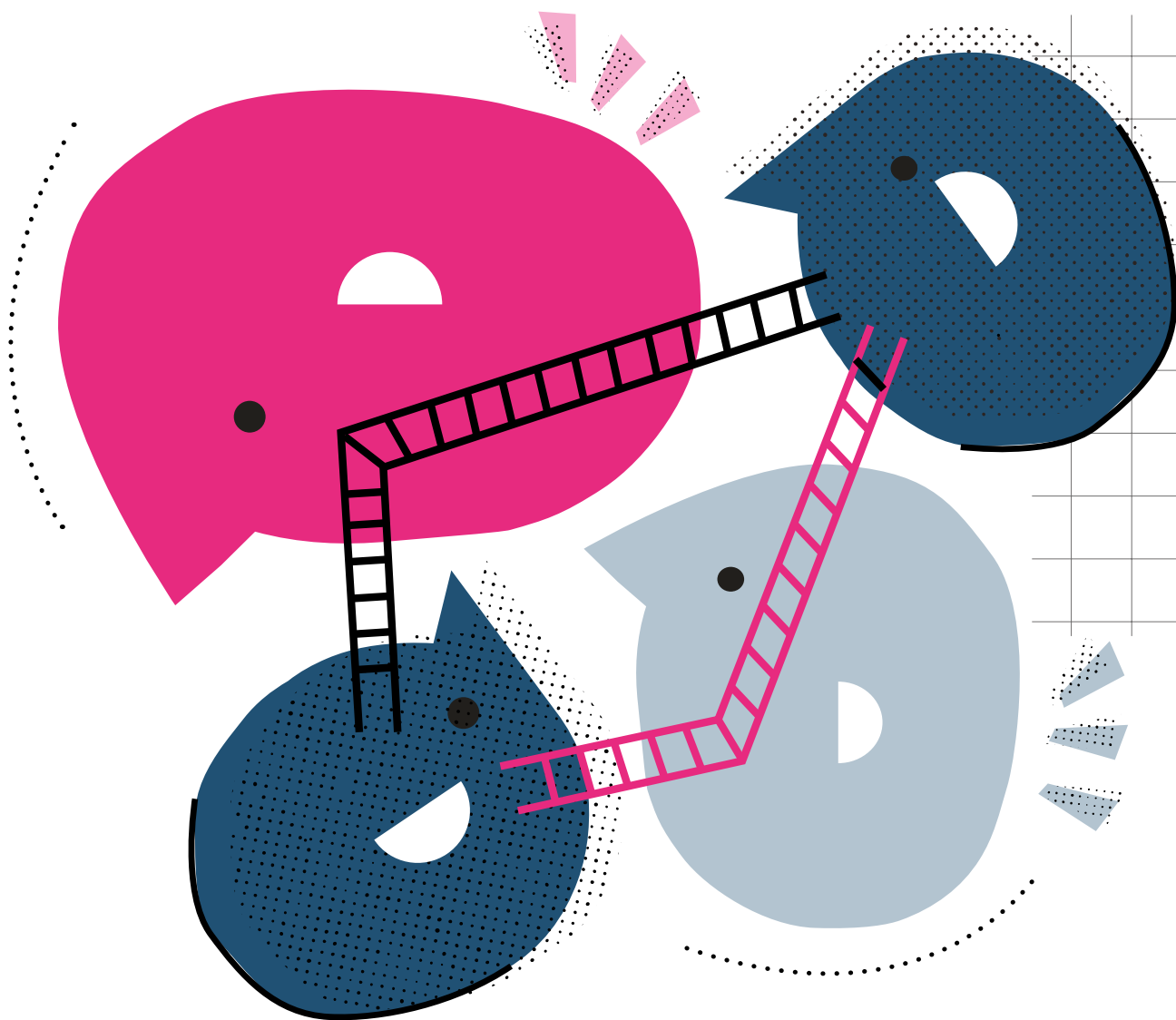




Fundacja
Szkoła z Klasą



**ROZMOWY Z KLASĄ –
W DIALOGU
O ODPORNOŚCI**

**KURS NA
ODPORNOŚĆ**

**SZKOŁA
Z KLASĄ**

2026/27



Autorka:

Izabela Meyza

Koordinacja merytoryczna:

Anna Nowacka-Krajewska

Redakcja:

Aleksandra Sulmicka

Skład i grafika:

Żaneta Strawiak-Pulkowska

„Kurs na Odporność” to wspólne przedsięwzięcie Fundacji Szkoła z Klasą i Polsko-Amerykańskiej Fundacji Wolności. Partnerem programu Kurs na Odporność. Szkoła z Klasą jest Fundacja PZU. Program objęty jest honorowym patronatem Ministra Edukacji Narodowej.

Patronat
honorowy



Organizator



Fundator



Partner



Wstęp

„Edukacja to relacje” – to stwierdzenie słyszało zapewne wielu z nas. Prawdziwe wyzwanie pojawia się wtedy, gdy chcemy przełożyć tę ideę na praktykę szkolną i uczynić ją fundamentem szkolnej codzienności. Budowanie relacji wydaje się wielu osobom procesem czasochłonnym, na który trudno znaleźć przestrzeń w codziennym zabieganiu. Warto jednak podjąć ten wysiłek. Jeśli pracujesz z młodymi ludźmi, z pewnością na co dzień obserwujesz wyzwania, z którymi się mierzą. Choć może to brzmieć banalnie, warto pamiętać, że młodzi są przede wszystkim ludźmi, którzy tu i teraz przeżywają trudności, zbierają doświadczenia i kształtują swoją postawę wobec świata. Raport¹ będący częścią prowadzonego przez nas kilka lat temu programu „Jesteśmy młodzi. O co nam chodzi?” pokazał, że wielu młodych ludzi ma poczucie, że są postrzegani jedynie jako naczynia, które trzeba napełnić wiedzą. Zaobserwowaliśmy też, że młode osoby uczestniczące w projekcie nieustannie umniejszały znaczenie swoich odczuć, potrzeb i doświadczeń, a także nie miały przekonania, że ich opinie i przeżycia są wystarczająco istotne i warte rozmowy.

01. 

Raport



Szkoła oparta na dialogu zaczyna się od uznania doświadczeń młodych ludzi. Kluczowe jest tworzenie przestrzeni do rozmowy, która nie opiera się na osądzaniu i doradzaniu, lecz na próbie zrozumienia tego, jak inni przeżywają świat oraz dostrzeganiu różnych perspektyw. Tym jest właśnie dialog. Jego budowanie wcale nie wymaga dużych nakładów czasu. Opiera się raczej na systematyczności – na codziennych małych krokach, które realnie wpływają na klimat szkoły, pozwalają lepiej się poznać i zauważyć to, co dla młodych jest ważne.

W Fundacji Szkoła z Klasą wierzymy, że podstawą dobrych relacji jest konstruktywna komunikacja oparta na dialogu. Publikacja, którą trzymasz w ręku, została przygotowana z myślą o nauczycielach i nauczycielkach, którzy nie są specjalistami w tej dziedzinie. Zawarte w niej wskazówki oparte są na naszym wieloletnim doświadczeniu pracy w środowiskach szkolnych, jak i na poradach ekspertów od komunikacji. Pokażemy Ci krok po kroku, jak stworzyć dobry klimat do rozmowy w klasie oraz podpowiemy, jak się do niej przygotować. Poznasz też konkretne narzędzia, które pozwolą Ci wprowadzać elementy konstruktywnej rozmowy opartej na dialogu.

Czym jest dialog?

Według Paulo Freire, wybitnego brazylijskiego pedagoga, dialog to „spotkanie ludzi, zapośredniczone przez świat”². W definicji tej kluczowe są dwa elementy: spotkanie i świat.

Istotą spotkania jest czas i uważność. Dialog trudno jest prowadzić w międzyczasie, bo kiedy jesteśmy zabiegani, w ferworze wielu czynności, nie mamy przestrzeni, by naprawdę skupić się na drugiej osobie. Spotkanie oparte na dialogu wymaga uważności i słuchania – autentycznego zauważenia, że stoi przed nami druga osoba – ze swoim systemem wartości, swoją historią, refleksjami i przeżyciami.

Równie istotną cechą dialogu jest to, że odbywa się on w konkretnym świecie. Co to oznacza? Dialog jest spotkaniem osób żyjących w konkretnej rzeczywistości, która na nich wpływa i w której szukają dla siebie miejsca. Jednocześnie każda z tych osób może patrzeć na świat z innej perspektywy, mieć odmienny punkt widzenia. Dzięki temu rozmowa oparta na dialogu pozwala lepiej zrozumieć rzeczywistość – patrzymy na nią bowiem z wielu punktów widzenia jednocześnie. Dialog może nam też pomóc krytycznie spojrzeć na świat, w którym żyjemy. Być może pozwoli też docenić rzeczy, których wcześniej nie dostrzegaliśmy lub zainicjować zmiany, które chcemy wprowadzić.

Dialog jest rodzajem rozmowy, w której nie chodzi o to, żeby wzajemnie się do czegoś przekonywać. Ważne, by nie mylić go z debatą, której celem jest często zwycięstwo nad przeciwnikiem za pomocą argumentów. W dialogu uznajemy, że wszystkie punkty widzenia są równoważne. Słuchamy się, żeby lepiej się wzajemnie zrozumieć, a nie przekonać do swoich poglądów.

Czasem możemy spotkać się z przekonaniem, że skoro dialog nie prowadzi do wyłonienia jednej, słusznej perspektywy czy konkretnego rozwiązania problemu, to jest niepraktyczny. Tymczasem „praktyczność” dialogu leży gdzie indziej: dzięki niemu ludzie lepiej się rozumieją, bardziej czują się częścią danej społeczności i lepiej ze sobą współpracują. Wiedza o sobie nawzajem, którą wynosimy z dialogu, może być też pomocna we wprowadzaniu zmian w szkole i przyczyniać się do bardziej efektywnej pracy pedagogicznej.

Jeśli planujesz przeprowadzić z uczniami i uczennicami rozmowę opartą na dialogu, nie zapominaj o jej celach.

02.

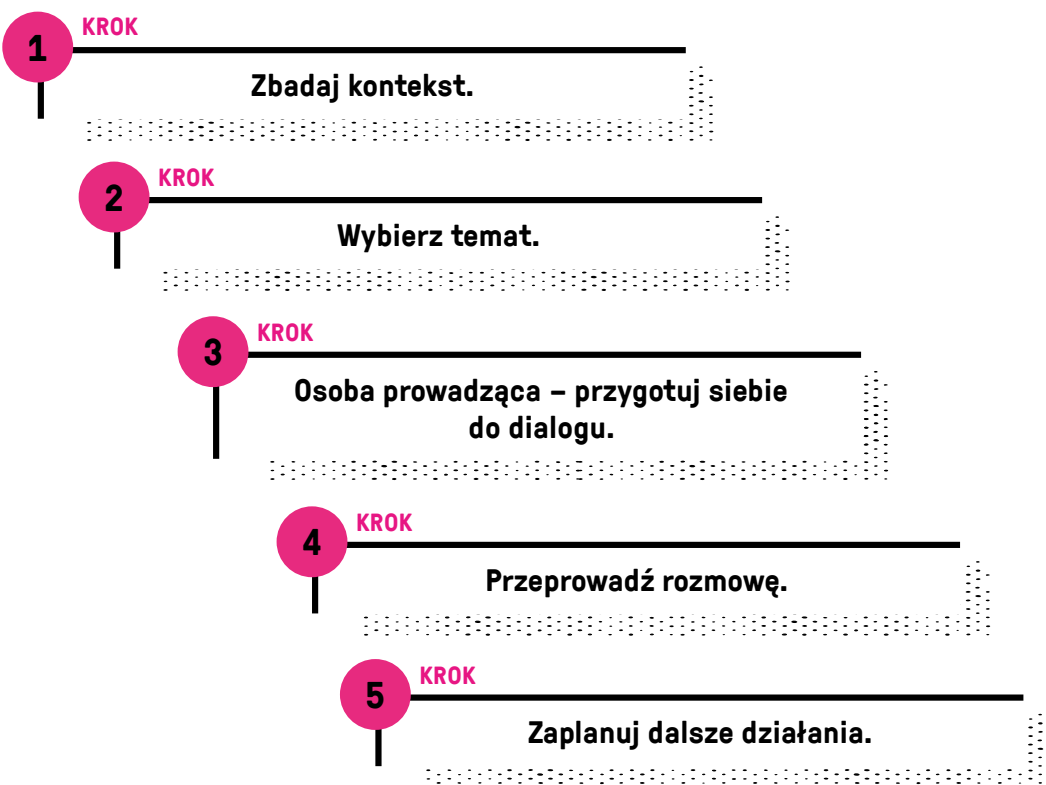
Paulo Freire,
*Pedagogy of
the Oppressed*,
Penguin Books
2017, s. 61.

CELE DIALOGU TO:

- lepsze poznanie się nawzajem, integracja grupy i budowanie relacji,
NIE: ocenianie poziomu wiedzy uczniów i uczennic na dany temat;
- rozmowa o wartościach, potrzebach,
NIE: zbieranie największej liczby argumentów za lub przeciw;
- pogłębienie rozumienia jakiegoś tematu lub po prostu siebie nawzajem,
NIE: określenie, kto ma rację lub kto jest najmądrzejszy w danym temacie;
- ćwiczenie umiejętności słuchania w celu lepszego zrozumienia rozmówcy,
NIE: słuchanie, żeby przekonać do swojej racji;
- uznanie ważności wszystkich osób uczestniczących,
niezależnie od wieku, rangi społecznej czy doświadczenia,
NIE: podkreślanie władzy i hierarchii.



Jak krok po kroku zorganizować i przeprowadzić rozmowę opartą na dialogu?



Krok 1

Zbadaj kontekst

Dialog zawsze odbywa się w jakimś kontekście. Zanim rozpoczniesz rozmowę z uczennicami i uczniami, warto go rozpoznać. Pisząc o kontekście, mamy na myśli całościowe i dynamiczne środowisko, w którym kształtowane są relacje między osobami a otoczeniem. Poszczególne jego elementy wzajemnie na siebie wpływają. Są to przede wszystkim:

➤ indywidualna sytuacja osób, które uczestniczą w interakcji

Każda osoba uczestnicząca w rozmowie wnosi do niej zarówno swoje doświadczenie, historię, ale też aktualny stan psychiczny. Wszystkie te elementy wpływają na to, co dzieje się w klasie. Aktualne doświadczenia uczniów i uczennic, bagaż emocjonalny, który niosą, sytuacja rodzinna, samopoczucie czy ich sposób bycia w grupie to czynniki w znaczący sposób kształtujące kontekst.

➤ klimat w szkole/klasie

Każda organizacja, instytucja czy szkoła ma swój specyficzny klimat – atmosferę, którą wyczuwa się na korytarzach, w pokoju nauczycielskim, w klasach. Klimat ten powstaje za sprawą wielu czynników, a ponieważ jest na nie wrażliwy, zmienia się pod wpływem różnych wydarzeń, zarówno wewnątrz społeczności, jak i poza nią. Podobnie każda klasa (grupa) ma „swój klimat” – to swego rodzaju charakter grupy kształtowany przez interakcje jej członków i wydarzenia, przez które wspólnie przechodzą. Klimat może być też zależny od faz życia szkoły: inna atmosfera panuje podczas matur, kiedy szkolne życie jest podporządkowane egzaminom, inna tuż przed wakacjami, kiedy oceny są już wystawione. To jest po prostu „wyczuwalne”.

➤ klimat społeczny

Szkoła jest zanurzona w konkretnym kontekście społecznym. Wydarzenia polityczne czy społeczne – zarówno te międzynarodowe, ogólnokrajowe, jak i lokalne – wpływają na atmosferę w instytucji. Jeśli na świecie mają miejsce trudne wydarzenia polityczne, może to rodzić ogólny niepokój, również wśród uczniów i nauczycieli. Jeśli w systemie edukacji panuje chaos związany np. z wprowadzaniem reformy, przekłada się to też na funkcjonowanie poszczególnych placówek. Klimat społeczny kształtują też czynniki lokalne: jeśli Wasza miejscowość żyje ważnym wydarzeniem, zapewne uczniowie i nauczyciele będą o tym rozmawiać, a samo wydarzenie będzie wpływało na ich stan emocjonalny.


Rozpoznanie kontekstu jest szczególnie ważne podczas przygotowania do dialogu. Pozwoli Ci ono wybrać odpowiedni temat rozmowy i przewidzieć potencjalnie trudne sytuacje.

Jak rozpoznać kontekst?


Najlepszym sposobem na poznanie kontekstu jest jego obserwowanie. Pomocna może być tutaj metafora meteorologii. Badacze pogody, korzystając z przyrządów, śledzą elementy otaczającej rzeczywistości, dzięki czemu potrafią przewidzieć warunki atmosferyczne. Zachęcamy Cię do obserwacji kontekstu w podobny sposób – pomoże Ci to określić warunki, w jakich wydarzy się rozmowa z uczniami i uczennicami, wybrać temat rozmowy oraz odpowiednią dla niej formę.

W roli narzędzi do obserwowania szkolnego klimatu niech posłużą Ci poniższe pytania:

Indywidualna sytuacja

- 
- ☞ Czy wśród uczniów i uczennic są osoby, które aktualnie przeżywają jakieś trudności – psychiczne, rodzinne, edukacyjne? Czy są osoby w kryzysie psychicznym?
 - ☞ Czy są osoby, które nie odzywają się w grupie lub mówią mniej chętnie? Z czego to wynika?
 - ☞ Czy są osoby, które wyraźnie dominują w grupie – swoją energią, zachowaniem, sposobem bycia – i zajmują więcej przestrzeni niż pozostali?
 - ☞ Czy są osoby jeszcze niezintegrowane z klasą (np. takie, które niedawno doszły lub pochodzą z innej kultury)?

Klimat w szkole/klasie

- 
- ☞ Jak ogólnie widzisz klasę? (Przyjrzyj się uczniom i uczennicom, np. podczas przerwy lub pracy grupowej na lekcji).
 - ☞ Jak opisałbyś/opisałabyś klimat w klasie? Co powiedziała by o nim osoba, która widzi grupę po raz pierwszy?
 - ☞ Czy są grupy/osoby, które są ze sobą skonfliktowane? Co jest źródłem konfliktu?
 - ☞ Co mówią osoby, które odwiedzają szkołę/klasę? Jaką atmosferę wyczuwają?
 - ☞ Czy są jakieś tematy, którymi aktualnie żyje społeczność szkolna, np. wybór samorządu, remont, jakieś ważne wydarzenie społeczne, święto?

Klimat społeczny

- Jakie tematy społeczne pojawiają się w rozmowach między uczniami i uczennicami?
- O czym się mówi? Co „piszczy w trawie”? Co zajmuje uczniów i uczennice na przerwach?
- Jakie tematy społeczne Ty uważasz za ważne do podjęcia? Czy aktualnie dzieją się jakieś wydarzenia, o których – Twoim zdaniem – warto porozmawiać z klasą?
- Czy w społeczności lokalnej dzieje się aktualnie coś ważnego?
- Czy są jakieś zjawiska społeczne, także te obserwowane w świecie online, które mogą być istotne dla uczniów i uczennic?

Krok 2

Wybierz temat

Zbadanie kontekstu pozwoli Ci wybrać temat, który będzie ciekawy dla osób uczestniczących, a jednocześnie niezbyt polaryzujący. Pierwsze rozmowy oparte na dialogu najlepiej prowadzić wokół tematów, które są angażujące, ale niezbyt trudne emocjonalnie. To istotne również z perspektywy osoby prowadzącej: temat, który budzi dużo intensywnych uczuć wymaga od niej zazwyczaj więcej umiejętności.

Jak wybrać temat rozmowy?

Masz do wyboru dwie opcje. Możesz samodzielnie wybrać temat, bazując na obserwacjach z etapu badania kontekstu. Przyjrzyj się im i sprawdź, czy wyłaniają się z nich istotne wątki lub aspekty, które warto wziąć pod uwagę, a następnie zaproponuj wybrany temat uczniom.

Możesz też dokonać wyboru tematu wspólnie z uczniami i uczennicami. Jak to zrobić? Poproś ich, żeby wypisali na małych karteczkach tematy, o których chcą porozmawiać. Zaznacz, że mogą one dotyczyć życia szkolnego, rówieśniczego lub społecznego. Wspólnie przeczytajcie propozycje. Następnie poproś, żeby każda osoba postawiła kropkę przy temacie, który interesuje ją najbardziej. W ten sposób wybierzesz najciekawszy temat.

Wskazówki dotyczące wyboru tematu

1. Wybierz temat, którym uczniowie i uczennice aktualnie żyją. Możesz go połączyć z ważnymi kwestiami wychowawczymi albo z treściami omawianymi na lekcji.

Inspiracja 1: *Polonistka, która omawiała z klasą „Lalkę”, zrobiła dialog wokół pytania: „Co dla Ciebie znaczy być kobietą we współczesnym świecie?”. Lektura stała się punktem wyjścia, ale też pretekstem do rozmowy o przemianach roli kobiet.*

2. Temat powinien, w miarę możliwości, dotyczyć wszystkich osób uczestniczących w rozmowie. Staraj się unikać tematów, które są dobrze znane tylko części klasy, podczas gdy reszta nie wie o nich nic.

Inspiracja 2: *Wychowawca, obserwując dyskusję o zakazie używania smartfonów przez dzieci, postanowił zrobić z uczniami i uczennicami dialog pt. „Jakie znaczenie ma w Twoim życiu telefon?”.*

3. Jeśli obserwujesz w grupie konflikty, staraj się, by temat nie dotyczył bezpośrednio przedmiotu sporu. Jeśli nie masz kompetencji mediacyjnych, na pierwszy ogień weź temat, który nie budzi silnych emocji.

Inspiracja 3: *Nauczycielka zaobserwowała w klasie polaryzację na linii chłopcy-dziewczynki. Na pierwszym spotkaniu zdecydowała się nie poruszać tego tematu. Zajęła się natomiast obszarem, który ogólnie dotyczy dobrego samopoczucia w klasie. Pytanie otwierające sformułowała tak: „Co dla Ciebie znaczy czuć się dobrze w grupie?”.*

Jak sformułować pytanie rozpoczynające rozmowę opartą na dialogu?

Pytanie rozpoczynające rozmowę ma kluczowe znaczenie. Ważne, żeby zapraszało do refleksji, zachęcało do dzielenia się osobistą perspektywą i nie zawierało w sobie tezy. Dobre pytania dialogowe prowadzą do rozmów, które rozszerzają rozumienie danego pojęcia czy problemu, zamiast nakierowywać na rywalizację.

Poniżej znajdziesz kilka przykładów pytań wspierających dialog.

➤ Jaką rolę w twoim życiu pełni smartfon? [Pytanie otwiera na rozmowę o osobistych perspektywach i refleksjach, nie ocenia osób uczestniczących w rozmowie, pozwala lepiej zrozumieć relację, jaką młodzi mają z telefonami.]

NIE: Dlaczego korzystanie z telefonów jest szkodliwe? [To pytanie z tezą, które może zamykać na dzielenie się perspektywami.]

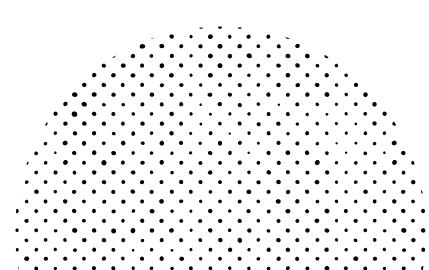
➤ Czym jest dla ciebie przyjaźń? [Pytanie wymaga refleksji i dodatkowo nakierowuje na osobistą perspektywę, a mniej na rozważania teoretyczne.]

NIE: Dlaczego warto być dobrym przyjacielem? [Pytanie z tezą.]

➤ Co to znaczy „czuć się dobrze w klasie”? [Pytanie pozwala dostrzec osobistą perspektywę, dzięki czemu możesz lepiej zrozumieć, co pomaga uczniom być w grupie.]

NIE: Dlaczego warto być życzliwym i dzielić się z innymi? [Pytania zaczynające się od słowa „dlaczego?” często prowadzą do obrony jakiejś tezy; takie rozmowy łatwo zmieniają się w szukanie argumentów ją potwierdzających.]

Poniżej znajdziesz propozycje pytań otwierających rozmowy dla młodszych i starszych uczniów w kilku wybranych tematach związanych z odpornością psychiczną i społeczną. Możesz się nimi zainspirować lub wybrać któreś z nich jako pytanie otwierające Waszą rozmowę.



Proponowane tematy dialogów

Zasada Szkoły z Klasą	Proponowane tematy dialogów	
	Młodsze dzieci	Młodzież
Wiara w siebie	☞ Moc – co mi ją daje, a co zabiera?	☞ Poczucie własnej wartości – co dla mnie znaczy?
Samodzielność a szukanie wsparcia	☞ Kiedy robić coś samodzielnie, a kiedy prosić o pomoc? Jakie masz doświadczenia?	☞ Wytrwałość i samodzielność czy wsparcie innych – co jest potrzebne, żeby osiągnąć cele?
Rozumienie emocji i radzenie sobie ze stresem	☞ Uczucia – pomagają czy przeszkadzają w życiu?	☞ Stres – motywuje czy niszczy? Jak ułożyć z nim relację?
Dbanie o zdrowie	☞ Co robisz, żeby być zdrowym/zdrową?	☞ Zdrowie psychiczne i fizyczne – co dla Ciebie znaczy i jak o nie dbać?
Budowanie relacji	☞ Co dla Ciebie znaczy „Być dobrym przyjacielem/ przyjaciółką”?	☞ Co dla Ciebie znaczy dobra relacja?
Otwarta komunikacja	☞ Co dla Ciebie znaczy dobra komunikacja?	☞ Mówić prosto z mostu czy unikać konfrontacji? Jak rozmawiać o tym, co ważne?
Empatia i uważność na innych	☞ Co jest ważne, żeby stworzyć grupę/klasę, w której chce się być?	☞ Co jest ważne, żeby stworzyć grupę/klasę, w której chce się być?
Sprawczość i zaangażowanie	☞ Co sprawia, że chce mi się angażować?	☞ Odpowiedzialność – ciężar czy przywilej?
Rozumienie świata	☞ Świat wokół nas – co w nim lubisz? Co byś chciała/chciał zmienić?	☞ Świat Twoimi oczami – czy dziś jest lepszy, czy gorszy niż 30 lat temu?

Krok 3

Osoba prowadząca – przygotuj siebie do dialogu

Zazwyczaj osoba prowadząca rozmowę opartą na dialogu nie dzieli się z grupą swoimi przemyśleniami i nie ocenia wypowiedzi osób uczestniczących w rozmowie. Jej rolą jest stworzenie na tyle bezpiecznej atmosfery, żeby uczniowie i uczennice czuli się zachęcani do dzielenia się swoimi przemyśleniami i wartościami. Pamiętaj, że Twoja ranga jako nauczycielki/nauczyciela jest dużo wyższa niż uczniów. Swym zachowaniem i słowami możesz łatwo modelować rozmowę lub wpływać na jej przebieg. Dlatego podczas rozmowy opartej na dialogu szczególnie ważne jest, żeby:

- nie osądzać tego, co mówią uczniowie i uczennice;
- nie wywierać presji na efekt rozmowy, raczej skupiać się na tym, co dzieje się „tu i teraz”;
- nie komentować ani nie wartościować ich wypowiedzi, np. mówiąc: „To jest fajne.”, „To, co powiedziałaś, jest mądre”;
- dawać uczniom i uczennicom poczucie, że to, co mówią, nie będzie oceniane – ani pod kątem ich wiedzy, ani nie wpłynie na ocenę zachowania;
- wszyscy mieli pewność, że ich osobiste historie nie będą opowiadane osobom z zewnątrz.

Prowadzenie rozmowy opartej na dialogu bywa wymagające. Kiedy ludzie rozmawiają ze sobą od serca, pojawiają się emocje, takie jak wzruszenie, smutek czy niepewność. Dialog wymaga też uważności, przede wszystkim od osoby, która go prowadzi. Jeśli zamierzasz zainicjować taką rozmowę w swojej klasie, pamiętaj o podstawowych zasadach emocjonalnego BHP:

1. Zastanów się przez chwilę, jakie masz opinie i wartości związane z tematem rozmowy. Czy podczas dialogu mogą pojawić się poglądy, które byłyby dla Ciebie trudne do zaakceptowania? Nazwij je przed rozmową i zastanów się, jak zareagujesz, jeśli padną na forum, żeby nie przenosić swoich emocji na uczestników rozmowy.
2. Daj sobie chwilę oddechu przed dialogiem. Jeśli to możliwe, zostaw za drzwiami sali wszystkie sprawy, które mogą Ci zaprzętać głowę. Zadbaj, żeby mieć około 15 minut na zebranie myśli i wejście w stan uważności.
3. Rozważ poprowadzenie rozmowy w duecie. To nie zawsze dobre rozwiązanie (niekiedy obecność dwóch nauczycielek/nauczycieli może powodować zbyt przytłoczenie młodych osób), jednak czasem druga osoba może dać Ci konkretne wsparcie.

4. Zaplanuj po rozmowie chwilę przerwy. Możesz ją spędzić sam/sama lub poprosić o spotkanie inną osobę – np. inną nauczycielkę, koleżankę, pedagoga szkolnego – żebyś mógł/mogła podzielić się emocjami, jeśli się pojawią. Jeżeli masz tylko krótką przerwę między lekcjami, zadбай, żeby był to czas do Twojej dyspozycji. Chwila na odpoczynek przed kolejną aktywnością jest bardzo wskazana.
5. Jeśli to możliwe, daj sobie czas na regenerację w dalszej części dnia. Bywa, że sprawy poruszane podczas takich rozmów wracają w myślach. Niekiedy potrzeba trochę czasu, żeby przetrawić to, co się wydarzyło.

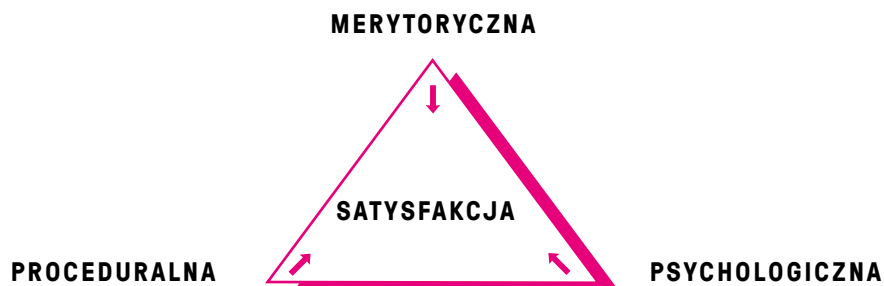
Krok 4

Przeprowadź rozmowę

Planując rozmowy, które będą satysfakcjonujące dla osób uczestniczących, należy wziąć pod uwagę trzy ważne aspekty:

1. temat i merytorykę,
2. miejsce i sposób prowadzenia,
3. dobrostan psychiczny osób uczestniczących.

Aspekty te ilustruje trójkąt satysfakcji.



Zobaczmy, jak to działa na przykładzie. Wyobraź sobie, że rozmawiasz z rodzicem na bardzo ciekawy, angażujący temat. Stoicie w korytarzu, wokół jest głośno, co sprawia, że ledwo słyszysz rozmówcę. Merytorycznie rozmowa Cię satysfakcjonuje, jednak – z powodu hałasu i trudnych warunków – satysfakcja proceduralna jest obniżona. Satysfakcja psychologiczna dotyczy natomiast tego, czy w rozmowie czujemy się szanowani i słuchani. Jeśli rozmowa przebiega w dobrej atmosferze i odnosisz wrażenie, że rodzic słucha Cię z zainteresowaniem, zapewne doświadczysz satysfakcji psychologicznej. Jeśli natomiast zaczniecie się obrażać, zapewne żadne z Was jej nie osiągnie.

Jednym z ważniejszych zadań osoby prowadzącej rozmowę opartą na dialogu jest zadbanie o te trzy rodzaje satysfakcji. Przyjrzyjmy im się bliżej.

1. **Satysfakcja merytoryczna** – dbasz o nią, proponując ciekawy, angażujący temat rozmowy i zadając pytania pogłębiające refleksję. Sprawczość leży tu jednak przede wszystkim po stronie uczennic i uczniów, którzy mają największy wpływ na przebieg rozmowy – decydują, co powiedzą i jak bardzo będą aktywni.
2. **Satysfakcja proceduralna**, czyli dotycząca spraw organizacyjnych – dbasz o nią, przygotowując odpowiednio przestrzeń, planując czas i pilnując zasad spotkania.

Na co warto zwrócić uwagę?

- ☞ Usiądźcie tak, żeby się widzieć. (Rekomendujemy ustawienie krzeseł w kręgu. Gdy uczniowie siedzą w ławkach, widzą co najwyżej swoje plecy).
- ☞ Odłóżcie plecaki, wyłączcie telefony i inne przedmioty, które mogą Was rozpraszać.
- ☞ Zadbaj o to, żeby nikt nie przeszkadzał Wam w rozmowie, np. przypadkowe osoby, które mogą wejść do sali.
- ☞ Ustalcie zasady rozmowy/ przygotujcie kontrakt.
- ☞ Jeśli rozmowa trwa dłużej, zadbaj o przerwy. Pamiętaj, że nie muszą się one pokrywać z rytmem przerw szkolnych.

Przykładowy kontrakt rozmowy

Rekomendujemy, by kontrakt nie był zbyt długi. Na początku rozmowy możesz zapytać uczniów i uczennice, jakie zasady proponują. Innym rozwiązaniem jest przedstawienie przez Ciebie własnych propozycji. Ważne, żeby kontrakt nie zawierał więcej niż 3-4 zasady, np.

- ☞ Mówi jedna osoba na raz.
- ☞ Nie opowiadamy innym ludziom historii zasłyszanych podczas dialogu.
- ☞ Uważnie się słuchamy.
- ☞ Nie krytykujemy innych osób.

3. **Satysfakcja psychologiczna** – dbasz o nią, zapewniając osobom uczestniczącym bezpieczne warunki rozmowy i komunikując się z nimi w konstruktywny sposób.

Na co warto zwrócić uwagę?

- ☞ Kluczem do satysfakcji psychologicznej jest ciekawość. Staraj się naprawdę interesować tym, co mówią uczniowie i uczennice, nawet jeśli się z tym nie zgadzasz.
- ☞ Słuchaj uważnie – jeśli nie masz pewności, czy dobrze zrozumiałeś/zrozumiałaś czyjąś wypowiedź, dopytaj.
- ☞ Doceniaj rozmówców – na koniec rozmowy możesz podziękować wszystkim za uczestnictwo.

Rozmowa oparta na dialogu – jak ją poprowadzić?

Najczęściej rozmowy oparte na dialogu prowadzi się w kręgu. Jeśli jednak na co dzień nie pracujecie w takiej formule, siadanie w kręgu wokół ważnego tematu może wydać się osobom uczestniczącym nienaturalne. Czasem takie ustawienie krzesel, zamiast otwierać, powoduje wycofanie się, np. z obawy przed byciem na widoku. Niektórzy uczniowie i uczennice mają też opór przed wypowiadaniem się na forum ze strachu przed byciem ocenianym.

Jeśli pracujesz z grupą dzieci lub młodszych nastolatków, możesz skorzystać z jednego z mniej typowych sposobów na przeprowadzenie rozmowy opartej na dialogu. W dalszej części tej publikacji znajdziesz trzy propozycje – wybierz tę, która według Ciebie będzie najbardziej adekwatna do sytuacji.

Rozpoczęcie rozmowy

Niezależnie od tego, który sposób na przeprowadzenie rozmowy opartej na dialogu wybierzesz, nie zapomnij o trzech ważnych sprawach na początku.

1. Przedstaw temat rozmowy. Podkreśl, że zależy Ci, żeby usłyszeć, co uczniowie i uczennice mają do powiedzenia na dany temat. Jasno określ swoją rolę. Zapewnij uczennice i uczniów, że nie będą oceniani za udział w dialogu, mimo że prowadzi go nauczyciel/nauczycielka. Możesz powiedzieć, że na czas rozmowy „wychodzisz z roli” osoby uczącej danego przedmiotu i stajesz się osobą prowadzącą. Oznacza to, że nie będziesz oceniać wiedzy uczniów ani też wyrażać swojego zdania na dany temat. Jeśli uznasz to za zasadne, możesz zapowiedzieć, że swoimi refleksjami i odczuciami w temacie podzielisz się dopiero na koniec rozmowy, bo zależy Ci, żeby najpierw usłyszeć opinie uczniów i uczennic.

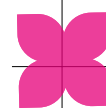
2. Wyjaśnij w kilku zdaniach, czym są rozmowy oparte na dialogu i dlaczego zdecydowałaś/zdecydowałeś się przeprowadzić właśnie taką rozmowę z uczniami. Możesz w tym celu skorzystać z opisu dialogu zawartego na początku tej publikacji. Podkreśl, że w dialogu ważne jest słuchanie się nawzajem, a nie walka na argumenty. Zachęć do zaciekawiania się tym, co mówią inni.
3. Ustalcie z klasą zasady. Możesz skorzystać z propozycji, które przygotowaliśmy. Nie zapomnij też określić czasu trwania dialogu, ewentualnych przerw itp. Warto umówić się z grupą na dyskrecję rozumianą jako niewy-
noszenie prywatnych historii poza rozmowę i okazywanie sobie wzajem-
nego szacunku.

Pytania podczas dialogu. O co warto pytać?

Rozmowa oparta na dialogu polega na dzieleniu się osobistą perspektywą i uważnym słuchaniu perspektyw innych osób. Podczas dialogu zadawaj pytania, które nakierowują na rozmowę o wartościach, potrzebach i konkretnych doświadczeniach. Oto przykłady konstruktywnych pytań:

- Co o tym myślisz?
- Jakie twoje doświadczenia sprawiły, że zaczęłaś/zacząłeś tak myśleć?
- Jak ten temat się przejawia w życiu twoim i twoich kolegów?
- Jakie uczucia pojawiają się, kiedy myślisz o tym temacie?
- Co cię martwi w tym temacie? Co cię cieszy w tym temacie?
- Co jest dla ciebie ważne w tym temacie?
- Jak ten temat na ciebie wpływa?

A oto trzy formy przeprowadzenia rozmowy opartej na dialogu:



Propozycja 1: Rozmowy w małych grupach

Ta forma sprzyja otwieraniu się mniej śmiałych uczennic i uczniów i z reguły daje większe poczucie bezpieczeństwa. Nie stosuj jej jednak, jeśli wiesz, że w grupie są jakieś konflikty, szczególnie między osobami, które miałyby pracować w jednym zespole. W takiej sytuacji nie będziesz miał/miała możliwości reakcji.

Podziel uczniów i uczennice na grupy po 3-4 osoby i poproś, żeby opowiedzieli sobie nawzajem, co myślą na omawiany temat. Możesz też poprosić, żeby spisali swoje refleksje na małych karteczkach. Daj na to ok. 15-20 minut. Dopiero po tym czasie zaproś osoby, żeby usiadły w kręgu. Niech każdy zespół podzieli się swoimi refleksjami. Następnie zadawaj pytania pogłębiające, żeby lepiej zrozumieć poglądy i refleksje osób uczestniczących. Możesz skorzystać z listy konstruktywnych pytań, znajdującej się powyżej. Na koniec możesz poprosić, żeby każda osoba zapisała na dużej kartce jedną myśl, która jest dla niej najważniejsza w kontekście omawianego tematu. Możecie je odczytać na głos.



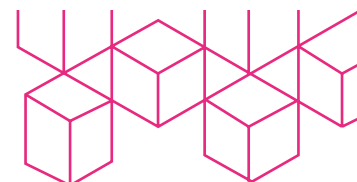
Propozycja 2: Ciastek



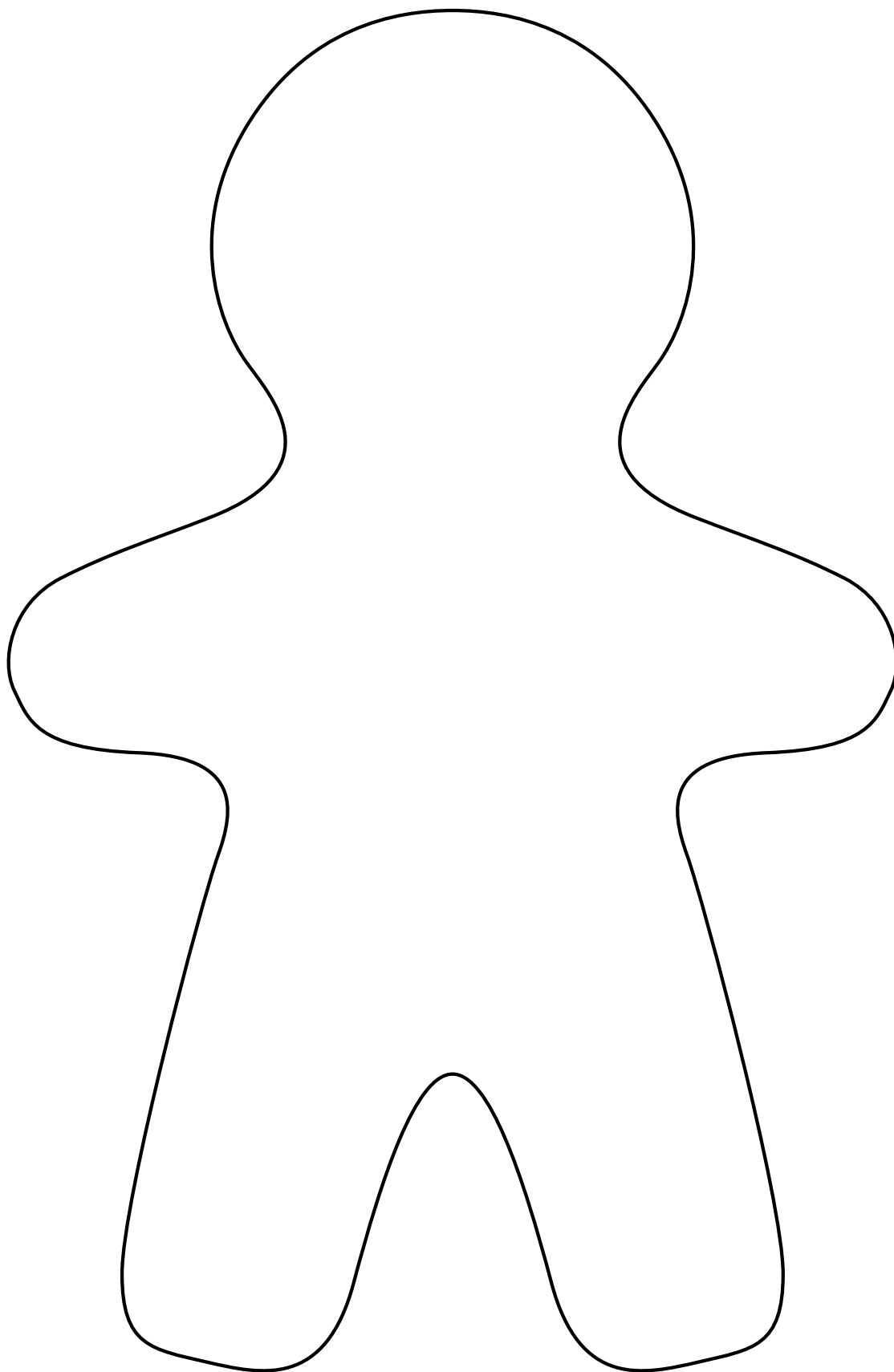
Użyj tego narzędzia, jeśli podejrzewasz, że osobom z grupy może być trudno się otworzyć i rozmawiać na jakiś temat, ujawniając osobiste poglądy, uczucia i punkty widzenia. Ciastek pozwala nie mówić wprost o sobie, a jednocześnie wyrażać potrzeby i uczucia osób podobnych do nas. To też świetny sposób na zaktywizowanie młodszych dzieci.

Podziel uczniów i uczennice na grupy po 3-4 osoby. Każdemu zespołowi daj duży arkusz papieru i poproś o narysowanie na nim postaci Ciastka. Tu znajdziesz wzór: <https://www.szkolazklasa.org.pl/materialy/ciastek-narzedzie>. Możesz też wcześniej wydrukować Ciastka na kartkach dużego formatu. Poproś uczniów i uczennice, żeby wyobrazili sobie, że Ciastek jest ich nowym kolegą z klasy lub reprezentantką ich grupy. Niech nadadzą mu imię i określą, ile ma lat. Mogą też dorysować indywidualne cechy, np. oczy, włosy, strój. Następnie poproś, aby osoby uczestniczące wyobrazily sobie, jak ich postać postrzega temat, o którym rozmawiacie, oraz jak przeżywa związane z nim wyzwania. Niech uczniowie i uczennice zapiszą w Ciastku:

- ☞ Co Ciastek czuje w związku z tym tematem?
- ☞ Co widzi wokół siebie?
- ☞ Co słyszy od innych?
- ☞ Czego potrzebuje?



Ciastek



Na pracę w grupach przeznacz około 20 minut.

Po zakończonej pracy poproś grupy, żeby zaprezentowały swoje postaci na forum. Sprawdźcie, w czym są podobne, a czym się różnią. Możecie wspólnie wypisać, co pomogłoby postaciom czuć się lepiej w związku z omawianym zagadnieniem. Jeśli grupa otworzyła się podczas rozmowy o postaciach, możecie kontynuować ją w kręgu, używając do tego pytań o osobistą perspektywę i doświadczenia.



Propozycja 3: Rozmowa w kręgu

Usiądźcie w kręgu. Wypowiedz na głos pytanie, wokół którego się zgromadziliście, i zaproś uczniów i uczennice do podzielenia się pierwszymi refleksjami. Możesz zadawać pytania pogłębiające. Warto przypomnieć, by uczestnicy rozmowy szanowali poglądy innych. Interweniuj, gdy zauważasz, że uczniowie zaczynają toczyć walkę na argumenty lub nie szanują zdania innych. W takiej sytuacji możesz odwołać się do zasad rozmowy.

Pamiętaj, że prowadzenie rozmowy w kręgu wymaga od Ciebie najwięcej umiejętności. W tej publikacji staraliśmy się zamieścić jak najwięcej wskazówek, które przygotowują Cię do takiej rozmowy. Jeśli jednak nie czujesz się na siłach, zachęcamy do skorzystania z którejś z dwóch pierwszych opcji.

Jeśli planujesz prowadzić rozmowy oparte na dialogu regularnie, możesz korzystać na zmianę z tych trzech opcji. Być może w praktyce odkryjecie, która z nich najbardziej Wam odpowiada i najlepiej wpisuje się w kontekst Waszej grupy.

Podsumowanie rozmowy opartej na dialogu

Rozmowy oparte na dialogu nie potrzebują rozbudowanych podsumowań. Wystarczy, że podziękujesz osobom uczestniczącym za udział. Jeśli w toku rozmowy pojawiły się jakieś pomysły, które można wykorzystać w szkolnej rzeczywistości, możecie umówić się na ich wdrożenie.

Jeśli uznasz to za stosowne lub jeśli w rozmowie padły kwestie, które chciał/chciałybyś przekazać innym nauczycielom lub rodzicom, zapytaj uczniów i uczennice, czy możesz przekazać (anonimowo, bez przytaczania historii konkretnych uczniów) ich przemyślenia i rekomendacje innym osobom dorosłym, np. dyrekcji, radzie pedagogicznej, rodzicom.

Trudne sytuacje podczas rozmowy. Jak reagować?

Zdarza się, że podczas rozmów opartych na dialogu pojawiają się trudne sytuacje. W takich momentach najważniejsze jest, żeby nie reagować impulsywnie – nawet jeśli zachowania lub słowa uczniów i uczennic wzbudzają w Tobie złość czy bezsilność. Pamiętaj, że na większość trudnych sytuacji nie musisz reagować od razu (z wyjątkiem sytuacji zagrażających życiu). Kiedy uczeń lub uczennica powie coś trudnego, weź głęboki oddech, zanim zareagujesz. Pierwsza reakcja często bywa automatyczna i może doprowadzić do zaognienia sytuacji. Kiedy w rozmowie brakuje szacunku, ktoś wypowiada dyskryminujące stwierdzenia albo atakuje rozmówcę, możesz spokojnie i z troską wyrazić swoją reakcję. Najprościej jest powiedzieć, co zauważasz (np. nazwać konkretne zachowanie lub przytoczyć cytaty) i zaproponować zmianę, tłumacząc, dlaczego pozwoli ona lepiej zaspokoić potrzeby grupy lub wspierać wartości, na których opiera się dialog. Poniżej znajdziesz przykłady:

„Kiedy powiedziałaś, że to, co mówi Gosia jest głupie [obserwacja, konkretne słowa ucznia], zmartwiło mnie to, bo chciałabym, żeby racje wszystkich osób były szanowane [wartość: szacunek]. Ważne jest dla mnie, żeby usłyszeć opinie wszystkich osób”.

„Zaczynacie mówić równocześnie [obserwacja, bez obwiniania]. Proponuję zwolnić, tak żebyśmy mogli słuchać się uważnie [wartość: uważne słuchanie]. Sugeruję, żebyśmy używali markera, który będzie służył jako symboliczny mikrofon. Kiedy ktoś skończy mówić, niech poda go kolejnej osobie – dzięki temu dla wszystkich będzie jasne, że osoba skończyła wypowiedź”.

Sytuacje, które mogą być trudne dla osób prowadzących, często dotyczą treści dialogu. Bywa, że uczniowie i uczennice dzielą się trudnymi momentami swojego życia czy mówią o kryzysach, których doświadcniają. Co możesz wtedy zrobić?

➤ Przede wszystkim docenij zaufanie, którym darzą Ciebie i grupę, np.:

„Powiedziałaś właśnie o trudnym wydarzeniu ze swojego życia. Chciałam ci podziękować za zaufanie i otwartość. Mówienie szczerze o sobie bywa niełatwe”.

➤ Jeśli uczeń opowiada o dużym kryzysie, rozważ rozmowę z nim po lekcji i wspólne poszukanie wsparcia. Jeśli uznasz, że sytuacja jest na tyle trudna, że wymaga pomocy kogoś z zewnątrz (np. psychologa szkolnego) lub poinformowania rodziców, uprzedź ucznia, że zamierzasz to zrobić i poproś o zgodę.

➤ Zadbaj szczególnie o wsparcie dla siebie po rozmowie, zwłaszcza jeśli wiązała się dużą ilością trudnych emocji.

Krok 5

Zaplanuj dalsze działania

Rozmowa oparta na dialogu może być początkiem Waszej przygody, która z czasem przerodzi się w regularny klub dialogowy. Szerzenie kultury dialogu zakłada cykliczne i stałe działania, które mogłyby ją podtrzymywać. Jedną z opcji, która pozwala rozpowszechniać takie podejście w szkole, jest przeprowadzenie dialogu z rodzicami czy nauczycielami.

Warto też pamiętać, że podejście oparte na dialogu możesz promować nie tylko podczas zaplanowanych rozmów. Nastawienie na słuchanie, unikanie przekonywania innych do swoich racji, otwartość na inne perspektywy to postawy, które warto uczynić podstawą codziennej, szkolnej komunikacji – zarówno z uczniami i uczennicami, jak i w gronie pedagogicznym.



Notatki



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.



