

KURIER NAUCZYCIELSKI

NUMER 1/2020 EGZEMPLARZ BEZPŁATNY NAKŁAD: 7,5 TYS. EGZ.

WWW.KURIERNAUCZYCIELSKI.PL

JESTEŚMY W TWOIM POKOJU NAUCZYCIELSKIM

- WYBIÓRCZOŚĆ POKARMOWA U DZIECI ZE SPEKTRUM AUTYZMU – **STR. 6**
- GEOGRAF NA SPITSBERGENIE – **STR. 8**
- PATOTREŚCI W INTERNECIE – UCZNIOWIE TO OGLĄDAJĄ – **STR. 11**

POTRZEBUJĘ – STUDIUJĘ

RUSZA DRUGA EDYCJA PROGRAMU
DOFINANSOWUJĄCEGO STUDIA DLA NAUCZYCIELI

O szczegółach rozmawiamy z Izabelą Dyrdą (na zdjęciu), prezesem Fundacji Instytutu Studiów Podyplomowych Za Horyzont.

CZYTAJ STR. 4



foto: Dominik GAJDA

Studia Podyplomowe

www.podyplomowka.edu.pl

Szkolenia

www.podyplomowka.edu.pl/szkolenia





Danuta Słowik,
redaktor
naczelna

„Kurier Nauczycielski” – opiniotwórcze pismo w dużej mierze tworzone dla nauczycieli przez nauczycieli – wkracza w trzeci rok funkcjonowania. Do tej pory docieraliśmy do pokoi nauczycielskich i sekretariatów szkół, przedszkoli i placówek oświatowych m.in. w Tychach, Pszczynie, Mikołowie, Rybniku, Mysłowicach, Rudzie Śląskiej, Jastrzębiu-Zdroju, Żorach, Jaworznie, Rybniku, Bielsku-Białej, Cieszyźnie, Żywcu, Ustroniu, Wiśle, Zawierciu, Lublińcu, Myszkowie i Częstochowie.

W ciągu tych trzech lat nakład „Kuriera Nauczycielskiego” wzrósł z 5000 do 15 000 egzemplarzy, a objętość pisma zwiększyła się z 8 do 12 stron. W zeszłym roku powstała nasza strona internetowa www.kuriernauczycielski.pl. Można nas też znaleźć na Facebooku.

Dziękujemy Państwu za wszystkie ciepłe i rzeczowe uwagi na temat naszej pracy oraz za propozycje tematów poruszanych na łamach „Kuriera”.

W pierwszym numerze w 2020 roku piszemy o kolejnej edycji programu „Potrzebuję – studiuję”, wspierającego nauczycieli, którzy chcieliby poszerzyć swoje kwalifikacje poprzez podjęcie studiów podyplomowych, ale ze względu na swoją aktualną sytuację finansową i (lub) rodzinną nie mają takiej możliwości. Program jest realizowany przez Fundację Instytutu Studiów Podyplomowych Za Horyzont. Beneficjenci uzyskują częściowe lub całkowite pokrycie kosztów zajęć. „Kryterium formalnym jest dochód kandydata, ale każdy przypadek analizujemy indywidualnie. Nie bez znaczenia jest sytuacja rodzinna, motywacja do podjęcia studiów i pomysł, jak wykorzystać zdobyte kwalifikacje” – mówi Izabela Dyrda, prezes fundacji.

Ponadto w numerze m.in.: o wybiórczości pokarmowej u dzieci ze spektrum autyzmu; refleksje praktyka na temat braku odpowiedniego nauczania przedmiotów artystycznych w szkołach; relacja z wyprawy naukowej tyskiego geografą; temat patostreamów – nowych, przerażających zagrożeń dla dzieci serfujących w Internecie. Życzę owocnej lektury.

Stwórz własną mapę Szczęścia

CHCESZ BYĆ SZCZĘŚLIWYM CZŁOWIEKIEM? W TAKIM RAZIE MYŚL I ZACHOWUJ SIĘ, JAKBYŚ BYŁ SZCZĘŚLIWY.

Codziennie docierają do nas informacje z kraju i ze świata o upadku kultury, zaniku wrażliwości i uprzejmości, o braku porządku i panującym chaosie. Wiadomości te często wywołują w nas strach, niepewność, poczucie zagrożenia, obawę o spokojne i szczęśliwe życie. Jak w takim razie odnaleźć się w natłoku złych komunikatów wysyłanych do nas na wiele różnych sposobów? Co robić, by poczuć wewnętrzną radość z życia, z tego, kim się jest, co się robi i gdzie żyje? Czy jest na to recepta?

Zderzając się z narastającą złością i rozpaczającą swoją wyraz czasami w cichej samotności, a czasami w głośnym krzyku dzieci i dorosłych, łatwo poczuć się przytłoczonym problemami. Zadajemy sobie wówczas pytanie: „Dlaczego ktoś czegoś z tym nie zrobi?”. Albo mówimy: „Teraz może pomóc już tylko cud”. I czekamy, aż ktoś inny zareaguje. Czekamy na cud.

A przecież – jak pisze Regina Brett w książce *Jesteś cudem* – „[...] cudem nie jest to, co robią inni. Cudem jest to, co robi każdy z nas. [...] Nie musisz rozwiązywać problemów całego świata. [...] Wystarczy, że zrobisz coś we własnym domu, biurze, dzielnicy, społeczności”. Na kolejnych stronach autorka umacnia nas w przekonaniu, że nikt nie jest zbyt mały czy słaby, żeby wpłynąć na rzeczywistość. Musi jednak skupić się na tym, co tu i teraz, bo gdy „[...] chcesz osiągnąć to, co niemożliwe, zajmij się tym, co możliwe”.

Z badań doktor Sonji Lyubomirsky, profesor Uniwersytetu



„Nie musisz rozwiązywać problemów całego świata. [...] Wystarczy, że zrobisz coś we własnym domu, biurze, dzielnicy, społeczności”

”

OKOLICZNOŚCI ŻYCIOWE ODPOWIADAJĄ WYŁĄCZNIE ZA 10 PROCENT NASZEGO POCZUCIA SZCZĘŚCIA. ZA KOLEJNE 50 PROCENT ODPOWIADAJĄ UWARUNKOWANIA GENETYCZNE, A CAŁA RESZTA – 40 PROCENT – ZALEŻY JUŻ WYŁĄCZNIE OD NAS SAMYCH. CO WYPEŁNIA TWOJE 40 PROCENT?

Kalifornijskiego, autorki bestsellera *Wybierz szczęście. Naukowe metody budowania życia, jakiego pragniesz* wynika, że okoliczności życiowe odpowiadają wyłącznie za 10 procent naszego poczucia szczęścia. Za kolejne 50 procent odpowiadają uwarunkowania genetyczne, a cała reszta – 40 procent – zależy już wyłącznie od nas samych. Co wypełnia twoje 40 procent? Jakie myśli ci towarzyszą? Co robisz, by czuć się dobrze?

Pamiętaj zatem:

1. Każdy ma właściwe dla siebie miejsce. Wsłuchaj się w swój wewnętrzny głos, a usłyszysz, kim masz być i co robić.

2. Wspieraj niezależność oraz aspiracje własne i innych.
3. Odważ się być szczęśliwym człowiekiem. Odpowiedz sobie na pytanie: „Co spróbowałbyś zrobić, gdybyś wiedział, że na pewno ci się to uda?”.
4. Kontroluj swoje myśli. Zamień „wszystko będzie dobrze” na „wszystko jest dobrze”.
5. Pytaj siebie: „Czy myśląc w ten sposób, zwiększam czy zmniejszam swoją szansę na szczęście i radosne życie?” albo „Czy myśląc w ten sposób, zbliżam się do radości, której dla siebie pragnę, czy oddalam od niej?”.

6. Doceniaj, nie oceniaj. Spisuj wszystkie – nawet te najmniejsze – sukcesy i zwycięstwa. To pozwoli ci trwać w poczuciu szczęścia.

Wykonuj swoje zadania z miłością, uwagą i pasją. Kochaj swoją pracę i każde zadanie, które ci powierzono. Wszystko się może zdarzyć, wystarczy, że wykorzystasz okazje, które stwarza ci los – przekonuje Regina Brett i przekonują ją. Szczęście to wybór. Czasami jednak wybieramy coś innego. A ty co dla siebie dzisiaj wybrałeś?

Elżbieta KOWACKA

certyfikowany trener, od dziewięciu lat szkoli w zakresie kompetencji interpersonalnych, wykładowca akademicki, przedsiębiorca i działaczka społeczna

LICZBA MIESIĄCA

TYLE ZŁOTYCH WYNOŚI SUBWENCJA
OŚWIATOWA NA ROK 2020.

(źródło: MEN)

49,7 mld

KURIER
NAUCZYCIELSKI

Wydawca:

Krafco Consulting Radosław Ciaś,
ul. Sienkiewicza 1, 43-100 Tychy
tel. 32 787 57 47

e-mail: isp@podyplomowka.edu.pl
WWW.KURIERNAUCZYCIELSKI.PL

Redaktor naczelny:

Danuta Słowik

Redaguje: zespół

Opracowanie graficzne i skład komputerowy:

Comsoft Sp. z o.o.

Druk:

Agora SA Warszawa

Redakcja nie zwraca tekstów ani innych materiałów niezamówionych oraz zastrzega sobie prawo do skrótów i redakcyjnego opracowania tekstów przyjętych do druku. Za treść reklam i ogłoszeń redakcja nie odpowiada.



Nauczyciel zawód pełen pasji

www.podyplomowka.edu.pl



DRUGA EDYCJA PROGRAMU DOFINANSOWUJĄCEGO STUDIA DLA NAUCZYCIELI

Potrzebuję – stud

„KURIER NAUCZYCIELSKI” ROZMAWIA Z IZABELĄ DYRDĄ, PREZESEM FUNDACJI INSTYTUTU STUDIÓW PODYPLOMOWYCH ZA HORYZONT.

– Kto może starać się o dofinansowanie studiów podyplomowych w ramach programu „Potrzebuję – studiuję”, prowadzonego przez Fundację ISP Za Horyzont?

Izabela Dyrda: – To program skierowany do nauczycieli, ale także osób innych profesji, które z przyczyn finansowych, losowych i rodzinnych nie mogą podjąć studiów, a są zmotywowane do doskonalenia zawodowego i nabywania nowych kompetencji.

– Jak wysokie to wsparcie?

– Maksymalne dofinansowanie studiów wynosi 1000 zł. W wyjątkowo trudnych sytuacjach fundacja może podjąć starania o dodatkowe wsparcie dla kandydata.

– Jakie kryteria decydują o udzieleniu dofinansowania?

– Kryterium formalnym jest dochód na osobę w rodzinie rozumiany jako średnia przychodów netto z trzech ostatnich miesięcy poprzedzających złożenie wniosku. Wskaźnik ten nie może przekroczyć 2000 zł na osobę. Wymagane dokumenty finansowe to zaświadczenie o zarobkach oraz ewentualnie dokumenty dodatkowe (o pobieranej rencie, emeryturze, zasiłkach społecznych, chorobowych czy alimentach). Do dochodu nie wlicza się świadczenia „500 +”.

– Jak starać się o uzyskanie dofinansowania?

– Formalności nie są skomplikowane. Najpierw warto zapoznać się z regulaminem dostępnym na stronie internetowej fundacji. To tylko trzy strony formatu A4. Potem trzeba wybrać na stronie Instytutu Studiów Podyplomowych specjalizację, którą chce się studiować, i wypełnić półtorastronicowy wniosek (do ściągnięcia na stronie fundacji albo dostępny w formie papierowej w siedzibie fundacji). Ponadto dołączyć należy życiorys przedstawiający przebieg naukowej i zawodowej kariery kandydata wraz z dwiema aktualnymi fotografiami.

– To wszystko?

– Jeżeli ktoś ma dodatkowe dokumenty potwierdzające jego trudną sytuację materialną albo rodzinną, to może dołączyć kopię orzeczenia o niepełnosprawności swojej albo członka rodziny, zaświadczenie lekarskie potwierdzające chorobę. Można również napisać oświadczenie, że kandydat opiekuje się np. chorymi rodzicami, którzy mieszkają daleko i ponosi koszty dojazdu do nich. Wnioski przyjmujemy od 3 lutego do 31 marca br. Rekrutacja jest dwuetapowa. Po zweryfikowaniu dokumentacji i ewentualnie jej uzupełnieniu będziemy prowadzić rozmowy kwalifikacyjne z kandydatami. W czasie rozmowy poznajemy kandydata, jego motywację oraz informujemy o proponowanej kwocie wsparcia. Jeżeli kandydat akceptuje naszą propozycję, to podpisujemy umowę. Kandydatom, którzy nie otrzymają wsparcia finansowego, zapewniamy wsparcie mentalne w postaci grupowego warsztatu rozwojowego.

– Wcale nie tak mało tych formalności.

– To nie dlatego, że jesteśmy formalistami. To dla dobra kandydatów. Chcemy pomóc jak największej liczbie osób, ale obowiązuje nas regulamin. Formalności to jednak tylko wymagana podstawa. Faktyczne poczucie sensu dają nam realne rozmowy w drugim etapie.

Podczas pierwszej edycji programu po każdej rozmowie z kandydatem przekonywałam się jeszcze bardziej, że spotykam ludzi z realnymi potrzebami, troskami, nierzadko przeciążonych obowiązkami, zmęczonych, a nawet zagrożonych wypaleniem emocjonalnym. Wśród nich były osoby, które wykazywały wręcz heroiczną odwagę i wolę zadbania o swoją przyszłość, i to bez narzekania na trudną aktualnie sytuację życiową.

– Proszę podać jakieś przykłady takich postaw.

– Wśród beneficjentów była osoba, która utraciła po zmianach w szkolnictwie pracę, ale część wynagrodzenia z tytułu odprawy przeznaczyła wła-



Izabela Dyrda, prezes Fundacji ISP Za Horyzont

ELWIRA BACIA, PEDAGOG W PRZEDSZKOLU NR 40 W SOSNOWCU, BENEFICJENTKA PIERWSZEJ EDYCJI PROGRAMU „POTRZEBUJĘ – STUDIuję”:

– Ogłoszenie o naborze do pierwszej edycji programu „Potrzebuję – studiuję” zobaczyłam, przeglądając Facebooka. Wypełniłam formularz i wystąpiłam do fundacji, chociaż szczerze mówiąc byłam sceptycznie nastawiona do tego, czy mam szansę. Przecież tak trudno zdobyć jakiekolwiek stypendium na uczelniach. Miałam jednak dużą motywację, aby spróbować. Jestem pedagogiem w Przedszkolu nr 40 w Sosnowcu i chcę rozwijać swoje kompetencje zawodowe. Wy-

brałam specjalność: „Pedagogika specjalna – edukacja, terapia i wspomaganie osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu”. Diagnozowanych jest bowiem coraz więcej dzieci z ASD i praca z nimi w placówkach oświatowych musi być profesjonalnie wykonywana.

Okazało się, że Fundacja Za Horyzont skontaktowała się ze mną i udało się! Otrzymałam dofinansowanie w wysokości prawie 50 proc. kosztów studiowania wybranej specjalności. Ta pomoc jest nieoceniona,



foto. z arch. EB

ponieważ obecnie znaleźliśmy się z mężem w trudnej sytuacji finansowej. Pani Izabela Dyrda, prezes fundacji, wykazała się wobec mnie ogromną życzliwością, taktem i dyskrecją. Wszystko zostało załatwione bardzo profesjonalnie.

Zachęcam do skorzystania z drugiej edycji programu. To działa. Ja studiuję! Nie zrażajcie się formalnościami, zresztą nie są skomplikowane.

diuję

śnie na studia podyplomowe. W rodzinie innego beneficjenta, pomimo bezrobocia i choroby, była wielka mobilizacja. Poza fundacją i samą beneficjentką do pokrycia kosztów zajęć dołożyła się dalsza rodzina. Urzekły mnie historie beneficjentek, które podjęły decyzję o studiach pedagogicznych po tym, jak po urodzeniu własnego dziecka odkryły pasję pracy z dziećmi mimo zupełnie innego wcześniejszego wykształcenia i wykonywanego zawodu. Nie brakowało też osób chcących nabyć kompetencje do edukowania i opieki nad osobami z różnymi niepełnosprawnościami.

– Podkreślała pani, że w procesie rekrutacji ważna jest motywacja kandydatów.

– Tak. Oceniamy ją podczas rozmowy kwalifikacyjnej. Ale zauważyłam jeszcze inny wymiar programu „Potrzebuję – studiuję”. Otóż ludzie potrzebują wyjścia z kręgu swoich codziennych trosk i obowiązków, aby nawiązać kontakt z innymi osobami. Weekendowe zajęcia podyplomowe dają taką możliwość. To element higieny psychicznej i pożyteczna odskocznia od codziennych obowiązków, nierzadko wyzwanie i trening dla

nowych ścieżek neuronalnych, zwłaszcza gdy wybrana specjalność odbiega od dotychczasowego doświadczenia słuchaczy. Te nowe impulsy, wiedza i doświadczenie mogą zaowocować działaniami, które pozwolą podjąć nowe wyzwania, a tym samym poprawić sytuację życiową.

– Jakie są najważniejsze oczekiwania wobec beneficjentów programu?

– Aby nie utracić dofinansowania, muszą ukończyć studia z co najmniej 70-procentową frekwencją. Natomiast 30 dni od dnia zakończenia zajęć beneficjent zobowiązany jest do złożenia w fundacji sprawozdania z opisem wykonania bezinteresownych działań na rzecz dzieci, młodzieży lub dorosłych z wykorzystaniem uzyskanej wiedzy. Mogą to zrobić w wybranej przez siebie przestrzeni i formie, a więc nie tylko w placówkach oświatowo-wychowawczych, ale również w rodzinach lub innych wspólnotach, w których ich wolontaryjna praca jest realnie potrzebna. Na tym polega również praktyczny charakter programu „Potrzebuję – studiuję”.

CO TRZEBA ZROBIĆ, ABY STARAĆ SIĘ O DOFINANSOWANIE STUDIÓW PODYPLOMOWYCH:

1. Zapoznać się z regulaminem programu „Potrzebuję – studiuję” na stronie internetowej www.fundacjazahoryzont.pl, w zakładce „Wsparcie”.
2. Wybrać specjalność z oferty Instytutu Studiów Podyplomowych, dostępnej na stronie internetowej www.podyplomowka.edu.pl.
3. Wydrukować i wypełnić krótki wniosek dostępny na stronie internetowej www.fundacjazahoryzont.pl, w zakładce „Wsparcie”.
4. Złożyć uzupełniony wniosek w terminie do 31 marca 2020 r. Można to zrobić osobiście w siedzibie Fundacji Za Horyzont (budynek Instytutu Studiów Podyplomowych w Tychach przy ul. Sienkiewicza 1), wysłać listem tradycyjnym lub skan wniosku przestać na adres e-mail: kontakt@fundacjazahoryzont.pl. Dodatkowe dokumenty (m.in. życiorys, zaświadczenie o zarobkach, pobieranych świadczeniach i ewentualne inne dokumenty potwierdzające trudną sytuację życiową) można dostarczyć podczas rozmowy kwalifikacyjnej, o terminie której kandydat zostanie powiadomiony telefonicznie.
5. Drugim etapem rekrutacji jest rozmowa kwalifikacyjna.
6. W razie pozytywnego przejścia rozmowy kwalifikacyjnej beneficjent zobowiązuje się do zawarcia umowy, w której zostaną określone warunki otrzymania wnioskowanego dofinansowania.

Więcej informacji:
tel. 32 733 63 93, e-mail: potrzebujestudiuje@fundacjazahoryzont.pl

REFLEKSJE NAUCZYCIELA O POTRZEBIE PIĘKNA W SZKOLE (CZ. 1)

DZIECKO JEST TWÓRCĄ

LEKCJE MUZYKI BEZ ŚPIEWU I GRY NA INSTRUMENTACH. LEKCJE PLASTYKI BEZ RYSOWANIA I MALOWANIA. ZAMIAST CZYSTEJ KARTKI Z BLOKU RYSUNKOWEGO PRZED OCZY DZIECI ŁĄDUJĄ KOLOROWANKI. ZAMIAST DZIAŁANIA TEORIA W ZESZYCIE. NA DODATEK ESTETYKA KLAS I SZKOLNYCH KORYTARZY RODEM Z POPRZEDNIEJ EPOKI... TO NIESTETY OBRAZKI JESZCZE Z WIELU NASZYCH PLACÓWEK OŚWIATOWYCH. TYMCZASEM CZŁOWIEK POTRZEBUJE PIĘKNA I KREATYWNOŚCI WOKÓŁ SIEBIE, RÓWNIEŻ – A MOŻE PRZED E WSZYSTKIM – W SZKOLE.

*Należy każdego dnia posłuchać
krótkiej pieśni,
przeczytać dobry wiersz, zobaczyć
wspamiętały obraz
i jeśli byłoby to możliwe
– wypowiedzieć kilka rozsądnych słów.
(Johann Wolfgang von Goethe)*

Człowiek potrzebuje piękna

W powyższym cytacie z Goethego zawiera się prawda o szczególnej potrzebie człowieka, a mianowicie potrzebie piękna. Dopełnieniem słów poety, ale także ojca psychologii barw jest naturalne życzenie, by każdego dnia człowiek mógł jako twórca samodzielnie coś pięknego zaśpiewać, namalować, napisać.

Człowiek potrzebuje piękna w szerokim tego słowa znaczeniu, jako pewnej harmonii, porządku, dzięki któremu odkrywa istotne prawdy i rozwija się, oraz w wąskim znaczeniu, w którym piękno sprowadza się do kategorii estetycznej.

Zasadniczo przestrzenią, w której człowiek troszczy się o piękno, jest kultura, a w kulturze osadzona jest edukacja, dlatego oczywistą konsekwencją będzie oczekiwanie od tej drugiej, by również obdarzała codzienną uwagę to, z czym spotykają się dzieci i młodzież, by świadomie współtworzyła horyzont estetyczny ucznia adekwatnie do jego wieku.

Brzydko i za dużo

Tymczasem w statystycznej polskiej szkole piękna jest jak na lekarstwo. Szkoły są brzydkie, lamperie na korytarzach w krzykliwych kolorach, a świat widziany przez okna zasłaniają papierowe lub plastikowe smerfy, pokraczne „Alamakoty” itp.

Na ścianach, zazwyczaj nienaturalnie wysoko, wiszą gazetki robione przez nauczycieli. Niektóre naprawdę bywają piękne, ale młodzi uczniowie muszą zadziierać głowy, aby je podziwiać. Jednak w większości tych gazetek postaci mają nienaturalne proporcje i wyrazy twarzy. O wielkości elementów decyduje rozmach wykonawcy, a nie warunki, aby na przykład te wytwory oglądać. W takim wypadku ogromna pani Wiosna o konstytucji lalki Barbie,

przemierzająca marcową ziemię w szpilkach, po prostu nie może być przez obserwatora objęta wzrokiem. Może i dobrze...

Ikoniczny nadmiar działa rozpraszająco, dezintegrująco, hamuje rozwój, wprowadza niepokój. Na drugim końcu continuum znajduje się moda na aranżowanie przestrzeni w „stylu skandynawskim”. Mamy więc szare ściany, szare lamperie, szare drzwi, szare blaty, rolety. Każdy, kto interesował się kiedykolwiek psychologią barw doskonale wie, jak działają szarości, jak wykorzystywano je w przestrzeni publicznej. Mówimy nawet o „szarej rzeczywistości”, w której ktoś „zakłada szary płaszcz”, by nie wyróżniać się z „szarego tłumu”.

Zapomnieliśmy, że z jednej strony dzieci potrzebują barw, a z drugiej – że istnieją barwy pastelowe, spokojne i po nie warto sięgać. Osobną kwestią jest wiedza konserwatora, rzemieślnika, który w szkole maluje ściany, na temat jakości różnych farb. Wydawać by się mogło, że to bez znaczenia, czy farba jest olejna, czy akrylowa. Jednak efekty widać dopiero, gdy światło odbija się od dużych powierzchni. Dotyczy to w szczególności dzieci i młodzieży z dysfunkcjami wzroku (w tym świetlnych stymulacji osób z autyzmem). Na nich równie silnie oddziałują szyby, blaty oraz zalaminowane pomoce dydaktyczne.

Tony makulatury

Jeśli chodzi o pomoce na zajęcia, to polska szkoła tonie w śmieciach. Kserujemy wszystko, co się da. Kserowane karty pracy nierzadko są przygotowane przez nauczycieli niedbale – straszą czarnymi marginesami źle ustawionego do kopiowania formatu, zawierają adresy strony lub książki, z których je wzięto (i to bynajmniej nie z troski o prawa autorskie). Rodzice i uczniowie zgłaszają, że kserówki są pozbawione sensu. Jak na podstawie słabej jakości kopii mapy, reprodukcji obrazu uczeń ma udzielić odpowiedzi na sprawdzianie? W niektórych szkołach dzieci mają osobne segregatory, do których wpinają prace, numerując je. W niektórych domach sami rodzice wpadają na taki pomysł, chcąc wesprzeć dziecko w uczeniu się.



Własny rysunek rozwija bardziej niż kolorowanka

W temacie tzw. kserówek mieszczą się również kolorowanki. W wielu placówkach dzieci mają do nich swobodniejszy dostęp niż do czystych kartek, na których mogłyby same coś narysować. Kolorowanki nie rozwijają twórczej ekspresji, nie wspierają edukacji plastycznej, nie są jej częścią. Ich wpływ na rozwój kreatywności, odwagi do działania, woli, a także procesów poznawczych opisuje Mirosław Orzechowski (miesięcznik „Kreda” nr 6/2019), pisząc:

„Oferując gotowe wzorce, kolorowanki przeciwdziałają naturalnej potrzebie samodzielnego wyrażania swojego rozumienia rzeczywistości. Szczególnie ma to miejsce u małych dzieci, które wykorzystują rysunek do opowiadania o tym, jak rozumieją otoczenie. Dzieci nadają indywidualne formy graficzne przedmiotom, opisują w specyficzny sposób relacje zachodzące w przestrzeni oraz swoje jej pojmowanie. Rysunek stanowi część rozumowania i ekspresji dzieci. Informacja płynąca ze strony kolorowanki jest natomiast jednoznaczna: tak jest poprawnie, ty tak nie potrafisz i dlatego jedyną, co możesz zrobić, to mnie pokolorować [...]”.

Absolutną porażką nauczyciela jest wykorzystywanie kolorowanek na zajęciach plastycznych, a to się zdarza.

Izabela DYRDA
Dokończenie w następnym numerze

Zaburzenia sensoryczne a wybiórczość pokarmu

KONTYNUUJEMY NA ŁAMACH „KURIERA NAUCZYCIELSKIEGO” PUBLIKACJĘ CYKLU ARTYKUŁÓW O AUTYZMIE I ZESPOLE ASPERGERA AUTORSTWA AGNIESZKI OLEJ-RYSZKIEL, WYKŁADOWCY INSTYTUTU STUDIÓW PODYPLOMOWYCH W TYCHACH, DOKTORANTKI UNIWERSYTETU ŚLĄSKIEGO I MAMY CUDOWNYCH SYNÓW ZE SPEKTRUM ZABURZEŃ AUTYSTYCZNYCH (ASD). Z ROKU NA ROK ROŚNIE LICZBA UCZNIÓW Z DIAGNOZĄ ASD. ZATEM POWINNA WZRASTAĆ TAKŻE WIEDZA NAUCZYCIELI, JAK PRACOWAĆ Z TĄ WYJĄTKOWĄ GRUPĄ DZIECI. W POPRZEDNICH ARTYKUŁACH AUTORKA OPISYWAŁA, CZYM JEST TO ZABURZENIE ROZWOJOWE, JAKIE SĄ JEGO OBJAWY ORAZ PRZYBLIŻYŁA PROBLEM ZABURZEŃ INTEGRACJI SENSORYCZNEJ W KONTEKŚCIE AUTYZMU. TEKSTY TE SĄ DOSTĘPNE NA STRONIE INTERNETOWEJ WWW.KURIERNAUCZYCIELSKI.PL. W TYM NUMERZE O KOLEJNYM Z OBJAWÓW ASD – WYBIÓRCZOŚCI POKARMOWEJ.

„Chciałbym, żebyś sobie wyobraził(a), że znów jesteś dzieckiem, może w wieku siedmiu lub ośmiu lat. Jest wieczór, zasiadacie z rodziną do kolacji. Stół jest pięknie nakryty, a twoja mama właśnie serwuje danie główne: kawałek zimnej, surowej piersi z kurczaka. Ta różowa masa wślizguje się na twój talerz i wkrótce po tym cała twoja rodzina zajada się kawałkami surowego mięsa. Już sam widok tej potrawy przyprowadza Cię o mdłości. Jednak pomimo oczywistego wstrętu i niechęci do surowej piersi z kurczaka, w jakiś niezrozumiały sposób to Ty czujesz się dziwny, bo nie chcesz jej zjeść! Być może myślisz o sobie »jestem wybredny« lub stwierdzisz, że po prostu musisz nauczyć się delektować surowym kurczakiem jak wszyscy inni. Może co wieczór głodujesz podczas kolacji, ponieważ jedyne, co podaje się do jedzenia w twoim domu, to produkty dla ciebie tak wstrętne, jak kawałki surowego kurczaka”.

Talerz surowego kurczaka

na kolację – brzmi przerażająco, prawda? Prawdziwe wyzwanie? Jednak jedzenie wybiórcze to nie jest kwestia tego, że czegoś po prostu „nie lubimy jeść”. Nie jemy określonych produktów dlatego, że każda próba ich konsumpcji spowoduje negatywną reakcję organizmu.

Quincy Hansen, osiemnastoletni chłopak z ASD, korzystając z analogii z surowym kurczakiem, na autorskim blogu „Speaking of autism” tłumaczy, czym dla wielu autystycznych osób jest wybiórczość pokarmowa wynikająca z zaburzeń sensorycznych.

Badania z 2006 roku szacują, że od 46 do 89 proc. dzieci z autyzmem ma pewien poziom selektywności pokarmowej (Ledford i Gast, 2006). Szukając przyczyn występowania problemów z odżywianiem u osób z ASD, należy wziąć pod uwagę czynniki: medyczne, behawioralne i środowiskowe oraz zaburzenia sensoryczne. W tym artykule pokrótce omówię zaburzenia senso-

ryczne i ich wpływ na odżywianie osób z ASD.

C. Delecatto uważa, że główny problem z jedzeniem u dzieci z ASD wynika z trudności w rozróżnianiu smaków. Dzieci z nadwrażliwością sensoryczną odmawiają przyjmowania pokarmów, natomiast te ze zbyt małą wrażliwością smakową są

niebezpieczne dla siebie,

ze względu na tendencję do jedzenia wszystkiego, co pociąga je kolorem lub zapachem. Są dzieci, które potrafią zjeść wszystko, co ma intensywny smak.

Natomiast zdaniem J. Bluestone zaburzenia sensoryczne związane z czuciem, odczuwaniem różnych pokarmów w jamie ustnej oraz nadwrażliwość na dźwięki to główne źródło kłopotów z odżywianiem, doświadczanych przez

systencji, np. mój syn zjada tylko serki pewnej znanej firmy.

Problemy czuciowe są niezmierznie ważne w kontekście odżywiania się osób z autyzmem. Nie tylko smak – ale także spodziewana, nieprzyjemna konsystencja pokarmu może osobie z autyzmem uniemożliwić chociażby spróbowanie określonej potrawy. Nadwrażliwość na dźwięki jest także istotną przyczyną kłopotów z przeżuwaniem. Dlaczego? Z powodu „hałasu”, który generowany jest wtedy w jamie ustnej. Dla niektórych osób z autyzmem np. odgłosy przeżuwanych skórek od chleba, paluszków, płatków kukurydzianych mogą być nie do zniesienia. I znowu warto podkreślić, że nie chodzi tutaj o smak, tylko o „hałas”, jaki wytwarza określona potrawa w jamie ustnej.

Żucie jest początkiem procesu

wokować wymioty. Pokarmy wówczas powinny mieć łagodny smak i nie mieć zapachu. Z kolei dla osób o zbyt małej wrażliwości węchowej atrakcyjne mogą być aromaty powszechnie uznawane za obrzydliwe. W takiej sytuacji dbamy o trening węchowy oraz zapewniamy posiłek o zdecydowanym aromacie.

Znaczna grupa osób z ASD wprowadza także

wiele rytuałów

podczas posiłków. Mogą np. zjadać pokarmy o określonej barwie, przestrzegać ustalonej kolejności dań, domagać się swoich talerzy lub zjadać posiłek tylko w określonym miejscu. Rytuały te pozwalają im zredukować pewien poziom odczuwanego lęku.

Osoby z autyzmem potrzebują struktury, organizacji otoczenia.



Agnieszka OLEJ-RYSZKIEL
wykładowca Instytutu Studiów
Podypłomowych w Tychach,
doktorantka Uniwersytetu Śląskiego,
pedagog, logopeda, tyfłopedagog,
terapeuta i od 15 lat mama
cudownych synów ze spektrum
zaburzeń autystycznych (ASD)

foto: JJ



GŁÓWNY PROBLEM Z JEDZENIEM U DZIECI Z ASD WYNIKA Z TRUDNOŚCI W ROZRÓŻNIANIU SMAKÓW. DZIECI Z NADWRAŻLIWOŚCIĄ SENSORYCZNĄ ODMAWIAJĄ PRZYJMOWANIA POKARMÓW, NATOMIAST TE ZE ZBYT MAŁĄ WRAŻLIWOŚCIĄ SMAKOWĄ SĄ NIEBEZPIECZNE DLA SIEBIE, ZE WZGLĘDU NA TENDENCJĘ DO JEDZENIA WSZYSTKIEGO, CO POCIĄGA JE KOLOREM LUB ZAPACHEM.

osoby z autyzmem. Duża grupa tych osób nie gryzie jedzenia, lecz połyka je w dużych kawałkach. Dlaczego nie żują jedzenia? Według Bluestone osoby te cierpią z powodu zaburzeń czucia w jamie ustnej i dlatego nie tolerują doznań, które wywołuje gryzienie pokarmu. Dodatkowy problem stanowi napięcie mięśniowe, które utrudnia im określenie odpowiedniej siły, z jaką mogą zaangażować poszczególne grupy mięśni w procesie żucia jedzenia. Dlatego niektóre osoby z ASD preferują tylko pokarmy o jednolitej kon-

stawienia. Duża grupa osób ze spektrum autyzmu nie gryzie jedzenia, lecz połyka je w dużych kawałkach, dlatego pokarm dociera do jelit nieprzygotowany do mechanicznej i chemicznej obróbki, która powinna tam nastąpić. Konsekwencją tego są

częste bóle brzucha

oraz problemy z wypróżnianiem (zaparcia lub biegunki).

Zmysł węchu również powoduje trudności w spożywaniu pokarmów przez osoby z autyzmem. Zapach ryby, cebuli, kapusty u nadwrażliwej węchowo osoby z ASD może pro-

W przypadku dzieci z ASD nie sprawdzają się metody typu „jak zgłodnieje, to coś zje” czy „w grupie dzieci na pewno spróbuje czegoś nowego” itp. Wybiórczość pokarmowa nie wynika z faktu bycia wybrednym czy upartym manipulatorem. Stąd tak ważne jest poszanowanie ich preferencji żywieniowych przez nauczycieli, wychowawców oraz opiekunów w placówkach edukacyjnych. Dlatego szanując odrębność każdej osoby w rodzinie czy w klasie, stwórzmy wspólne warunki oparte na wzajemnym szacunku i zrozumieniu.

C. Delcato zaleca przeprowadzenie treningów sensorycznych w celu rozwiązania problemów wybiórczości pokarmowej u dzieci z ASD. Jego zdaniem dzieci z nadwrażliwością smakową powinny otrzymywać najpierw bardzo delikatne potrawy – słodkie bądź słone, bez przypraw. Unikamy podawania

gazowanych napojów,

ponieważ te wzmacniają smaki. Nowe produkty (kwaśne lub gorzkie) powinny otrzymywać w niewielkich ilościach wymieszane z innym, koniecznym znanym dziecku pożywieniem. Tak przygotowane pożywienie kładziemy najpierw na podniebieniu języka, a następnie na jego czubku. Zawsze informujemy dziecko, co to za smak. Procedurę tę powtarzamy wielokrotnie i cierpliwie. Zdaniem autora w ten sposób możemy ośwoić dziecko z każdym smakiem. Zatem proces rozszerzania wachlarza smaków akceptowanych przez dziecko z wybiórczością pokarmową wymaga specjalistycznej wiedzy oraz odpowiednich uprawnień?

Podsumowaniem niniejszego artykułu niech będzie fragment

Pod mowa

wypowiedzi cytowanego już osiemnastolatka: „Chciałbym ponownie podkreślić, że istnieje wyraźna różnica między niechęcią sensoryczną do jedzenia a po prostu niechęcią do jedzenia. Widzisz, istnieje bardzo ograniczona liczba różnych produktów spożywczych, które mogę tolerować. Nie dzieje się tak dlatego, że jestem wybredny i nie lubię tych produktów.

for. FreePik



Wybiórczość pokarmowa u dzieci z ASD nie wynika z faktu bycia wybrednym

Nie, czuję niechęć

do tych pokarmów, ponieważ jestem »zjadaczem zmysłów«. Moja ograniczona dieta wynika z faktu, że z powodu mojego nietypowego układu sensorycznego wiele popularnych potraw jest tak samo odpychających, na bardzo głębokim poziomie trzewnym, jak ten talerz

surowego kurczaka. [...] Był czas, kiedy mogłem zliczyć na palcach jednej ręki wszystko, co zjadłem. Właśnie dlatego jestem niesamowicie smutny, sfrustrowany, a nawet zły, gdy słyszę wiele złomości, które niektórzy mówią na temat mojej diety. [...] Kiedy ludzie komentują: »nie wiesz, co tracisz«,

»chciałbym, żebyś tylko spróbować« lub »twoje życie byłoby tak wiele lepsze, gdybyś zjadał więcej pokarmów« sprawia, że czuję się bardzo sfrustrowany, ponieważ (dosłownie) całe moje życie zajęło mi dotarcie tam, gdzie jestem teraz. Nie mogę tolerować wielu potraw z powodu mojego profilu

sensorycznego i wolałbym, żeby ludzie po prostu to zaakceptowali, zamiast komentować za każdym razem, gdy coś jem. [...] Dodam także, że doskonale czuję się jedząc codziennie te same lub podobne rzeczy. Naprawdę mi to nie przeszkadza, w zasadzie wolę to, bo podobieństwo jest pocieszające”.

Źródła:

¹ <https://speakingofautism.com.wordpress.com/2019/06/10/sensory-eating-is-not-picky-eating/>

² C. Delecat, *Dziwne, niepojęte. Autystyczne dziecko. SYNOPSIS*, Warszawa 1995, s. 85.

R

E

K

L

A

M

A



Dni otwarte w ISP

Wykłady, warsztaty, wystawy

14.02 Tychy 14:00 - 17:00

15.02 Bielsko-Biała 11:00 - 14:00

16.02 Częstochowa 11:00 - 14:00

Więcej informacji w wydarzeniach na naszym Facebooku

facebook.com/podyplomowka

GEOGRAF NA SPITSBERGENIE CZ. 1

BADANIA Z BRON

Z RACJI MOICH ZAINTERESOWAŃ GLACJOLOGICZNYCH I POLARNYCH CHCIAŁBYM PRZYBLIŻYĆ CZYTELNIKOM TEMAT SPITSBERGENU. TEKST, ZE WZGLĘDU NA WIELOWĄTKOWOŚĆ, PODZIELIŁEM NA DWIE CZĘŚCI. CHCIAŁBYM PRZEDSTAWIĆ W NIM PODSTAWOWE INFORMACJE GEOGRAFICZNE, PRZYRODNICZE, HISTORYCZNE, A TAKŻE PRAKTYCZNE. JAKO ŻE OD MOJEJ PIERWSZEJ WYPRAWY POLARNEJ UPŁYNEŁO JUŻ SPORO CZASU, ZNAJDZIE SIĘ TU RÓWNIEŻ MIEJSCE NA WSPOMNIENIA, KTÓRE ZAWSZE WYWOŁUJĄ NOSTALGIĘ I CHĘĆ POWROTU DO „POLSKIEGO DOMU POD BIEGUNEM”, CZYLI POLSKIEJ STACJI POLARNEJ W HORNSUNDZIE.

Ale zacznijmy od samego początku. Na trzecim roku studiów geograficznych padła propozycja udziału w wyprawie na Spitsbergen w charakterze asystenta terenowego. Niewiele myśląc, zaraz po zajęciach zgłosiłem się do osoby prowadzącej, aby dowiedzieć się więcej szczegółów. I tak rozpoczęła się moja polarna przygoda. Ten zbieg okoliczności i szybkie, zdecydowane działanie umożliwiły mi udział w XV Wyprawie Uniwersytetu Śląskiego na Spitsbergen, która odbyła się jeszcze w zeszłym wieku...

Przygotowania do wyprawy obejmowały zaplanowanie całego procesu logistycznego – spoczywał on głównie na barkach naukowców z UŚ, zaprawionych w bojach

polarnych. Moim zadaniem było zaplanowanie i zakup prowiantu oraz sprzętu na dwa miesiące. Oczywiście trzeba było to wszystko też zapakować do „choboków”, czyli plastikowych beczek, opisać i nadać na statek do Gdyni.

Podróż na Spitsbergen drogą morską trwa około tygodnia. Statek płynie z Gdyni do Hornsundu, przemierzając cztery morza: Bałtyckie, Północne, Norweskie i Grenlandzkie. My płynęliśmy w 1999 roku rosyjskim statkiem o wdzięcznej nazwie „Profesor Sztokman” i co najlepsze, nikt z rosyjskiej załogi nie potrafił nam wskazać, kim właściwie był ów profesor.

Pobyt w Polskiej Stacji Polarnej, zwanej „polskim domem pod bie-

gunem”, był w moim przypadku bardzo krótki, bo po zaledwie kilku godzinach udaliśmy się łodzią motorową w rejon Lodowca Weren-skiolda, gdzie miałem prowadzić moje badania. Pod moreną boczną tego lodowca zlokalizowana jest Stacja Glacjologiczna Uniwersytetu Wrocławskiego, zwana popularnie „Baranówką” od nazwiska wybitnego glacjologa Staszka Baranowskiego, który zginął śmiercią tragiczną na Antarktydzie. Ten niewielki domek traperski, zwany na Svalbardzie husem (stąd też druga nazwa Werenhus), był dla mnie i kilku pozostałych uczestników domem na prawie dwa miesiące.

Warunki iście spartańskie – woda bieżąca w potoku (ok. 4 stopni Celsjusza), toaleta na

morenie i w okolicznych skałach. Agregat na szczęście dostarczał prąd, ale w sumie nie był aż tak konieczny, bo ciągły dzień polarny zapewniał oświetlenie 24 godziny na dobę. Wykorzystywaliśmy go głównie do ładowania urządzeń elektronicznych. Hus był ogrzewany piecem, który musieliśmy sami dostarczyć i zamontować, a transport umożliwił nam bardzo rzadko spotykany, ale wymyślny środek transportu – tzw. tundrochod (rodzaj taczki z kołem od motoroweru).

Moim zadaniem był opis, kartowanie i badanie niecodziennego zjawiska glacjologicznego, jakim są nalodzia – okresowe płyty lodu tworzące się na przedpolu lodowca politermalnego. Każde wyjście

w teren wiązało się z przekroczeniem co najmniej kilku, a nawet kilkunastu rzek roztokowych, płynących przez przedpole lodowca. Wyposażeniem obowiązkowym były zatem wodery – specjalne nieprzemakalne buty wraz ze spodniami, sięgające do ud lub pasa. Do tego dochodził plecak ze sprzętem oraz nieodłączna broń – rakieta i sztucer. Na całym Svalbardzie obowiązuje zakaz poruszania się bez broni, ze względu na niebezpieczeństwo spotkania z niedźwiedziem polarnym. Ja na szczęście spotkałem króla Arktyki tylko dwa razy i zawsze byłem w bezpiecznej odległości. Niedźwiedzia odstraszało uderzanie łopatą o morenę (boi się wysokich dźwięków). Pod Polską Stacją



Łukasz Gawor na tle czoła Lodowca Hansa



Statek „Profesor Sztokman” dopływa do Spitsbergenu



Stacja Glacjologiczna Uniwersytetu Wrocławskiego, zwana popularnie „Baranówką”

WYJAZD NA RAMIENIU



fort. archiwum Łukasza GAWORA

”

NA CAŁYM SVALBAR-
DZIE OBOWIĄZUJE
ZAKAZ PORUSZA-
NIA SIĘ BEZ BRONI,
ZE WZGLĘDU NA
NIEBEZPIECZ-
STWO SPOTKANIA
Z NIEDŹWIEDZIEM
POLARNYM. JA NA
SZCZĘŚCIE SPOTKA-
ŁEM KRÓLA ARKTYKI
TYLKO DWA RAZY
I ZAWSZE BYŁEM
W BEZPIECZNEJ OD-
LEGŁOŚCI. NIEDŹWIE-
DZIA ODSTRASZAŁO
UDERZANIE ŁOPATĄ
O MORENĘ (BOI SIĘ
WYSOKICH DŹWIĘ-
KÓW). POD POLSKĄ
STACJĄ POLARNĄ
WYSTARCZAŁY CZA-
SEM DWIE POKRYWKI.

Polarną wystarczały czasem dwie pokrywki.

Poza ciągłym stresem związanym w wypatrywaniem „biotego”, jak w śląskim gronie nazywaliśmy niedźwiedzia polarnego, oraz ciężką, fizyczną pracą (kopanie odkrywek w zmarzlinie, wielogodzinne pomiary geodezyjne w trudnych warunkach terenowych i atmosferycznych), można było chłonać wspaniały arktyczny krajobraz, przyrodę i napawać się ciszą oraz brakiem jakichkolwiek oznak cywilizacji. Poza zazwyczaj zapowiedzianymi odwiedzinami z bazy, w promieniu wielu kilometrów nie było żywej duszy.

Po dwóch miesiącach pracy badawczej udaliśmy się do Polskiej Stacji Polarnej, gdzie spędziliśmy

kilka dni w iście komfortowych warunkach – bieżąca i ciepła woda, prysznic, toaleta, pralka, posiłki wydawane przez dyżurnych. Mogliśmy również podziwiać piękne czoła lodowców uchodzących do fiordu.



fort. archiwum Łukasza GAWORA

Autor na kopule nalodzia „wrocławskiego”

Po tych luksusach zaokrętowaliśmy się na norweskim statku płynącym do Tromsø, skąd bussem przez Skandynawię i promem przez Bałtyk dotarliśmy do Polski. Najbardziej oczekiwana rzecz po drodze? Pierwsze zachody słońca.

Łukasz GAWOR

z wykształcenia geograf i geolog, doktor nauk technicznych w dyscyplinie górnictwo i geologia inżynierska, z zawodu nauczyciel akademicki (Politechnika Śląska, Instytut Studiów Podyplomowych w Tychach) i przedsiębiorca, działający w branży ochrony środowiska; z zamiłowania glaciolog i turysta wysokogórski. Wspina się amatorsko, uczestnik wyjazdów wysokogórskich w Karpaty, Alpy Bawarskie, Wysokie Tury, Dolomity, Alpy Berneńskie, Alpy Julijskie, Pireneje oraz wypraw polarnych na Spitsbergen

Spitsbergen



fort. JJ

Jest największą wyspą archipelagu Svalbard, położonego na skraju północnoeuropejskiego szelfu kontynentalnego, pomiędzy 76°28' N i 80°49' N oraz 10°32' E i 33°31' E. Pod względem regionalnym Svalbard zalicza się do Wysp Północnych Europy Północnej (należą do nich Islandia, Jan Mayen, Wyspy Owce i Ziemia Franciszka Józefa).

Całkowita powierzchnia Svalbardu wynosi 62 924 km kw. Spitsbergen (dawniej zwany też Spitsbergenem Zachodnim) zajmuje powierzchnię 39 368 km kw. Do większych wysp archipelagu należą: Ziemia Północno-Wschodnia (Nordaustlandet), Wyspa Edge'a (Egdeøya), Wyspa Barentsa (Barentsøya) i Ziemia Księcia Karola (Prins Karls Forland). W skład Svalbardu wchodzi również oddalona od niego o ponad 200 km na południe Wyspa Niedźwiedzia (Bjørnøya).

Powierzchnia wyspy jest górzysta, najwyższa kulminacja Newton-toppen osiąga wysokość 1717 m n. p.m. Klimat wysokich szerokości geograficznych oraz topografia wpływa na niskie położenie granicy wiecznego śniegu, co sprawia, że ponad 60 proc. powierzchni Svalbardu jest pokryte lodowcami. Zlodowacenie Svalbardu jest zróżnicowane, specyficzny układ lodowców tworzy typ zlodowacenia półpokrywowego, zwanego również sieciowym lub spitsbergeńskim.

Charakterystycznymi elementami rzeźby Spitsbergenu są szerokie, U-kształtne doliny polodowcowe oraz płaskie terasy morskie. Specyficznym elementem krajobrazu są fiordy, wcinające się głęboko w ląd. Na obszarach wolnych od lodu obserwuje się przykłady gruntów strukturalnych – gleby poligonalne, pierścienie kamieniste, pasy kamieniste.



fort. archiwum Łukasza GAWORA

Strefa marginalna Lodowca Werenskiolda

O KSZTAŁTOWANIU CHARAKTERU CZ. 6

Męstwo, czyli gotowość do przeciwstawiania się złu

JAK ZAUWAŻYŁ WOJCIECH CHUDY (1947–2007), SPOŚRÓD CZTERECH CNÓT KARDYNALNYCH MĘSTWO MA SIĘ DZIŚ CHYBA NAJGORZEJ. NAJWYRAŹNIEJ PIELEGNOWANIA TEJ SPRAWNOŚCI ODU CZYŁA NAS WSPÓŁCZESNOŚĆ, POZBAWIONA ŚWIATOWYCH KONFLIKTÓW ZBROJNYCH, A SYMBOLIZOWANA PRZEZ STYL ŻYCIA INFANTYLNICH KIDULTÓW (DOROSŁYCH DZIECIAKÓW). CO WIĘCEJ, ZA SUBSTYTUT MĘSTWA UZNAJĄ NIEKTÓRZY POSTAWĘ MACHO TUDZIEŻ BEZWZGLĘDNOŚĆ RODEM Z KORPORACJI. TYMCZASEM ISTOTA CNOTY MĘSTWA (ŁAC. *FORTITUDO*) SPROWADZA SIĘ DO GOTOWOŚCI DO PRZECIWSZTAWIANIA SIĘ ZŁU.

Męstwo czynne i bierne

Święty Tomasz z Akwinu (ok. 1225–1274) wyróżnia dwie zasadnicze formy męstwa: atak i wytrwałość. Wiążą się one z funkcją, jaką pełni cnota męstwa: pokonywania zła i jego przewycięzania. Gdy uznamy, że zło jest możliwe do zwalczania, winien nastąpić atak (tzw. męstwo czynne), czego wyrazem jest niedawna szarża polskiego kucharza z lancą na London Bridge. Nieco trudniejszą do praktykowania formą jest wytrwałość (tzw. męstwo bierne).

Na czym polega ta ostatnia? Dominikanin o. Józef Bocheński (1902–1995) w swym opracowaniu *De virtute militari* (1993) tak pisze o wytrwałości: „Męstwo będzie miało także wielkie pole do działania tam, gdzie o jakiegokolwiek akcji w ogóle mowy być nie może, i gdzie żołnierz skazany jest na znoszenie stanu beczynności, w którym może się znaleźć”. Jako przykłady podaje on szpital i niewolę. Sytu-

acja żołnierza to tylko ilustracja, bo i podczas pokoju jesteśmy zmuszeni znosić napór zła, nie rzadko ciężkiego kalibru.

Odwaga cywilna

Prócz męstwa fizycznego, uzdalniającego nas do stawienia czoła cierpieniu czy niebezpieczeństwu śmierci, można wyróżnić męstwo moralne, zwane dziś odwagą cywilną. Postawa ta polega na występowaniu w obronie własnych racji, nawet gdy wiąże się to z wysokimi sankcjami społecznymi i kosztami osobistymi. To najpewniej miał na myśli Zbigniew Herbert (1924–1998), pisząc w *Przesłaniu Pana Cogito*: „Idź wyprostowany wśród tych, co na kolanach”. Wspomniana właściwość charakteru polega też na gotowości przyznania się do błędu, gdy sytuacja tego wymaga.

Na odwagę cywilną zwracali uwagę już starożytni, mówiąc: „Qui tacet, consentire videtur” („Kto milczy, zdaje się zgadzać”). Stanowi ona jeden z fundamentów społeczeństwa obywatel-

skiego, gdyż jej brak utrudnia samoorganizację społeczną.

Wynaturzenia męstwa

Cofanie się przed złem i trudnościami oznacza tchórzostwo. Tchórzami jesteśmy, gdy z obawy przed przeszkodami odступujemy od pójścia za dobrem. Wada ta może przybierać różne formy: od dezercji podczas wojny, poprzez rezygnację z pójścia do dentysty, aż po strach przed publicznym wyrażeniem prawdy. „Czemu ja?”, „Po co się wychylać?”, „Dajcie mi święty spokój!” – to hasła kontrolne ostatniej z wymienionych postaw. Po drugiej stronie odnajdujemy fałszywe męstwo, zwane zuchwalstwem, którego źródłem bywa pycha lub próżność. Zuchwalstwo przybiera pozory męstwa, lecz go w żaden sposób nie daje.

Kwestie wychowawcze

Już od najwcześniejszych lat wypada dziecku wskazywać, czego należy się rozum-

nie obawiać, a czego nie. Dominikanin o. Jacek Woroniecki (1878–1949) stawiał na pierwszym planie wykształcenie cnoty męstwa w stosunku do niebezpieczeństw fizycznych, a to z dwóch przyczyn: jest ono najważniejsze i zrozumienie tej konieczności jest możliwe już dla dziecka. Jednak młodzieży trzeba też zwrócić uwagę na inne wymagania stawiane omawianej cnotcie. „Nieraz łatwiej jest o odwagę wobec niebezpieczeństw fizycznych niż o odwagę cywilną wobec przesądów opinii publicznej” – pisze Woroniecki.

Pochwaliwszy objawy odwagi, nie wolno pozwalać na chwalenie się nimi czy na szukanie okazji do ponownego okazania jej bez potrzeby. Samochwalstwo obniża wartość męstwa, bo może świadczyć, że motywem działania był nie tyle sam czyn, co zamiar popisania się nim.

Piotr T. NOWAKOWSKI
pedagog i publicysta, doktor
habilitowany nauk społecznych,
profesor Uniwersytetu Rzeszowskiego

Postaci cnoty męstwa

- **Cierpliwość.** Jej zadaniem jest uzdolnienie człowieka do znoszenia długotrwałego zła i opanowania zniechęcenia w drodze do obranego celu. O ile kardynalna cnota męstwa pomaga znosić zło krótkotrwałe, lecz największe, to cierpliwość daje moc znoszenia cierpień znacznie mniejszych, tyle że trwających dłużej lub wracających częściej. Cierpliwość jest formą męstwa potrzebną w codziennym życiu.

- **Długomyślność.** Bywa mylona z cierpliwością. Obie cnoty mają dać panowanie nad zniechęceniem wywołanym istnieniem jakiegoś zła. Z tym, że złem może być bądź coś namacalnie sprawiającego nam ból lub nieprzyjemność, bądź też sama nieobecność dobra, które pragniemy osiągnąć, a którego nie możemy się doczekać. Cierpliwość uzbraja nas w stosunku do pierwszego, długomyślność zaś do drugiego.

- **Wielkoduszość.** Ma nas uzdolnić do wykonywania czynów trudnych. Nie można wszak zapominać, że dobro jest trudne (łac. *bonum arduum est*). Rezultatem zakorzenienia rzeczowej cnoty jest charakter będący w stanie zdobyć się na wielkie czyny, nie przestając na przeciętności. Współcześnie za synonim wielkoduszości możemy uznać zdrową ambicję.

TCHÓRZOSTWEM BYŁOBY NIE POMÓC DRUGIEMU

Ciekawej wypowiedzi na temat męstwa i tchórzostwa udzieliła przed laty Danuta Fyda-Granek z Tychów, wielokrotna mistrzyni Polski w kata i kumite, która w 1999 roku zdobyła tytuł mistrzyni świata Oyama Karate.

Gdy w wywiadzie dla „Małego Gościa Niedzielnego” rozmowa zeszła na temat bandytów, stwierdziła, że jeśli ktoś nie odczuwa strachu przed takimi ludźmi, to znaczy, że nie wie, co go może czekać. „Mam nadzieję, że poradziłabym sobie w trudnej sytuacji – kontynuowała. – Miałam na razie jeden taki wypadek. Wracałyśmy z koleżankami z zawodów w Bytomiu. Podeszło do nas kilku pijanych chłopców. Chcieli zaczepić, bo widzieli, że idą same dziewczyny. I to był ich błąd. Pokazałyśmy pazurki. I poradziłyśmy sobie z nimi bardzo szybko. Jeden z nich uciekając

nawet zgubił but. To był zabawny przypadek i skończył się dobrze. Podejrzewam, że ludzie ćwiczący karate swoją postawą potrafią odstraszyć przeciwnika, ponieważ już w postawie widać pewność siebie. Łobuzy są skłonniejsi do zaczepki, kiedy widzą, że mają duże szanse na wygraną. Gdyby podejrzewali, że to może nie wyjść, nie próbowałiby zaczepiać”.

Mistrzyni wspomniała też, że jej wychowankowie radzą sobie z agresją w szkole na ogół tak, że unikają konfliktów. Na pytanie, czy nie jest to tchórzostwo, odrzekła: „Unikanie wykorzysta-



Danuta Fyda-Granek podczas zajęć z dziećmi

nia siły nie jest tchórzostwem. Tchórzostwem byłoby nie pomóc drugiej osobie, kiedy jest w niebezpieczeństwie”.

(na podst. D. Fyda, *Danka ma dana*, wywiad przeprowadzony przez J. Kołodziejczyk, „Mały Gość Niedzielny” 2001, nr 1, s. 8)

for. Wioletta PIROG

RAPORT „PATOTREŚCI W INTERNECIE”. NAUCZUCIELU! RODZICU! UCZNIOWIE TO OGLĄDAJĄ

PRZEMOC

TRANSMITOWANA W SIECI

Z CIEKAWOŚCI, NUDÓW, DLA ROZRYWKI, CHĘCI BYCIA NA CZASIE – TO POWODY SIĘGANIA W INTERNECIE PO PATOTREŚCI, PREZENTUJĄCE ZACHOWANIA SPRZECZNE Z NORMAMI SPOŁECZNYMI I NIOSĄCE DEMORALIZUJĄCY PRZEKAZ. AŻ 84 PROC. PRZEBADANEJ MŁODZIEŻY W WIEKU 13-15 LAT SŁYSZAŁO O TEGO TYPU PRZEKAZACH, 37 PROC. ZADEKLAROWAŁO, ŻE JE OGLĄDAŁO, A 43 PROC. MA Z NIMI KONTAKT CO NAJMNIEJ RAZ W TYGODNIU. PRZESZŁO JEDNA TRZECIA ANKIETOWANYCH UWAŻA, ŻE PATOTREŚCI POKAZUJĄ PRAWDZIWE ŻYCIE.

Przytoczone dane pochodzą z raportu „PATOTREŚCI W INTERNECIE”, przygotowanego przez Fundację Dajemy Dzieciom Siłę we współpracy z Rzecznikiem Praw Obywatelskich i przy wsparciu Orange Polska. Jest to pierwsza w Polsce próba zdiagnozowania tego zjawiska, stanowiąca efekt badania zrealizowanego w marcu i kwietniu 2019 roku wśród 400 polskich nastolatków.

Autorzy dokumentu

alarmują,

że w Polsce zjawisko to nasila się w skali niespotykanej w innych krajach. Twórcami patotreści internauci wpłacają pieniądze za to, że zrobią coś odrażającego lub okrutnego. To nierzadko znęcanie się nad osobą bliską, bicie czy poniżanie. Główny problem leży w tym, że odbiorcami tych przekazów mogą być dzieci, z czego rodzice często nie zdają sobie sprawy.

Ankietowani oglądają patotreści na ogół regularnie (średnio 5 razy w miesiącu), przy czym młodszy czynią to z większą częstotliwością aniżeli starsi. Według deklaracji największym powodzeniem cieszą się shoty, czyli wybrane fragmenty patostreamów na YouTube (73 proc.). Stanowią one bardziej interesujący materiał niż długie relacje na żywo.

Patostreamy ogląda 45 proc. nastolatków, a zamieszczane w mediach społecznościowych posty z takimi treściami śledzi 40 proc. z nich. 65 proc. respondentów deklaruje, że podjęło jakąś aktywność po obejrzeniu patotreści. Na ogół oznaczali oni filmy jako nie lubiane (47 proc.). Kolejne aktywności to: udostępnianie treści znajomym (33 proc.), polubienie filmu (30 proc.), komentowanie shotów na YouTube (28 proc.), przyłączenie się do zamkniętej grupy (np. na Facebooku) prowadzonej przez autora treści (21 proc.), udzielanie się na czacie podczas streamu (18 proc.), wpłacenie darowizny (5 proc.) tudzież subskrybowanie określonego kanału (3 proc.).

Ciekawość to najczęstsza przyczyna oglądania patotreści: wska-

zuje na nią trzy czwarte badanych. Mniejsze znaczenie mają takie motywy, jak nuda (29 proc.), pragnienie rozrywki (24 proc.) oraz chęć bycia na czasie (10 proc.). Główne źródło wiedzy o tego typu przekazach stanowi informacja ustna od znajomych (53 proc. wskazań), z kolei 30 proc. młodzieży trafiło na patotreści przypadkiem, gdy np. wyświetliły się one jako polecane przez strony lub aplikacje z filmami. 29 proc. respondentów usłyszało o tym zjawisku w mediach (np. telewizji), a dla 27 proc. spośród nich źródłem informacji był link od znajomych.

Większość ankietowanych (88 proc.), którzy oglądali patotreści, twierdzi, że było to dla nich niepokojące doświadczenie. Wielokrotnie takie odczucie towarzyszyło co czwartej osobie (23 proc.). Patotreści postrzegane są przez młodzież przede wszystkim jako szkodliwe, zachęcające do naśladowania niepożądanych zachowań (87 proc.), a co za tym idzie – winny być zakazane w sieci (82 proc.). Bardziej krytyczne w stosunku do tych materiałów są osoby, które ich nie oglądały, a jedynie o nich słyszały. Negatywnie o patotreściach wypowiadają się częściej dziewczęta niż chłopcy.

38 proc. badanych, którzy sięgali po patotreści, uważa, że pokazują one prawdziwe życie. Co interesujące, za ledwie co piąty ich odbiorca (20 proc.) deklaruje, że lubi je oglądać. Każdy z widzów kontrowersyjnych przekazów potrafił podać przynajmniej jednego ich autora. Wskazuje to na stosunkowo dużą rozpoznawalność nadawców. Zarazem tylko 18 proc. badanych nastolatków zgadza się ze stwierdzeniem, że niektórzy twórcy tego typu nagrań im imponują.

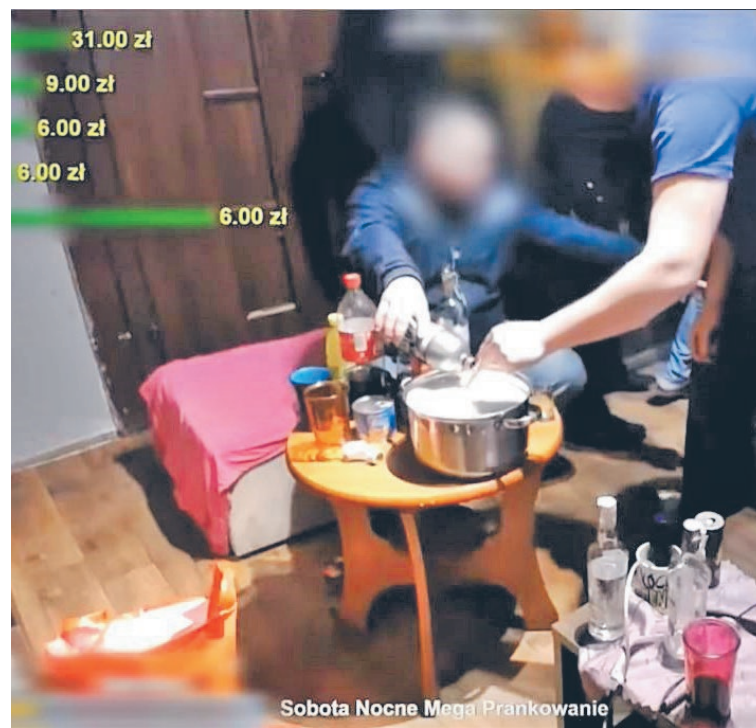
Niepokojąco wysoki jest odsetek młodych ludzi (38 proc.) wyrażających przekonanie, że zamieszczanie takich nagrań w sieci to dobry sposób na

zarabianie pieniędzy.

Ilustruje to wypowiedź jednego z respondentów wywiadu grupowego: „Żadne pieniądze nie śmierdzą”.

59 proc. badanych wskazało, że ktoś dorosły rozmawiał z nimi na temat patotreści. Najczęściej był to rodzic (59 proc.), częściej mama (51 proc.) niż tata (33 proc.). 17 proc. osób deklaruje, że rozmowę o tym problemie podjął nauczyciel, a 7 proc. – że psycholog lub pedagog szkolny.

W dokumencie zaprezentowano listę występujących w patotreściach niepożądanych zachowań, które wymagają interwencji. Są to sytuacje, gdy: dochodzi do na-



Kadr z jednego z patostreamów na kanale YouTube

ruszenia nietykalności cielesnej jakiegokolwiek uczestnika streamu lub innej formy przekazu; uczestnicy rzucają groźby karalne wobec siebie nawzajem, wobec osób trzecich, wobec widzów; w nagraniu uczestniczą

osoby małoletnie;

dochodzi do prezentowania małoletnim czynności lub przedmiotów o charakterze seksualnym; patonadawca nakłania małoletnich do czynności seksualnych przed kamerą; w materiale widoczne są osoby trzecie, z których zachowania wynika, że nie mają wiedzy o tym, iż są filmowane i nie wyrażają na to zgody; uczestnicy transmisji lub innej formy nagrania zachowują się w sposób zagrażający ich zdrowiu i życiu lub zdrowiu i życiu osób trzecich; widzowie nakłaniają do zachowań zagrażających zdrowiu i życiu patostreamera lub innych osób.

Autorzy raportu przekonują, że „oglądanie patotreści jest z całą pewnością szkodliwe dla dzieci i może nieść ze sobą różnorakie koszty, zarówno emocjonalne, jak i poznawcze”. Komunikaty tego rodzaju mogą sprawić, że dziecko zaczyna postrzegać świat jako nie-

rozumiały, groźny, traci poczucie bezpieczeństwa, zwłaszcza gdy bezkrytycznie odbiera przekaz płynący z patofilmów lub nie potrafi ich odpowiednio zinterpretować.

Patotreści mogą ponadto: wpływać na kształtowanie nieprawdźliwych przekonań na temat świata i ludzi; zachęcać do zachowań szkodliwych dla zdrowia i niebezpiecznych kontaktów, generować takie emocje, jak niepokój, lęk, wpływać na obniżenie nastroju lub nadmiernie pobudzać,

a nawet uzależniać,

a także wpływać na desensytyzację (znieczulenie) na bodźce, które pojawiają się w patotreściach, tj. przemoc, agresję, seksualizację. „Wydaje się, że brak aktywności organów wymiaru sprawiedliwości w takich sprawach [...] nie wynika z niedostatku odpowiednich przepisów prawnych, a ze stosunku do tych spraw, braku doświadczenia i przygotowania, prowadzenia minimalnego postępowania dowodowego, uznawania ich za skomplikowane i trudne dowodowo, bo dziejące się w przestrzeni wirtualnej” – czytamy w dokumencie.

(ptn)

Patotreści

Treści prezentowane w sieci w postaci transmisji internetowej (stream), fragmentów transmisji (shoty), filmów, zdjęć i innych form przekazu, w których nadawca lub grupa nadawców prezentują zachowania sprzeczne z normami społecznymi, niosące demoralizujący przekaz, obejmujący zachowania takie jak: przemoc fizyczna, psychiczna, seksualna, libacje alkoholowe, poniżanie, zażywanie narkotyków i inne.



Studia Podyplomowe

www.podyplomowka.edu.pl

- Pedagogika specjalna – Edukacja, terapia i wspomaganie osób z zaburzeniami ze spektrum autyzmu
- Pedagogika specjalna – Logopedia
- Przygotowanie pedagogiczne
- Zarządzanie oświatą
- Integracja sensoryczna
- Neurologopedia
- Pedagogika specjalna – Edukacja i rehabilitacja osób z niepełnosprawnością intelektualną
- Pedagogika specjalna – Edukacja i rehabilitacja osób z niepełnosprawnością wzrokową
- Pedagogika specjalna – Diagnoza i terapia pedagogiczna

Szkolenia

www.podyplomowka.edu.pl/szkolenia

Instytut Studiów Podyplomowych posiada szeroką ofertę szkoleń z różnych dziedzin, które wyposażą Państwa w fachową wiedzę, praktyczne umiejętności oraz uzupełnią wiadomości z danego zagadnienia.

Dlaczego warto nam zaufać?

Zajmujemy się szkoleniami już od wielu lat. Zawsze dbamy o najwyższą jakość świadczonych usług. Wybieramy tylko tych szkoleniowców, co do których mamy pewność, że przekażą uczestnikom sedno danego zagadnienia. Naszym celem jest, by każda osoba biorąca udział w szkoleniu wyszła z niego usatysfakcjonowana.

Oferta dopasowywana jest do potrzeb uczestników. Staramy się przygotowywać szkolenia, które dają maksymalną ilość wiedzy, praktyki oraz zaspokajają oczekiwania osób biorących w nich udział.



Zapisy on-line www.podyplomowka.edu.pl

facebook.com/podyplomowka

Centrala tel.: 32 / 787 57 47 | Częstochowa tel.: (+48) 515 403 194 | Bielsko-Biała tel.: (+48) 798 957 490 | Katowice tel.: 32 / 787 57 47