

**TOMASZ KOŁODZIEJCZYK** – psychoterapeuta, socjolog, wychowawca, współautor programu wychowawczo-profilaktycznego „Spójrz Inaczej”, pracuje w Centrum Edukacji Obywatelskiej w Warszawie i Poradni Profilaktyki, Leczenia i Terapii Uzależnień MONAR w Łodzi.



## POWRÓT DO STACJONARNEGO NAUCZANIA – NA CO WYCHOWAWCA POWINIEN ZWRÓCIĆ UWAGĘ

TOMASZ KOŁODZIEJCZYK

Po wielu miesiącach nauki zdalnej uczniowie starszych klas wracają w maju do nauki stacjonarnej, początkowo hybrydowo, a potem już na stałe w szkole. Uczniowie w Polsce uczyli się zdalnie bardzo długo, czas tej nauki był jednym z najdłuższych w Europie. Z tego i innych powodów powrót ten nie jest łatwy i warto poświęcić mu trochę refleksji. W niniejszym tekście przedstawię kilka ważnych aspektów tego procesu, którego nikt jeszcze w historii polskiej edukacji nie przeprowadzał.

### 1. Sytuacja emocjonalna uczniów w czasie zdalnej edukacji

Z badań, które zostały przeprowadzane w 2020 roku, dotyczących samopoczucia uczniów w czasie zdalnej edukacji wynika, że:

- 48% badanych młodych mówi, że ich samopoczucie pogorszyło się w czasie pandemii,
- 20% badanych młodych twierdzi, że ich samopoczucie poprawiło się,
- 10% młodzieży przejawiało wyraźne symptomy stanów depresyjnych,

- 17% młodzieży ma nasilenie stanów depresyjnych (23% dziewcząt, 8% chłopców),
- trudności w zasypianiu ma 22% młodzieży (kilkanaście razy w miesiącu),
- 40% młodych ludzi ma rozregulowany cykl dobowy,
- 13% badanych wskazuje na pogorszenie sytuacji z rodzicami.

Wiemy, że z czasem wzrastała liczba młodych ludzi, którzy mieli nasilone objawy depresyjne. Równocześnie coraz większa liczba uczennic i uczniów zaczęła przyzwyczajać się do zdalnego nauczania i obawiać się powrotu do szkół i przejścia do nauczania stacjonarnej. Jako dobre strony nauczania zdalnego uczniowie wskazują na:

- możliwość późniejszego wstawania,
- niższy poziom stresu związanego z pytaniem i kontaktem z nauczycielami,
- niższy poziom stresu związany z trudnymi kontaktami rówieśniczymi.

## TOMASZ KOŁODZIEJCZYK

Z kolei opisując swoje obawy związane z powrotem do szkoły i przejściem do nauczania stacjonarnego, młodzi ludzie wskazują najczęściej na:

- obawy związane ze sprawdzaniem na ocenę stanu wiedzy uczniów po zdalnym nauczaniu, sprawdzaniem zeszytów itd.,
- trudności związane z wcześniejszym wstawianiem, koniecznością siedzenia w ławkach itd.,
- obawy związane z reakcją rówieśników na ich wygląd (duża ich część ma poczucie, że wyglądają gorzej niż wcześniej, a to jest dla nich ważne),

- obawy związane z powrotem do relacji rówieśniczych, których się obawiają,
- niepokój związany z tym, że po powrocie do szkół szybko nastąpi powrót do zdalnego nauczania.

Przykładowa chmura słów utworzona przez uczniów na prowadzonych przeze mnie zajęciach w odpowiedzi na pytanie o ich emocje związane z przejściem do stacjonarnej edukacji wygląda następująco:

## moje emocje związane z przejściem do stacjonarnej edukacji



Warto też zaznaczyć, że ze światowych badań dotyczących efektów zdalnej edukacji wiadomo, że:

- Szczególny spadek efektywności nauczania zauważono w środowiskach biednych. Z kolei nauczyciele uczący uczniów zamożnych i z prywatnych szkół częściej twierdzili, że nauczanie było skuteczne i zauważali, że uczniowie mieli dostęp do wymaganych urządzeń internetowych.
- Nauczyciele twierdzili, że w listopadzie 2020 roku opóźnienie w nauce wynosiło średnio dwa miesiące w stosunku do nauczania sprzed pandemii.
- Wydaje się, że utrata efektywności nauczania w systemie zdalnym jest powiązana z tym, jak długo szkoły były zamknięte, nawet krótkie przerwy w nauce ją opóźniały.
- Utrata nauki wydaje się wyższa w przypadku młodszych klas (1-3) w porównaniu z uczniami w klasach wyższych, np. 9-12.
- W szkołach, w których ponad 80% uczniów żyje poniżej granicy ubóstwa, utrata nauki wynosi średnio około 2,5 miesiąca, podczas gdy uczniowie w szkołach, w których ponad 80 procent gospodarstw domowych żyje powyżej granicy ubóstwa, uczniowie doświadczyli około 1,6 miesiąca utraty nauki.

## POWRÓT DO STACJONARNEGO NAUCZANIA – NA CO WYCHOWAWCA POWINIEN ZWRÓCIĆ UWAGĘ

### 2. W tej sytuacji, myśląc o działaniach wychowawcy klasy, warto wyodrębnić kilka obszarów tych działań:

- a. **Rozmawianie z uczniami** o ich doświadczeniach i emocjach związanych ze zdalnym nauczaniem, izolacją od rówieśników i pandemią.
- b. **Odnajdywanie i wspieranie** tych uczniów, dla których doświadczenie izolacji było szczególnie traumatyczne.
- c. **Odbudowywanie poczucia wspólnoty** i bycia zespołem (bądź budowanie jej, jeśli nie było tego wcześniej).
- d. **Powtórne ustanowienie i wprowadzenie nowych zasad** dotyczących zachowania się i relacji w zespole klasowym, a także bezpieczeństwa w szkole.

Przyjrzyjmy się bliżej temu, jak mogą wyglądać działania wychowawców w tych obszarach.

- a. **Rozmawianie z uczniami** o ich doświadczeniach i emocjach związanych ze zdalnym nauczaniem, izolacją od rówieśników i pandemią.

Jak już pisaliśmy, dla niektórych uczniów ten czas był trudny, inni znosili go lepiej. Ważne, żeby móc opowiedzieć o nim, własnych przeżyciach, emocjach, zdarzeniach, może lękach. Rozmawianie z o tych doświadczeniach:

- pozwala powiedzieć o trudnych emocjach i sytuacjach,
- uwalnia dzieci od trudnych spraw,
- pozwala nam sprawdzić, którym dzieciom było szczególnie trudno,
- pokazuje wspólnotę doświadczeń.

Te rozmowy mogą odbywać się w klasie, kiedy wszyscy dzielimy się swoimi odczuciami, ale także w rozmowach indywidualnych. Pytania, które można zadać w takich sytuacjach, to:

- Z jakimi słowami i obrazami kojarzy ci się czas nauki zdalnej?
- Czego najbardziej brakowało ci podczas nauki zdalnego?
- Jakie były dobre strony zdalnej nauki?
- Czy i jak zmieniły się twoje relacje z rodzicami w tym czasie?
- Jak wyglądał twój typowy dzień podczas nauki zdalnej?
- W jaki sposób kontaktowałeś/teś się z koleżankami i kolegami z klasy?
- Co cię najbardziej zaskoczyło w tym czasie?
- Czego nowego dowiedziałeś/teś się o sobie i o swoich koleżankach i kolegach?
- Jaki był twój największy sukces w tym czasie?
- Czego dowiedziałeś/teś się o uczeniu się?
- Na co najbardziej się cieszyłeś/teś, myśląc o powrocie do szkoły?
- Czego się najbardziej obawiałeś/teś?

Oczywiście w tych rozmowach należy zadbować o bezpieczeństwo uczestników i nie przekraczać granic. Chodzi tutaj bardziej o zbudowanie przestrzeni, w której młodzi ludzie będą mogli opowiedzieć o swoich

## TOMASZ KOŁODZIEJCZYK

doświadczeniach tyle, na ile są gotowi, niż drążyć te wspomnienia. Inicjowanie rozmów o czasie nauki zdalnej już teraz pozwoli łatwiej wrócić do tych przeżyć i doświadczeń później, jeżeli będzie taka potrzeba.

**b. Wspieranie uczniów, którym szczególnie trudno jest wrócić do nauczania stacjonarnego.**

W czasie nauczania zdalnego część uczniów wycofała się z życia edukacyjnego i rówieśniczego. Niektórzy z nich mają poczucie, że „zdziczeli, zgrubieli i zbrzydli”. Lęk przed powtórnym kontaktem z rówieśnikami, obawa przed wyzwaniem edukacyjnymi czy spotkaniem z nauczycielami jest czasami tak duża, że powoduje wycofanie się z kontaktów i silną niechęć powrotu do szkoły. Nie mamy zbyt dużego doświadczenia w tym, jak pracować z uczniami w takiej sytuacji, ale warto podejmować działania, żeby im pomóc. Nasze działania możemy zacząć od rozpoznania – którzy uczniowie w mojej klasie są zagrożeni. W tym rozpoznaniu mogą nam pomóc odpowiedzi na następujące pytania:

- Którzy uczniowie najczęściej opuszczali zajęcia *online*?
- Którzy uczniowie najczęściej nie wykonywali prac, o które prosiłaś/eś?
- Z którymi uczniami miałaś najmniej kontaktu w czasie nauki zdalnej?
- O których uczniach wiesz, że rzadko kontaktowali się z innymi uczniami w klasie?
- O których uczniach otrzymywałaś/eś niepokojące sygnały od rodziców albo innych uczniów?

- Którzy uczniowie z twojej klasy są najbardziej zagrożeni wykluczeniem cyfrowym?

W sytuacji gdy już zdecydujemy się na kontakt z tymi uczniami (lub ich rodzicami), możemy rozmawiać zarówno o ich obawach, jak i nadziejach związanych z powrotem do szkoły oraz o tym, w jaki sposób możemy pomóc, by ten powrót był mniej trudny.

**c. Odbudowywanie wspólnoty i poczucia bycia razem**

To chyba najważniejsze zadanie wychowawcy, z tych, które tutaj opisujemy. Po długim czasie nauki zdalnej, braku realnego kontaktu pomiędzy uczennicami i uczniami, wracają oni do szkoły i klasy, która już nie jest tym zespołem, którym była, kiedy rozstawali się jesienią. Warto więc odbudować poczucie tego, że jesteśmy wspierającym się zespołem, przy okazji pracując nad obawami uczniów, związanymi z powrotem do szkoły. W różnych szkołach powstają pomysły dotyczące tego, w jaki sposób zintegrować klasę w pierwszych dniach po powrocie. Te pomysły dotyczą przede wszystkim:

- pierwszego dnia w szkole z wychowawcą – kiedy nie ma innych zajęć, poza zajęciami integrującymi, wspólnym przypominaniem sobie, kim jesteśmy i powtórnym wprowadzaniem zasad obowiązujących w szkolnej społeczności,
- integrujących lekcji wychowawczych – w czasie których następują spotkania „każdego z każdym”,
- wspólnych wycieczek, które dają okazję do wspólnych dobrych przeżyć jednoczących zespół,

## POWRÓT DO STACJONARNEGO NAUCZANIA – NA CO WYCHOWAWCA POWINIEN ZWRÓCIĆ UWAGĘ

- dużej ilości zadań do pracy w grupach, dzięki którym uczniowie łączą zagadnienia edukacyjne z przypominaniem sobie, na czym polega współdziałanie.

Jeśli w rozmowach z klasą chcemy wrócić do wspólnych doświadczeń współpracy w zdalnym nauczaniu, możemy wtedy używać takich przykładowych pytań:

- Jakie dobre sytuacje wydarzyły się pomiędzy wami w trakcie nauczania zdalnego i wakacji?
- Jak sobie nawzajem pomagaliście? (konkretne przykłady)
- Jakie wesole sytuacje zdarzały się w tym czasie pomiędzy uczniami albo uczniami i wychowawcą? (tu należy zadbać o to, by nie urazić żadnej osoby z klasy),
- Czego nauczyliście się w tym czasie, jeśli chodzi o współpracę, wzajemną pomoc i dbanie o siebie nawzajem?
- Czego nowego (i dobrego) dowiedzieliście się o sobie i innych osobach z klasy?

W czasie zajęć integracyjnych szczególnie cenię takie, które wymagają bezpośredniego osobistego kontaktu pomiędzy uczniami. Przykładem takiej zabawy jest „Cebula”, której warunkiem jest takie zorganizowanie sytuacji, żeby każdy uczeń mógł spotkać się indywidualnie z każdym uczniem (np. siedząc w dwóch rzędach naprzeciwko siebie i po każdej kolejce przesuwając się o jedno miejsce). Uczniowie, siedząc naprzeciwko siebie, odpowiadają w ciągu minuty na wylosowane przez kogoś pytanie, a następnie zmieniają miejsce i w rozmowie z kolejną osobą odpowiadają na kolejne pytanie.

Przykłady pytań, których możemy użyć w takiej zabawie integracyjnej:

- Co cię najbardziej zdziwiło po powrocie do szkoły?
- Czego dowiedziałeś się o sobie w czasie nauki zdalnej?
- Co było najfajniejsze w czasie nauki zdalnej?
- Co w czasie nauki zdalnej było dla ciebie najtrudniejsze?
- Czy i jak zmieniły się twoje relacje z rodzicami w czasie nauki zdalnej?
- Czy i jak zmieniły się twoje relacje z innymi osobami z klasy w czasie nauki zdalnej?
- Co myślisz o wirusie COVID-19?
- Co widzisz dobrego w powrocie do szkoły? Powiedz też o tym, dlaczego.
- Czego się obawiasz w powrocie do szkoły? Powiedz też o tym, dlaczego.
- Co myślisz o nowych zasadach dbania o bezpieczeństwo w szkole?
- Jak, twoim zdaniem, rozwinie się dalej sytuacja z covidem?
- Czy twoim zdaniem atmosfera i relacje w klasie w tym roku szkolnym się polepszą czy pogorszą? Powiedz też o tym, dlaczego tak myślisz.

Uczniowie mogą także zadać wymyślone przez siebie pytania.

## TOMASZ KOŁODZIEJCZYK

**d. Powtórne ustanowienie nowych zasad**

Powrót do szkoły to powrót do zasad, które w niej obowiązują, tych starych, ale także tych nowych, związanych z bezpieczeństwem. To także dobra okazja, żeby zastanowić się nad tym, w jaki sposób pracujemy w szkole z zasadami, w jaki sposób je wprowadzamy i jak wspieramy uczniów w ich przestrzeganiu. Myśląc o przypomnieniu i wprowadzaniu zasad w czasie przejścia do nauczania stacjonarnego, warto pamiętać o tym, że:

- przypominamy i omawiamy te zasady, które obowiązywały wcześniej,
- mówimy o nowych zasadach związanych z bezpieczeństwem,
- przedstawiamy zasady jako służące wspólnemu dobru, a nie pretekst do karania za ich nieprzestrzeganie,
- monitorujemy respektowanie tych zasad, zwracając przede wszystkim uwagę na działania uczniów przestrzegających omawiane zasady,
- odnawiamy kontrakt klasowy.

Proponuję, żeby każdą z zasad omówić (np. najpierw w małych grupach, a potem na forum klasy), używając na przykład takich pytań:

- Czemu służy ta zasada?
- Czy obowiązywała także w czasie nauki zdalnej?
- W jakich sytuacjach może wam być trudno jej przestrzegać?
- Jakie macie sukcesy w przestrzeganiu tej zasady?

**3. Ważną stroną w tym procesie są nauczyciele,**

którzy w tej sytuacji muszą sięgać do własnych zasobów (i je mieć), podczas kiedy ich emocje i obawy są podobne do uczniowskich. Dlatego zadbanie o dobrostan i dobre samopoczucie nauczycieli jest tutaj bardzo istotne, zarówno jeśli chodzi o ich indywidualne wsparcie, jak i pomoc w zorganizowaniu ich wzajemnego wspierania się.

Przejście do stacjonarnego nauczania może być ciekawym i dobrym doświadczeniem, zarówno dla uczennic, uczniów, jak i nauczycieli i dyrekcji szkoły. Może nas zbliżyć do siebie i sprawić, że relacje pomiędzy aktorami sceny szkolnej będą bliższe.

Zupełnie inną sprawą jest to, w jaki sposób wrócimy do edukacyjnego aspektu nauki stacjonarnej i na ile będziemy mogli wykorzystać to, co się działo do przemyślenia szkoły i procesu nauczania na nowo, z wykorzystaniem tych zmian, które zaszły w relacjach, jak i sposobie nauczania przez czas nauczania zdalnego. ●