Uczeń zmienia grupę, klasę, szkołę – jak pomóc?

Joanna Grzymała-Moszczyńska
Instytut Psychologii UJ

Materiały stworzone przez Joannę Grzymała-Moszczyńską
marzec 2022

1

- 81,3 tys. uczniów i uczennic z Ukrainy
- 10 proc. jest w oddziałach przygotowawczych w 10,5 tys. szkół

Dane Ministerstwa Edukacji na 21.03.2022

Materiały stworzone przez Joannę Grzymała-Moszczyńską
marzec 2022

2

Jakie emocje pojawiają się w nas podczas kontaktu z osobami z innej kultury?

3

A, B, C adaptacji

Każdy z nas jest wychowany w konkretnej kulturze.

Jesteśmy przyzwyczajeni do wykonywania różnych czynności w sposób, który jest dla nas zupełnie oczywisty i naturalny.

Kiedy wyjeżdżamy za granicę stykamy się z nowym otoczeniem, które jest inne od tego, do którego jesteśmy przyzwyczajeni i dlatego jesteśmy narażeni na wyższy poziom stresu.

Taki rodzaj stresu nazywamy **stresem akulturacyjnym** lub **szokiem kulturowym**.

Materiały stworzone przez Joannę Grzymała-Moszczyńską
marzec 2022

4

Akulturacja – co to właściwie znaczy?

Adaptacja kulturowa = akulturacja

Adaptacja do zaskakujących i nieznanych sytuacji, które pojawiają się w momencie kontaktu międzykulturowego.

Materiały stworzone przez Joannę Grzymała-Moszczyńską
marzec 2022

5

Co przyczynia się do stresu akulturacyjnego?

- Konieczność adaptacji do nowego środowiska;
- Trudności językowe
- Inne zwyczaje, do których trudno się przyzwyczaić;
- Odrzucenie nowej kultury i poczucie bycia odrzuconym;
- Trudności ze zrozumieniem swojej nowej roli;
- Lęk i dezorientacja w nowej sytuacji;
- Tęsknota
- Poczucie bezradności

Materiały stworzone przez Joannę Grzymała-Moszczyńską
marzec 2022

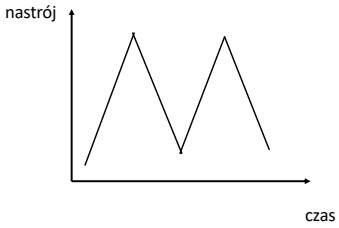
6

Emocje związane ze stresem akulturacyjnym

POZYTYWNE	NEGATYWNE
• fascynacja nowością • podekscytowanie • radość	• lęk przed nieznanym •obniżony nastrój • poczucie odrzucenia / pragnienie akceptacji • my – oni • negacja inności

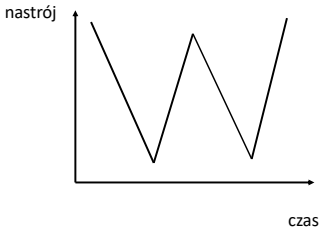
7

Model „M" stresu akulturacyjnego



8

Model „W" stresu akulturacyjnego



9

Stres akulturacyjny – objawy „uniwersalne"

- Objawy psychosomatyczne - alergie, bóle brzucha, bóle głowy
- obniżenie nastroju / stany depresyjne
- tęsknota
- Poczucie niezrozumienia
- obniżenie odporności

10

Stres akulturacyjny – objawy u młodszych dzieci

- „niegrzeczność" // bunt
- wycofanie
- Agresja // konflikty
- Trudności integracyjne w klasie
- Problemy z uczeniem się
- Moczenie nocne
- Problemy z mową
- Płaczliwość
- Trudności z koncentracją

11

Stres akulturacyjny – objawy u młodzieży

- Problemy z nauką
- Ucieczki z domu
- zachowania ryzykowne
- autoagresja
- zaburzenia odżywiania
- „niegrzeczne" zachowanie + bunt

12

Czy przenosząc się do jakiegoś kraju na dłuższy czas, chciałbyś/chciałabyś zachować swoją kulturę?

13

Czy mieszkając długo w jakimś kraju, chciałbyś/chciałabyś przyjąć kulturę tego kraju?

14

Strategie akulturacyjne

		1. Czy chcesz zachować swoje wartości i normy kulturowe?	
2. Czy chcesz przyjąć wartości i normy kulturowe kraju goszczącego?		TAK	NIE
	TAK	INTEGRACJA	ASYMILACJA
	NIE	SEPARACJA	MARGINALIZACJA

15

Co możemy robić w klasie / szkole?

16

Czy w ogóle rozmawiać o wojnie?

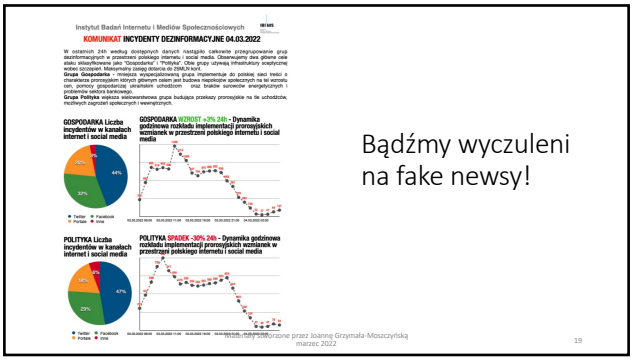
- TAK!
- To ważne, byśmy rozmawiali z dziećmi, pytali, czy mają pytania, zapewnili, że chcemy z nimi rozmawiać i odpowiadać na pytania.
- Wspólnota doświadczeń, bycie razem
- **Urealnianie** sytuacji, rozwiewanie wątpliwości
- Ale… **nie chodzi też o codzienne zachęcanie dzieci do rozmowy o wojnie!**
- Uważajmy na katastrofizację! (np. *To tylko początek…*)
- Szczególnie musimy wykazać się daleko idącą wrażliwością, jeśli mamy w klasie dzieci pochodzące z Ukrainy, Białorusi lub Rosji!

17

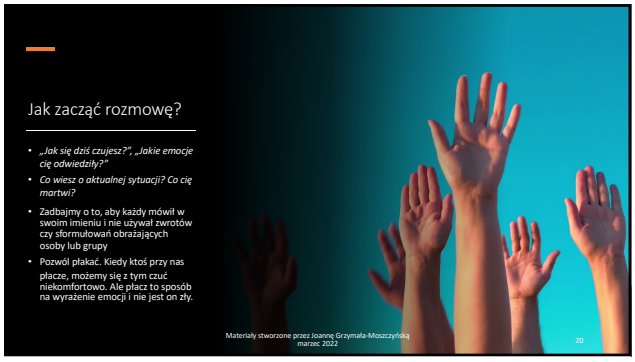
Zadbajmy o bezpieczeństwo informacyjne

- Filtrowanie treści związanych z wojną na komputerach szkolnych!
- Zachęcić rodziców o ustawienie filtrów tego rodzaju na domowych urządzeniach.
  - Rodzice szczególnie powinni kontrolować to w przypadku najmłodszych, 4-5 letnich dzieci.
  - W przypadku starszych – konieczna jest rozmowa o tym, co dziecko widziało.

18

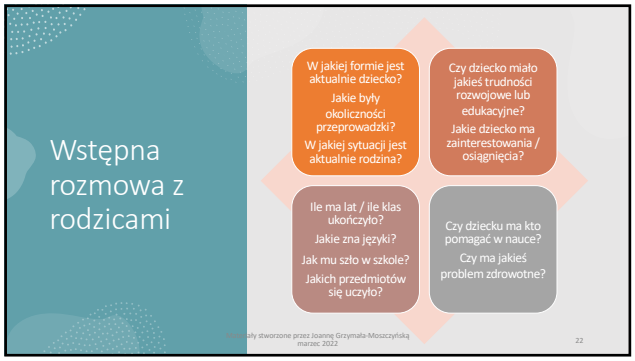


19

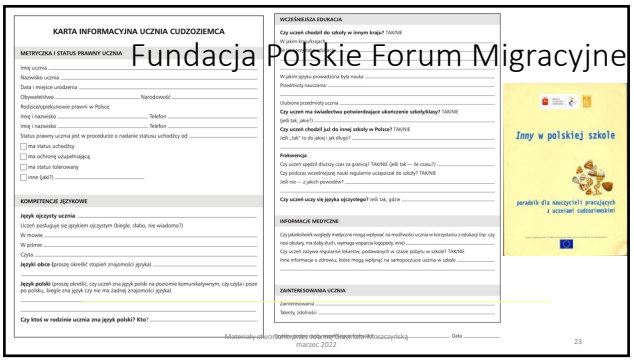


20

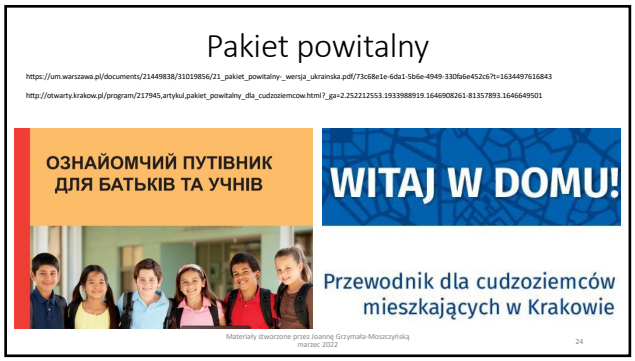
21



22



23



24

O co warto zadbać na samym początku?

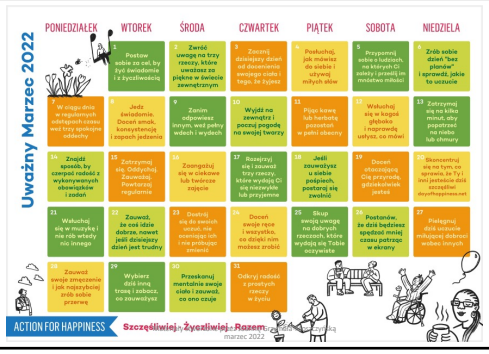
- Jakie zasady panują w klasie?
  - Kontrakt
  - Nie ma oczywistości!
- Wprowadzenie do klasy
  - Przedstawienie się w nieinwazyjny sposób
  - Naklejki z imionami
- Normalność, zwyczajność, rutyna – to pomaga.

25

Wsparcie rówieśnicze

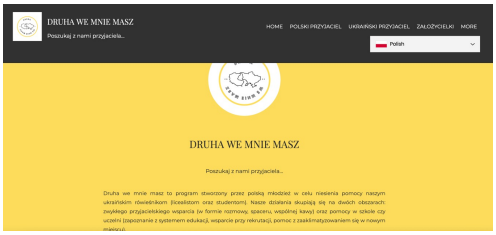
- Tutoring rówieśniczy / przewodnicy kulturowi
- Dyżury wsparciowe
- Ale zachęcajmy też wszystkich w klasie, by byli uważni na swoje potrzeby, z szacunkiem podchodzili do emocji innych, dbali o siebie także na przerwach czy po lekcjach.
- Możemy skorzystać np. z propozycji Action For Happiness i powiesić w klasie kalendarz z zadaniami wspierającymi na danymi miesiąc…

26



27

www.druhawemniemasz.com



28

Jak rozmawiać o tej wojnie z osobami z Ukrainy, Białorusi i Rosji?

- Z osobami z Ukrainy, Białorusi i Rosji porozmawiajmy także osobno na temat tego, jak się czują i czego potrzebują
- **Nie wywołujmy na forum!!!** Nie "odpytujmy" publicznie z sytuacji, nie traktujmy osoby jako źródła informacji o wojnie
- *Olena/ Andriej widzę Cię w tych ostatnich dniach. Wyobrażam sobie, że jest Ci trudno. Martwię się o Ciebie. Jak Ty się czujesz?* Później, w zależności od sytuacji, warto wrócić do rozmowy, wybierając kluczowe pytania: *Jak sobie radzisz? Czego potrzebujesz? Jak mogę Ci pomóc w tej sytuacji? Czy jest coś, co mogę dla Ciebie zrobić jako wychowawczyni? Czego potrzebujesz od klasy? Czy rozmawiacie o sytuacji z kolegami i koleżankami?*
- Ważne, by uczeń wiedział i dostał jasny komunikat: *Gdybyś chciał/a o czymś porozmawiać, zaskoczy Cię jakaś sytuacja, zadzieje się coś trudnego, przyjdź do mnie i razem znajdziemy rozwiązanie. Chcę, żebyś pamiętał/a, że nikt z Was nie odpowiada za wywołanie tej wojny. Nie pozwólmy jej wkraść się do naszej klasy.*

29

Jak z uczniami rozmawiać o wojnie, kiedy w klasie są osoby z Ukrainy, Rosji lub Białorusi?

- Rozmowa na forum mimo obaw (które mogą towarzyszyć również uczniom i uczennicom) – budowanie pomostu, modelowanie komunikacji
- Wojna może zaostrzyć antypatie albo wzbudzić solidarność ponad podziałami
- Dbanie o wspólnotę, odwoływanie się do wspólnych doświadczeń (w tym działania w różnych grupkach – kolaże ze zdjęć, filmiki o całej klasie)
- Warto powiedzieć, że uczniowie mają prawo odczuwać różne emocje i że mają wpływ na to, jak się będą pod ich wpływem zachowywać.
- Nie gloryfikujmy wojny - dziecko nie powinno kojarzyć wojny z bohaterstwem, z miłością do ojczyzny, szaloną przygodą.

30

Uważajmy na stereotypy / podsycanie konfliktów międzygrupowych!

- Może się wydarzyć, że uczniowie i uczennice zaczną postrzegać osoby pochodzenia rosyjskiego lub białoruskiego jako jednoznacznie złe, okrutne, oprawców.
- Pokazujmy **zróżnicowanie społeczeństwa rosyjskiego**, fakt, że wiele osób protestuje przeciw wojnie, za co spotykają je aresztowania i represje
- Można rozmawiać o odpowiedzialności zbiorowej – czy ma sens? Czy to sprawiedliwe? Jakie ma konsekwencje?
- Jeśli pojawią się niesprawiedliwe, obraźliwe stwierdzenia **reagujmy! „Stop – nie ma zgody na wyrażanie takich treści"** i nie wchodzimy w dyskusję. Ważne jednak, byśmy później porozmawiali z takim uczniem twarzą w twarz i spróbowali poszukać odpowiedzi na pytanie, na ile wypowiedziane słowa są rzeczywiście jego poglądami, a na ile zostały powiedziane, żeby wzbudzić pewne emocje w klasie.

31

Scenariusz rozmowy o wojnie (CEO)

https://blog.ceo.org.pl/wp-content/uploads/2022/02/scenariusz_rozmowy_w_klasie_o_wojnie_w_ukrainie_90minut.pdf

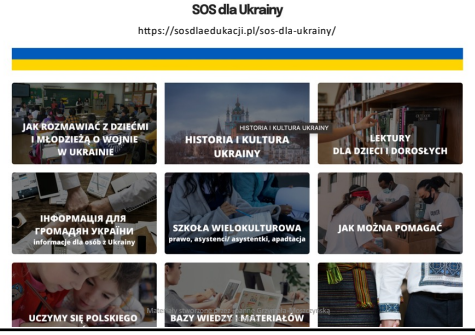
- Podkreślenie bycia jedną grupą / zespołem
- Wyrażenie emocji, które towarzyszą w związku z sytuacją ("Czujka")
- „Latające plakaty"
  1. Czego potrzebuję, by się teraz dobrze czuć w klasie, w szkole?
  2. Czego się obawiam w obecnej sytuacji?
  3. Co możemy zrobić , by dobrze i przyjemnie spędzić czas w naszej klasie? (lekcja gier planszowych, wspólne zrobienie kolażu ze zdjęciami z wyjść klasowych, oglądanie filmu)
  4. Jak nasza klasa, społeczność szkolna może wesprzeć ludzi potrzebujących pomocy? Na co jesteśmy gotowi?
- Ćwiczenia relaksacyjne / ruchowe na koniec zajęć

32

Asystenci kulturowi / https://asywszkole.pl

33

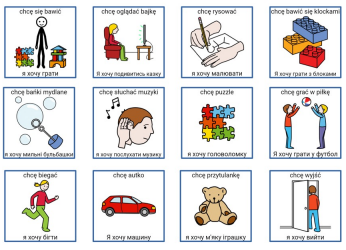
34



35

Jak poradzić sobie z komunikacją?

- Warto nauczyć się kilku zwrotów na początku
- Obrazki / słowniczki
- Google translate ☺
- Konkurs na naukę j. ukraińskiego wśród uczniów i uczennic polskich
- Nauczyciele języka polskiego jako obcego (glottodydaktyka)



36

Microsoft Translate dla Edukacji!

- Bardzo użyteczne narzędzie, polecam sprawdzić filmiki tłumaczące zasady korzystania w kontekście szkolnym!

https://support.microsoft.com/en-us/topic/using-microsoft-translator-for-education-f96d43c2-b5a4-40e5-b1b5-43763e6f10b6

37

Nauczanie języka polskiego jako obcego

Instytut Glottodydaktyki Polonistycznej Wydziału Polonistyki Uniwersytetu Jagiellońskiego organizuje bezpłatne kursy języka polskiego i bezpłatne lekcje indywidualne dla obywateli Ukrainy, którzy w wyniku wojny zaleźli się w Polsce i nie znają języka polskiego.

Wszystkich zainteresowanych prosimy o kontakt:
- telefon 12 663 2929
- mail: plschool@uj.edu.pl

38

Polskie Forum Migracyjne!

DZIENNICZEK – SŁOWNICZEK

Narzędzie wpierające naukę języka polskiego dzieci z doświadczeniem migracyjnym.

PRZEWODNIK METODYCZNY DLA RODZICÓW

39

"Raz, dwa, trzy i po polsku mówisz Ty! Podręcznik do nauki języka polskiego dla dzieci na Ukrainie" (2021)

https://wid.org.pl/podrecznik/

40

MATERIAŁY DO POBRANIA

Metoda JES-PL Metoda JES-PL krok po kroku Autorki Metody JES-PL Materiały Szkolenia Kontakt

MATERIAŁY DLA NAUCZYCIELI

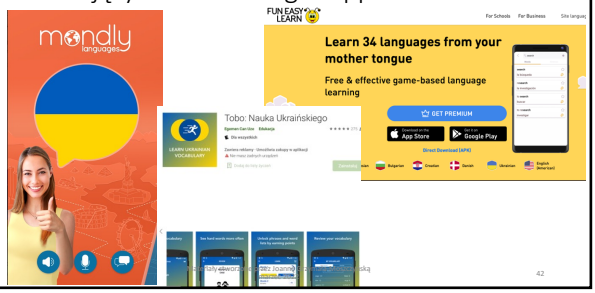
Metoda JES–PL została wykorzystana do skonstruowania licznych materiałów między innymi materiały „W polskiej szkole". Wspierają one proces uczenia się uczniów/uczennic z doświadczeniem migracji, uczących się w klasach ogólnych oraz oddziałach przygotowawczych w młodszych klasach szkoły podstawowej. Materiały zamieszczone na tej stronie zostały zrealizowane na zamówienie Ministerstwa Edukacji Narodowej, są bezpłatne i ogólnodostępne.

METODYKA NAUCZANIA JĘZYKA EDUKACJI SZKOLNEJ UCZNIÓW Z DOŚWIADCZENIEM MIGRACJI

„W POLSKIEJ SZKOLE" MATERIAŁY DO PRACY Z UCZNIAMI Z DOŚWIADCZENIEM MIGRACJI

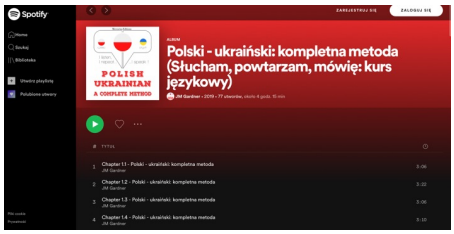
41

Nauka języka ukraińskiego- appki

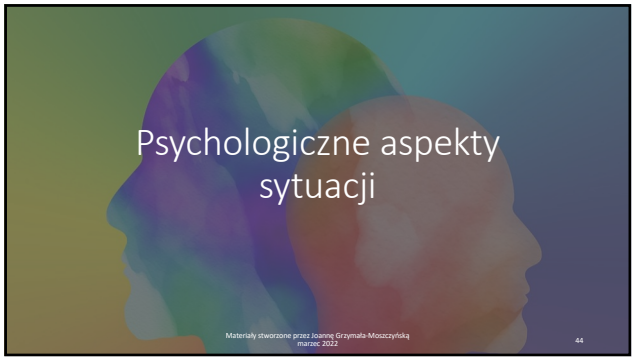


42

Nauka języka ukraińskiego



43



44

SZKOŁA WRAŹLIWA NA TRAUMĘ
JAK WSPIERAĆ DZIECKO Z DOŚWIADCZENIEM TRAUMY W PROCESIE EDUKACJI

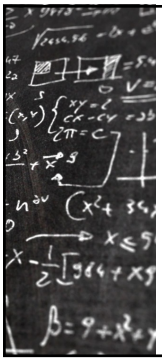
SOS WIOSKI DZIECIĘCE

45

Jak wspierać dziecko w tym doświadczeniu?

- Zapewnienie bezpieczeństwa!!!
- **Nie naciskaj uczniów i uczennic, żeby mówili o swoich wojennych doświadczeniach!!!**
- Osobom z PTSD często jest bardzo ciężko mówić o tym co przeżyli. Dla niektórych może to nawet pogorszyć sytuację (np. mogą zacząć przeżywać bardzo intensywne emocje, nad którymi mogą nie móc zapanować)
- Równocześnie - daj im jasno do zrozumienia, że gdyby chcieli mówić, Ty jesteś obok i chętnie ich wysłuchasz.
- Nie ocenianie, okazanie współczucia
- Normalizacja przeżyć
- Zastanów się, co w treściach, o których rozmawiacie podczas lekcji **może przypominać uczniom i uczennicom o traumatycznych wydarzeniach wojennych** (np. rozmowa o wojnie, Rosji, film zawierający sceny walki, bombardowania, wybuchów, wizyta **żołnierzy w szkole**)

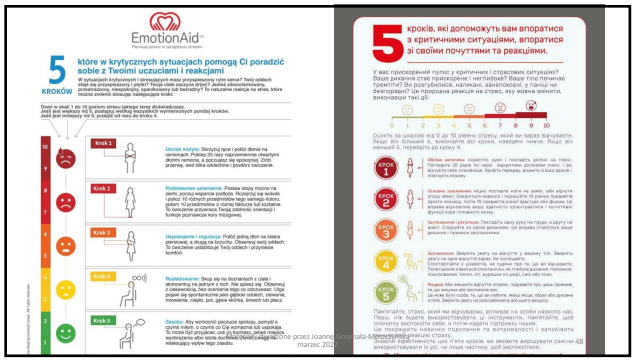
46



Jak reagować na trudne zachowania wywołane traumą?

- Schemat takiej reakcji przedstawia się następująco:
  - **zachowanie/reakcja ucznia** (*co robi?, co mówi?, jak reaguje?*);
  - **kontekst sytuacyjny** (*okoliczności wystąpienia zachowania/reakcji ucznia, kto lub co je wywołało lub mogło mieć na nie wpływ?*);
  - **identyfikacja rzeczywistej, a ukrytej potrzeby/potrzeb ucznia** (*jaka nieza-spokojona potrzeba/potrzeby ucznia może/mogą kryć się za określonym zachowaniem/reakcją/wypowiedzią?, „teraz najbardziej potrzebuję/najbardziej mi potrzeba…"*);
  - **pozytywna reakcja na rzeczywistą, a ukrytą potrzebę ucznia** (*co jest możliwe do zrobienia?, kto może to zrobić?, jakie zasoby są można zaangażować?, jakie wsparcie jest potrzebne?*).

47



48

Co zrobić, jeśli widzimy niepokojące zmiany w zachowaniu dziecka?

- Doświadczanie trudnych emocji może skutkować „trudnymi" zachowaniami – wycofaniem, rozkojarzeniem, spięciem, złością.
- Warto zwrócić uwagę na to, pokazać dziecku, że widzimy i dopytać o samopoczucie.
- Jeśli niepokojące zachowania się utrzymują – skierujmy do profesjonalisty!

- Przykładowo:
  - *„Widzę twój niepokój i strach. Wiem, że to skutek czegoś trudnego"*
  - *„Widzę, że w ostatnim czasie jesteś często zamyślona. Mam wrażenie, że coś cię martwi."*
  - *„Widzę, że się złościsz, że mierzysz się z wieloma trudnymi emocjami. To nic dziwnego, domyślam się, że zmagasz się z wieloma rzeczami teraz"*

Materiały stworzone przez Joannę Grzymała-Moszczyńską marzec 2022

49

Jak odpowiadać na trudne pytania?

(wiedza dostosowana do wieku dziecka + uspokojenie) – kłamstwa lub informacje, których nie jesteśmy pewni = dobra odpowiedź na trudne pytanie

- *A co, jeśli Putin też zaatakuje Polskę?*
- *W tej chwili wojna toczy się w Ukrainie. Na tę chwilę nic nie wskazuje na to, że Rosja zaatakuje Polskę. Polska ma wielu przyjaciół, którzy w takiej sytuacji by nam prawdopodobnie pomogli.*

- Jeśli widzimy, że dziecko dużo pyta, ale nasze odpowiedzi nic nie dają, może to być znak, że trzeba złapać komunikat „pod spodem" i się do niego odnieść. Możemy powiedzieć na przykład: *„tyle pytasz, bo się martwisz?"*.

Materiały stworzone przez Joannę Grzymała-Moszczyńską marzec 2022

50

Wyrażanie emocji przez sztukę

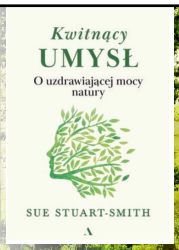
- Przynieś / podziel się piosenką, utworem, obrazem, który oddaje uczucia, których doświadczasz
- Tworzenie przestrzeni na ekspresję emocji
- Pokoloruj serce z emocjami
- Napisz wiersz / piosenkę

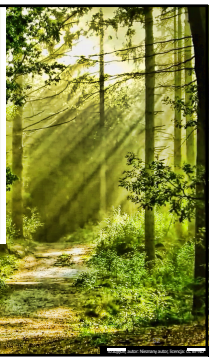
Materiały stworzone przez Joannę Grzymała-Moszczyńską marzec 2022

51

Kontakt z naturą

- Ale trzeba uważać dzieci uchodźcze, które mogły dotrzeć do Polski przez granicę polsko-białoruską (wtedy las może być potencjalnie triggerującym doświadczeniem)!





Materiały stworzone przez Joannę Grzymała-Moszczyńską marzec 2022

52

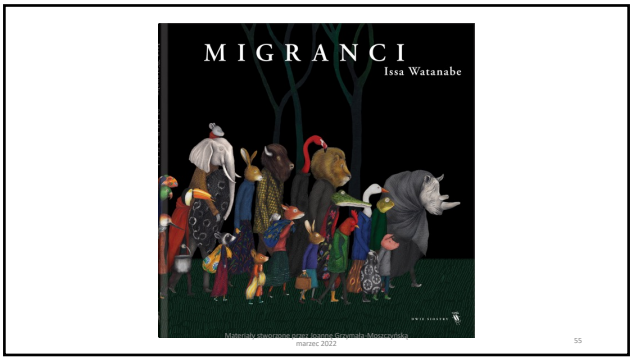
Materiały stworzone przez Joannę Grzymała-Moszczyńską marzec 2022

53

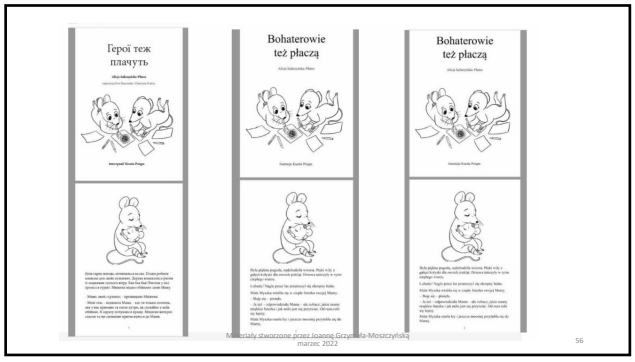
Książki o historiach uchodźców i uchodźczyń

Materiały stworzone przez Joannę Grzymała-Moszczyńską marzec 2022

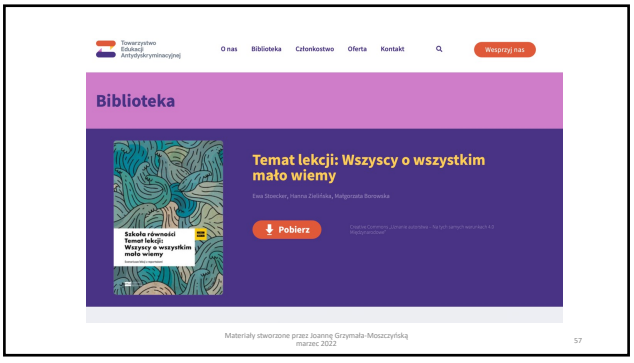
54



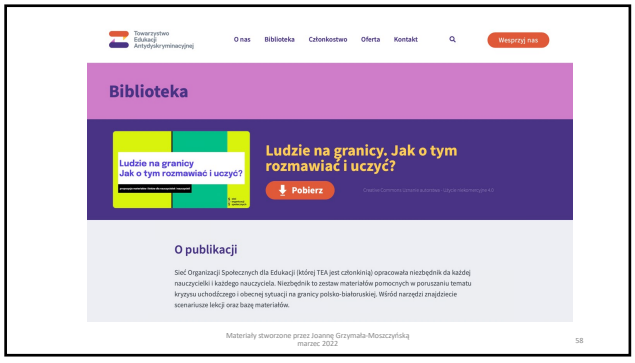
55



56

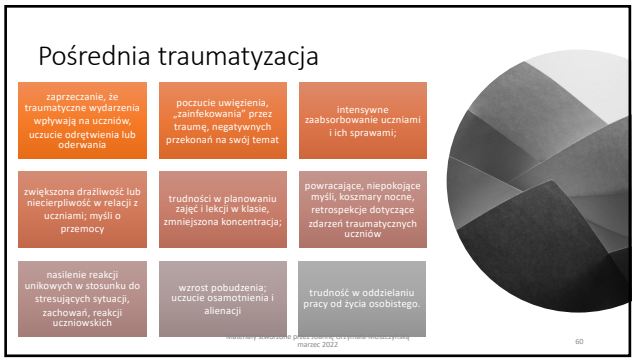


57



58

59



60

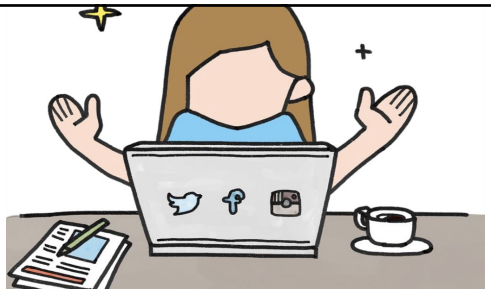
Wyzwania związane z pomaganiem

SPRAWDŹ CZY POMOC, KTÓREJ CHCESZ UDZIELIĆ ODPOWIADA NA REALNE POTRZEBY

ODRZUCENIE PRZEZ KOGOŚ NASZEJ POMOCY MOŻE SPRAWIĆ NAM PRZYKROŚĆ – PAMIĘTAJMY, ŻE W POMAGANIU NIE CHODZI O NASZE EMOCJE

JEŚLI KTOŚ MOŻE ZAŁATWIĆ DANĄ SPRAWĘ SAMODZIELNIE – POZWÓLMY / ZACHĘĆMY OSOBĘ DO TEGO, POZWOLIMY POCZUĆ SPRAWCZOŚĆ (ZAMIAST BEZSILNOŚCI)

61



j.grzymala.moszczynska@gmail.com

62