszę opisać jeszcze emocje, jakie pojawiały się w trakcie udzielenia odpowiedzi na te pytania. A teraz proszę przeanalizować notatki z części pierwszej i drugiej, wykorzystując poniższe pytania:

- Która seria pytań przybliżyła do rozwiązania analizowanego problemu?
- Jakie konkluzje pojawiały się w pierwszej części ćwiczenia, a jakie w drugiej?
- Które z zapisanych emocji były wspierające, a które demotywujące?
- Które z pytań były konkretne, pozwalały na zrozumienie problemu, skłaniały do podejmowania działań?
- ... *Tu jest miejsce na Twoje pytania oraz refleksje.*

To ćwiczenie może pomóc w zrozumieniu idei „pytań wspierających”. Umiejętność zadawania takich pytań to nie tylko poszukiwanie rozwiązań w trudnych życiowo sytuacjach, to także impuls skłaniający do krytycznego





myślenia. Jest także sygnałem zainteresowania drugą osobą, a więc elementem budowania relacji i więzi. Także tych „na odległość”.

Musimy mieć świadomość, że świat się zmienia, a technologia wkraczając w nasze zawodowe życie, stała się bezosobowym elementem relacji nauczyciel - uczeń. To sprawia, że nauczyciele muszą nauczyć się, jak budować i rozwijać pozytywne relacje zarówno intra-, jak i interpersonalne w wirtualnym świecie.

Można zaproponować to ćwiczenie także uczniom w ramach rozwijania kompetencji miękkich. Należy jednak bezwzględnie spełnić jeden warunek: najpierw trzeba ćwiczenie wykonać osobiście, aby móc je samemu zrozumieć i doświadczyć. Wtedy łatwiej i wiarygodniej będzie można poprowadzić uczniów ku zrozumieniu idei „pytań wspierających”

Podejście coachingowe oparte na zadawaniu pytań, ale w taki sposób, aby skupić uwagę na poszukiwaniu rozwiązań, jest metodą uniwersalną, ponieważ można ją stosować z korzyścią dla siebie, dla uczniów i dla innych osób.

**Jeżeli jesteście Państwo zainteresowani  
rozwijaniem kompetencji coachingowych,  
zapraszamy do kontaktu.**

Nauczyciele-konsultanci DODN we Wrocławiu

Lilianna Zabierowska, tel. 508-691-089,

e-mail: [lilianna.zabierowska@dodn.dolnyslask.pl](mailto:lilianna.zabierowska@dodn.dolnyslask.pl)

Małgorzata Lubańska, tel. 502-862-077,

e-mail: [malgorzata.lubanska@dodn.dolnyslask.pl](mailto:malgorzata.lubanska@dodn.dolnyslask.pl)