



Wpływ na niewłaściwe zachowania uczniów poprzez zaspokajanie ich potrzeb i wzmacnianie poczucia własnej wartości

Stanisław BOBULA

Nauczyciele często zastanawiają się, co jest przyczyną niewłaściwych zachowań uczniów. Niekiedy uczący odbierają motywację postępowania młodych ludzi jako atak na siebie samych. Tymczasem w większości takich sytuacji problematyczne zachowania uczniów nie mają wiele wspólnego z samymi nauczycielami. Bo to, co motywuje każdego człowieka do działania, to chęć zaspokojenia własnych POTRZEB, a te u wszystkich są takie same. Tym, co nas od siebie różni, jest czas, w którym zaspokojenie określonych potrzeb staje się ważne oraz STRATEGIE, które stosujemy, aby te potrzeby zaspokoić. Ludzie nie stają się głodni w tym samym momencie, więc potrzebę fizjologiczną związaną z koniecznością przyjmowania pokarmów zaspokajamy w różnym czasie. Aby zaspokoić głód, różne osoby stosują odmienne strategie – jedni idą do restauracji, inni do baru, a jeszcze inni przyrządzają sobie posiłek w domu. Nieporozumienia między nami wynikają więc nie z samych potrzeb, lecz czasu oraz sposobu (strategii) ich zaspokajania.

Potrzeby i poczucie własnej wartości

Ale czym są tak naprawdę potrzeby? Według Abrahama Masłowa potrzeby pojmowane są jako brak czegoś, wywołujący jednocześnie dążenie do zaspokojenia tego braku. Maslow w swojej teorii postawił się metaforą piramidy, wprowadzając w ten sposób hierarchię potrzeb. Fundamentem dla piramidy Masłowa są potrzeby niższego rzędu, czyli potrzeby fizjologiczne (uznawane za podstawowe) oraz potrzeba bezpieczeństwa/stabilizacji. Wyżej w hierarchii znajdują się potrzeby wyższego rzędu, takie jak potrzeba przynależności/afiliacji, potrzeby szacunku i uznania oraz potrzeba samo-realizacji. Nieco inaczej potrzeby widział Marshall Rosenberg, twórca języka Komunikacji Bez Przemocy (ang. NVC – Nonviolent Communication). U Rosenberga wszystkie potrzeby są tak samo ważne, tyle tylko, że w różnym momencie stają się dla nas priorytetowe (szczególnie w sytuacjach, gdy

nie możemy ich zaspokoić). W tym modelu myślenia o niezaspokojonych potrzebach informują nas uczucia, np. złość, frustracja, strach itp.

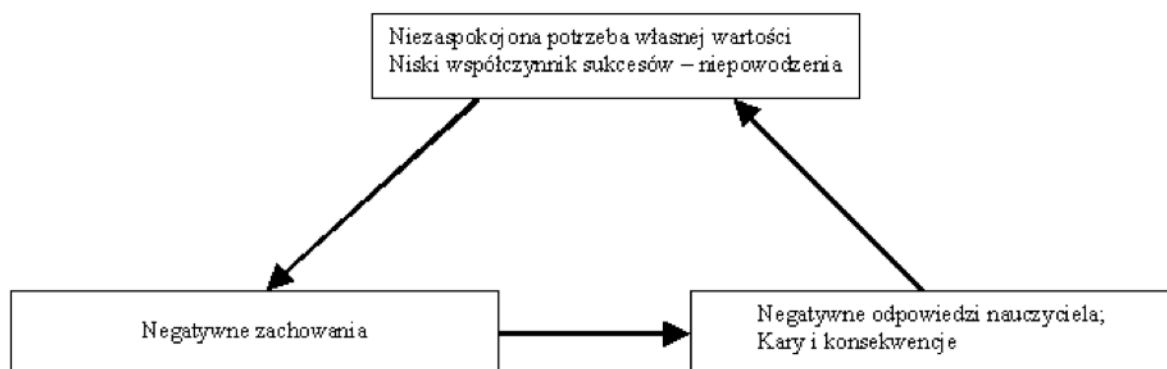
Zaspokajanie potrzeb ma bardzo duży wpływ na poczucie własnej wartości, które definiuje się jako uogólnioną postawę w stosunku do samego siebie, która wpływa na nastrój oraz wywiera silny wpływ na pewien zakres zachowań osobistych i społecznych¹. Tak więc zaspokojone (lub nie) potrzeby budują w nas obraz siebie samych, jakim jest poczucie własnej wartości. W przypadku niezaspokojonych potrzeb tworzy się nieadekwatne poczucie własnej wartości (zaniżone i niepewne). Tak powstaje „cykl zniechęcenia”. Osoby z nieadekwatnym poczuciem własnej wartości podejmują szereg działań, które z boku wyglądają na akty desperacji. Bywa, że zachowania te prowadzą do krzywdzenia innych. Czasem polegają one na

¹ https://www.wikiwand.com/pl/Poczucie_w%C5%82asnej_warto%C5%9Bci.

autodestrukcji osobistej lub społecznej sprawiając, że taka osoba w gruncie rzeczy krzywdzi samą siebie. W konsekwencji osoby te otrzymują negatywne informacje ze strony otoczenia na swój temat, co jeszcze bardziej obniża ich poczucie własnej wartości. W przypadku uczniów w szkole, zachowujących się niewłaściwie, może to wyglądać tak²:

buduje w dziecku podwaliny poczucia własnej wartości oraz umiejętności budowania relacji opierających się na przywiązaniu do innych osób.

Harry Chugani ze Szpitala Dziecięcego w Michigan wykonywał scyntygramy mózgow części z tych dzieci, stwierdzając niemal u wszystkich wyraźne



Przetłamanie cyklu zniechęcenia jest możliwe, jednak wymaga ono działań, które m. in. będą skierowane na zaspokojenie potrzeb będących filarami poczucia własnej wartości.

Jak na nasze życie wpływają niezaspokojone potrzeby?

Aby zrozumieć, jak bardzo niezaspokojone potrzeby wpływają na nasze życie, warto przyjrzeć się temu, co się dzieje na początku naszego życia, zaraz po urodzeniu. Po narodzinach dziecko jest całkowicie uzależnione od rodziców. Nie chodzi tutaj tylko i wyłącznie o zależność związaną z otrzymywaniem pokarmów, utrzymywaniem higieny itp., ale również o zależność emocjonalną. Okazuje się, że na poziomie neurobiologicznym w przeciągu pierwszych sześciu miesięcy życia tworzą się w dziecku podwaliny przyszłego poczucia własnej wartości (później ten proces także się odbywa, jednak nie jest on aż tak ważny, jak w pierwszych miesiącach życia). Otóż zaspokojenie potrzeb fizjologicznych (np. karmienie na żądanie), jak i emocjonalnych, związanych z czułością, dotykiem, przytulaniem i całym niewerbalnym przekazywaniem miłości,

odchylenia czynnościowe w rozmaitych obszarach związanych z emocjami. W trakcie rozwoju występuje tylko niewielkie okienko czasowe, gdy dzieci muszą podlegać stymulacji emocjonalnej, by odczuwać emocje w późniejszym życiu³.

Niezaspokajanie potrzeb w kluczowym okresie kilku pierwszych miesięcy życia będzie skutkowało ogromnymi trudnościami związanymi z relacjami z innymi ludźmi (szczególnie przywiązaniem) oraz przekonaniem, że nie jest się wartym miłości, skoro nią nie obdarzono. Szczególnie na ten problem narażone są dzieci z domów dziecka, gdzie opiekunom trudno jest budować indywidualną relację opierającą się na czułości i miłości z niemowlakami, gdy mają ich pod opieką kilkoro. Skupiają się więc na czynnościach zaspokajających potrzeby fizjologiczne. Nawet gdy dziecko ma do dyspozycji oboje rodziców, nie oznacza to automatycznie pełnego zaspokajania jego potrzeb związanych z miłością i czułością. W rodzinach, gdzie przeważa emocjonalny chłód, dzieci mogą mieć w przyszłości problemy z adekwatnym poczuciem własnej wartości.

² Za: J. Levin, J. F. Nolan, Principles of classroom management – A professional decision-making model, Allyn & Bacon 2000; patrz: S. Bobula, Cztery filary poczucia własnej wartości. „Remedium” 11 (271), listopad 2015. s. 11-13.

³ A. Olszewski, Siniaki na mózgu, czyli o samotności dziecka odrzuconego. <http://www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=96>.

Podobne trudności mogą mieć dzieci, które są ofiarami przemocy fizycznej, werbalnej czy seksualnej. Ich niezaspokojona potrzeba bezpieczeństwa oraz poczucie winy (w które wpędzają je dorośli) finalnie prowadzą do rujnującego ich przyszłe życie nieadekwatnego obrazu samych siebie.

Ocenianie w kontekście poczucia własnej wartości

Tak więc mamy dziecko, które doświadczyło we wczesnym dzieciństwie deprywacji potrzeb lub było/jest ofiarą przemocy. Nie ma ono zaufania do dorosłych, ma trudności z budowaniem relacji i więzi oraz jego poczucie własnej wartości jest bardzo niskie. Nie podejmuje więc ono działań, które w jego mniemaniu są poza zasięgiem jego możliwości, ponieważ każde kolejne niepowodzenie powoduje cierpienie. Z punktu widzenia dorosłych nie znających przyczyn takiej postawy dzieci te są leniwe i niechętne do pracy. Nauczyciele, próbując zmotywować takich uczniów, stawiają im negatywne oceny licząc, że zmuszą ich w ten sposób do podejmowania wysiłku. Niestety, w takich przypadkach działa to zazwyczaj demotywująco i jeszcze bardziej pogłębia problemy z poczuciem własnej wartości.

Jeszcze gorsze są sytuacje, w których uczniowie wykonują zadanie, ale dostają tylko i wyłącznie informację o popełnionych błędach. Dzieci często próbują wyrwać takie kartki z książek i zeszytów po to tylko, aby nie przypominały im druzgocącej porażki. Bo ta porażka świadczy o tym, że „są jednak do niczego”. W konsekwencji takie sytuacje obniżają nie tylko poczucie własnej wartości dzieci, ale przyczyniają się do osłabienia ich motywacji.

Oczywiście możemy śmiało założyć, że nauczyciele nie mają złych intencji – chcą tylko zmotywować ucznia do pracy lub bardziej wyęźzonego wysiłku, szczególnie jeśli podejrzewają, iż dzieci te mają możliwości i ich nie wykorzystują.

Jednak dzisiejsza pedagogika podsuwa nam wiele innych rozwiązań, które mogą pomóc w ocenianiu pracy, ale w sposób nieraniący, bezpieczny i budujący poczucie własnej wartości oraz wspierający motywację. Zamiast ocen wyrażonych w skali

1-6 możemy stosować ocenianie kształtujące bazujące na informacji zwrotnej. Informacja zwrotna zawsze rozpoczyna się od komentarza wskazującego, co uczeń zrobił dobrze, czyli w pierwszej kolejności zaspokajają potrzebę kompetencji. Gdy potrzeba kompetencji zostanie zaspokojona, możemy wskazać uczniowi, co jest w jego pracy do poprawy i jak to poprawić (dajemy mu możliwość zaspokojenia potrzeby rozwoju i samorealizacji). Na koniec możemy mu udzielić wskazówek, jak pracować dalej (zaspokojenie potrzeby bezpieczeństwa). Badania Johna Hattiego⁴ pokazują, że ocenianie kształtujące oraz informacja zwrotna są w rękach nauczycieli jednym z najskuteczniejszych narzędzi, które pomagają uczniom nabywać wiadomości i umiejętności.

Elementy informacji zwrotnej

1. Wyszczególnienie i docenienie tego, co uczeń zrobił dobrze.
2. Odnotowanie tego, co wymaga poprawienia lub dodatkowej pracy ze strony ucznia (obszar do rozwoju).
3. Wskazówki – w jaki sposób uczeń powinien poprawić pracę.
4. Wskazówki – w jakim kierunku uczeń powinien pracować dalej.

Kluczowym aspektem informacji zwrotnej jest przekonanie ucznia, że nauczyciel go akceptuje, zależy mu na nim (zaspokojenie potrzeby akceptacji).

Informacja zwrotna może też pomagać w stopniowym budowaniu zaufania uczniów do nauczycieli (potrzeba bezpieczeństwa), ponieważ zawsze opiera się ona na wcześniej ustalonych kryteriach oceniania. Dlatego tak bardzo ważnym jest to, aby nauczyciel oceniając pracę uczniów kierował się wyłącznie tym, co w kryteriach oceniania zostało ustalone. Wychodzenie poza ten rodzaj umowy będzie utwierdzało ciężko doświadczonych uczniów, iż dorosłym nie można ufać. Brak zaufania to

⁴ Hattie J. *Widoczne uczenie się dla nauczycieli*, Biblioteka SUS, 2015.

niezaspokojona potrzeba bezpieczeństwa. A człowiek może uczyć się tylko wtedy, gdy czuje się bezpiecznie.

Oceny niestety pełnią też często funkcję stygmatyzującą – zarówno w oczach nauczycieli, jak i rówieśników. Jeżeli uczeń z uwagi na swoją sytuację materialną, słabe wykształcenie rodziców czy atmosferę w domu nie może osiągać dobrych wyników w nauce, to staje się automatycznie szkolnym „gorszym sortem”. Za tym często idą kpiny i przytyki nie tylko ze strony rówieśników. W takich sytuacjach uczniowie z problemami z poczuciem własnej wartości zamykają się w sobie i nie podejmują kolejnych działań w obawie przed kolejnym niepowodzeniem. Potrafią się wtedy wręcz „postawić” nauczycielowi, bo nawet najsurowsza kara, która może ich spotkać w szkole, nie może się równać wewnętrznemu cierpieniu będącemu skutkiem kolejnego niepowodzenia, które utwierdza młodych ludzi w (najgorszym) przeświadczeniu na temat własnej osoby.

Klasyczne ocenianie i skupianie się na błędach nie tylko pogłębia problemy uczniów, którzy przychodzą do szkoły z nieadekwatnym poczuciem własnej wartości. Również uczniowie nie mający na początku problemów z poczuciem własnej wartości mogą zostać skutecznie zdemotywowani. A w konsekwencji może to doprowadzić do sytuacji, w których ich poczucie własnej wartości zostanie zachwiane.

Co ciekawe, prawo oświatowe pozwala na rezygnację (nie tylko w klasach 1-3) z systemu ocen wyrażonych w skali 1-6 na rzecz informacji zwrotnej, jednak niewiele szkół korzysta z tej możliwości. Jeżeli nie chcemy całkiem porzucić tradycyjnego oceniania, to niezależnie od tego systemu warto

przy stawianiu ocen przekazywać uczniom pełną informację zwrotną.

Rywalizacja a wspólnota klasowa

Zaspokojenie potrzeb przynależności i wspólnoty jest kluczowe dla ludzi z kilku powodów. Od strony profilaktyki bliskie relacje z innymi osobami to jeden z podstawowych czynników chroniących przed zachowaniami ryzykownymi (palenie papierosów, używanie substancji psychoaktywnych, wczesna inicjacja seksualna itp.). Osoby, które nie mają zaspokojonych potrzeb wspólnoty i przynależności, częściej wpadają w natóg⁵, stają się ofiarami sekt lub poddają się negatywnemu wpływowi osób ze swojego otoczenia, aby się im przypodobać.

ciągłe stawianie uczniów w sytuacjach rywalizacyjnych nie tylko powoduje deprivację potrzeby kompetencji wśród tych uczniów, którzy nie mają szans na wygraną, ale przede wszystkim podkopuje klasową wspólnotę

Z kolei biorąc pod uwagę dyscyplinę w klasie, uczniowie, którzy mają niezaspokojone potrzeby przynależności i wspólnoty, często przyjmują strategię zwracania na siebie uwagi poprzez zachowania, które są drażniące zarówno dla nauczycieli, jak i innych uczniów. Uczniowie tacy zazwyczaj poprawiają swoje zachowanie, gdy nauczyciel zwróci na nich uwagę, jednak poprawa ta jest krótkotrwała, bo uczeń za chwilę znów próbuje zwrócić na siebie uwagę poprzez swoje niewłaściwe zachowanie. Tworzy się wtedy błędne koło, gdyż każda ingerencja nauczyciela (np. zwrócenie uwagi gadającemu bądź niepracującemu uczniowi) wzmacnia jego „trudne” zachowanie. Uczniowie tacy na ogół nie potrafią funkcjonować w klasie w sposób pozytywny. Dlatego też mają trudności w relacjach z rówieśnikami i często są odrzucani przez klasę.

Z perspektywy takich uczniów najgorsze, co się może w klasie zdarzyć, to rywalizacja, która będzie tylko pogłębiać ich problemy i izolację. Niestety

⁵ Kurzgesagt – In a Nutshell. Addiction. YouTube 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=ao8L-0nSYzg>.

bardzo często nauczyciele wykorzystują rywalizację jako narzędzie mające służyć wzmocnieniu motywacji. Problem w tym, że będzie ono działało tylko w przypadku uczniów najlepszych w danym przedmiocie. Reszta uczniów, wiedząc, iż nie ma szans, szybko się podda lub zniechęci na starcie. Ciągłe stawianie uczniów w sytuacjach rywalizacyjnych nie tylko powoduje deprivację potrzeby kompetencji wśród tych uczniów, którzy nie mają szans na wygraną, ale przede wszystkim podkopuje klasową wspólnotę. Niekiedy proces ten można zaobserwować w ciągu jednego dnia, gdy uczniowie zmuszeni do rywalizowania ze sobą na jednej lekcji są niezwykle pobudzeni na lekcjach kolejnych, a uczniowie z większymi problemami emocjonalnymi nie wytrzymują napięcia i zaczynają szaleć (krzyczą, rzucają się na podłogę, rzucają przedmiotami itp.). W sytuacji, gdy w klasie nie ma uczniów ze szczególnymi problemami emocjonalnymi, pozostaje nam nadmierne pobudzenie potążone często z niezdolnością do współpracy na kolejnych lekcjach nie tylko z rówieśnikami, ale także z innymi nauczycielami. Mówimy wtedy o „trudnych klasach”, w których bardzo ciężko przeprowadzić lekcje, nie zdając sobie przy tym sprawy z tego, że do tego stanu doprowadziły nasze (dorostych) działania. W klasach, w których nauczyciele często wprowadzają rywalizację, tworzą się zazwyczaj podgrupy uczniów (często zwalczające się wzajemnie). Natomiast uczniowie, którzy mają słabsze kompetencje społeczne bądź nieadekwatne poczucie własnej wartości, zostają sami. Wszyscy uczniowie w takich klasach cierpią i nie mają ochoty przychodzić do szkoły, a nauczyciele nie mają ochoty w takich zespołach pracować.

Część nauczycieli i rodziców jest przekonana, że dzieci muszą się nauczyć w szkole rywalizacji. Pojawia się ona jako fałszywa ścieżka wzmocnienia poczucia własnej wartości. Opiera się to na niekoniecznie uświadomionym przeświadczeniu, że jeśli ktoś robi coś lepiej niż ja, to muszę mu dorównać, a jeszcze lepiej przewyższyć, by poczuć się dobrze. Przeświadczenie to jest wynikiem ocen i porównań towarzyszących nam od dzieciństwa w komunikatach opiekunów (rodziców i nauczycieli).

Dzieci warto uczyć współpracy ponieważ działanie w zespole redukuje lęk. Współpraca to także

najlepszy sposób na uczenie się. Jeżeli uczniowie współpracują ze sobą ucząc się, to o wiele lepiej zapamiętują, w przeciwieństwie do sytuacji, w których muszą uczyć się same⁶. Im więcej dzieci wnoszą wkładu w przebieg lekcji i we wspólne uczenie się, tym więcej z niej wynoszą. Dzięki temu mogą pełniej zaspokoić swoje potrzeby kompetencji i rozwoju.

Nie do przecenienia są też pomysły na budowanie klasowej wspólnoty. W niektórych szkołach uczniowie zaczynają i kończą dzień w kręgu. Opowiadają sobie wtedy, jak się czują i jakie cele sobie wyznaczają na cały dzień (rano) i co sprawiło im radość, a co było trudne i jak sobie z tym poradziły (po południu). Niektórzy nauczyciele nauczania początkowego prowadzą podsumowanie na koniec dnia lub raz w tygodniu w piątek. Dzięki temu uczniowie budują wspólnotę uczących się zaspokajając potrzeby przynależności, bezpieczeństwa, wsparcia, bliskości.

Autonomia, moc, wpływ i szlachetność

W dzisiejszej szkole uczniowie rzadko kiedy mają wpływ na to, co się w szkole dzieje. Są niestety bardziej przedmiotami nauczania niż podmiotami uczącymi się. Stąd też ich nieustanny bunt, kwestionowanie sensu szkoły i uczenia się w ogóle.

Często dziwimy się, jak silny jest to bunt i zapominamy, że nie jest on skierowany przeciwko nauczycielom i szkole (samej w sobie), ale zasadom, które w niej obowiązują. Problem nie tkwi także w samych zasadach, bo one młodym ludziom są potrzebne (potrzeba bezpieczeństwa), ale z faktu, iż przeważnie są one narzucone. I nie piszę tutaj tylko o zasadach klasowych, które często są współtworzone przez uczniów (choć nie zawsze tak jest).

Tutaj chodzi o zasady obowiązujące w całej szkole. Jednym z przykładów takich reguł, które nie są uzgadniane z uczniami, jest całkowity zakaz używania telefonów komórkowych na terenie

⁶ J. Hattie, op. cit.; S. Magsamen, Early learning and technology part five: social interaction and collaborative learning. By The Goddard School, March 17th, 2016. <https://blogs.goddardschool.com/blog/2016/03/17/early-learning-and-technology-part-five-social-interaction-and-collaborative-learning/>.

szkoły. Oczywiście można bez wysiłku zrozumieć piękno intencji przyświecających wprowadzeniu takiej zasady przez nauczycieli wspólnie z rodzicami. Jednak nie zmienia to faktu, że zasada ta została narzucona dzieciom przez dorosłych. Narzucone zasady są traktowane przez młodych ludzi jako coś złego, czemu należy się przeciwstawić i za wszelką cenę ominąć zakaz (np. korzystając ze smartfonu w toalecie). Tymczasem warto po prostu usiąść we wspólnym gronie uczniów, nauczycieli oraz rodziców i otwarcie porozmawiać – np. jakie problemy związane z nadużywaniem gadżetów elektronicznych widzą dorośli i co można z tym zrobić? Uczniowie na każdym poziomie edukacyjnym są w stanie podać wiele pomysłów rozwiązujących ten problem. Być może skończy się na tym samym i sami uczniowie stwierdzą, że korzystanie z urządzeń elektronicznych w szkole nie jest dobrym pomysłem. Być może powstanie strefa, w której używanie smartfonów jest dozwolone bądź zostanie wyznaczony na to określony czas (np. raz w tygodniu lub miesiącu zostanie wprowadzony dzień bez telefonu, aby się przekonać, jak to właściwie jest). Jednakże ta decyzja zostaje podjęta wspólnie w gronie całej społeczności szkolnej. Uczniowie stają się aktywnym podmiotem, współdecydują o swoim losie i dzięki temu mogą zaspokoić swoje potrzeby związane z autonomią, mocą i wpływem.

Warto jednak pamiętać o tym, że samo przestrzeganie zasad nie jest dla uczniów atrakcyjne, nawet jeśli są oni ich współautorami. To, co naprawdę będzie motywowało uczniów do zmiany, to pokazanie im, że mogą stawać się lepszymi ludźmi, podkreślając, iż człowieczeństwo to ciągłe dążenie do doskonałości (z akceptacją dla tego, czym jesteśmy tu i teraz). W tym dążeniu do stania się lepszym będziemy zaspokajać ich potrzeby szlachetności, integralności, rozwoju i harmonii z otaczającym światem.

Czy warto?

Zastanawiasz się zapewne teraz, Droga Czytelniczko i Drogi Czytelniku, czy warto poświęcać na to wszystko cenny szkolny czas i Twoje wewnętrzne zasoby (np. uwagę). Moim zdaniem warto, bo tylko

osoba z adekwatnym poczuciem własnej wartości i zaspokojonymi potrzebami może być w pełni empatyczna w stosunku do innych. Jeżeli więc chcesz pracować w klasie, w której uczniowie wzajemnie dbają o swój dobrostan, wspierają wzajemnie siebie oraz nauczycieli, to zapewne warto.

Bibliografia

1. S. Bobula, Cztery filary poczucia własnej wartości. „Remedium” 11 (271), listopad 2015, s. 11-13.
2. J. Hattie, Widoczne uczenie się dla nauczycieli. Biblioteka SUS, 2015.
3. Kurzgesagt – In a Nutshell. Addiction. YouTube 2015. <https://www.youtube.com/watch?v=ao8L-0nSYzg>
4. J. Levin, J. F. Nolan, Principles of classroom management – A professional decision-making model, Allyn & Bacon 2000.
5. S. Magsamen, Early learning and technology part five: social interaction and collaborative learning. By The Goddard School, March 17th, 2016. <https://blogs.goddardschool.com/blog/2016/03/17/early-learning-and-technology-part-five-social-interaction-and-collaborative-learning/>.
6. A. Olszewski, Siniaki na mózgu, czyli o samotności dziecka odrzuconego. <http://www.psychologia.net.pl/artykul.php?level=96>.
7. Wikipedia: https://www.wikiwand.com/pl/Poczucie_w%C5%82asnej_warto%C5%9Bci.

Stanisław BOBULA – psycholog, edukator i coach, pracował osiem lat jako psycholog w gimnazjum w Krakowie. Od 2005 roku współpracuje z NODN „Sophia” prowadząc szkolenia dla nauczycieli, psychologów i pedagogów szkolnych, dyrektorów szkół i wizytatorów ds. ewaluacji. Od września 2011 roku właściciel firmy szkoleniowej Era Edukacji.