

# Lions-Quest Sztuka dojrzewania

## PRZEWODNIK PO PROGRAMIE

### SPIS TREŚCI

<b>OGÓLNY ZARYS SZTUKI DOJRZEWANIA</b>	<b>4</b>
Cele programu.....	4
Komponenty programu .....	5
<b>MODEL POJĘCIOWY I PRZESŁANKI</b>	<b>7</b>
Zmiany w dorastaniu .....	7
Przygotowanie do życia w XXI wieku .....	8
Czynniki wpływające na zachowania młodych ludzi.....	9
Jak <i>Sztuka dojrzewania</i> wspiera prawidłowy rozwój.....	11
Nauczanie wartości sprzyjających zdrowemu rozwojowi.....	13
Model pojęciowy Lions-Quest.....	14
Prewencyjny charakter programu Lions-Quest pt. „ <i>Sztuka dojrzewania</i> ” .....	17
<b>POMYŚLNE WDROŻENIE PROGRAMU</b>	<b>20</b>
Charakterystyka osób zajmujących się wdrażaniem programu .....	20
Etapy efektywnego wdrażania programu.....	21
Czynniki niezbędne dla trwałego powodzenia programu.....	24
Modele wdrożeniowe .....	24
„ <i>Sztuka dojrzewania</i> ” jako inicjatywa ogólnoszkolna .....	28
Wzorzec wdrażania programu w szkole .....	29
<b>STRATEGIE NAUCZANIA</b>	<b>30</b>
konstrukcja lekcji.....	30
Cztery fazy lekcji.....	30
Pozytywne strategie stosowane w klasie.....	31
Zajęcia tworzące dobrą atmosferę w klasie .....	36
Prowadzenie zajęć w klasie – lista kontrolna .....	38
Nauka poprzez współpracę.....	39
Doskonalenie kompetencji językowych .....	44
ocena i klasyfikacja .....	46

<b>TWORZENIE DOBREGO KLIMATU W SZKOLE</b>	<b>47</b>
Kilka słów o atmosferze szkolnej .....	47
Formowanie szkolnego zespołu tworzenia dobrego nastroju.....	48
Sondaż na temat atmosfery panującej w szkole.....	50
Jak poprawić atmosferę w szkole .....	52
<b>PRACA W ŚRODOWISKACH WIELOKULTUROWYCH</b>	<b>54</b>
Sposoby poprawienia jakości kształcenia dla całej młodzieży .....	54
Poznawanie założeń i postaw nauczycieli .....	55
Jak nauczać w klasach wielokulturowych .....	57
<b>DODATEK A: CELE POSZCZEGÓLNYCH TOMÓW</b>	<b>59</b>
<b>DODATEK B: BIBLIOGRAFIA</b>	<b>73</b>

# MISJA

## FUNDACJI QUEST INTERNATIONAL

**Wspieranie wysiłków podejmowanych przez dorosłych obywateli na całym świecie w kształtowaniu opiekuńczości i poczucia odpowiedzialności u młodzieży**

### **Programy sprzyjają:**

- Rozwojowi pozytywnego potencjału młodzieży,
- Kształtowaniu charakteru i niezbędnych umiejętności życiowych,
- Nabywaniu odpowiedzialności osobistej i społecznej,
- Rodzicom, będącym pierwszymi nauczycielami swoich dzieci,
- Troskliwym dorosłym wspierającym młodych ludzi na całym świecie.

### **Wszechstronne programy Lions-Quest (i szkolenia dla nauczycieli) dla dzieci w wieku od 3 do 18 roku życia rozwijające umiejętności życiowe oraz przeciwdziałające uzależnieniom**

- *Sztuka dorastania* (od przedszkola do V klasy szkoły podst.)
- *Sztuka dojrzewania* (od klasy VI szkoły podst. do I i II klasy gimnazjum)
- *Sztuka działania* (od III klasy gimnazjum do III klasy liceum)
- *Ważne problemy: Nastolatki a alkohol i inne używki* (od III klasy gimnazjum do III klasy liceum)

### **Programy Lions-Quest (i szkolenia dla nauczycieli) rozwijające umiejętności radzenia sobie z konfliktem/ Rozwój Pracowników**

- *Rozwiążmy nasz problem* (od przedszkola do VI klasy szkoły podst.)
- *Rozwijanie dobrych stosunków z innymi* (od klasy VI szkoły podst. do I i II klasy gimnazjum)
- *Ważne problemy: Propagowanie pokoju i zapobieganie przemoc* (od III klasy gimnazjum do III klasy liceum).

### **Stale wsparcie i rozwój zawodowy nauczycieli**

(W celu uzyskania listy propozycji należy skontaktować się z Quest International).

- Tworzenie pozytywnej atmosfery w klasie i szkole

Stale wspieranie programów dla dzieci i młodzieży od przedszkola do II klasy gimnazjum oraz nauki służenia i niesienia pomocy innym.

# OGÓLNY ZARYS SZTUKI DOJRZEWANIA

„Sztuka dojrzewanania” Fundacji Lions-Quest to, przeznaczony dla młodzieży w VI klasie szkoły podstawowej oraz I i II klasie gimnazjum, wszechstronny program nastawiony na prewencję oraz pozytywny rozwój młodych ludzi, poprzez krzewienie umiejętności życiowych i właściwych postaw obywatelskich w bezpiecznym, przyjaznym i spójnym środowisku.

## CELE PROGRAMU

1. Zaangażowanie uczniów, rodzin, szkoły i członków społeczności w tworzenie środowiska sprzyjającego nauce, opartego na trosce o innych, wysokich wymaganiach co do prawidłowych zachowań i wnoszeniu ważnego udziału w podejmowane działania.
2. Dostarczenie młodym ludziom możliwości nabycia podstawowych umiejętności życiowych potrzebnych do prowadzenia zdrowego i produktywnego życia.
3. Propagowanie zdrowego, bezpiecznego podejścia do życia, wolnego od szkód spowodowanych alkoholizmem lub narkomanią.
4. Uczenie młodych ludzi cnót obywatelskich poprzez współpracę i służenie innym.
5. Umacnianie więzi młodych ludzi z ich rodzinami, rówieśnikami, szkołami i najbliższym otoczeniem.

### PROPAGOWANE WARTOŚCI

dyscyplina wewnętrzna  
Zdrowy styl życia, wolny od uzależnień  
Szacunek dla siebie i innych  
Oddanie rodzinie  
Dobroć  
Odpowiedzialność  
Uczciwość  
  
Odwaga  
  
Służenie innym

### KATEGORIE UMIEJĘTNOŚCI

Odpowiedzialność  
Podejmowanie decyzji  
Komunikacja  
Wyznaczanie celów  
Współpraca  
Opanowywanie emocji  
Opieranie się negatywnemu wpływowi rówieśników  
Rozumowanie wyższego rzędu i rozwiązywanie problemów  
Nauka służenia innym  
Wzmacnianie relacji międzyludzkich  
Docenianie wartości rodziny

# KOMPONENTY PROGRAMU

## PROGRAM NAUCZANIA

Program Lions-Quest pt. „Sztuka dojrzewania” składa się ze 102 kolejnych jednostek lekcyjnych sukcesywnie wprowadzających nowe umiejętności. Program może być dopasowany do różnorodnych warunków i harmonogramów, począwszy od dziewięcioletniego mini-kursu aż po obszerne, trzyletnie szkolenie.

Program składa się z następujących tomów<sup>1</sup> omawianych w 45-minutowych jednostkach lekcyjnych:

Tom 1: Witaj nastolatku: Podróż przez wiek dojrzewania

Tom 2: Wierzę w siebie i rozumiem innych

Tom 3: Ach te emocje!

Tom 4: Ja i moi przyjaciele

Tom 5: Ja i moja rodzina

Tom 6: Chcę zdrowo żyć

-Rok 1 dla uczniów VI klasy szkoły podstawowej lub I klasy gimnazjum

-Rok 2 dla uczniów I lub II klasy gimnazjum

-Rok 3 dla uczniów II lub III klasy gimnazjum

Tom 7: Najważniejsze, mieć w życiu cel

Podsumowanie: Rozwijanie własnego potencjału

W celu popularyzacji programu na terenie całej szkoły, w każdym tomie można znaleźć rozdziały pt. „Realizacja tematów w szkole i poza szkołą” oraz „Zastosowania interdyscyplinarne”, które oferują przydatne w tym celu zajęcia. Kolejnym elementem programu jest informator pt. „Uwaga, narkotyki!”, który dostarcza nauczycielom, uczniom i ich rodzinom najnowszych informacji na temat szkodliwych substancji chemicznych i efektów ich działania. Natomiast podręcznik ucznia pt. „Zmiany i Wyzwania” zawiera ciekawe informacje, zajęcia, artykuły i ćwiczenia, które mają pomóc uczniom w zrozumieniu koncepcji prezentowanych w programie nauczania oraz w zastosowaniu ich we ich własnym życiu. W każdym tomie znajdują się też testy pomocne w dokonaniu oceny postępów uczniów.

## NAUKA SŁUŻENIA I NIESIENIA POMOCY INNYM

„Sztuka dojrzewania” krok po kroku prowadzi uczniów ku zaangażowaniu w niesienie pomocy i służenie innym – co stanowi istotny element programu. Począwszy od Rozdziału 3, uczniowie dostosowują to, czego uczą się w programie do spraw i problemów prawdziwego życia. Projekty pracy na rzecz społeczności nie tylko propagują współpracę i troskę o innych, ale także pomagają uczniom uświadomić sobie, że poruszane kwestie są rzeczywiste i ważne, w miarę jak stosują oni nową wiedzę i umiejętności, by wnieść swój wkład w życie szkoły i najbliższego otoczenia.

## ZAANGAŻOWANIE RODZINY

Rodziny zachęcane są do aktywnego uczestnictwa w programie poprzez odrabianie z dziećmi wspólnych zadań domowych, wzięcie udziału w czterech spotkaniach z rodzicami oraz bezpośrednie włączanie się w zajęcia programowe i warsztaty. Materiały programowe

<sup>1</sup> Każdy tom zawierający materiały dydaktyczne dla nauczyciela odpowiada jednemu rozdziałowi w podręczniku ucznia pt. „Zmiany i Wyzwania” (przyp. red.).

zawierają również podręcznik dla rodziców p.t. „Czas pełen niespodzianek” oraz wskazówki dla prowadzącego spotkanie z rodzicami pt. „Wspieranie nastolatków”.

## POZYTYWNA ATMOSFERA W SZKOLE

Dzięki zajęciom angażującym całe klasy i szkoły, „Sztuka dojrzewania” pomaga tworzyć przyjazne środowisko, wspomagające cały proces nauczania. W jednym z rozdziałów niniejszej książki pt. „Pozytywna atmosfera w szkole” znaleźć można wskazówki, jak utworzyć specjalny „szkolny zespół tworzenia dobrego nastroju”<sup>2</sup> złożony z dyrekcji szkoły, nauczycieli, rodziców, przedstawicieli społeczeństwa i młodzieży. Zadaniem takiego zespołu jest planowanie zajęć oraz imprez, które pomagają rozszerzyć wpływ programu na całą szkołę.

## ZAANGAŻOWANIE SPOŁECZEŃSTWA

Pracownicy służb publicznych oraz członkowie organizacji społecznych, takich jak lokalne kluby Lions, organizacje biznesowe, służby porządkowe, organizacje młodzieżowe oraz instytucje religijne, zachęceni są do uczestniczenia w warsztatach, zajęciach ogólnoszkolnych, dyskusjach panelowych, projektach pracy na rzecz społeczności lokalnej oraz spotkaniach z rodzicami. Stanowią one doskonałą okazję dla wszystkich zainteresowanych do wsparcia programu i wniesienia doń bezpośredniego wkładu.

## DOSKONALENIE ZAWODOWE I WSPARCIE POPROGRAMOWE

Aby zapewnić pomyślne wprowadzenie programu w życie, wszystkie osoby realizujące lub nadzorujące realizację programu mają obowiązek wzięcia udziału w dwu- lub trzydniowych warsztatach szkoleniowych, po to, by uzyskać dodatkowe informacje na temat efektywnego rozwoju młodzieży i strategii zapobiegawczych, zapoznać się z materiałami dydaktycznymi oraz zaplanować efektywne zajęcia w klasie. Pod nadzorem doświadczonego pedagoga, na warsztatach prezentowana jest modelowa wersja zajęć w klasie. Administracja szkolna, pedagodzy, rodzice, członkowie klubów Lions, przedstawiciele lokalnej społeczności i personel pomocniczy są również gorąco zachęceni do wzięcia udziału w szkoleniu, aby i oni mogli aktywnie uczestniczyć w programie. Możliwe jest również uzyskanie dalszego wsparcia oraz pomocy technicznej w formie materiałów uzupełniających. [AZH1]

## WSPARCIE I SPONSORING

Program Lions-Quest pt. „Sztuka dojrzewania” został opracowany i wspierany jest przez takie organizacje, jak Lions Clubs International, Narodowe Stowarzyszenie Dyrektorów Szkół Podstawowych, Narodowe Stowarzyszenie Dyrektorów Szkół Średnich, Stowarzyszenie Zarządców Szkolnych, Narodowe Stowarzyszenie Rodziców i Nauczycieli oraz Quest International<sup>3</sup>. Od strony finansowej program wspierany jest hojnymi dotacjami pochodzącymi od Lions Clubs International, W.K. Kellogg Foundation, 'a, W. Clement i Jessie V. Stone Foundation, Moore Foundation and Levi Strauss Foundation.

W Polsce sponsorami programu pilotażowego są takie firmy oraz instytucje jak Lions Clubs International Foundation, Bank Zachodni WBK S.A. w Poznaniu, Fundacja Ryszarda Krauze, firma Semax S.A. z Poznania, Energa Gdańsk oraz Urząd Miejski w Gdańsku.

---

<sup>2</sup> Ang. *School Climate Team*, to stworzona przez autorów programu sympatyczna nazwa własna, która wiele traci w przekładzie; każda szkoła może więc pokusić się o stworzenie własnej, np. „Słoneczka”, „Pogodynki”, „NAS TROJE”, itp. (przyp. tłum.).

<sup>3</sup> Mowa tu o organizacjach amerykańskich. (przyp. tłum.)

# MODEL POJĘCIOWY I PRZESŁANKI

## ZMIANY W DORASTANIU

Istota dzieciństwa uległa ostatnimi czasy radykalnej zmianie. Na początku ubiegłego stulecia, kiedy znaczna liczba rodzin zamieszkiwała nieduże miasteczka lub gospodarstwa rolne, większość młodych ludzi mieszkała i pracowała wraz z rodzicami, dziadkami i innymi dorosłymi w ich otoczeniu. Młodzi ludzie mieli wiele okazji, by poznawać przydatne umiejętności życiowe, wносить własny wkład i tworzyć pozytywne więzi z otaczającymi ich ludźmi.

Dzisiaj, presja dynamicznie zmieniającego się społeczeństwa odciska swoje piętno na rodzinie, szkole i innych instytucjach, które mają decydujące znaczenie dla zapewnienia prawidłowego rozwoju młodych ludzi. Jest mniej prawdopodobne, by tradycyjne źródła wsparcia młodych ludzi były zawsze na miejscu. W sytuacji, gdy członkowie rodzin spędzają ze sobą coraz mniej czasu, a krewni mieszkają zbyt daleko, pozytywne relacje, czy znaczące rozmowy młodych ludzi z dorosłymi często ograniczają się zaledwie do kilku minut dziennie.

Teraz, do rywalizacji z rodziną o wpływ na zachowania i życiowe decyzje młodych ludzi przystąpiły nowe siły. Środki masowego przekazu stały się – lepszym czy gorszym –ale ważnym źródłem informacji, porad i wzorców życiowych. W tym świecie wciąż zmieniających się struktur i potężnych wpływów, znacznie trudniej jest młodym ludziom odnaleźć poczucie przynależności, odpowiedzialności i wspólnoty.

Wpływ zmian społecznych na młodych ludzi jest znaczący. Instytut Badań w USA przeprowadził badania na ponad 254 tysiącach nastolatków w wieku od 12 do 18 roku życia w 460 społecznościach. Dowiedziono, że ponad 64% młodych ludzi uwikłanych jest w jedno lub więcej szkodliwych zachowań takich, jak codzienne palenie papierosów, spożywanie alkoholu lub narkotyków, aktywność seksualna, akty przemocy, depresja, próby samobójcze lub częsta absencja szkolna. W ostatniej klasie liceum odsetek ten wzrasta do 81% (Benson, 1997).

*„Problem występuje wszędzie: zbyt mało młodych ludzi posiada „dar” zbierania dobrych doświadczeń, napotykania na pozytywne możliwości czy tworzenia dobrych związków, które pielęgnują charakter i poświęcenie, którego potrzebują by stać się zdrowymi, produktywnymi i ofiarnymi członkami społeczeństwa”.*

- Dr Peter Benson, Instytut Badawczy,  
„Wszystkie dzieci są nasze.”

*„Pojawiają się niepokojące oznaki, że przegrywamy walkę o prawidłowy rozwój młodzieży. Wskazaniem dla polityki społecznej jest więc zmiana tradycyjnego podejścia do wychowania, ponieważ nie ma już ono żadnego odniesienia do dzisiejszej rzeczywistości.*

-Raport Komisji ds. Młodzieży w Ontario,  
pt. „Twoje, Moje, Nasze.”

W Kanadzie, wskaźnik samobójstw jest trzykrotnie wyższy niż 30 lat temu. Nauczyciele donoszą, że nastąpił wzrost siły i częstotliwości przejawów przemocy, nawet w środowiskach, których ten problem do tej pory nie dotyczył, na przykład wśród kobiet, czy młodszych nastolatków. W drugiej klasie gimnazjum, ponad 1/4 dziewcząt i 1/5 chłopców zasygnalizowała, że odczuwa depresję co najmniej raz w tygodniu. Raport na temat tendencji zdrowotnych młodzieży kanadyjskiej (1999) donosi, iż „Wydaje się ze wszech miar niezbędne wprowadzanie programów zwiększających zaangażowanie rodziców i młodych ludzi w szkołę, aby zapewnić tworzenie przyjaznej atmosfery pełnej wsparcia i akceptacji.”

*Nie należy już z całą pewnością zakładać, że umiejętności niezbędne by odnieść sukces – lub choćby przetrwać – w dzisiejszym skomplikowanym społeczeństwie są należycie przekazywane.*

*- „Wielkie Przemiany”, Rada Carnegie ds. Rozwoju Młodzieży.”*

Badania wykazują, że wiele problematycznych zachowań ma ze sobą ścisły związek oraz podobne podłoże. „Sztuka dojrzewania” wyraża przekonanie, że zapobieganie tym problemom wymaga długotrwałych i wyczerpujących starań, w których rodzina, szkoła i członkowie społeczeństwa pracują razem, by wspierać prawidłowy rozwój młodych ludzi.

## PRZYGOTOWANIE DO ŻYCIA W XXI WIEKU

Usystematyzowano wymogi związane z prawidłowym rozwojem i pomyślnością we współczesnym miejscu pracy.

### **Wymogi związane z prawidłowym rozwojem to, między innymi:**

- Odpowiedzialne postawy obywatelskie i etyczne zachowanie
- Umiejętności społeczne
- Umiejętności rozwiązywania problemów i podejmowania decyzji
- -Poszanowanie dla odmienności
- Wiara w obiecującą przyszłość

Przygotowano w oparciu o raport Carnegie Council pt. „Przygotowanie nastolatków do życia w XXI wieku”.

### **Wymogi związane z pomyślnym radzeniem sobie w miejscu pracy to, między innymi:**

- Wysokie standardy etyczne
- Umiejętność pracy w zespole
- Pozytywne nastawienie do pracy, nauki i zdrowia
- Umiejętność komunikacji i rozwiązywania problemów
- Wrażliwość kulturowa

Przygotowano w oparciu o profil określający szanse na zatrudnienie, przygotowany przez Konferencyjną Radę Kanady oraz artykuł pt. „Korporacje a system szkolnictwa publicznego.” Opublikowany w magazynie „Principal”.

Zamysłem „Sztuki dojrzewania” jest spełnienie powyższych wymagań i wyjście naprzeciw potrzebom zmieniającego się świata, przed którym stają młodzi ludzie oraz ich rodziny. Program pomaga zdobyć ważne doświadczenia, zauważyć możliwości i nawiązać relacje, których młodzi ludzie tak bardzo potrzebują, by stać się wrażliwymi, chętnymi i ofiarnymi członkami społeczeństwa. Poprzez nauczanie tych umiejętności i zachowań, które wspierają budowanie samodyscypliny, odpowiedzialności, zdrowego rozsądku, poszanowania siebie i innych oraz niesienia pomocy, program pomaga młodym ludziom przygotować się na pełne i satysfakcjonujące życie rodzinne, obywatelskie i zawodowe w XXI wieku.

# CZYNNIKI WPŁYWAJĄCE NA ZACHOWANIA MŁODYCH LUDZI

## CZYNNIKI RYZYKA ZWIĄZANE ZE SZKOŁĄ

Badania wykazują, że zachowania młodych ludzi w dużej mierze kształtuje rodzina, grupa rówieśnicza, szkoła i najbliższe otoczenie. Czynniki ryzyka zwiększają prawdopodobieństwo szkodliwych zachowań, na przykład takich, jak narkomania. Czynniki ryzyka związane ze szkołą to m.in.:

- Negatywna atmosfera w szkole,
- Niezdefiniowana lub nieuskuteczniiona polityka szkoły,
- Dostępność tytoniu, alkoholu i innych używek,
- Brak zaangażowania w życie szkoły,
- Koledzy biorący udział w niewłaściwych zachowaniach,
- Szufladkowanie oraz identyfikowanie uczniów jako pochodzących z grupy wysokiego ryzyka,
- Wczesne zaangażowanie w problematyczne zachowania,

## CZYNNIKI OCHRONNE ZWIĄZANE ZE SZKOŁĄ

Czynniki ochronne wspierają młodych ludzi poprzez zmniejszanie wpływu czynników ryzyka lub poprzez zmienianie sposobu, w jaki reagują oni na te czynniki. Czynniki ochronne związane ze szkołą to m.in.:

- Wysokie oczekiwania wobec uczniów,
- Czuje i wspomagające środowisko,
- Nauczanie i wspieranie rozwoju prospołecznego ,
- Zaangażowanie uczniów w ważne sprawy,
- Jasne standardy zachowań i wyraźne normy skierowane przeciwko szkodliwym zachowaniom (m.in. używaniu narkotyków),
- Zaangażowanie rodziców.

(Powyższe listy czynników ryzyka i czynników ochronnych oparte są na badaniach Bensona, 1997; Hawkinsa, Catalano & Millera, 1992; Wenera & Smith'a, 1992)

Badania odporności przeprowadzone przez Emmy Werner oraz opracowany przez dr Peter'a Bensona model szans, nadają nowy kierunek rozwojowi młodzieży i metodom prewencji. Sprawą zasadniczą jest tu skupienie uwagi na intensyfikacji czynników ochronnych, lub inaczej szans, które, jak uznano, mają decydujące znaczenie dla wzmacniania odporności, zdrowego rozwoju i odniesienia życiowego sukcesu przez młodych ludzi.

*„Czynniki ochronne zdają się mieć dużo większy wpływ, na drogę życiową jednostek, które dorastają i pokonują trudności, aniżeli czynniki ryzyka.*

*-Emmy Werner, „Jak dzieci stają się odporne”*

## BADANIE ODPORNOŚCI

Badaczka Emmy Werner (1992) dokładnie przeanalizowała życie odpornych młodych ludzi, którzy potrafili pokonać przeciwności losu i wykształcić w sobie umiejętność dobrego radzenia sobie w życiu. Obserwacje Werner wykazały, że nawet ci młodzi ludzie, którzy doświadczają poważnych problemów osobistych i rodzinnych, są w stanie pokonać je i odnieść sukces, jeśli zaistnieją pewne sprzyjające ku temu okoliczności. Na przykład, bliska więź z przyjazną dziecku osobą dorosłą lub znaczące zaangażowanie w życie szkoły w otoczeniu pozytywnie nastawionych rówieśników, mogą zrównoważyć wiele negatywnych elementów w życiu dziecka i przechylić szalę w kierunku pomyślności i odporności.

## SZANSE ROZWOJOWE

Dr Peter Benson z Instytutu Badań zidentyfikował 40 konkretnych szans rozwojowych - pozytywnych składowych - o których wiadomo, że są czynnikami powodującymi lub przewidującymi zdrowy rozwój młodego człowieka. 40 wyodrębnionych szans rozwojowych zasadniczo dzieli się na dwie grupy: szanse zewnętrzne lub wewnętrzne. W każdej z tych grup wyszczególniono dalsze cztery 4 kategorie. Poniższa lista prezentuje wszystkie osiem kategorii wraz z przykładową szansą charakteryzującą daną kategorię.

*„Wdrażając pełny program Lions-Quest, uzyskujemy pewność, że zajmie się on trzydziestoma z czterdziestu zalet niezbędnych do prawidłowego rozwoju młodzieży.”*

- Dr Peter Benson, Prezes Instytutu Badań

## SZANSE ZEWNĘTRZNE

1. **Wsparcie.** Przykład: przyjazna atmosfera w szkole - szkoła zapewnia przyjazne, krzepiące środowisko.
2. **Prawo do działania.** Przykład: służenie i niesienie pomocy innym - młody człowiek poświęca godzinę lub więcej tygodniowo w służbie społeczności.
3. **Granice i oczekiwania.** Przykład: granice w szkole - szkoła określa wyraźne zasady i konsekwencje ich nieprzestrzegania.
4. **Konstruktywne spędzanie czasu.** Przykład: programy młodzieżowe - młody człowiek poświęca trzy lub więcej godzin tygodniowo na sport, działalność w klubach szkolnych lub organizacjach społecznych.

## SZANSE WEWNĘTRZNE

5. **Zaangażowanie w naukę.** Przykład: przywiązanie do szkoły - młody człowiek troszczy się o swoją szkołę.
6. **Pozytywne wartości.** Przykład: odpowiedzialność - młody człowiek akceptuje i bierze na siebie osobistą odpowiedzialność.
7. **Umiejętności społeczne.** Przykład: odporność - Młody człowiek posiada zdolność oparcia się negatywnej presji i unikania niebezpiecznych sytuacji.
8. **Pozytywna tożsamość.** Przykład: pozytywna wizja własnej przyszłości - młody człowiek optymistycznie postrzega swoją przyszłość.

Badania Bensaona wykazują, iż szanse pełnią rolę czynników ochronnych, które hamują niewłaściwe zachowania, takie jak stosowanie używek, postawy antyspołeczne oraz problemy w szkole. Szanse propagują również pozytywne rezultaty procesu rozwojowego takie, jak sukces w szkole, troska o przyjaciół i sąsiadów, przywództwo i dbałość o własne zdrowie. Im więcej w życiu młodych ludzi jest szans, tym większe istnieje prawdopodobieństwo, że wykażą się oni pozytywną, afirmującą postawą życiową (Benson, 1997).

*Badania podkreślają potrzebę zmiany sposobu myślenia - odejścia od rozwiązywania problemów oraz planowania skupionego na problemach i pójsia w kierunku promowania pozytywnych rozwiązań; odejścia od fragmentarycznego podejścia do kształcenia w kierunku zintegrowanej strategii całościowego rozwoju ucznia.*

- Instytut Badań, „Nauka i Życie”, Donald Draayer i Eugene C. Roehlkepartain

## ROZWIJANIE UMIEJĘTNOŚCI

Piśmiennictwo dotyczące rozwoju młodzieży oraz prewencji, podkreśla, jak wielkie znaczenie ma nauczanie młodych ludzi takich umiejętności emocjonalnych i społecznych jak komunikacja, podejmowanie decyzji, czy asertywność. Badania porównawcze wykazały, że programy zapobiegawcze, których elementem było również rozwijanie umiejętności, osiągnęły dwukrotnie lepsze rezultaty niż te, które nie uwzględniły kwestii zmiany zachowań (Durlak, 1995).

## JAK SZTUKA DOJRZEWANIA WSPIERA PRAWIDŁOWY ROZWÓJ

Bazując na wynikach badań naukowych nad czynnikami ryzyka, czynnikami ochronnymi, odpornością i kreowaniem szans, „Sztuka dojrzewania” kładzie nacisk na wspieranie młodych ludzi w zdobywaniu tych społecznych i emocjonalnych umiejętności, doświadczeń i zachowań, które będą wspierać ich prospołeczne postawy (tworzenie więzi) oraz właściwe zachowania.

*Najnowsze badania wykazały, że tworzenie więzi ze szkołą i rodziną chroni przed wieloma potencjalnie niebezpiecznymi dla zdrowia zachowaniami młodzieży w okresie dojrzewania.*

- J. David Hawkins et. al., „Zapobieganie szkodliwym dla zdrowia zachowaniom młodzieży poprzez wzmacnianie ochrony w okresie dzieciństwa”.

- **Serdeczne, przyjazne związki z członkami rodziny, rówieśnikami i pracownikami szkoły:** Tomy od 1 do Podsumowania, Wskazówki dla prowadzącego spotkanie z rodzicami pt. „Wspieranie nastolatków”, podręcznik dla rodziców pt. „Czas pełen niespodzianek”, praktyczne zajęcia pod nazwą „Rozmowa z troskliwym rodzicem”, zajęcia związane z projektem pracy na rzecz społeczności, działania podejmowane w ramach „Realizacji tematów w szkole i poza szkołą”, warsztaty metodyczne dla nauczycieli.
- **Kompetencje społeczne i emocjonalne propagujące właściwe zachowania, silne wartości i pozytywne relacje z innymi:** Tomy od 1 do Podsumowania, podręcznik ucznia pt. „Zmiany i wyzwania”, Wskazówki dla prowadzącego

- spotkania z rodzicami pt. „Wspieranie nastolatków”, podręcznik dla rodziców pt. „Czas pełen niespodzianek”, zajęcia związane z projektem pracy na rzecz społeczności, warsztaty metodyczne dla nauczycieli.

Odkryto, że wystawienie dziecka na rosnącą liczbę czynników ryzyka zwiększa prawdopodobieństwo jego niewłaściwych zachowań, natomiast obcowanie dziecka z rosnącą liczbą czynników ochronnych zapobiega niewłaściwym zachowaniom, pomimo narażenia na czynniki ryzyka.

- Richard F. Catalano i inni, „Wyniki badań oceniających programy pozytywnego rozwoju młodzieży.”

- **Pozytywna atmosfera w szkole:** Tom 1 i 2, Wskazówki dla prowadzącego spotkania z rodzicami pt. „Wspieranie nastolatków”, działania podejmowane w ramach „Realizacji tematów w szkole i poza szkołą”, „Przewodnik po programie” oraz informacja na temat zespołu tworzącego pozytywną atmosferę w szkole, warsztaty metodyczne dla nauczycieli.

- **Wysokie wymagania dotyczące zachowania:** Tomy od 1 do Podsumowania, podręcznik ucznia pt. „Zmiany i wyzwania”, Wskazówki dla prowadzącego spotkania z rodzicami pt. „Wspieranie nastolatków”, podręcznik dla rodziców pt. „Czas pełen niespodzianek”, działania podejmowane w ramach „Realizacji tematów w szkole i poza szkołą”, zajęcia związane z projektem pracy na rzecz społeczności.

- **Jasno określone standardy postępowania w przypadku szkodliwych zachowań łącznie ze stosowaniem narkotyków przez młodych ludzi:** Tom 1, 3, a przede wszystkim Tom 6, pt. „Chcę zdrowo żyć”; podręcznik ucznia pt. „Zmiany i wyzwania”, Wskazówki dla prowadzącego spotkania z rodzicami pt. „Wspieranie nastolatków”, informator o narkotykach pt. „Uwaga, narkotyki!”; warsztaty metodyczne dla nauczycieli.

„Nie odpierajmy każdego przejawu [problematicznego] zachowania, nową stanowczą inicjatywą, dla której nie ma w szkole miejsca. W zamian, niech szkoły aktywnie opracowują wszechstronne programy, które pomogą młodym ludziom rozwijać się emocjonalnie i społecznie. W efekcie, młodzi ludzie posiadą takie kompetencje, które pozwolą im lepiej się uczyć i unikać niewłaściwych zachowań”

- Tim Shriver i Roger Weissberg, *Education Week*

- **Uczestnictwo w działaniu, wnoszenie doń własnego wkładu oraz zyskanie uznania:** Tomy od 1 do Podsumowania, zajęcia i dyskusje w klasie, zajęcia związane z projektem pracy na rzecz społeczności, warsztaty metodyczne dla nauczycieli.

To czynne, profilaktyczne podejście do tematu znajduje swoje poparcie w najnowszych badaniach naukowych. Niedawna analiza programów pozytywnego rozwoju młodzieży wskazuje, że wzmacnianie tych czynników, które wspierają prawidłowy rozwój „nie tylko otwiera drogę ku pozytywnemu rozwojowi, ale może również powstrzymać zaistnienie problemów.” (Catalano, et. al. 1998).

## NAUCZANIE WARTOŚCI SPRZYJAJĄCYCH ZDROWEMU ROZWOJOWI

Kiedy dorośli rozmawiają na temat tego, czego chcieliby dla młodych ludzi, panuje wśród nich zaskakująca zgodność. Chcą, by młodzi ludzie wyrastali na zdrowych, efektywnych dorosłych, gotowych do wzięcia na siebie odpowiedzialności oraz umiejących tworzyć pozytywne relacje we własnej rodzinie oraz społeczności, w której żyją. Aby stać się takim właśnie człowiekiem, niezbędne jest oparcie się na pewnych podstawowych wartościach, stanowiących wskazówki pomagające podejmować samodzielne, indywidualne decyzje oraz działania, i trzymanie się tych wartości w trudnych sytuacjach.

*„Kiedy zastanawiamy się nad tym, jaki charakter miałyby w sobie wykształcić nasza młodzież, oczywistym się staje, że pragniemy, by potrafiła ocenić, co jest dobre, troszczyć się z wszystkich sił o to, co dobre i czynić to, co uważają za dobre- nawet w obliczu zewnętrznych presji i wewnętrznych pokus.*

*-Thomas Lickona, Kształcenie charakteru*

„Sztuka dojrzewania” wyposażona jest w jasny i klarowny zestaw wartości, które większość ludzi uznaje za niezbędne i ważne dla udanego życia. Możliwości modelowania, wspierania i wzmacniania tych pozytywnych wartości stanowią integralny element wszystkich zajęć programowych. Wartości, jakie promuje „Sztuka dojrzewania” to:

**Samodyscyplina:** Wytrwałość w dążeniu do celu; jeśli to możliwe, odraczenie bezpośredniego nagradzania tam, gdzie będzie to stosowne, umiejętność panowania nad sobą, rozwijanie umiejętności i talentów oraz osiągnięcie celów.

**Odpowiedzialność:** podejmowanie i dotrzymanie zobowiązań, poszukiwanie mądrych doradców i podejmowanie mądrych decyzji, bycie godnym zaufania, branie odpowiedzialności za swoje czyny.

**Zdrowy, wolny od narkotyków tryb życia:** Dbanie o siebie i unikanie niezdrowych zachowań, rozwijanie umiejętności odmawiania narkotyków.

**Szacunek dla siebie i innych:** Myślenie o potrzebach, przekonaniach i uczuciach innych ludzi oraz swoich własnych.

**Dobroć:** Okazywanie innym swojej troski i zainteresowania.

**Uczciwość:** Bycie człowiekiem prawdomównym, sprawiedliwym i godnym zaufania.

**Oddanie rodzinie:** Pomoc w budowaniu silnego i serdecznego życia rodzinnego.

**Służba:** Pomoc i służenie innym.

**Odwaga:** Dzielność, bronienie własnych przekonań, okazywanie determinacji w obliczu ciężkiej próby.

„Sztuka dojrzewania” dostrzega wyjątkową pozycję szkoły i wychowawców w inicjowaniu wysiłków zmierzających ku pozytywnemu rozwojowi młodzieży przy użyciu różnorodnych strategii, które wymagają współpracy z rodziną, młodzieżą, szkołami oraz członkami lokalnej społeczności. Kiedy ludzie efektywnie ze sobą współpracują, są w stanie stworzyć silne, sprzężone systemy wsparcia, które pomagają wszystkim młodym ludziom wyrastać na zdrowych, zdolnych i wrażliwych obywateli.

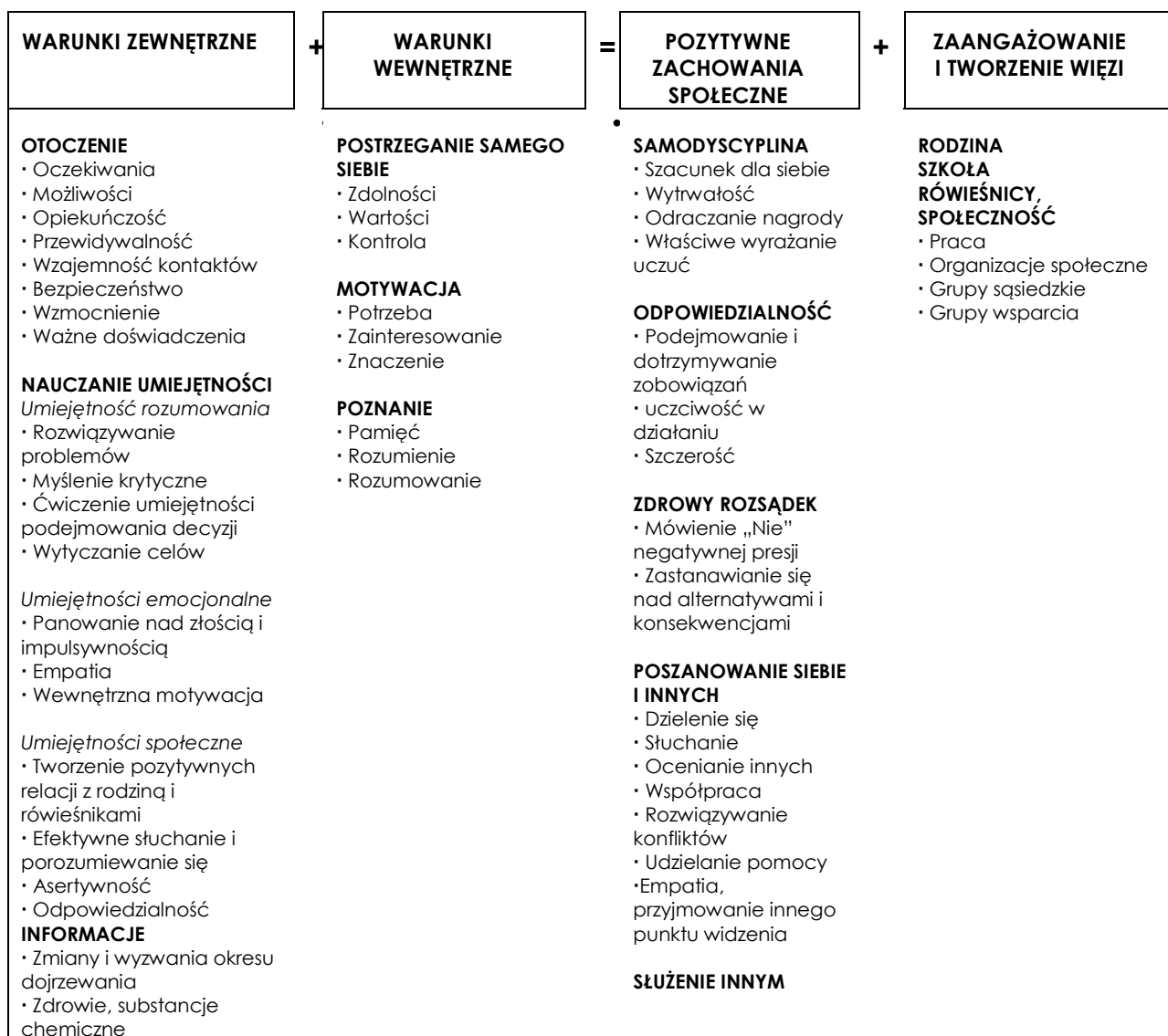
## MODEL POJĘCIOWY LIONS-QUEST

Lions-Quest „Sztuka dojrzewania” bazuje na przesłankach naukowych, identyfikujących dwojakiemu rodzaju implikacje mające decydujące znaczenie dla propagowania prawidłowego rozwoju młodzieży oraz zmniejszania ryzyka patologicznych zachowań, takich jak, złe prowadzenie się, nadużywanie narkotyków i przemoc. Te implikacje to:

1. Pozytywne zachowania społeczne, które obejmują samodyscyplinę, odpowiedzialność, zdrowy rozsądek, szacunek dla siebie i innych oraz etykę działania.
2. Pozytywne zaangażowanie w życie rodziny, szkoły, rówieśników i społeczności lokalnej.

Model pojęciowy programu uwzględnia kluczowe wyniki badań naukowych nad rozwojem młodzieży i problemem prewencji (Catalano, et al., 1998; Hansen, 1997, Benson, 1997; Hawkins et al. 1999; Hawkins et al. 1992; Solomon et al., 1985; Bandura 1977; Hirschi, 1969). Zgodnie z modelem, jeśli spełnione zostaną pewne warunki zewnętrzne i wewnętrzne, istnieje większe prawdopodobieństwo, że młodzi ludzie wykażą się pozytywną, prospołeczną postawą oraz dogłębnie zaangażują się w najważniejsze sfery własnego życia.

## MODEL POJĘCIOWY STANOWIĄCY PUNKT WYJŚCIA DLA PROGRAMU



## CZYNNIKI ZEWNĘTRZNE

Czynniki zewnętrzne odnoszą się do świata otaczającego dziecko w domu, szkole i społeczności. Czynniki te pogrupowano w trzy kategorie: najbliższe otoczenie, nauczanie umiejętności i informacje.

Zachowanie to nic innego, jak efekt interakcji jednostki z otoczeniem (Hawkins & Weis, 1985). „Sztuka dojrzewania” dąży do stworzenia takiego **otoczenia**, które:

- Komunikuje pozytywne oczekiwania, co do właściwych zachowań młodych ludzi.
- Oferuje możliwości zaangażowania młodych ludzi we właściwe zachowania poprzez zajęcia klasowe i działania związane z projektem pracy na rzecz społeczności.
- Buduje przyjazne, pełne wzajemnego poszanowania związki pomiędzy uczniami, pracownikami szkoły i rodzicami.
- Jest przewidywalne, to znaczy eksponuje spójne zasady i oczekiwania.
- Zapewnia bezpieczeństwo fizyczne i emocjonalne pozbawione elementów zastraszania, ośmieszania i upokarzania.
- Angażuje młodych ludzi w ważne doświadczenia edukacyjne.
- Oferuje wzmocnienie i wsparcie, kładąc nacisk na samodyscyplinę raczej, niż kontrolę zewnętrzną.

„Uczniowie ciężiej pracują, więcej osiągają i przywiązują większe znaczenie do zajęć w klasie, w której czują się lubiani, akceptowani i szanowani przez nauczyciela i innych uczniów.”

- Catherine C. Lewis, Eric Schaps i Marylin Watson, *Zdolność kształcenia*

Propagowanie kompetencji społecznych i emocjonalnych oraz zdolności naukowych to dwa działania, które wzajemnie się wzmacniają... Oba też powinno się włączać w cele realizowane przez szkołę.

J. David Hawkins, „Wyniki w nauce, sukces szkolny i jego konsekwencje”.

Druga kategoria czynników zewnętrznych to **nauczanie umiejętności**, zawierające kształtowanie pozytywnych wzorców, proces nauczania oraz ćwiczenia:

**Umiejętności rozumowania**- podejmowanie decyzji, rozwiązywanie problemów, krytyczne myślenie, przewidywanie i ustalanie celów.

**Umiejętności emocjonalnych**- rozpoznawanie i rozumienie emocji, kontrola złości i impulsów, empatia i nabieranie dystansu, wewnętrzna motywacja.

**Umiejętności społecznych**- docenianie i szanowanie innych, współpraca, budowanie pozytywnych związków, efektywne słuchanie i komunikowanie, bycie asertywnym, przeciwstawianie się negatywnej presji, branie odpowiedzialności za własne czyny i pomaganie innym.

**Informacje** przekazywane są poprzez prezentacje wykonywane przez nauczycieli i uczniów, dyskusje, samodzielną naukę i zajęcia, które mają istotne znaczenie dla zainteresowań uczniów. Uczniowie łączą nowe informacje z wcześniejszą wiedzą, ćwiczą pod kierunkiem nauczyciela zastosowanie nowych informacji, a następnie stosują je we właściwy sposób w nowych sytuacjach. Ponadto, różnorodność zajęć

adresowana jest do wszystkich metod nauczania. (Aby uzyskać więcej informacji, proszę zapoznać się z rozdziałem pt. „Strategie nauczania”).

## CZYNNIKI WEWNĘTRZNE

Poprzez zapewnienie pozytywnego otoczenia i aktywne zaangażowanie uczniów w proces uczenia się, program wpływa na czynniki wewnętrzne - postrzeganie samego siebie, motywację i rozwój umysłowy. Teorie i badania, stanowiące podwaliny programu, wskazują na to, iż należy oddziaływać na wszystkie trzy sfery i wzmacniać je, by dokonała się trwała zmiana zachowania.

**Postrzeganie samego siebie.** Umiejętności społeczne pomagają młodym ludziom rozwijać pozytywne postrzeganie samego siebie oraz pewność, że sami wiedzą, jak czynić dobro we własnym życiu (Elias & Weissberg, 1990). „Sztuka dojrzewania” daje młodym ludziom umiejętności, które pomogą im czuć się zdolnymi do działania. Uczniowie prowadzeni są w kierunku postrzegania samych siebie jako ludzi wartościowych, zdolnych, mających wpływ na życiowe okoliczności poprzez przeciwstawianie się negatywnej presji oraz podejmowanie rozsądnych decyzji i pozytywnych działań.

**Motywacja.** Aby zmotywować młodych ludzi, programy i materiały muszą być oparte na ich potrzebach i zainteresowaniach oraz odnosić się w żywy sposób do ich własnego życia i kultury. „Sztuka dojrzewania” zajmuje się motywacją poprzez takie zaprojektowanie lekcji, które opiera się na posiadanej przez młodych ludzi wiedzy, zapewniając im nową wiedzę i umiejętności, oraz prowadzi ich w kierunku zastosowania tego, czego się uczą, do nowych sytuacji i doświadczeń dotyczących ich codziennego życia.

**Poznanie.** Lekcje w ramach „Sztuki dojrzewania” przyczyniają się do wzmocnienia umiejętności krytycznego myślenia u młodzieży poprzez umożliwienie jej porównywania, analizowania, przewidywania, klasyfikowania, interpretowania, łączenia i wnioskowania. Umiejętności te zdobywa się poprzez różnorodne ćwiczenia, pytania skłaniające do refleksji oraz zadania praktyczne.

## POZYTYWNE ZACHOWANIA SPOŁECZNE

Zachowanie jest efektem interakcji jednostki z otoczeniem (Hawkins & Weis: Moffitt, 1993). Poprzez praktykowanie pozytywnych zachowań, młodzi ludzie mogą rozwijać przyjazne relacje z innymi oraz prowadzić zdrowe i produktywne życie. „Sztuka dojrzewania” dzieli te pozytywne zachowania na pięć kategorii: samodyscyplina, odpowiedzialność, zdrowy rozsądek, szacunek dla siebie i innych oraz służenie innym. Badania wykazały, że, kiedy całe otoczenie wspiera rozwój i integrację myślenia

*Dzieciństwo i młodość są decydujące w ustanowieniu podstawowych nawyków emocjonalnych, które będą sterować naszym życiem.”*

- Daniel Goleman, *Inteligencja Emocjonalna: dlaczego bywa ważniejsza od Ilorazu inteligencji*<sup>4</sup>

<sup>4</sup> W Polsce ukazały się następujące pozycje tego autora: „Inteligencja Emocjonalna”, wyd. Media Rodzina 1997 Poznań; „Inteligencja emocjonalna w praktyce”, wyd. Media Rodzina, Poznań; „Medytacyjny umysł”, wyd. LIMBUS 1998, Bydgoszcz; oraz napisana wraz z Richardem Boyatzis i Annie McKee Annie, „Naturalne przywództwo”, wyd. Jacek Santorski & CO 2002, Wrocław. (przyp. red.)

oraz rozwijania umiejętności emocjonalnych i społecznych, to pozytywne zachowania społeczne stają się życiową normą młodego człowieka (Elias et al. 1997; Goleman, 1995; Mayer i Salovey, 1995).

## ODDANIE I TWORZENIE WIĘZI

W miarę, jak młodzi ludzie rozwijają efektywne myślenie, umiejętności emocjonalne i społeczne oraz angażują się w pozytywne zachowania społeczne, wzmacniają oni swoją więź z rodziną, szkołą, rówieśnikami i społecznością. W trakcie tego procesu, przyswajają także pozytywne normy i wartości tych, z którymi się związali. Co więcej, tworzenie więzi uczuciowej i kompetencje prospołeczne wzajemnie się wzmacniają i uzupełniają. Młodzi ludzie będą znacznie bardziej wystawieni na niebezpieczeństwo wszelkich negatywnych zagrożeń, jeśli nie stworzą więzi z tymi, którzy ich otaczają. Charakter tych związków jest podstawowym aspektem pozytywnej przemiany w wartościową osobę dorosłą. Więzy społeczne powstrzymują zachowania antyspołeczne i pomagają jednostkom zaangażować się w zachowania społecznie akceptowane (Hawkins, Smith, Catalano, 2000).

„Sztuka dojrzewania” pomaga wzmocnić pozytywne więzi młodych ludzi poprzez:

- Zajęcia lekcyjne, które uczą umiejętności i pojęć wspierających samokontrolę, komunikację, współpracę i przyjazne relacje z innymi.
- Umożliwienie wnoszenia własnego wkładu i niesienie pomocy innym poprzez realizację projektów pracy na rzecz społeczności.
- Pozytywne interakcje rodzinne i zaangażowanie we wszystkie aspekty programu.
- Poprawianie atmosfery w szkole.
- Pozytywne interakcje rówieśnicze w klasie i poza klasą.
- Zaangażowanie społeczeństwa, w tym takich organizacji społecznych, jak Lions Clubs czy Rady Rodziców<sup>[AZH2]</sup>, wszystkich profesjonalistów zajmujących się młodzieżą i zdrowiem psychicznym, liderów biznesu, duchowieństwa oraz wszystkich tych, którzy wykazują zainteresowanie dobrem młodych ludzi.

*Zarówno orędownicy pozytywnego rozwoju młodzieży jak i naukowcy zajmujący się prewencją, zachęcają obecnie do zwrócenia baczniejszej uwagi na istotną wartość czynników środowiskowych i społecznych, które wpływają na to, jak młodzi ludzie pokonają wyzwania związane z ich własnym rozwojem.*

*- Richard E. Catalano et al., „Wyniki badań oceniających programy pozytywnego rozwoju młodzieży.”*

*Quest jest programem charakteryzującym się największą liczbą kluczowych elementów zapobiegawczych – uwzględnia on wszystkie 11 elementów.*

*- Maurice J. Elias, P. Gager i S. Leon, Dziennik podstaw prewencji*

## PREWENCYJNY CHARAKTER PROGRAMU LIONS-QUEST PT. „SZTUKA DOJRZEWANIA”

Decydującym aspektem prawidłowego rozwoju młodych ludzi jest zdobycie wiedzy, umiejętności i zdolności postępowania w sposób zapobiegający lub opóźniający stosowanie tytoniu, alkoholu i narkotyków. Tom 6 stanowi istotny element całościowej struktury programu, kładącej nacisk na prewencję. Tom 1, 5 i 7 oraz Podsumowanie

promują ogólne aspekty prawidłowego rozwoju, natomiast Tom 6 wyraźnie skupia się na tych elementach, które wszelkie badania konsekwentnie wskazują, jako krytyczne w zapobieganiu lub opóźnianiu stosowania używek przez młodzież.

Te elementy to:

- **Normatywne przekonania i osobiste postanowienia:** Aby rozpoznać, że spożywanie alkoholu, tytoniu i narkotyków nie jest normą wśród młodych ludzi i aby powziąć osobiste postanowienie o abstynencji.
- **Wpływy społeczne:** Aby rozpoznać presję wewnętrzną i zewnętrzną, która wpływa na stosowanie tytoniu, alkoholu i narkotyków oraz ulegać pozytywnemu wpływowi rówieśników popierających abstynencję.
- **Umiejętności odmawiania i inne umiejętności emocjonalne i społeczne:** Aby osiąść umiejętność samokontroli, rozwiązywania problemów, redukcji stresu i asertywności, które pomagają zapobiegać stosowaniu używek.
- **Efekty stosowania używek:** Aby mieć dokładne, stosowne do wieku informacje na temat krótkotrwałego i długotrwałego wpływu używek na zdrowie, relacje międzyludzkie, zainteresowania i przyszłe cele młodego człowieka.
- **Tworzenie więzi z nastawionymi prospołecznie rówieśnikami i opiekuńczymi dorosłymi:** Aby podejmować pozytywne zobowiązania, poszukiwać konstruktywnych wzorców do naśladowania i dających oparcie przyjaciół, rodziny i członków społeczeństwa, którzy wzmacniają kluczowe pojęcia i umiejętności prewencyjne.

*Włączenie się wychowawców oferowanie pozytywnych rozwiązań powszechnego problemu spożycia alkoholu i narkotyków wśród uczniów, nigdy nie było równie ważne. Rozumiejąc fakt, iż nikt z nas sam nie wykona tej pracy, apelujemy do lokalnych szkół i społeczności by wraz z nami popierały „Sztukę dojrzewania.”*

- Amerykańskie Stowarzyszenie Administracji Szkolnej (AASA)

By wzmacniać i rozwijać te umiejętności prewencyjne podczas nauki w gimnazjum, Rozdział 6 oferuje oddzielne lekcje dla roku pierwszego, drugiego i trzeciego. Poprzez interaktywne, rozwijające te umiejętności zajęcia w klasie, odgrywanie ról, wspólną naukę, projekty badawcze, rozmowy z rówieśnikami i rodziną oraz wyjście poza klasę do młodzieży w szkole i całej społeczności, uczniowie nakierowywani są na wspólne propagowanie zdrowego, wolnego od używek stylu życia – własnego i swoich rówieśników.

**Rok 1** (szósta klasa szkoły podstawowej lub pierwsza klasa gimnazjum) pomaga stworzyć podwaliny wiedzy i umiejętności, które, jak wskazują badania, są pomocne w zapobieganiu lub opóźnianiu stosowania używek przez młodzież. Uczniowie prowadzą rozważania na temat wpływu, jaki na życie młodego człowieka może mieć spożywanie alkoholu, tytoniu i marihuany i dowiadują się, że większość młodych ludzi nie stosuje używek i nie popiera tych, którzy to robią. Identyfikują presję i wpływy, które oddziałują na ich decyzje i czyny, patrzą krytycznie na reklamy, ćwiczą sposoby radzenia sobie w sytuacjach charakterystycznych dla zażywania narkotyków, nabywają umiejętności pokonania stresu oraz poszukują pozytywnych rozrywek. Podstawowe przesłanie programu jest takie, że wolny od używek styl życia jest modny, zjednuje zaufanie i szacunek innych oraz otwiera przed nami obiecującą przyszłość.

**Rok 2** (pierwsza lub druga klasa gimnazjum) wzmacnia i rozwija wprowadzone w pierwszym roku koncepcje i umiejętności prewencyjne. Poprzez realizowane przez uczniów projekty badawcze, dociekają oni, relacjonują i zastanawiają się nad

zagadnieniami i problemami związanymi ze stosowaniem tytoniu, alkoholu, marihuany i innych narkotyków we własnej szkole i społeczności lokalnej. Uczniowie Roku 2 mogą również występować w roli nauczycieli swoich rówieśników – jest to kluczowa strategia zapobiegawcza - poprzez dzielenie się wynikami swoich badań z uczniami Roku 1.

**Rok 3** (druga lub trzecia klasa gimnazjum) w dalszym ciągu rozwija kluczowe koncepcje i techniki prewencyjne. Uwagę skupia się tu na pomaganiu uczniom, by postrzegali samych siebie jako pozytywne wzorce do naśladowania w szkole. Uczniowie pomagają tworzyć pozytywne normy w odniesieniu do kwestii narkomanii i alkoholizmu, w miarę jak identyfikują potrzeby, oraz planują i realizują jeden lub więcej projektów pracy na rzecz społeczności związanych z prewencją. Mogą oni również występować w roli nauczycieli, prelegentów i „dobrych kumpi” uczniów Roku 1 i 2.

Wysiłki zmierzające w kierunku prewencji przynoszą efekty, a jednocześnie nie są kosztowne. Rozliczne badania wykazują, że, wówczas, gdy młodzi ludzie rozumieją szkodliwość narkotyków i innych używek, zdobywają umiejętności potrzebne do stawienia im oporu oraz dostrzegają dezaprobatę rodziny i przyjaciół, ryzyko niewłaściwych zachowań ulega znacznej redukcji (Narodowy Instytut ds. Nadużywania Narkotyków, 1997). Łącząc strategie zapobiegawcze z rozwijaniem pozytywnych umiejętności w życiu młodzieży w przyjaznym, spójnym otoczeniu, „Sztuka dojrzewania” wspiera właściwy, zdrowy rozwój wszystkich uczniów.

*Dowody przemocy, przestępczości oraz antyspołecznych zachowań wśród młodzieży wyraźnie wskazują na to, że zapobieganie jest dużo bardziej ekonomiczne i skuteczne niż późniejsza „dotkliwa” interwencja.*

*- Allan R. Taylor, Dorastanie w Kanadzie, Statystyki kanadyjskie*

*„Na każdego dolara wydanego na prewencję, przypadają cztery do pięciu dolarów zaoszczędzonych przez społeczeństwo na kosztach leczenia narkomanii.*

*- Narodowy Instytut ds. Narkomanii*

# POMYŚLNE WDROŻENIE PROGRAMU

## CHARAKTERYSTYKA OSÓB ZAJMUJĄCYCH SIĘ WDRAŻANIEM PROGRAMU

Pomyślne wdrożenie programu Lions-Quest pt. „Sztuka dojrzewanania” wymaga wyjątkowej mieszanki umiejętności i osobistych atrybutów osób odpowiedzialnych za jego realizację. Aby pomóc w znalezieniu najwłaściwszych osób, które będą nauczać „Sztuki dojrzewanania”, Quest International opracował następujące profile:

### NAUCZYCIEL

- Wierzy w *pozytywny potencjał wszystkich* młodych ludzi.
- *Ma skupione na uczniu, otwarte podejście* do nauczania i uczenia się.
- *Stosuje strategie nauczania oparte na współpracy*, które odpowiadają różnym stylom uczenia się.
- *Buduje i utrzymuje silne relacje* z rówieśnikami, młodymi ludźmi i ich rodzinami.
- *Demonstruje pozytywny, przyjazny i optymistyczny stosunek do świata i ludzi*.
- *Jest twórczy i elastyczny w komunikowaniu się* i rozwiązywaniu problemów.
- *Posiada kompetencje preferowane przez Lions-Quest*, tj. umiejętność słuchania, zadawania pytań otwartych, aprobowania, rozważania i uznawania odmiennych opinii, jak również tworzenia przyjaznej i opiekuńczej atmosfery w klasie.

### DYREKTOR

- *Cechuje go pełne zaangażowanie* we wszechstronną prewencję oraz programy Lions-Quest.
- *Prezentuje skłonny do współpracy, demokratyczny styl przywództwa*.
- *Wspiera skupione na uczniu podejście* do nauczania i uczenia się.
- *W przeszłości pomyślnie wdrażał innowacyjne programy*.
- *Jest orędownikiem nauczycieli i młodzieży*.
- *Posiada umiejętności tworzenia efektywnych stosunków partnerskich na płaszczyźnie dom-szkoła-społeczeństwo*.
- *Tworzy pozytywne środowisko szkolne*.

### KURATOR

- *Prezentuje długofalowe zaangażowanie* czasu i środków w szeroko zakrojone inicjatywy zapobiegawcze.
- *Propaguje program ciągłego ulepszania szkoły*.
- *Aktywnie angażuje rodziców i członków społeczeństwa jako partnerów w kształceniu dzieci*.

- Tworzy i umacnia *stosunki partnerskie na płaszczyźnie dom-szkoła-społeczeństwo*.
- Prezentuje skłonny do współpracy, *demokratyczny styl przywództwa*.
- Jest *orędownikiem prawidłowego rozwoju młodzieży na poziomie województwa*.
- Wspiera środki wymagane do *pomyślnego wdrożenia programu*.

*Podejście wszechstronne i wieloaspektowe, obejmujące rodzinę, szkołę i społeczeństwo jest czynnikiem decydującym o wykreowaniu sprzyjających zdrowiu zachowań u młodych ludzi i zapobieganiu tym, które narażają ich na ryzyko.*

*- Potęga nauczania, Department of Public Instruction, Wisconsin*

## ETAPY EFEKTYWNEGO WDRAŻANIA PROGRAMU

Efektywne wdrożenie programu Lions-Quest wiąże się z podjęciem długofalowych zobowiązań. Nie zawsze jest to proces liniowy, krok po kroku, gdyż różne szkoły mogą inaczej inicjować ten proces, w zależności od potrzeb, poziomu wsparcia i dostępnych środków. Wszystko zaczyna się zwykle od małej grupki pasjonatów, których działania nabierają rozmachu zgodnie z mottem „Nie od razu Kraków zbudowano”. Ogólnie rzecz biorąc, wdrażanie programu można podzielić na następujące etapy, z którymi wiążą się poniższe czynności:

Etap Pierwszy: planowanie wdrożenia,

Etap Drugi: wdrożenie programu,

Etap Trzeci: ocena przebiegu programu i uzyskanych efektów,

Etap Czwarty: adaptacja i udoskonalenie programu.

Etap Piąty: Instytucjonalizacja programu

### ETAP PIERWSZY: PLANOWANIE WDROŻENIA

Planowanie to etap decydujący o pomyślnym wdrożeniu programu. W tym czasie, wąskie grono członków zespołu planującego kreuje poparcie dla programu, odpowiada na pytania, wyjaśnia wszelkie obawy oraz wybiera model wdrożenia (modele te opisane są w dalszej części książki). Tak jak w przypadku każdego programu nauczania, im więcej pracy pochłonie planowanie, tym lepszy będzie końcowy rezultat.

#### Utworzenie zespołu planującego

Wąskie grono, składające się z trzech do ośmiu osób powinno nadzorować etap planowania. W skład zespołu winien wejść przeszkolony personel, który poprowadzi lub udzieli wsparcia programowi, dyrektor, inni pracownicy, administracja szkolna, rodzice oraz przedstawiciele społeczności. Jeden z członków zespołu - nauczyciel, administrator lub rodzic - powinien zostać desygnowany na kierownika lub koordynatora zespołu.

Jak tylko program zostanie wdrożony oraz wypełnione zostaną podstawowe obowiązki zespołu planującego, jego członkowie najprawdopodobniej zostaną członkami szkolnego zespołu tworzenia dobrego nastroju. Następnie, zespół ten (opisany w dalszej części książki, str. 48-49) będzie pracował nad wspieraniem nauczycieli, rozszerzaniem korzyści płynących ze „Sztuki dojrzewania” na szkołę i najbliższe otoczenie oraz rozwijaniem partnerskich stosunków na płaszczyźnie dom-szkoła-społeczeństwo.

Aktywne zaangażowanie i wsparcie kuratora lub innego mocodawcy jest bardzo ważne dla pomyślności „Sztuki dojrzewania”. Najlepiej byłoby, gdyby dyrektor szkoły bezpośrednio nadzorował program. Jego zastępca lub asystent również może pełnić tę rolę, pod warunkiem, że będzie on posiadał wystarczający autorytet, by sprawować niezbędne przywództwo. Oto główne obowiązki osoby nadzorującej program:

- Wybór zespołu planowania,
- Wzięcie udziału w warsztatach szkoleniowych,
- Przeprowadzanie spotkań informacyjnych,
- Ustanowienie szkolnego zespołu tworzenia dobrego nastroju,
- Zaplanowanie i wsparcie spotkań z rodzicami opisanych we wskazówkach dla prowadzącego spotkania z rodzicami pt. „Wspieranie nastolatków”,
- Angażowanie członków społeczności,
- Monitorowanie programu i zapewnianie wszelkiej pomocy,
- Dokonanie oceny oddziaływania programu.

Ponieważ program Lions-Quest pt. „Sztuka dojrzewania” został zaprojektowany tak, by skłonić do współpracy dom, szkołę i społeczność, wszystkie te trzy grupy winny być uwzględnione w planowaniu wdrożenia programu.

### **Zdobywanie wsparcia w początkowym stadium wdrożenia**

Kluczem do pomyślnego wdrożenia programu jest komunikacja. Oto kilka sugestii, które mogą okazać się pomocne w pracy zespołu planowania nad uzyskaniem pełnej aprobaty dla programu:

1. Przed wdrożeniem, należy przeprowadzić spotkanie lokalnej społeczności, którego celem będzie wyjaśnienie treści i celów programu. Należy poprosić członków zespołu planowania, w szczególności rodziców i innych przedstawicieli społeczności, by zabrali głos na tych spotkaniach.
2. Osobno należy spotykać się z osobami, które mają jakieś szczególne obawy. Należy również podzielić się tymi obawami z właściwym personelem szkolnym. Każdy powinien mieć możliwość zapoznania się z programem nauczania. Należy uwzględnić wszelkie pytania i komentarze, pamiętając, że są one wyrazem oddania i troski o jakość edukacji.
3. Należy wysłać list do rodziców, których dzieci będą uczestniczyć w programie. Przykładowy list, jak również dodatkowe listy do rodziców, które powinny być wysyłane do domów przed rozpoczęciem kolejnych rozdziałów można znaleźć we wskazówkach metodycznych. Pierwszy list przedstawia cele programu, opisuje materiały, które rodzice otrzymają a także wyszczególnia tematy i terminy spotkań z rodzicami. Należy pamiętać, by okazać rodzicom własny entuzjazm, podzielić się swoimi emocjami i zaprosić ich do odwiedzenia klasy.

4. Należy też wysłać notatkę prasową do lokalnych mediów, by poinformowały o programie. W późniejszym czasie można przestać dodatkowe informacje dotyczące spotkań z rodzicami, prelegentów i imprez, jak również działań w ramach projektów pracy na rzecz społeczności.

## ETAP DRUGI: WDROŻENIE PROGRAMU

Efektywne wprowadzenie programu w klasie stanowi sedno pomysłu wdrożenia „Sztuki dojrzewania”. Część niniejszego przewodnika opisująca strategię nauczania oferuje wiele wskazówek i sugestii, które pomogą nauczycielom ustanowić i utrzymać przyjazne otoczenie, które wesprze rozwój pozytywnych umiejętności społecznych.

*Efektywne wdrożenie programu stanowi sedno sukcesu „Sztuki dojrzewania”.*

## ETAP TRZECI: OCENA PRZEBIEGU PROGRAMU I UZYSKANYCH EFEKTÓW

Ocena programu jest niezbędna, ale nie musi być specjalnie skomplikowana. Obejmuje ona zbieranie informacji i przekazywanie ich wszystkim zainteresowanym, wśród których znajdują się rodzice, władze zwierzchnie, inni nauczyciele i pracownicy oraz sponsorzy. Ocena może pociągać za sobą porównanie ilości przypadków złego zachowania uczniów, kar, spóźnień i frekwencji na zebraniach rodziców przed wprowadzeniem programu i po jego realizacji w szkole. Bezpośrednie relacje nauczycieli, rodziców i uczniów oraz udokumentowany sukces projektu pracy na rzecz społeczności również mogą okazać się przydatne. Demonstrowanie pozytywnych wyników rodzi poparcie nie tylko dla samego programu, ale również dla całej szkoły, której on dotyczy.

## ETAP CZWARTY: ADAPTACJA I UDOSKONALENIE PROGRAMU

Adaptację można rozpocząć zaraz po tym, jak nauczyciele i pozostały personel ustalą, co najlepiej sprawdzi się u uczniów. Adaptację należy starannie przemyśleć, zmiany powinny utrzymywać wysoki poziom entuzjazmu zarówno u nauczycieli, jak i uczniów oraz proponować świeże podejście do programu.

Zespół czuwający nad dobrą atmosferą w szkole może wesprzeć proces adaptacji i udoskonalania programu. Może to obejmować wprowadzanie do programu nowych nauczycieli oraz informowanie nowych uczniów i rodziców o jego celach i oczekiwaniach.

## ETAP PIĄTY: INSTYTUCJONALIZACJA PROGRAMU

Wiele szkół wcieliło program Lions-Quest pt. „Sztuka dojrzewania” do tego stopnia, że w całości odzwierciedlają one klimat tego programu. Na przykład, Szkoła Monte Cassino w Oklahomie wypracowała swoją szkolną filozofię, tak, że stanowi ona paralelę filozofii zawartej w „Sztuce dojrzewania”. Rodzice są o tym informowani już w chwili zapisywania dzieci do szkoły.

Instytucjonalizacja oznacza, że zaangażowanie w program zostało osiągnięte na wszystkich poziomach, począwszy od kierownictwa szkoły po jej personel, rodziców i członków społeczności. Wszyscy oni ściśle ze sobą współpracują, by osiągnąć trwałe, pozytywne przemiany.

## CZYNNIKI NIEZBĘDNE DLA TRWAŁEGO POWODZENIA PROGRAMU

By program Lions-Quest pt. „Sztuka dojrzewania” stał się integralną częścią życia szkolnego musi zostać spełnione wiele z poniższych warunków:

**Orędownik programu na poziomie danego rejonu:** istnieje ktoś, kto posiada władzę i autorytet i wspiera program.

**Nieustające wsparcie dla personelu szkoły:** organizowane są warsztaty metodyczne dla nowych pracowników oraz regularne spotkania personelu, podczas których omawia się zarówno osiągnięcia jak i kłopoty.

**Dostępny na miejscu koordynator:** istnieje orędownik, który koordynuje i nadzoruje wdrażanie i udoskonalanie programu.

**Finansowanie:** proces określania i pozyskiwania dochodów w celu wsparcia programu jest zrozumiały.

**Odpowiedzialność finansowa:** Program jest finansowany zarówno przez poważne dotacje jak i drobne zbiórki pieniężne.

**Zaangażowanie rodziców i społeczeństwa:** rodzice i członkowie społeczności są stale informowani o programie. Wychodzi się naprzeciw ich obawom. Mają oni wiele możliwości aktywnego uczestniczenia w zajęciach programowych.

**Nieustająca ocena:** ocena programu wykorzystywana jest do jego doskonalenia oraz dalszego modyfikowana i uaktualniania.

## MODELE WDROŻENIOWE

### LOKALIZACJA I KONTEKST

W ostatnich klasach szkoły podstawowej oraz gimnazjum program Lions-Quest pt. „Sztuka dojrzewania” można oferować niezależnie lub nauczać w ramach takich istniejących przedmiotów jak nauki humanistyczne, wiedza o społeczeństwie, rozwój człowieka, poradnictwo, mała ekonomia i zdrowie<sup>5</sup>. Jeśli „Sztukę dojrzewania” włączy się w obszar danego przedmiotu, wówczas główne koncepcje programu można wzmacniać w trakcie nauki tego przedmiotu.

Program można równie efektywnie wprowadzać poza szkołą, na przykład w siedzibach organizacji religijnych czy domach kultury. Oczywiście, bez względu na lokalizację, personel prowadzący lekcje musi wcześniej ukończyć szkolenie przygotowane przez Fundację Lions-Quest.

---

<sup>5</sup> Są to przedmioty nauczane w szkołach amerykańskich. Należy odnieść je do polskiego programu nauczania, czyli języka polskiego i obcego, biologii, przyrody, matematyki, czy wychowania fizycznego, lub też podjąć indywidualne decyzje po zapoznaniu się z programem. (przyp. tłum.)

## FORMUŁA

Modele wdrożeniowe przedstawione dalej, pozwalają na zrealizowanie programu zarówno w ramach dziewięcioletniego lub semestralnego kursu, jak i kursu trwającego, jeden, dwa lub trzy lata.

W podręcznikach zawierających wskazówki metodyczne do programu nauczania znajdują się również cztery dodatkowe lekcje poświęcone wzmocnieniu więzi społecznych (umieszczone przy końcu Tomu 1), które należy wykorzystać wówczas, gdy program będzie realizowany w dłuższym - jedno-, dwu- lub trzyletnim trybie.

Badania wskazują, że programy rozwijające umiejętności życiowe są najbardziej efektywne, gdy realizowane są regularnie i intensywnie przez dłuższy okres czasu. Dlatego, stanowczo polecamy, by zajęcia prowadzone były w trybie trzyletnim, nie rzadziej niż dwa razy w tygodniu.

Po wybraniu modelu wdrożeniowego, być może zaistnieje potrzeba modyfikacji innych aspektów programu nauczania, by dopasować go do rozkładu zajęć oraz potrzeb uczniów. Należy pamiętać o tym, że program nauczania został skrupulatnie skonstruowany, tak by w sposób logiczny, sekwencyjny rozwijał poszczególne umiejętności. Omijanie zasadniczych lekcji zazwyczaj zmniejsza efektywność programu.

## MODELE

### MODEL TRZYLETNI

- **Rok 1:**  
Tom 1 - Podsumowanie jako kurs jednoroczny (zajęcia prowadzone dwa razy w tygodniu), kurs semestralny (zajęcia prowadzone codziennie) lub kurs dziewięcioletni (zob. str. 26)
- **Rok 2:**  
zajęcia (Rok 2) z Tomu 1 poświęcone wzmocnieniu więzi społecznych „Chcę zdrowo żyć”, Rok 2
- **Rok 3:**  
zajęcia (Rok 3) z Tomu 1 poświęcone wzmocnieniu więzi społecznych „Chcę zdrowo żyć”, Rok 3
- Rok 3

### MODEL DWULETNI

- **Rok 1:**  
Tom 1 - Podsumowanie jako kurs jednoroczny (zajęcia prowadzone dwa razy w tygodniu), kurs semestralny (zajęcia prowadzone codziennie) lub kurs dziewięcioletni (zob. str. 26)
- **Rok 2:**  
zajęcia (Rok 2) z Tomu 1 poświęcone wzmocnieniu więzi społecznych „Chcę zdrowo żyć”, Rok 2

## **MODEL JEDNOROCZNY**

**Opcja 1:** kurs roczny (zajęcia prowadzone dwa razy w tygodniu)

**Opcja 2:** kurs semestralny (zajęcia prowadzone codziennie)

**Opcja 3:** kurs dziewięcioletniowy (zajęcia prowadzone codziennie)

- Tom 1: Lekcje 1, 2, 4, 8, 10
- Tom 2: Lekcje 1, 4, 5, 8
- Jak służyć i pomagać innym: Lekcje 1-5
- Tom 3: Lekcje 1, 3, 4, 6, 7
- Tom 4: Lekcje 1, 5, 6, 7, 9
- Tom 5: Lekcje 4, 5
- Tom 6: Lekcje 1-15
- Tom 7: Lekcje 1, 4, 5
- Podsumowanie: Lekcja 2

## MODELE WDROŻENIOWE PROGRAMU

Elementy programu	Model trzyletni	Model dwuletni	Model jednoroczny
<b>Doskonalenie zawodowe</b>	Dyrektor szkoły i personel odpowiedzialny za wdrożenie programu biorą udział w warsztatach wstępnych w ramach programu Lions-Quest „Sztuka dojrzewania” oraz planują wdrożenie programu na trzech różnych poziomach klas.  Nieobowiązkowo: Pozostały personel uczestniczy w warsztatach Lions-Quest pt. „Wspieranie i Umacnianie programu”.	Dyrektor szkoły i personel odpowiedzialny za wdrożenie programu biorą udział w warsztatach wstępnych w ramach programu Lions-Quest „Sztuka dojrzewania” oraz planują wdrożenie programu na dwóch różnych poziomach klas.  Nieobowiązkowo: Pozostały personel uczestniczy w warsztatach Lions-Quest pt. „Wspieranie i Umacnianie programu”.	Dyrektor szkoły i personel odpowiedzialny za wdrożenie programu biorą udział w warsztatach wstępnych w ramach programu Lions-Quest „Sztuka dojrzewania” oraz planują wdrożenie programu na poziomie jednej klasy.  Nieobowiązkowo: Pozostały personel uczestniczy w warsztatach Lions-Quest pt. „Wspieranie i Umacnianie programu”.
<b>Kierownictwo programu</b>	Dyrektor jest aktywnym rzecznikiem programu, wspiera go i nadzoruje.	Dyrektor aktywnie wspiera program, kto inny może nim kierować.	Nauczyciele aktywnie współpracują przy planowaniu i wprowadzaniu programu w swoich klasach, mając poparcie dyrektora.
<b>Program nauczania w klasie oraz nauka służenia innym</b>	Szkoła przyjmuje model trzyletni. Nauka służenia innym i projekty pracy na rzecz społeczności realizowane są podczas całego okresu trzyletniego.	Szkoła przyjmuje model dwuletni. Nauka służenia innym i projekty pracy na rzecz społeczności realizowane są podczas pierwszego i drugiego roku.	Szkoła przyjmuje model jednoroczny, w sytuacji gdy program jest wzmacniany w latach poprzedzających i następnym innymi programami zapobiegawczymi oraz interwencyjnymi. Po zakończeniu Tomu 2, projekty pracy na rzecz społeczności realizowane są do końca kursu.
<b>Pozytywna atmosfera w szkole</b>	Personel szkoły i uczniowie pracują nad wprowadzeniem koncepcji programu w klasie i szkole. Szkoła przeprowadza przynajmniej dwie imprezy wzmacniające tematykę programu.	Pracownicy i uczniowie pracują nad dostosowaniem koncepcji programu do klasy i szkoły. Szkoła przeprowadza przynajmniej jedno ogólnoszkolne wydarzenie umacniające tematykę programu.	Koncepcje programowe i umiejętności są wprowadzane, ćwiczone i stosowane w celu wykreowania pozytywnego środowiska w klasie. Zachęca się do przeprowadzenia imprezy ogólnoszkolnej.
<b>Zaangażowanie rodziny</b>	Rodzice otrzymują list informujący o programie oraz podręcznik dla rodziców. Rocznie odbywają się co najmniej trzy spotkania z rodzicami.	Wszyscy rodzice otrzymują list informujący o programie oraz podręcznik dla rodziców. Rocznie odbywają się co najmniej dwa spotkania z rodzicami.	Wszyscy rodzice otrzymują list informujący o programie oraz podręcznik dla rodziców. Rocznie odbywa się co najmniej jedno spotkanie z rodzicami.
<b>Zaangażowanie społeczeństwa</b>	Członkowie społeczności uczestniczą w zajęciach. Klub Lions aktywnie angażuje się w program.	Członkowie społeczności uczestniczą w zajęciach. Klub Lions aktywnie wspiera program.	Członkowie społeczności są poinformowani o programie i uczestniczą w zajęciach. Klub Lions wspiera program.

## **„SZTUKA DOJRZEWANIA” JAKO INICJATYWA OGÓLNOŠKOLNA**

Chociaż zamysłem „Sztuki dojrzewanania” było stosowanie jej w indywidualnych klasach, to w szerszej perspektywie, obejmuje ona również wzmacnianie koncepcji i umiejętności programowych na terenie całej szkoły. Matryca przedstawiona na następnej stronie prezentuje model całościowy, który może obejmować:

- Nauczanie programu na więcej niż jednym poziomie,
- Wprowadzanie zajęć ogólnoszkolnych i interdyscyplinarnych zgodnie z sugestiami zawartymi w rozdziałach zatytułowanych „Rozwijanie tematów w szkole i poza szkołą” oraz „Zastosowania interdyscyplinarne” znajdujących się w każdym tomie wskazówek metodycznych do „Sztuki dojrzewanania”,
- Wzmacnianie kluczowych tematów programu w całej szkole,
- Angażowanie rodziców i członków społeczności w umacnianie kluczowych tematów programu,
- Organizowanie imprez szkolnych powiązanych z kluczowymi tematami programu.

Poniżej, znajduje się przykład tego, jak koncepcja programu dotycząca „podejmowania właściwych decyzji” może zostać rozpropagowana w całej szkole poprzez wykorzystanie komponentów programu:

**Program nauczania w klasie:** uczniowie poznają sposoby podejmowania właściwych decyzji w Tomie 2 „Sztuki dojrzewanania”.

**Nauka służenia innym:** uczniowie z różnych klas uczestniczą w ogólnoszkolnym projekcie pracy na rzecz społeczności. Następnie omawiają i oceniają, jaki wpływ na kształt projektu miały podejmowane przez nich decyzje.

**Pozytywna atmosfera:** na zgromadzeniu całej szkoły grupa lokalnych „decydentów” omawia sposoby, dzięki którym podejmują oni właściwe decyzje.

**Zaangażowanie rodziny:** rodzice biorą udział w spotkaniu z rodzicami prowadzonemu w ramach „Sztuki dojrzewanania”, poświęconemu sposobom wzmacniania w domu umiejętności podejmowania decyzji przez uczniów.

**Zaangażowanie społeczeństwa:** klub Lions pomaga w zaplanowaniu i uczestniczy w zgromadzeniu szkoły poświęconemu podejmowaniu decyzji.

Wprowadzanie programu w całej szkole wymaga wspólnego kierownictwa, współpracy i koordynacji. Badania jednoznacznie wykazują - im więcej ludzi pomaga wzmacniać kluczowe pojęcia i umiejętności nauczane w programie, tym większa jest jego siła oddziaływania.

## WZORZEC WDRAŻANIA PROGRAMU W SZKOLE

Elementy programu	Realizacja w klasie	Realizacja w szkole
<b>Program nauczania w klasie</b>	<p>Nauczyciele prowadzą zajęcia z Tomów od 1 do „Podsumowania” w ramach dziewięcioletniego mini-kursu, kursu semestralnego lub kursu rocznego albo też w ramach już istniejącego przedmiotu. „Sztuka dojrzewania” wprowadzana jest w trybie jedno-, dwu-, lub najchętniej trzyletnim. Model roczny zaleca się jedynie wówczas, gdy były już wcześniej prowadzone inne programy zapobiegawcze i będą one kontynuowane by wzmacniać koncepcje i umiejętności zawarte w „Sztuce dojrzewania”.</p>	<p>Program umożliwia szkole stworzenie wspólnej wizji i wspólnego języka na potrzeby prewencji, rozwijania młodzieży i kształtowania jej charakteru. Dyrektor i osoby realizujące program uczestniczą w szkoleniu i koordynują swoje wysiłki podjęte w celu nauczania i wzmacniania koncepcji i umiejętności zawartych w programie na wszystkich poziomach klas.</p>
<b>Służenie innym</b>	<p>Uczniowie stosują umiejętności i pojęcia, które poznają przy planowaniu i realizacji przynajmniej jednego projektu pracy na rzecz społeczności.</p>	<p>Uczniowie na wszystkich poziomach klas biorą udział w klasowych i ogólnoszkolnych projektach pracy na rzecz społeczności.</p>
<b>Pozytywna atmosfera w klasie</b>	<p>Umiejętności i koncepcje zawarte w programie są przyswajane, ćwiczone i stosowane tak, aby stworzyć pozytywną atmosferę w klasie.</p>	<p>Umiejętności i koncepcje zawarte w programie są przyswajane, ćwiczone i stosowane we wszystkich klasach, na różnych poziomach, tak, aby stworzyć pozytywną atmosferę w całej szkole. Organizuje się jedną lub dwie imprezy szkolne służące wsparciu treści programowych.</p>
<b>Zaangażowanie rodziny</b>	<p>Rodzice otrzymują list informujący o programie oraz podręcznik dla rodziców. Rodziny wzmacniają koncepcje i umiejętności zawarte w programie poprzez odrabianie wspólnych zadań domowych, zapoznanie się z podręcznikiem dla rodziców pt. „Czas pełen niespodzianek” oraz uczestnictwo w specjalnych imprezach klasowych.</p>	<p>Rodziny również działają w zespole wdrożeniowym oraz w szkolnym zespole tworzenia dobrego nastroju oraz biorą udział w spotkaniach z rodzicami w ramach „Sztuki dojrzewania” i imprezach szkolnych związanych z programem.</p>
<b>Zaangażowanie społeczeństwa</b>	<p>Członkowie społeczności znają program, biorą w nim udział jako prelegenci oraz współdziałają z uczniami podczas realizacji projektów pracy na rzecz społeczności oraz specjalnych imprez klasowych.</p>	<p>Lokalne Kluby Lions i inne grupy społeczne wspierają program poprzez finansowanie warsztatów i materiałów dla uczniów. Pomagają w planowaniu i wspierają projekty pracy na rzecz społeczności oraz imprezy szkolne.</p>

# STRATEGIE NAUCZANIA

## KONSTRUKCJA LEKCJI

Lekcja w ramach programu Lions-Quest pt. „Sztuka dojrzewanía” jest modelem synkretycznym opartym na pracy różnorodnych badaczy i praktyków. Lekcja opiera się na następujących zasadach nauczania:

- **Nauka jest zorientowana na cele.**  
Ponieważ uczniowie są bardziej chłonni, kiedy znają cel nauczania, nauczyciel wyjaśnia im cel lekcji oraz powody, dla których będą się uczyć określonych umiejętności i wiedzy.
- **Nauka to łączenie nowych informacji z wcześniejszą wiedzą.**  
Dyskusje i zajęcia pomagają uczniom zbudować most pomiędzy posiadaną już wiedzą i nowymi informacjami.
- **Nauka postępuje etapami, co jakiś czas powracając do nauczanych treści.**  
Spiralna struktura programu nauczania pozwala na powtórzenie i wzmocnienie nowych umiejętności i wiedzy.
- **Nauka dostosowana jest do poziomu dzieci.**  
Treści, podejście i tempo każdej lekcji są zaprojektowane tak, aby sprostać możliwościom młodszych nastolatków.

## CZTERY FAZY LEKCJI

Postrzeganie uczniów jako aktywnych uczestników lekcji, inicjujących własną naukę w naturalny sposób, który czerpie z ich wrodzonej ciekawości świata, ma kluczowe znaczenie dla struktury lekcji. Nacisk kładzie się tu na wzajemne oddziaływanie, stanowiące zasadniczy element tworzenia więzi emocjonalnych ucznia ze szkołą (Hawkins, 1999). Młodzi ludzie pracują razem, by uczyć się pojęć, ćwiczyć rozumowanie i umiejętności społeczne oraz odkrywać korzyści płynące ze współpracy nastawionej na osiągnięcie wspólnych celów. Cztery fazy lekcji dają uczniom możliwość oparcia się na własnej wiedzy i doświadczeniach, włączania nowych wiadomości, ćwiczenia tego, czego się uczą, rozważania i stosowania nowych spostrzeżeń i wiedzy do całej gamy nowych sytuacji.

### FAZA PIERWSZA: ODKRYWAMY

*Cel: Odkrycie, co uczniowie już wiedzą na dany temat.*

Nauczyciel z entuzjazmem prezentuje temat, stymuluje zainteresowanie uczniów, demonstruje umiejętność aktywnego słuchania i poszanowanie odmiennych punktów widzenia oraz rozpoczyna ocenę stopnia zaznajomienia uczniów z tym ditingtematem.

**Główne strategie nauczania:** Pytania otwarte, reagowanie z szacunkiem, refleksja.

### FAZA DRUGA: KOJARZYM

*Cel: Połączenie posiadanej wiedzy z nowymi informacjami i umiejętnościami.*

Krótkie wyjaśnienia, przykłady i demonstracje stosowane są do prezentowania nowych informacji i umiejętności oraz odpowiedniego ich zastosowania. Stosuje się tu przeźrocza, teksty źródłowe, arkusze informacyjne, artykuły i opowiadania by pomóc uczniom zrozumieć nowe pojęcia.

**Główne strategie nauczania:** Demonstracja, przykłady, dyskusja.

### ETAP TRZECI: ĆWICZYMY

**Cel:** Ćwiczenie nowej umiejętności pod nadzorem nauczyciela i refleksja dotycząca nauczanych treści.

Uczniowie ćwiczą nową umiejętność lub wiedzę w konkretnym i znaczącym kontekście. Nauczyciel starannie nadzoruje tę czynność, by mieć pewność, że uczniowie rozumieją tę wiedzę lub umiejętność i potrafią prawidłowo je zastosować. Poprzez zadawanie pytań wymagających głębszego zastanowienia, nauczyciel ułatwia zastosowanie umiejętności, przyswojenie wiedzy i podsumowanie kluczowych pojęć.

**Główne strategie nauczania:** praca grupowa, ćwiczenia kontrolowane, pytania skłaniające do refleksji.

### ETAP CZWARTY: STOSUJEMY

**Cel:** Zastosowanie nowej wiedzy i umiejętności w nowej sytuacji

Poprzez prowadzenie notatek, uczniowie zastanawiają się, jak mogliby zastosować kluczowe pojęcia we własnym życiu.

Dodatkowe zadania oferują dalsze możliwości stosowania tych pojęć oraz zachęcają do omawiania ich z bliskimi i przyjaznymi dorosłymi w domu i szkole.

**Główne strategie nauczania: prace pisemne,** Pisanie prac, zajęcia praktyczne, rozmowy z dorosłymi, prezentacje na forum klasy.

*„Sztuka dojrzewania” odmieniła moją szkołę. Całkowicie zmieniła panującą w niej atmosferę. Problemy z dyscypliną znacznie zmaleły od czasu, kiedy wprowadziliśmy program; dzięki niemu moja praca stała się dużo łatwiejsza.”*

- Dyrektor gimnazjum, Michigan

## POZYTYWNE STRATEGIE STOSOWANE W KLASIE

### PRZYGOTOWANIE DO NAUCZANIA PROGRAMU

Uzupełnieniem informacji i bezpośrednich doświadczeń zdobytych podczas warsztatów metodycznych Lions-Quest, są poniższe wskazówki, które mogą być pomocne w przygotowaniu się do prowadzenia kursu.

- Każdy tom należy przeczytać w całości, zanim zostanie on wprowadzony w klasie. W ten sposób będzie wiadomo, czy należy poczynić dodatkowe przygotowania. Będzie można również lepiej zaplanować prace domowe, powielić materiały pomocnicze dla uczniów, ustalić harmonogram zajęć uwzględniając wakacje oraz planować projekty.
- Niektóre lekcje trzeba będzie zaplanować z dużym wyprzedzeniem, by goście specjalni wywodzący się spośród członków społeczności mogli przybyć w odpowiednim czasie na zajęcia. Uczniowie, inni nauczyciele, lub szkolny zespół tworzenia dobrego nastroju, z pewnością będą pomocni we wskazaniu właściwych osób. Członkowie Lions lub inne grupy wspierające program pt. „Sztuka dojrzewania” mogą również umożliwić właściwe kontakty.

## ARANŻACJA KLASY

Aby zwiększyć uczestnictwo w zajęciach, uczniowie powinni siedzieć tak, by wszyscy dobrze się widzieli. Ustawianie biurek lub stołów w „wyspy” również pomaga wprowadzić swobodną atmosferę i wzmocnić poczucie wspólnoty każdej grupy.

## EFEKTYWNE DYSKUSJE

Efektywne dyskusje pomagają uczniom określić to, czego się nauczyli, zastanowić się, jakie ma to dla nich znaczenie i zastosować nową wiedzę we własnym, codziennym życiu. Wiele z pytań zawartych w „Sztuce dojrzewania” oscyluje wokół wzorcowego: „Co? Dlaczego? Jak?”:

- Czego się dowiedzieliście?
- Dlaczego uważacie, że jest to ważne?
- Jak możecie wykorzystać to, czego się dowiedzieliście?

A oto kilka wskazówek, jak prowadzić dyskusję:

- **Nie śpiesz się.** Po zadaniu pytania, odlicz w pamięci do siedmiu. Jeśli nikt nie odpowie, inaczej sformułuj pytanie.
- **Stosuj pytania otwarte, aby zachęcić do samodzielnego myślenia.** Pytania otwarte wymagają odpowiedzi opisowej; nie można odpowiedzieć na nie tylko „tak” lub „nie”; zachęcają one uczniów do wyrażania własnego zdania, stawiania hipotez i rozważania alternatywnych rozwiązań.
- **Stosuj pytania zamknięte, gdy sprawdzasz zrozumienie zadania lub analizujesz fakty.** Oto dwa przykłady pytań zamkniętych: „Co rozumiesz pod pojęciem presja zewnętrzna?; „Jak marihuana może wpływać na zdrowie młodego człowieka, wymień kilka sposobów?”
- **Korzystaj z odpowiedzi uczniów.** Słuchaj uważnie tego, co mówią uczniowie i formułuj następne pytanie w oparciu o ich odpowiedzi.
- **Zgadź się z wieloma odpowiedziami, jeśli będą właściwe.** Akceptowanie kilku odpowiedzi świadczy o poszanowaniu wielu punktów widzenia. Pamiętaj jednak, by skorygować wszelkie dezinformacje.
- **Urozmaicaj sposoby odpowiadania uczniów.** Mogą oni podnosić rękę, kiedy prosisz o wyrażenie zgody lub sprzeciwu. Mogą udzielić odpowiedzi swojemu partnerowi lub mniejszej grupie uczniów albo od czasu do czasu odpowiedzieć pisemnie. Stosuj koncept „Pomyśl, odpowiedz koledze, przedyskutuj z klasą” prosząc uczniów o indywidualne zastanowienie się nad pytaniem, omówienie go z partnerem, a wreszcie o przedyskutowanie go z całą klasą.
- **Wciągaj do dyskusji nieśmiałyh uczniów, od czasu do czasu wywołując ich po imieniu.** Każdy uczeń ma prawo zachować milczenie, ale okazanie mu szczególnego zainteresowania buduje w nim wiarę w siebie.
- **Dobieraj nieśmiałyh uczniów do pary.** Kiedy uczniowie nabiorą już pewności siebie w parach i małych grupkach, istnieje większe prawdopodobieństwo, że odważą się zabrać głos w większej grupie.

- **Pozyskaj pomoc rozmownych uczniów, by zachęcali innych do brania udziału w dyskusjach.** Na przykład, mógłbyś powiedzieć: „Stefan, dowiedzmy się, co na ten temat uważa Karol.”

*Pamiętaj, by unikać dyskusji, które mogą naruszyć czyjąś prywatność.*

## POSZANOWANIE PRYWATNOŚCI

Pamiętaj, by unikać dyskusji, które mogą naruszyć czyjąś prywatność. Daj uczniom do zrozumienia, że niektóre tematy nie są odpowiednie, by omawiać je na forum klasy, np. problemy rodzinne, kontrowersyjne kwestie moralne i inne delikatne sprawy.

Jeśli ktoś poruszy kwestie osobiste, zwróć uwagę, że nie są one odpowiednie, by omawiać je w klasie. Porozmawiaj z uczniem po lekcji i zachęć go, by porozmawiał na ten temat z rodzicami. Jeśli jest to niewskazane, postępuj zgodnie z ogólnymi wytycznymi dotyczącymi kierowania uczniów do pedagoga, pracownika opieki społecznej lub szkolnego psychologa (zgodnie z wymogami prawa, pewne informacje takie, jak podejrzenie stosowania fizycznej przemocy lub molestowania seksualnego, należy zgłaszać odpowiednim władzom).

## JAK RADZIĆ SOBIE Z NIEWŁAŚCIWYM ZACHOWANIEM

Jeśli ktoś zachowuje się niewłaściwie, raczej komentuj tę sytuację, zamiast ją ignorować. Zaangażuj uczniów w rozwiązywanie problemów. Powiedz, na przykład: „Zdaje się, że niektórzy z nas nie czują się tu najlepiej? Jak możemy to zmienić?”. Oceń, czy istnieje potrzeba doprecyzowania lub

*Podkreśl, że uczniowie muszą być odpowiedzialni za swoje zachowanie. Nie można pozwolić na to, by jedna osoba popsuta doznania całej klasie.*

*Klasa uczestnicząca w programie pt. „Sztuka dojrzewania” to tętniące życiem miejsce, gdzie uczniowie bezustannie aktywnie uczestniczą we własnym procesie uczenia się, którym, co oczywiste, kieruje nauczyciel – lecz jest to nauczyciel wrażliwy i wyczułony na ich potrzeby.*

ustalenia większej ilości zasad klasowych.

Po lekcji, jeszcze tego samego dnia, porozmawiaj z kłopotliwym uczniem i wyjaśnij mu, jakie masz wobec niego oczekiwania. Zachęć ucznia do wyartykułowania swoich obaw i przedstawienia własnych sugestii. Dojdźcie do porozumienia co do dalszego postępowania oraz konsekwencji, jakie uczeń poniesie, jeśli

jego złe zachowanie się powtórzy. Podkreśl, że uczniowie muszą być odpowiedzialni za swoje zachowanie. Nie można pozwolić na to, by jedna osoba popsuta doznania całej klasie. Następnie nałóż na ucznia ważne obowiązki klasowe. Skoncentruj na nim swoją uwagę, czyniąc to w pozytywny sposób.

Jeśli niektórzy uczniowie nie odrabiają prac domowych, zastanów się, czy nie należy ustalić sposobu oceny. Pierwszego dnia zajęć poinformuj uczniów o Twoich kryteriach oceniania. Pamiętaj, by zawsze sprawdzać i oceniać karty pracy, zadania pisemne i notatki ucznia.

Mimo że uczniowie mają prawo zachować milczenie podczas dyskusji, ktoś może nadużywać tego prawa. Porozmawiaj z tym uczniem po lekcji. Sprecyzuj swoje

wymagania i konsekwencje grożące za takie zachowanie. Wy tłumacz uczniowi, że wymaganym minimum będzie przedstawienie dowodu na to, że wykonał on swoje zadanie.

Nauczyciel programu Lions-Quest winien posiadać umiejętność łączenia formalnej struktury organizacyjnej lekcji z elementami o charakterze nieoficjalnym. Musi on pełnić rolę zarówno opiekuńczego przewodnika jak i godnego szacunku autorytetu. Klasa uczestnicząca w programie pt. „Sztuka dojrzewania” to tętniące życiem miejsce, gdzie uczniowie bezustannie aktywnie uczestniczą we własnym procesie uczenia się, którym, co oczywiste, kieruje nauczyciel – lecz jest to nauczyciel wrażliwy i wyczulony na ich potrzeby.

*Pierwszorzędnym zadaniem nauczyciela „Sztuki dojrzewania” jest stworzenie i utrzymanie pozytywnej i przyjaznej atmosfery w klasie, która umożliwi uczniom swobodne nabywanie wiedzy.*

## UMOWY KLASOWE

Pierwszorzędnym zadaniem nauczyciela „Sztuki dojrzewania” jest stworzenie i utrzymanie pozytywnej i przyjaznej atmosfery w klasie, która umożliwi uczniom swobodne nabywanie wiedzy. Podczas Lekcji 2, Tom 1 uczniowie podejmują decyzje dotyczące określonych zasad zachowania, dzięki którym nauka w klasie będzie przebiegała w dobrej atmosferze. Być może zechcesz dodać własne zasady. Kiedy tylko zasady i konsekwencje ich nieprzestrzegania zostaną ustalone, wywieś je w klasie na czas trwania programu.

Pomaganie w ustalaniu zasad i konsekwencji ich nieprzestrzegania daje uczniom poczucie „posiadania ich na własność” i zwiększa prawdopodobieństwo, że będą ich przestrzegać. Może się jednak zdarzyć, że trzeba będzie nauczyć dzieci właściwych zachowań i dać im czas na ich przećwiczenie, zanim w pełni się im podporządkują.

Pomagając uczniom w uzgodnieniu dopuszczalnego zachowania należy pamiętać, że pewne określone zachowania nauczyciela również wpływają na efektywne kierowanie klasą. Między innymi jest to:

- Jasne wyrażanie się na temat tego, co jest, a co nie jest zachowaniem dopuszczalnym.
- Uważne obserwowanie zachowania uczniów i szybkie reagowanie na złe zachowanie.
- Pilnowanie zasad dotyczących zachowania i dawanie pozytywnego przykładu.
- Stosowanie ustalonych konsekwencji za złe zachowanie.
- Nadzorowanie postępów uczniów poprzez sprawdzanie zadań domowych oraz bezzwłoczne ich oddawanie.

## JAK RADZIĆ SOBIE Z PRAWEM DO REZYGNACJI Z UDZIAŁU

Jedną z Twoich zasad klasowych powinna dawać uczniom prawo zrezygnowania z udziału w dyskusjach, które wymagają ujawniania poglądów i własnych doznań. Na ogół, w atmosferze szacunku i zaufania, większość uczniów będzie chętnie uczestniczyć w zajęciach. Prawo do zachowania milczenia należy jednak ustanowić już na samym początku kursu i często o nim przypominać.

Na przykład, możesz powiedzieć, „Kto pierwszy chce zabrać głos? Pamiętajcie, każdy ma prawo odmówić.” Zaznacz, że prawo do odmowy nie dotyczy zadanych prac i projektów. Być może zechcesz zobaczyć jakiś dowód potwierdzający, że uczeń wykonał swoje zadanie.

## ODGRYWANIE RÓL I ĆWICZENIA KONTROLOWANE

Faza lekcji zatytułowana „ĆWICZYMY” często obejmuje odgrywanie pewnych ról i praktykowanie umiejętności pod nadzorem. Oto kilka wskazówek, jak sprawić, by ćwiczenia te powiodły się z Twoimi uczniami:

- **Stwórz atmosferę bezpieczeństwa.** Przypomnij uczniom, że podczas ćwiczenia umiejętności można popełniać błędy. Chodzi przecież o to, by razem się uczyć i praktykować nową wiedzę. Nie pozwalaj uczniom robić żadnych upokarzających uwag ani naśmiewać się z kolegów.
- **Wyraźnie określ cel nadzorowanych ćwiczeń.** Dopilnuj, by uczniowie zrozumieli, że celem ćwiczeń jest opanowanie umiejętności, a nie prezentowanie negatywnych zachowań.
- **Najpierw sam zaprezentuj daną umiejętność.** Zawsze najpierw sam zaprezentuj właściwe zastosowanie umiejętności, zanim uczniowie zaczną ją ćwiczyć. Zapytaj, czy rozumieją, jak ją stosować i czy są gotowi, by wypróbować ją z kolegami.
- **Określ sytuacje, które zastosujesz w ćwiczeniach kontrolowanych.** Mimo, że uczniowie będą wносить własne pomysły, wybieraj tylko te sytuacje, które będą odpowiednie dla Twojej klasy.
- **Po zakończeniu ćwiczenia kontrolowanego przedstaw swoje opinie – klarowne i pełne wsparcia.** Bezpośrednio po zakończeniu ćwiczenia, poproś uczniów o ustalenie, które reakcje były skuteczne. Następnie przedstaw swoją własną, klarowną opinię na temat właściwego zademonstrowania danej umiejętności.

## STOSOWANIE ĆWICZEŃ AKTYWIZUJĄCYCH

Ćwiczenia aktywizujące to krótkie działania, których celem jest zapoznanie ze sobą grupy, wywołanie dyskusji, rozwinięcie jakiegoś pomysłu, zmieniienie tempa zajęć lub zamknięcie tematu. Każdy tom zawiera ćwiczenia aktywizujące, które są związane z jego tematem, choć wiele z nich można z powodzeniem stosować podczas realizacji całego programu. Fundacja Quest International i Lions-Quest Kanada oferują również dodatkowe ćwiczenia aktywizujące w książce pt. „Energize!”<sup>6</sup>

Najlepszym sposobem poznania przez uczniów ćwiczenia aktywizującego jest wykonanie go. Zaczynij od krótkiego opisu ćwiczenia, jego podstawowych zasad i celu. Potem zademonstruj je wraz z kilkoma ochotnikami, opisując zasady i wyjaśniając je w trakcie prezentacji. Oto kilka innych sugestii:

- Wykonuj ćwiczenie wraz z uczniami. Pokaż, jak należy przestrzegać zasady fair play i jak należy ze sobą współpracować.
- Taktownie akceptuj różnice kulturowe. Niektóre dzieci mogą czuć się skrępowane podczas ćwiczeń, które wiążą się z kontaktem fizycznym lub

---

<sup>6</sup> Książka nie jest jeszcze dostępna w języku polskim (przyp. red.)

wspólną zabawą dziewcząt i chłopców. Jeśli takie będzie ich życzenie, pozwól uczniom tylko obserwować.<sup>7</sup>

- Jeśli trzeba zmodyfikuj ćwiczenie. Zmień zasady, przybory, granice, liczebność drużyn lub wszystko to, co sprawi, że Twoja klasa będzie miała więcej zabawy.
- Omów ćwiczenie aktywizujące po jego zakończeniu. Podkreśl wszelkie wspólne działania podjęte przez uczniów. Porozmawiaj o pracy w kierunku osiągnięcia wspólnego celu i o wzajemnej pomocy. Zapytaj uczniów, czego się nauczyli, jak rozwiązali problem albo czy ćwiczenie dało takie efekty, jakich się spodziewali.

## ZAJĘCIA TWORZĄCE DOBRĄ ATMOSFERĘ W KLASIE

Poniższe zajęcia są kolejną propozycją tego, jak można pomóc grupie poznać się lepiej i stworzyć atmosferę współpracy. Wprowadzaj je podczas całego kursu, a następnie omawiaj z uczniami, czego się dzięki nim nauczyli. Nadadzą one programowi dodatkowego, pozytywnego wymiaru.

### „SEKRETNY PRZYJACIEL”

Niech uczniowie zapiszą na kartkach swoje imiona i daty urodzin oraz 15 rzeczy, które lubią robić lub mieć w pobliżu. Poproś ich o złożenie kartek i umieszczenie w pudełku. Następnie, niech każdy uczeń wylosuje jedną kartkę a osoba, której imię tam się znajduje, zostanie jego „sekretnym przyjacielem”.

W trakcie kursu uczniowie powinni robić pomocne i przyjazne uczynki dla swoich „sekretnych przyjaciół” bez ujawniania swojej tożsamości. Mogą ofiarować im drobne prezenty, ale nie powinni niczego kupować. Mogą zostawiać dla siebie liściki w „Poczcie Przyjaciół” (pudełko lub szuflada w klasie). „Sekretni przyjaciele” mogą ujawnić swoją tożsamość dopiero podczas uroczystego zakończenia projektu pracy na rzecz społeczności, które odbędzie się pod koniec kursu.

Aby zapobiec niemiłym uwagom, pełnij rolę „Naczelnika Poczty Przyjaciół” i przeglądaj korespondencję pod koniec lekcji raz lub dwa razy w tygodniu.

### „SŁYNNY MUR”<sup>8</sup>

Zachęć uczniów, by przynieśli zdjęcia osób lub wydarzeń, które są dla nich ważne w życiu i stwórzcie „Słynny Mur” poprzez umieszczenie ich na jednej ze ścian szkoły lub klasy. Zdjęcia mogą przedstawiać rodziców lub innych członków rodziny, przyjaciół, nauczycieli, postacie historyczne, bieżące wydarzenia lub sławne osoby (być może zechcesz nieco ograniczyć tę ostatnią kategorię). Zdjęcia mogą również przedstawiać cele, które ktoś osiągnął. Poproś uczniów, by opisali każde zdjęcie w jednym, czy dwóch zdaniach. Omów podobieństwa i różnice między zdjęciami.

---

<sup>7</sup> Duże różnice kulturowe w USA niekoniecznie znajdują swoje odbicie w znacznie bardziej jednorodnym społeczeństwie polskim, jednak może się zdarzyć, że i w polskiej klasie będą uczniowie reprezentujący inne wychowanie, toteż należy uwzględnić ich potrzeby. (przyp. tłum.)

<sup>8</sup> Ang. określenie „Wall of Fame” czyli „Ściana sławy” w przekładzie dosłownym kojarzy się ze ścianą płaczu, toteż zaproponowano przekład na zasadzie parafrazy „chiński mur” – „słynny mur” (przyp. tłum.)

## KALENDARZ

Podziel klasę na 12 grup i poproś, by każda z nich stworzyła na dużym arkuszu papieru jeden miesiąc kalendarza. Niech każdy członek grupy wpisze w miesiąc przydzielony swojej grupie jakiś ważny dla niego dzień lub wydarzenie. Wywieś wszystkie miesiące tak, by koleżanki i koledzy i z klasy mogli dopisywać ważne daty i uroczystości rodzinne do miesięcy innych grup dzieląc się w ten sposób doniosłymi wydarzeniami w ich życiu.

## CZAS OTUCHY I WSPARCIA

Ostatnie pięć minut lekcji przeznacz dla uczniów, by mogli podzielić się tym, co jest dla nich ważne. Być może zechcą opowiedzieć o bracie, który właśnie przyjechał z uczelni na przerwę semestralną, o nowym zwierzątku, o jakimś osiągnięciu, dobrej ocenie, drobnym upominku, przyjacielu, który się wyprowadza lub o jakimś rozczarowaniu. Zachęcaj kolegów z klasy, by uważnie słuchali, oklaskiwali osiągnięcia i wspierali tych, którzy przeżywają rozczarowania.

**Uwaga: Uczniowie nie powinni opowiadać o sprawach rodzinnych lub osobistych, które mogą okazać się nieodpowiednie, by omawiać je w klasie. Jeśli uczeń chce porozmawiać o sprawach prywatnych, spotkaj się z nim po lekcji. Jeśli potrzebna jest specjalistyczna pomoc, zastosuj się do wytycznych dyrekcji szkoły dotyczących kierowania uczniów na konsultacje.**

Gdy uczniowie zaczną czuć się swobodniej w swoim towarzystwie, być może trzeba będzie ograniczyć wypowiedź każdej osoby do jednej minuty. Czas na „otuchę i wsparcie” można zaplanować raz w tygodniu w konkretny dzień, ale zawsze dawaj uczniom kilka chwil, kiedy tylko o to poproszą.

## RADUJMY SIĘ

Daj uczniom kilka fiszek katalogowych do wypełnienia kiedy sami zechcą, w których opiszą godne uwagi wydarzenia i osiągnięcia. Wyznacz specjalne miejsce, w którym będą mogli wywiesić swoje karty.

Można by tu wymienić, na przykład:

- Własne osiągnięcie ucznia,
- Godny pochwały czyn lub osiągnięcie innej osoby,
- Specjalną uroczystość rodzinną lub tradycję,
- Urodziny.

## PUDEŁKO Z PYTANIAMI

Ustaw pudełko z pytaniami i nadaj mu jakieś zabawne imię, na przykład „Pleciuga”. Zachęcaj uczniów do pisania anonimowych pytań i wkładania ich do pudełka.

Wyjaśnij, że odpowiesz na pytania podczas dyskusji klasowych. Jeśli pewne pytania będą dotyczyć spraw prywatnych, nie omawiaj ich w klasie. Możesz jednak pomóc uczniom znaleźć wsparcie poza klasą, na przykład u ich rodziców lub szkolnego pedagoga.

## PIKNIK

Zaplanuj piknik w parku lub wizytę w czyimś domu na małą przekąskę. Podziel klasę na grupy, które zajmą się zaplanowaniem gier lub zabaw i zorganizowaniem posiłku.

## PROWADZENIE ZAJĘĆ W KLASIE- LISTA KONTROLNA

Poniższa lista kontrolna stanowi podsumowanie wielu efektywnych strategii kierowania klasą.

### WARUNKI W KLASIE:

- Aranżuję salę tak, by odzwierciedlała sposób podejścia skoncentrowany na uczniu.
- Ustawiam ławki tak, by wszyscy uczniowie mogli się widzieć.
- Pamiętam, by wszelkie tablice informacyjne i gazetki ściennie odzwierciedlały etniczne i rasowe zróżnicowanie moich uczniów.

### SWOBODNA ATMOSFERA:

- Zapamiętuję imiona uczniów i często ich używam.
- Poświęcam uwagę każdemu uczniowi.
- Unikam posiadania ulubieńców.
- Wcielam w życie wszystkie umowy klasowe.
- Skupiam się na pozytywnych cechach uczniów i chwalam ich wysiłki.
- Wyznaczam zadania, które nie przekraczają możliwości uczniów.

### PROWADZĄC LEKCJĘ:

- Zawsze jestem przygotowany.
- Pilnuję, by uczniowie byli gotowi do nauki i odłożyli na bok wszystkie nie związane z lekcją sprawy.
- Piszę cel lekcji na tablicy.
- Podczas lekcji zadaję pytania, by sprawdzić, czy wszystko jest jasne i zrozumiałe.
- Podaję klarowne instrukcje oraz przykłady zadań, jeśli są potrzebne.
- Włączam uczniów w ćwiczenia kontrolowane, zanim poproszę ich o zastosowanie w praktyce nowych umiejętności lub wiedzy.
- Bezzwłocznie sprawdzam zadania domowe, ustne i pisemne.
- Stosuję pytania zamykające, by pomóc uczniom ocenić nową wiedzę.
- Zadaję pracę domową lub zrobienie notatki przez ucznia.

### UTRZYMUJĄC DYSCYPLINĘ:

- Zachęcam uczniów, by raczej omawiali rozwiązania, niż obwiniali innych.
- Konsekwentnie egzekwuję umowy klasowe.
- Radzę sobie z problemami szybko i dyskretnie, traktując uczniów sprawiedliwie i z szacunkiem.

- Reaguję na niewłaściwe zachowania i wyjaśniam, dlaczego te zachowania są niewłaściwe.
- Po lekcji rozmawiam z uczniami, którzy nadal lekceważą zasady obowiązujące w grupie.

## NAUKA POPRZEZ WSPÓŁPRACĘ

Nauka poprzez współpracę okazała się być potężnym narzędziem posiadającym ogromny wpływ na uczniów i atmosferę w klasie. Nauka poprzez współpracę oznacza jednak daleko więcej, aniżeli dzielenie uczniów na grupy. Obejmuje ona również grupowe uczestnictwo w projekcie, którego efekty wynikają ze wspólnego wysiłku, dążenia do tego samego celu, a osiągnięty sukces jest wspólny dla wszystkich w niego zaangażowanych. Pomysły i pomoce są wspólne, czasami przydziela się pewne prace, na koniec nagradza się każda osobę za pomyślnie ukończenie wspólnego zadania.

Wszyscy nauczyciele, począwszy od przedszkola po liceum, potwierdzają, że nauka poprzez współpracę naprawdę działa i daje dobre efekty. Należy też pamiętać, że nauka ta znacznie wykracza poza szkolne mury - umiejętność współpracy z innymi stanowi przecież podstawę budowania i utrzymywania trwałych przyjaźni, stabilnych rodzin i rozwijania zawodowych karier.

*Umiejętność współpracy z innymi stanowi podstawę budowania i utrzymywania trwałych przyjaźni, stabilnych rodzin i rozwijania zawodowych karier.*

## STRUKTURA WSPÓŁPRACY GRUPOWEJ

Nauka poprzez współpracę może być budowana na różne sposoby. Zgodnie z jednym podejściem, uczniowie współpracują wewnątrz swoich grup, ale grupy te rywalizują ze sobą, podobnie jak to się dzieje pomiędzy drużynami sportowymi. Inne modele kładą nacisk jedynie na element współpracy i unikają wszelkiego współzawodnictwa.

Niezależnie od przyjętego modelu, podstawowe cele to zrozumienie i zapamiętanie nowego materiału oraz pozytywna współzależność wszystkich uczestników tego procesu. Pozytywna współzależność oznacza, że uczniowie muszą polegać jeden na drugim, by wykonać zadania. Można ją pobudzić poprzez:

- Dawanie tylko jednego egzemplarza materiałów całej grupie.
- Rozdawanie rozmaitych materiałów potrzebnych do wykonania projektu poszczególnym członkom grup tak, jakby się rozdawało części układanki.
- Przydzielanie ról wewnątrz grupy tak, by uczniowie musieli dzielić się obowiązkami ( Kronikarz, Strażnik Czasu, Sprawozdawca, itd.).
- Zwracanie się do grupy o wspólną pracę nad jednym projektem, raportem czy planem.
- Nagradzanie za osiągnięcia oparte na wynikach całej grupy.

## WSPÓŁPRACA PODCZAS ZAJĘĆ LEKCYJNYCH

Współpraca jest integralną częścią programu Lions-Quest pt. „Sztuka dojrzewania”. Uczniowie nie tylko uczą się faktów i umiejętności rozumowania, ale także uczą się, jak skutecznie komunikować się z innymi. Praca w grupie uczy ich, jak:

- Uważnie słuchać,
- Troszczyć się o pomysły innych członków grupy,
- Obdarzać szacunkiem i uznawać wyjątkowy wkład wniesiony przez innych uczniów,
- Odnosić sukcesy dzięki dawaniu i otrzymywaniu pomocy,
- Wnosić swój wkład w realizację celu całej grupy,
- Oceniać to, czego dokonali jako grupa.

*Uczniowie nie tylko uczą się faktów i umiejętności myślenia, ale także uczą się jak skutecznie odnosić się do innych.*

## ORGANIZOWANIE GRUP

Program nauczania oferuje uczniom wiele możliwości pracy w grupach. Jeśli Twoi uczniowie nie są do tego przyzwyczajeni, możesz zacząć rozwijać tę umiejętność poprzez przydzielanie niektórych lub wszystkich poniższych ról pełnionych w grupie. Nie zapomnij wyjaśnić, jakie obowiązki są z nimi związane i poprosić uczniów, by przećwiczyli swoje role.

- **Lider:** utrzymuje grupę na właściwej drodze i pilnuje, żeby zadanie zostało wykonane; zachęca członków grupy do wspólnej pracy,
- **Kronikarz:** spisuje pomysły i decyzje grupy,
- **Sprawozdawca:** dzieli się pomysłami i decyzjami grupy z innymi grupami lub z całą klasą,
- **Skarbnik:** zbiera pomoce i przybory dla grupy,
- **Strażnik Czasu:** przypomina grupie o wszelkich terminach.

Poniższe wskazówki również mogą okazać się pomocne:

- Sam prezentuj umiejętność współpracy i nie szczędź za nią pochwał uczniom.
- Zaczynaj od małych grup. Im mniejsze uczniowie posiadają umiejętności w pracy grupowej, tym mniejsza powinna być grupa. W miarę, jak umiejętności te będą się poprawiać, możesz zwiększać liczebność uczniów w grupie.
- Mieszaj grupy według płci, umiejętności czytania, płynności językowej, etniczności, zdolności przywódczych oraz zdolności rozumowania.
- Aby przeciwstawić się naturalnej tendencji młodych ludzi do trzymania się z najbliższymi przyjaciółmi, każ im tworzyć pary lub małe grupy z osobami, których nie znają zbyt dobrze (w następnym rozdziale znajdziesz pomysły na dzielenie uczniów na grupy).
- Dokładnie objaśniaj zadania i terminy ich wykonania. Sprawdzaj, czy wszystko jest jasne, losowo wybierając ucznia, który objaśni zadanie.

- Bądź przewodnikiem i kontroluj realizację zadań, ufając, że grupa sama rozwiąże swoje problemy.
- Obserwuj każdą grupę, by mieć pewność, że wszyscy biorą czynny udział w pracy.
- Pamiętaj, że uczenie się współpracy wymaga czasu i cierpliwości. Nie oczekuj, że nastąpi to natychmiast.

W pracy grupowej uczniowie nabywają umiejętności doceniania pomysłów, poglądów, rozwiązań i wkładu innych kolegów. Ta umiejętność pomoże uczniom rozwijać dobre relacje z innymi w ich dalszym życiu.

## ZABAWNE SPOSOBY DZIELENIA UCZNIÓW NA GRUPY

Poniższe pomysły pomogą ci dobrać uczniów w pary lub podzielić na różnej wielkości grupy. Najpierw przedstawiamy pomysły na dzielenie uczniów losowo; dalej znajdziesz sposoby tworzenia określonych grup zgodnie z umiejętnościami uczniów lub według stopnia znajomości danej umiejętności.

### Rozdziel ich!

Poproś uczniów by dobrali się w parę z pierwszą napotkaną osobą, która:

- Ma skarpetki w tym samym kolorze co ty.
- Ma skarpetki w innym samym kolorze niż ty.
- Ma inne hobby niż ty.
- Lubi inny program telewizyjny niż ty.
- Ma na sobie tyle samo pierścionków co ty.
- Ma na sobie mniej, lub więcej pierścionków niż ty.
- Ma tyle samo rodzeństwa, ile ty.
- Ma mniej lub więcej rodzeństwa niż ty.
- Ma urodziny w tym samym miesiącu co ty.
- Ma urodziny w innym miesiącu niż ty.

### Trudny wybór!

Przeczytaj jedno z poniższych pytań i poproś uczniów, by wybrali swoją odpowiedź. Następnie niech uczniowie znajdą osobę, która tak samo odpowiedziała na to pytanie.

1. Czy jesteś bardziej jak jabłko, banan czy winogrono?
2. Czy jesteś bardziej jak spokojne jezioro, szemrzący strumyk, powódź czy trzęsawisko?
3. Czy jesteś bardziej jak jajko na miękko, jajko na twardo, jajko sadzone czy jak jajecznicą?

**Ewentualnie: Niech uczniowie znajdą osobę, która odpowiedziała inaczej niż oni.**

### A do tego trzeba dwojga

Daj uczniom następujące instrukcje:

- Połóż dłonie na biodrach lub na ramionach. Teraz zetknij się łokciem z pierwszą napotkaną osobą w tej samej pozycji. To będzie twój nowy partner.
- Pomachaj prawą lub lewą ręką. Teraz dobież się w parę z pierwszą napotkaną osobą, która macha tą samą ręką.
- Wydaj odgłos kota lub psa. Teraz dobież się w parę z pierwszą napotkaną osobą, która wydaje ten sam dźwięk, co ty.
- Wykrzyknij „czekolada” albo „wanilia”. Teraz dobież się w parę z pierwszą napotkaną osobą, która wymieniła ten sam smak, co ty.
- Wykrzyknij „góry” albo „morze”. Teraz dobież się w parę z pierwszą napotkaną osobą, która wymieniła co innego niż ty.

### Znajome pary

Powiedz uczniom, że ich zadaniem jest znalezienie drugiej połowy dobrze znanej pary. Przygotuj wcześniej odpowiednie pary wypisując je na oddzielnych karteczkach (możesz je nawet zalaminować, jeśli będziesz korzystać z nich często). Niech każdy gracz wylosuje karteczkę i odnajdzie osobę, która ma drugą połowę. Oto kilka pomysłów:

- WIELKIE I MAŁE LITERY – przykłady: A i a, B i b, C i c, itd.,
- OBRAZKI I SŁOWA – przykład: rysunek jabłka i słowo *jabłko*,
- KOLORY – kawałki kolorowego papieru przeciętne na pół,
- PRZECIWIENSTWA – ciepłe i zimne, wysokie i niskie, ciche i głośne, porządek i bałagan, gładkie i szorstkie, łatwe i trudne, szerokie i wąskie, północ i południe, poranek i wieczór, duże i małe, do góry i na dół, lato i zima, sól i pieprz, stare i nowe,
- PORÓWNANIA – słodkie jak cukier, czysty jak łąza, chytry jak lis, lekkie jak piórko, pracowity jak pszczoła, dumny jak paw, biały jak śnieg, szczęśliwy jak skowronek, zimny jak lód, twardy jak kamień, gładki jak jedwab, zły jak osa (albo inne, odpowiednie dla Twoich uczniów),
- DOBRZE ZNANE ZWIĄZKI – możesz użyć par znanych z bajek (Alladyn i jego lampa, Bolek i Lolek), historii (Egipcjanie i piramidy), literatury (Szekspir i Makbet), biologii (słońce i fotosynteza) lub geografii (Paryż i Francja).

### LOSOWE DZIELENIE NA DRUŻYNY

#### Wyliczanki

Gracze szybko utworzą zespoły różnych rozmiarów, kiedy zastosują wyliczankę:

- POZYCJE RĄK – przykład: gdy chcesz utworzyć dwie drużyny, gracze odliczają członków przez podniesienie obu rąk wysoko do góry lub trzymanie ich ciasno przy sobie. Ręce do góry to jedna drużyna, ręce przy bokach to druga.
- KOLORY – przykład: gdy chcesz utworzyć trzy drużyny, odliczaj według czerwonego, białego, niebieskiego. Czerwoni to jedna drużyna, niebiescy to druga, a biali, to trzecia. Wybieraj znane kolory, takie jak barwy szkoły, gminy lub miasta, albo barwy flagi państwowej.
- OKRZYKI – przykład: gdy chcesz utworzyć pięć drużyn, odliczaj je według okrzyków, „O nie!”, „Au!”, „Och!”, „Hm!”, „Hej!”

- GESTY – przykład: gdy chcesz utworzyć sześć drużyn, odliczaj je według gestów, takich jak klaskanie w dłonie, pstrykanie palcami, uderzanie dłońmi o uda, potrząsanie palcami, kręcenie ramionami i podnoszenie łokci do góry.
- DNI TYGODNIA – gdy chcesz utworzyć siedem drużyn, odliczaj je według dni tygodnia.

## Grupy „słowne”

Wybierz słowo, które ma tyle liter, ile grup chcesz utworzyć. Jeśli potrzebujesz siedem grup, możesz użyć słowa drużyna. (każda litera w słowie musi być inna). Grupy odliczają wymawiając litery. D to jedna grupa, R to druga, itd.

## Powiedzonka

Niech uczniowie odliczają się wypowiadając znane przysłowia. Wybierz powiedzenie, które ma tyle słów, ile grup chcesz utworzyć. Na przykład – aby utworzyć cztery grupy, uczniowie mogą powtarzać: „Dla chcącego nic trudnego”. Wszystkie słowa w powiedzeniu muszą być inne. Gdy uczniowie skończą odliczać, każde słowo tworzy jedną grupę.

Inne przykłady:

- Praktyka czyni mistrza. (trzy grupy)
- Nie wywołuj wilka z lasu. (pięć grup)
- Jak sobie pościelesz, tak się wyśpisz. (sześć grup)

**Wskazówka: Napisz litery lub słowa drukowanymi literami na oddzielnych kartkach. Po pierwszym odliczeniu, gracze podnoszą wysoko do góry nazwy swoich grup, tak aby pozostali członkowie danej grupy mogli ją szybko odnaleźć.**

## Pizza

Gracze odliczają według składników potraw, na przykład pysznej pizzy: „kiełbaski”, „papryka”, „ser”, „pieczarki” i „cebula”. Następnie te pięć składników tworzy, każdy z osobna, jedną grupę. A co powiecie na składniki ulubionego deseru lodowego?

## WYZNACZANIE GRUP

### Sortowanie kart

Napisz imię każdego ucznia na fiszce lub niewielkiej kartce papieru. W zależności od tego, ile chcesz stworzyć grup posortuj imiona, zachowując właściwą równowagę, według zdolności, kompetencji językowych, czynników etnicznych lub płci. Następnie wywieś kartkę z listami uczniów każdej grupy. Zatrzymaj tę kartkę, co pomoże Ci wymieniać uczniów pomiędzy grupami tak, by każdy miał okazję pracować z wszystkimi uczniami w klasie.

### Inicjały

Wypisz inicjały wszystkich dzieci w klasie. Zaznacz inicjały uczniów każdej grupy w inny sposób, na przykład poprzez zaznaczanie kółkiem jednej grupy, kwadratem innej, itd. Skopiuj tę listę dla każdego i poproś uczniów, by znaleźli tych, których inicjały zaznaczone są w ten sam sposób.

## DOSKONALENIE KOMPETENCJI JĘZYKOWYCH

Program Lions-Quest pt. „Sztuka dojrzewania” oferuje wiele okazji, by uczniowie mogli udoskonalać swoją umiejętność opowiadania, słuchania, czytania i pisania. Poniżej omówione są szczególnie interesujące kwestie.

### CYTATY I PORZEKADŁA

Każda lekcja rozpoczyna się od grupowej dyskusji na temat cytatu lub porzekadła, które ściśle wiąże się z tematem lekcji. Dodatkowe cytaty można znaleźć w podręczniku ucznia. Pośród wybranych cytatów znaleźć można wiele przysłów, spostrzeżeń charakterystycznych dla różnych kultur, fragmentów przemówień lub dzieł sławnych ludzi oraz starych prawd nieznanego pochodzenia. Poza cytatami zawartymi w konspektach lekcji, możesz wybrać inne, które będą stanowić punkt wyjścia do dalszej dyskusji.

*Program Lions-Quest pt. „Sztuka dojrzewania” oferuje wiele okazji, by uczniowie mogli udoskonalać swoją umiejętność opowiadania, słuchania, czytania i pisania.*

### ZAPAMIETAJ SŁOWA

Ramki ze słowami do zapamiętania, które znajdują się na marginesach konspektów lekcji zawierają słownictwo, które uczniowie powinni znać, by dobrze zrozumieć lekcję. Można też rozdać uczniom listę słów obowiązujących w każdym rozdziale wraz z ich definicjami, albo też polecić im, by sami poszukali ich w słownikach i encyklopediach. Mimo, iż nowe słownictwo zawarte jest w testach przygotowanych do każdego rozdziału, można sporządzić dodatkowe testy sprawdzające nową terminologię.

### ARKUSZE INFORMACYJNE I KARTY PRACY

Arkusze informacyjne oraz karty pracy znajdujące się w podręczniku ucznia pt. „Zmiany i wyzwania” wymagają od ucznia wykonywania różnorodnych ćwiczeń opartych na czytaniu i pisaniu. Format tych ćwiczeń bywa różny – począwszy od zadań polegających na wypełnieniu pustych miejsc w tekście, po pytania otwarte. Wiele ćwiczeń można wykonywać w parach lub grupach, zachęcając tym samym uczniów z dobrymi kompetencjami językowymi, by pomagali swoim rówieśnikom.

### ARTYKUŁY

Poza Rozdziałem 6, każdy inny zawiera artykuł informacyjny związany z głównym tematem danego rozdziału. Artykuł, wraz z towarzyszącymi mu pytaniami sprawdzającymi zrozumienie tekstu, znajduje się w książce ucznia.

Oto kilka pomysłów na prowadzenie lekcji, podczas których pracuje się z artykułem:

- Uczniowie czytają artykuły w domu i omawiają je w klasie.
- Nauczyciel (lub kilku ochotników) czyta artykuł na głos podczas lekcji, sprawdzając po drodze zrozumienie tekstu. Uczniowie mogą również czytać go sami w klasie, lecz ta metoda będzie najprawdopodobniej wymagała poświęcenia na to zadanie dwóch lekcji.
- Nauczyciel dzieli uczniów na grupy dwu- lub trzyosobowe tak, by w każdej grupie znalazła się osoba, która dobrze czyta. Nauczyciel przydziela grupie

jedno lub dwa pytania. Następnie grupy czytają artykuł i odpowiadają na zadane pytania. Jeśli w grupie są osoby, które czytają bardzo słabo, należy poprosić jednego z członków grupy o czytanie na głos. Członkowie grup mogą sobie nawzajem pomagać, by dobrze zrozumieć słowa lub idee zawarte w artykule. Następnie nauczyciel prosi każdą grupę o podzielenie się swoimi pytaniami i odpowiedziami z resztą klasy.

## NOTATKI UCZNIWA

Każda lekcja kończy się notatką ucznia – daje to uczniom okazję do pisemnego wyrażenia swoich przemyśleń na temat znaczenia i ewentualnego zastosowania nowej wiedzy i umiejętności. Uczniowie zastanawiają się nad tym, jaki wpływ mają koncepcje zawarte w lekcji na nich samych oraz jak zastosują nowe informacje w przyszłości. Notatki ucznia prowadzone są w oddzielnym zeszycie i nie wchodzi w skład podręcznika ucznia pt. „Zmiany i wyzwania”.

## INNE MOŻLIWOŚCI

Podczas lekcji uczniowie proszeni są o zbieranie informacji, przeprowadzanie wywiadów, planowanie scenek i przedstawień, prezentowanie faktów, przygotowywanie anonsów, pisanie sprawozdań i streszczeń, opowiadań, wierszy, listów i biuletynów. Ponieważ zadania te są ściśle związane z sytuacjami dnia codziennego, uczniowie w znaczący sposób doskonalą swoje kompetencje językowe.

Jeśli planujesz włączenie uczniów w spotkania z rodzicami, mogliby oni przygotować prezentację umiejętności, których się uczą, wykonać zaproszenia, plakaty i wywieszki oraz pełnić rolę gospodarzy. Zajęcia te pozwolą im ćwiczyć się w czytaniu, pisaniu, mówieniu i słuchaniu, a także zdobywać doświadczenie w planowaniu, współpracy i kreatywności.

Wielu nauczycieli Lions-Quest uzupełnia swoje lekcje powieściami, opowiadaniem, wierszami, sztukami teatralnymi, piosenkami, cytatami i całym mnóstwem innych propozycji.

Zadania zachęcają uczniów do uczenia się samego procesu pisania, począwszy od pisania na brudno, poprzez korektę aż po publikację. Takich twórczych sposobów włączania nauk humanistycznych w program Lions-Quest pt. „Sztuka dojrzewania” jest bez liku.

## OCENA I KLASYFIKACJA

### OPCJE

Stosuj sprawdziany znajdujące się na końcu każdego tomu jako narzędzia oceny uczniów. Na podstawie testów można ocenić postępy uczniów, zdiagnozować indywidualne i grupowe atuty i słabości oraz ustalić oceny uczniów. Testy oceniają stopień opanowania przez uczniów umiejętności i wiedzy zawartej w kluczowych rozdziałach programu. Porównanie wcześniejszych wyników z wynikami testów pomaga oszacować postępy uczniów oraz udokumentować efektywność programu. Wcześniejsze wyniki pomogą także określić, ile czasu w klasie należy poświęcić na realizację poszczególnych celów rozdziału. Wyniki testów natomiast pomogą ocenić, czy uczniowie potrzebują więcej czasu na powtórkę materiału.

Testy stanowią jedynie pewien element stałego procesu oceny pracy uczniów podczas kursu. Można również komentować ich prace pisemne, wygłaszać uwagi na temat ich umiejętności opowiadania, komunikowania się, czy rozumowania. Jednak, by zachęcić uczniów do wyrażania swoich myśli, zalecamy, by nie oceniać umiejętności pisania, które stosują podczas robienia swoich notatek. Odpowiedzi uczniów w testach kończących rozdziały także powinny być oceniane tylko i wyłącznie pod względem jakości i logiki wypowiedzi, a nie gramatyki czy ortografii.

W połowie i pod koniec kursu porozmawiaj z każdym uczniem, przedstawiając mu w skrócie jego mocne strony oraz obszary, które wymagają poprawy. Taka rozmowa może stanowić świetną okazję do zdobycia wiedzy i poznania reakcji ucznia. Można też poprosić uczniów, by sami napisali ocenę własnej osoby. Samoocena, zwłaszcza w połowie kursu, może poprawić porozumienie pomiędzy nauczycielem i uczniem oraz zwrócić baczniejszą uwagę nauczyciela na tych uczniów, którzy mogą potrzebować jego większej pomocy lub pomocy specjalistycznej.

Program Lions-Quest pt. „*Sztuka dojrzewania*” oferuje wiele metod, łącznie z poniższymi, za pomocą których można oceniać postępy uczniów:

- ⇒ Korzystaj z testów znajdujących się na końcu każdego tomu, by porównać wiedzę uczniów przed i po przerobieniu danego rozdziału.
- ⇒ Łącz testy lub ich fragmenty w obszerniejsze sprawdziany, by dokonać gruntowniejszej oceny.
- ⇒ Uwzględniaj udział w dyskusjach i zajęciach.
- ⇒ Oceń wkład ucznia w projekt pracy na rzecz społeczności.
- ⇒ Dawaj punkty za odrobioną pracę domową i sporządzoną notatkę.
- ⇒ Zachęcaj uczniów do przeprowadzania samooceny i dzielenia jej z Tobą, co z całą pewnością umocni więzi, jakie się między wami wytworzyły.

# TWORZENIE DOBREGO KLIMATU W SZKOLE

## KILKA SŁÓW O ATMOSFERZE SZKOLNEJ

Dobry klimat w szkole jest niezbędny w tworzeniu sprawnie działających, efektywnych szkół. Szkolny klimat – nastrój i atmosfera – wpływa na sposób, w jaki ludzie nawzajem się traktują, na wygląd szkoły, dyscyplinę uczniów, a nawet na rozmowy w pokoju nauczycielskim. Ten właśnie komponent programu Lions-Quest pt. „Sztuka dojrzewania” zdecydowanie pomaga rozszerzyć pozytywny jego wpływ na całą szkołę.

Grupa robocza zajmująca się definiowaniem norm środowiska sprzyjającego nauce, która wchodzi w skład Komisji ds. Opracowania Celów Edukacji Państwowej (1995)<sup>9</sup>, zidentyfikowała następujące kluczowe cechy charakteryzujące efektywne środowisko szkolne:

1. Istnieją przejrzyste normy dotyczące dyscypliny, które są egzekwowane w sposób stanowczy, sprawiedliwy i konsekwentny.
2. Nauczyciele mają wysokie wymagania wobec uczniów i wykazują pełne zaangażowanie w uzyskanie przez nich wysokiego poziomu wiedzy.
3. Pośród uczniów oraz nauczycieli propagowany jest rozwój odpowiedzialności osobistej oraz kompetencji społecznych i emocjonalnych.
4. Istnieją bodźce zarówno dla nauczycieli jak i uczniów, by stale i aktywnie angażowali się w procesy dydaktyczne.
5. Dostrzegane są wysiłki dydaktyczne nauczycieli oraz osiągnięcia uczniów i są one należycie wspierane.
6. Nauczyciele wyrażają zainteresowanie intelektualnym i osobistym rozwojem ucznia.
7. Rodzice oraz całe społeczeństwo skutecznie angażuje się w pracę szkoły i w edukację swoich dzieci.
8. Budynek szkolny jest bezpieczny, dobrze utrzymany i przyjemny.

*Pozytywna atmosfera czyni szkołę miejscem, w którym zarówno pracownicy, jak i uczniowie chcą spędzać znaczną część swojego czasu; jest to dobre miejsce, w którym chce się być.*

- Eugene Howard, Bruce Howell i Edward Brainard, „Poradnik realizacji projektów ulepszających atmosferę w szkole”

<sup>9</sup> Mowa tu o komisji amerykańskiej (przyp. tłum.)

## FORMOWANIE SZKOLNEGO ZESPOŁU TWORZENIA DOBREGO NASTROJU<sup>10</sup>

Szkolny zespół tworzenia dobrego nastroju może w pierwszym rzędzie skupić się na umiejętnościach i sposobach postępowania przyjętych w programie Lions-Quest pt „Sztuka dojrzewania”. Z czasem, w miarę jak dyrekcja, uczniowie, rodzice oraz inni przedstawiciele lokalnej społeczności będą rozwijać swoją współpracę, zespół ten zacznie być postrzegany jako silna grupa mająca pozytywny wpływ na przyjazne, zdrowe i bezpieczne środowisko uczniów i nauczycieli.

### OBOWIĄZKI ZESPOŁU

Obowiązki zespołu są następujące:

- Sprawowanie nadzoru nad tworzeniem dobrego nastroju w szkole.
- Pomoc przy planowaniu i koordynowaniu imprez szkolnych, w zakres których wchodzi imprezy zawarte w rozdziale pt. „Realizacja tematów w szkole i poza szkołą”, który znajduje się w podręczniku metodycznym do każdego rozdziału.
- Włączanie innych rodziców i członków społeczności w imprezy szkolne.

### CZŁONKOWIE SZKOLNEGO ZESPOŁU TWORZĄCEGO DOBRY NASTRÓJ

W zespole powinno znaleźć się około dziesięciu osób, w tym:

- Rodzice
- Uczniowie
- Dyrekcja
- Nauczyciele i psychologowie szkolni
- Pracownicy administracyjni
- Przedstawiciele lokalnej społeczności, na przykład członkowie klubu Lions

W zespole mogą znaleźć się osoby, które nie uczestniczyły w szkoleniu metodycznym Lions-Quest”, ale są zainteresowane programem. Do zespołu należy również zaprosić osoby, które poddają program w wątpliwość. Brak ich poparcia może wynikać z czystej nieznaności tematu. Członkowie zespołu powinni cieszyć się dużym zaufaniem otoczenia, odzwierciedlać etniczny skład społeczności; należy również utrzymać równowagę wieku i płci.

---

<sup>10</sup> Ang. *School Climate Team*, to stworzona przez autorów programu sympatyczna nazwa własna, która wiele traci w przekładzie; każda szkoła może więc pokusić się o stworzenie własnej, np. „Słoneczka”, „Pogodynki”, „NAS TROJE”, itp. (przyp. tłum.).

## PIERWSZE SPOTKANIE ZESPOŁU

Już na pierwszym spotkaniu zespołu należy wykreować atmosferę przyjaźni, zaufania i celowości.

Oto przykładowy program:

- Poznajcie się. Na przykład – poproś każdą osobę, żeby się przedstawiła i podzieliła się z innymi ulubionym wspomnieniem związanym ze szkołą.
- Omówcie komponenty, cele i rozdziały programu Lions-Quest.
- Wyjaśnij, w jaki sposób praca zespołu ma zachęcać do właściwych zachowań, budowania pozytywnych uczuć związanych ze szkołą, oraz, w efekcie, do wykreowania bardziej sprzyjających warunków do nauki.
- Przedyskutujcie potencjalny wkład każdego członka zespołu oraz jego oczekiwania, co do osiągnięć całej grupy.

Pamiętaj, że kluczem do sukcesu jest włączenie do działania jak największej liczby osób w sposób aktywny i znaczący. Pracę należy rozdzielić, tak by nie tylko zespół, ale wszyscy w szkole czuli się za nią odpowiedzialni. W wielu szkołach takim kluczem do sukcesu okazało się włączenie dyrektora do zespołu tworzącego dobry nastrój w szkole.

*Gdy w szkole jest zachęcająca atmosfera, ludzie czują się dumni, zespoleni i zaangażowani. Wspierają się, pomagają sobie i troszczą się o siebie nawzajem. Gdy atmosfera jest prawidłowa, pójście do szkoły sprawia radość niezależnie od tego, czy się w niej uczy, czy wykłada."*

- Amerykańskie Stowarzyszenie Zarządców Szkół, „Wskazówki jak poprawić atmosferę w szkole”

## KONKRETNE KROKI W KIERUNKU POZYTYWNEJ PRZEMIANY

Poniższe sugestie pomogą zespołowi rozpocząć swoje działania:

1. Przeanalizuj podstawowe motto szkoły. Jeśli nie odzwierciedla ono przekonania, że każde dziecko z osobna jest ważne i może osiągnąć sukces, należy z właściwym personelem skorygować to motto.
2. Przeprowadź sondaż na temat atmosfery w szkole (przykład poniżej) badający mocne strony środowiska sprzyjającego nauce oraz obszary wymagające poprawy. Zarys ten może stanowić wskazówkę dla personelu szkoły przy wyznaczaniu swoich celów dydaktycznych.
3. Następnie powiąż zidentyfikowane potrzeby z tematami rozdziałów tak, by zespół mógł wybrać i zaplanować jedną lub kilka imprez szkolnych. W wielu przypadkach, taką imprezę można połączyć z projektem pracy na rzecz społeczności lub takimi imprezami szkolnymi, jak doroczny konkurs talentów czy kiermasz. Przed wybraniem imprezy szkolnej, należy odpowiedzieć sobie na następujące pytania:
  - Czy impreza ta jest zgodna z celami szkoły i regionu?
  - Jak zachęci ona uczniów do ćwiczenia pozytywnych zachowań społecznych?

- W jaki sposób impreza ta zbliży do siebie uczniów, nauczycieli, rodziców i innych członków społeczności?
  - Na ile wykonalne jest zorganizowanie tej imprezy, wzięwszy pod uwagę czas i dostępne środki?
4. Po imprezie, oceń, co udało się osiągnąć. Zbierz opinie od uczniów, personelu szkoły, rodziców i członków lokalnej społeczności.

## SONDAŻ NA TEMAT ATMOSFERY PANUJĄCEJ W SZKOLE

Poproś jak najwięcej osób o wypełnienie ankiety. Przypominając im, że jest ona anonimowa (przykładowy sondaż znajduje się poniżej). Następnie podsumuj wyniki i wylicz średnie dla każdej kategorii. Szkolny zespół tworzenia dobrego nastroju może przedstawić wyniki sondażu pracownikom szkoły. Możesz też poprosić tych samych respondentów o ponowne wypełnienie ankiety pod koniec roku, by sprawdzić, czy zaszły jakieś zmiany.

*Atmosfera jest dla organizacji tym, czym zdrowie dla człowieka. Stanowi ona osobowość organizacji. Zawiera się w niej poczucie misji, przekonania oraz system wartości, jej pisane i nispisane zasady, rytuały i zwyczaje.*

- Pamela Dennis i Eugene Howard,  
„Atmosfera w organizacji: ważniejsza niż kiedyś”

## SONDAŻ NA TEMAT ATMOSFERY PANUJĄCEJ W SZKOLE

Pragniemy poznać Twoją opinię na temat atmosfery panującej w naszej szkole. Twoje odpowiedzi będą anonimowe. Przeczytaj każdy punkt i oceń go, stosując poniższą skalę:

1. Prawie nigdy      2. Od czasu do czasu      3. Często      4. Prawie zawsze

### WARUNKI SPRZYJAJĄCE NAUCE

- \_\_\_ 1. Dorośli i młodzi ludzie w tej szkole mają okazję nawiązywać ze sobą pozytywne i przyjemne kontakty.
- \_\_\_ 2. Szkoła ma jasno określone wymagania i nagradza właściwe zachowania.
- \_\_\_ 3. Szkolna atmosfera jest bezpieczna i przyjazna zarówno dla dorosłych, jak i młodzieży.

### NAUCZANIE UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH I UMIEJĘTNOŚCI ROZUMOWANIA

- \_\_\_ 1. Uczniowie stale uczeni są, jak rozwiązywać problemy i podejmować decyzje.
- \_\_\_ 2. Dorośli w szkole są wzorcami do naśladowania w kwestii ich pozytywnych zachowań prospołecznych.
- \_\_\_ 3. Uczniowie zdobywają umiejętności przywódcze i zachęceni są do przyjmowania tej roli.

### RODZICE JAKO PARTNERZY

- \_\_\_ 1. Rodzice wierzą, że ich dzieci zdobywają właściwe wykształcenie w tej szkole.
- \_\_\_ 2. Rodzice wspierają szkołę, aktywnie i powszechnie włączając się w jej sprawy.
- \_\_\_ 3. Rodzice postrzegają szkołę jako partnera w zapewnianiu dzieciom wykształcenia i wsparcia.

## **ZAANGAŻOWANIE CZŁONKÓW SPOŁECZNOŚCI (INNYCH NIŻ RODZICE)**

- \_\_\_ 1. Ważne osoby i instytucje w naszej społeczności wspierają programy szkolne.
- \_\_\_ 2. Wielu ludzi, którzy nie są rodzicami uczniów tej szkoły, bierze aktywny udział w komitetach i zajęciach szkolnych.
- \_\_\_ 3. Szkoła informuje przedstawicieli społeczności o tym, jak mogą uczestniczyć w zajęciach szkolnych.

## **NAUKA POPRZEZ SŁUŻENIE INNYM**

- \_\_\_ 1. Uczniowie mają okazję ćwiczyć postawy obywatelskie poprzez służenie innym.
- \_\_\_ 2. Dorośli w szkole przewodzą uczniom w planowaniu i wykonywaniu projektów, których celem jest służenie innym.
- \_\_\_ 3. Rodzice i inne osoby biorą udział w uczniowskich projektach pracy na rzecz społeczności.

## **WOLNE OD NARKOTYKÓW PODEJŚCIE DO ŻYCIA**

- \_\_\_ 1. Uczniowie i personel szkoły dobrze znają stanowisko szkoły na temat zażywania narkotyków, które prezentuje wyraźne przesłanie: "Narkotykom nie!".
- \_\_\_ 2. Uczniowie uzyskują stosowne do ich wieku i doświadczenia informacje dotyczące narkotyków.
- \_\_\_ 3. Uczniowie instruowani są jak unikać negatywnej presji ze strony rówieśników, łącznie z namawianiem do brania narkotyków.

## **POZYTYWNE GRUPY RÓWIEŚNIKÓW**

- \_\_\_ 1. Uczniowie mają okazję do uczestniczenia we właściwych zajęciach z rówieśnikami w szkole i poza szkołą, pod nadzorem dorosłych.
- \_\_\_ 2. Dorośli w szkole biorą aktywny udział w tworzeniu pozytywnych grup rówieśniczych.
- \_\_\_ 3. Uczniowie mają okazję rozwijać pozytywne relacje z rówieśnikami z różnych środowisk.

## **UROCZYŚĆCI I POSZANOWANIE ODMIENNOŚCI**

- \_\_\_ 1. Wszyscy uczniowie mają jednakową szansę uczestniczenia w zajęciach, które propagują pozytywne zachowania społeczne.
- \_\_\_ 2. Wszyscy uczniowie dostrzegają w szkole wzorce do naśladowania, wywodzące się z ich środowisk społecznych i rasowych.
- \_\_\_ 3. Uczniowie oraz ich rodziny zachęcane są do dzielenia się swoim dziedzictwem kulturowym w szkole.

## **WSPARCIE DLA PRACOWNIKÓW SZKOŁY**

- \_\_\_ 1. Pracownicy rozumieją, w jaki sposób mogą aktywnie propagować pozytywne zachowania społeczne u dzieci.
- \_\_\_ 2. Pracownicy przechodzą szkolenia oraz otrzymują pomoce niezbędne do pomyślnego wypełniania swojej misji.
- \_\_\_ 3. Pracownicy otrzymują wsparcie i uznanie za pomyślne wypełnianie swojej misji.

## JAK POPRAWIĆ ATMOSFERĘ W SZKOLE

Poniższe sugestie oparte są na badaniach prowadzonych przez Komisję Phi Delta Kappa ds. Dyscypliny. Prezentowane podejście ma wiele wspólnego z filozofią „Sztuki dojrzewania” i pomogło ono stworzyć doskonałą atmosferę w wielu szkołach.

- Pobudzaj wśród uczniów poczucie zaangażowania i przynależności. Pracuj nad tym, by wszyscy uczniowie byli włączani w zajęcia związane ze szkołą oraz by ich wkład lub udział był dostrzegany.
- Zapewnij każdemu młodemu człowiekowi dostęp do opiekuńczego dorosłego, który może pomóc mu w rozwiązywaniu jego problemów osobistych bądź szkolnych.
- Twórz symbole przynależności i perfekcji. Hasła typu „Każdy uczeń może odnieść sukces” wzmacniają wartości głoszone przez szkołę i często służą za podstawę wyznaczania celów.
- Zachęcaj i doceniaj uczniów, którzy wykazują się pozytywnym zachowaniem społecznym. Wyraz uznania dla ucznia może przybrać formę nagrody za zdolności przywódcze lub listu od dyrektora i nauczyciela do rodziców ucznia.
- Ustalaj jasne zasady, formalne i nieformalne. Formalne zasady zachowania powinny być ustalane wspólnie przez nauczycieli, dyrekcję, uczniów i rodziców. Zasady nieformalne – sposób, w jaki ludzie zachowują się w stosunku do siebie na co dzień – są równie ważne. Uczniowie domyślają się tych zasad i zaczynają je stosować obserwując sposób, w jaki personel szkolny traktuje uczniów i siebie nawzajem.

## WYZNACZANIE UCZNIOM WAŻNYCH RÓL

Uczniowie są ważnymi członkami „szkolnej rodziny” i powinni ogrywać znaczącą rolę w tworzeniu pozytywnej atmosfery. Rozważ poniższe sugestie pomagające im poczuć się odpowiedzialnymi za pomyślność własnej szkoły:

- Włączaj uczniów w komitety i zespoły zadaniowe tak, by mogli wnieść swój wkład w decyzje, które ich dotyczą.
- Załóż forum dyskusyjne, które umożliwi uczniom omawianie swoich potrzeb i aktualnych propozycji. Bezwzględnie i uważnie rozważaj ich sugestie.
- Zaangażuj uczniów w ustanawianie standardów związanych z wyglądem szkoły. Poproś ich, by zaprojektowali wygląd tablic informacyjnych na korytarzach, wykonali malowidła ścienne, albo zaplanowali wygląd kwietników i dbali o umieszczone tam rośliny. Poznaj ich opinie dotyczące zmniejszenia przejawów wandalizmu i kradzieży.

*Na dłuższą metę atmosfery w szkole nie determinuje jej wygląd zewnętrzny ale panujące w niej stosunki i uczucia - zapal do nauki i nauczania, który generuje ... wysokie morale, wzajemne zaufanie i troskę o innych.*

*- Narodowe Stowarzyszenie Dyrektorów Szkół Podstawowych „Oto, jak poprawić atmosferę w twojej szkole”.*

- Zaangażuj uczniów w pomoc rówieśniczą i program pt. „dobry kumpel”.
- Finansuj międzyszkolne zloty młodzieży kładące nacisk na wzajemne relacje zachęcające do poznawania innych ludzi. Zorganizuj jakiś konkurs lub zawody z zaprzyjaźnioną szkołą.
- Organizuj specjalne dni lub tygodnie tematyczne, które będą skupiać się na konkretnym aspekcie służącym pozytywnemu rozwojowi młodzieży, np. rozumienie i docenianie różnic kulturowych, planowanie kariery życiowej, czy zbieranie funduszy na szlachetny cel.

## WSPIERANIE I DOCENIANIE NAUCZYCIELI

Szkolny zespół tworzenia dobrego nastroju powinien zastanowić się nad tym, jak można wspierać nauczycieli, mógłby to być program mentorski dla nowych nauczycieli, program pt. „dobry kumpel” lub program wymiany nauczycieli z różnych szkół by mogli nabrać świeżej perspektywy.

Aby wzmocnić morale nauczycieli, szkolny zespół tworzenia dobrego nastroju mógłby zorganizować grupy dyskusyjne. Grupy te mogłyby generować pomysły dotyczące rozwoju nauczycieli i poprawy szkoły. Zespół mógłby również wzmocniać to morale stosując następujące sposoby:

- Zorganizować przyjęcie dla nauczycieli i personelu szkoły, jednodniową wycieczkę, piknik lub inną fetę.
- Stworzyć lub odnowić pokój nauczycielski.
- Podkreślić wagę zdrowia i dobrego samopoczucia nauczycieli poprzez zorganizowanie szkolenia na temat stresu, dobrej kondycji fizycznej, stosowania używek lub innych, pokrewnych tematów.
- Poszukać godziwych, efektywnych sposobów na przydzielanie obowiązków i pomocy szkolnych.
- Zorganizować weekendowy wyjazd integracyjny dla nauczycieli i personelu pomocniczego, by mogli poznać się z innej strony.
- Sponsorować święta typu „Dzień Kucharek” lub „Dzień Sekretarek”. Przekazać karty z życzeniami, kwiaty, chorągiewki, balony oraz inne namacalne dowody wdzięczności.
- Wygospodarować specjalne miejsce lub salę dla wolontariuszy, aby mogli się tam spotykać i pracować. Okazać im uznanie za ich wkład na dorocznym uroczystym podwieczorku wydanym przez nauczycieli.

Szkoła może, i powinna być, czymś daleko więcej niżli tylko budynkiem i gromadą osób w różnym wieku. Może być miejscem, w którym zarówno uczniowie, jak i pracownicy czują się odprężeni i mile widziani, gdzie oczekuje się dobrych wyników i osiągnięć a złe zachowanie po prostu nie ma miejsca. Poczucie przynależności i odpowiedzialności za sukces szkoły, wyraźne oczekiwania dotyczące zachowania oraz świadomość, że liczy się zdanie każdego, wszystko to prowadzi do pozytywnej atmosfery w szkole, charakteryzującej się szacunkiem, dumą i współdziałaniem.

# Praca w środowiskach wielokulturowych<sup>11</sup>

Współczesne klasy składają się z uczniów, którzy pochodzą z różnych środowisk rasowych, kulturowych i językowych. Poziom uzyskiwanych przez nich wyników również może być bardzo zróżnicowany. Niektórzy uczniowie mają pewne fizyczne lub intelektualne ograniczenia, które mogą wymagać szczególnej uwagi.

Najlepszym sposobem na poprawienie jakości kształcenia w tych odmiennych populacjach jest poprawienie go dla wszystkich. „Sztuka dojrzewania” została obmyślana tak, by stworzyć środowisko sprzyjające nauce w oparciu o potrzeby wszystkich młodych ludzi – środowisko, w którym nikt nie będzie się czuł outsiderem, ponieważ każdy jest potrzebny i ważny. „Sztuka dojrzewania” popiera różnorodność, sprzyja jej i gloryfikuje. Program przekazuje młodzieży umiejętności społeczne i intelektualne, by pomóc jej utrzymać to pozytywne nastawienie i przyjazne środowisko.

## SPOSOBY POPRAWIENIA JAKOŚCI KSZTAŁCENIA DLA CAŁEJ MŁODZIEŻY

Należy wypracować atmosferę poszanowania. W Rozdziale 1, uczniowie wspólnie opracowują umowy klasowe, określające, jak powinni z szacunkiem traktować siebie nawzajem. Rozmawiają o tym, jakie zachowanie sprawia, że czują się otoczeni opieką i bezpieczni, oraz jakie ich rani lub stanowi dla nich zagrożenie. Następnie, zarówno uczniowie jak i nauczyciel podejmują zobowiązanie, że będą pilnować, by umowy te były respektowane. Poziom poczucia opiekuńczości i szacunku w całej szkole można znacznie podnieść poprzez aktywne włączenie uczniów w zastanowienie się nad tym, jak się wzajemnie traktują.

Dopuszczaj różne sposoby uczenia się. Często, kulturowe i językowe pochodzenie ucznia ma wpływ na sposób, w jaki się uczy. Podczas czterech faz lekcji „Sztuki dojrzewania”, dzieci uczą się na różne sposoby – w sposób aktywny i refleksyjny, konkretny i abstrakcyjny. Podczas lekcji wykorzystywany jest zmysł wzroku i słuchu poza stymulacją funkcji prawej i lewej półkuli mózgu. Uczniowie mogą zademonstrować zrozumienie przekazywanych treści poprzez wypowiedź ustną lub pisemną.

Oferuj wiele okazji do interakcji. Program pomaga uczniom rozwinąć poczucie przynależności do społeczności klasowej. Dzięki „Sztuce dojrzewania” uczniowie uświadamiają sobie że „Jedziemy na tym samym wózku, jak więc możemy wzajemnie pomóc sobie w nauce?”

*Jeśli do gabinetu lekarza, prawnika lub dentysty weszłoby 40 osób naraz, a wszystkie one miałyby inne potrzeby, a niektóre wcale nie chciałyby tam być i sprawiałyby kłopoty, i ten lekarz, prawnik lub dentysta, bez żadnej pomocy, miałby się nimi zajmować z pełnym profesjonalizmem przez dziewięć miesięcy, wówczas, być może uzyskałby jakieś pojęcie o tym, jak wygląda praca nauczyciela w klasie.”*

- Donald O. Quinn, „Skuteczne strategie uczenia osób należących do mniejszości narodowych”

<sup>11</sup> W warunkach polskich ten temat ma nieco mniejsze znaczenie, choć należy pamiętać, że i nasze społeczeństwo się dywersyfikuje, choćby z uwagi na wejście do Unii Europejskiej i większą migrację. (przyp. tłum.)

Kiedy uczniowie pracują w grupach zróżnicowanych pod względem płci, pochodzenia etnicznego czy poziomu umiejętności społecznych lub intelektualnych, zazwyczaj nawiązują oni przyjaźnie z członkami swojej grupy raczej, niż rasy, czy kultury. W efekcie uczniowie pracują, bawią się i uczą razem w sposób, który rzadko jest możliwy w środowisku szkolnym nastawionym na indywidualizm lub rywalizację w zdobywaniu wiedzy.

Powierz uczniom obowiązki. Dzięki „*Sztuce dojrzewanania*” uczniowie przejmują większą odpowiedzialność, i to w różny sposób, na przykład poprzez:

- Odgrywanie znaczących ról i branie na siebie obowiązków podczas pracy grupowej,
- Obdarzenie ich odpowiedzialnością wobec kolegów za swoje zachowanie,
- Nauczanie kolegów i koleżanek z klasy, członków grup i uczniów z innych klas,
- Wybieranie i wykonywanie projektów pracy na rzecz społeczności,
- Pomaganie w planowaniu i organizacji imprez szkolnych,
- Dokonywanie prezentacji na spotkaniach z rodzicami.

Zaangażuj rodziców i lokalną społeczność. Jednym z elementów „*Sztuki dojrzewanania*” jest zaproszenie rodziców i innych przedstawicieli społeczności do działania w szkolnym zespole tworzenia dobrego nastroju, do pomocy przy organizacji spotkań z rodzicami i projektów oraz do asystowania klasie. W ten sposób uczniowie działają z pozytywnymi wzorcami osobowymi pochodzącymi z ich własnej i innych grup rasowych. Dorośli ci prezentują takie zachowania, jakie uczniowie praktykują podczas realizacji programu.

## **POZNAWANIE ZAŁOŻEŃ I POSTAW NAUCZYCIELI**

Polityka szkoły dotycząca świadomości kulturowej jest ważna, ale to, czy uczniowie będą szanowali odmienność innych często zależy od stosunku, postawy i poglądów pojedynczego nauczyciela. Poniżej znajdują się pytania, które nauczyciele mogliby zadać sobie samym, by lepiej zrozumieć własne wartości, wierzenia i zachowania pozostające pod wpływem kultury, którą reprezentują:

- Jakie grupy kulturowe, etniczne lub rasowe stanowią część mojego dziedzictwa?
- W jakim języku rozmawiamy w domu i w jakich okolicznościach?
- Co jest ważne dla mojej kulturowej lub etnicznej grupy? Dla grupy religijnej? Dla mojego dziedzictwa?
- Jak w moim domu lub mojej społeczności postrzegana jest rola mężczyzny i kobiety?
- Co cenimy w mojej rodzinie –dobre stopnie? Osiągnięcia sportowe? Asertywność? Postuszeństwo, szacunek, grzeczność?
- Czy obchodzimy święta i uroczystości rodzinne? Jak czcimy pamięć zmarłych bliskich?
- W jaki sposób nasza rodzina wyraża swoją troskę i oddanie?
- Jak postrzegamy obcych? Jak witamy gości?

- Co cenię teraz, czego nie cenilem w dzieciństwie? W czym moje wartości różnią się od tych, które wyznaje moja rodzina?

By docenić inne kultury, przede wszystkim należy zrozumieć samego siebie i wykazać się wewnętrzną uczciwością. Być może poniższe pytania pomogą nauczycielom określić, jakie są ich założenia w stosunku do innych ludzi:

- Jakie dwa przymiotniki przychodzą mi do głowy, kiedy myślę o (tu wymieniasz grupę kulturową istniejącą w Twojej klasie)?
- Jakie były moje doświadczenia w przeszłości z ludźmi pochodzącymi z tego samego środowiska rasowego, kulturowego, religijnego, co moi uczniowie? Jak doświadczenia te wpłynęły na mój sposób widzenia i postrzegania ich dzisiaj?
- Co sądzą członkowie mojej rodziny i społeczności na temat różnych grup rasowych i etnicznych? Czy ja również reprezentuję ich postawy i sposób myślenia?
- Czy naprawdę wierzę w to, że każde dziecko posiada potencjał, by uczyć się i rozwijać? Czy pomagam w tym każdemu dziecku?
- Czy staram się poznać umiejętności i wiedzę moich uczniów, która wykracza poza program nauczania? Czy pomagam im znaleźć sposób na demonstrowanie tej wiedzy?

## MOŻLIWOŚĆ MYLNYCH INTERPRETACJI

Wszyscy skłaniamy się ku interpretowaniu zachowań innych ludzi według własnej kultury i środowiska. Nie zawsze interpretacje te są właściwe. Oto przykłady sytuacji, w których można łatwo dokonać błędnej interpretacji czyjegoś zachowania:

**Kontakt wzrokowy.** W wielu kulturach, młodzi ludzie uczeni są, by spuszczać wzrok, kiedy dorośli zwraca się do nich bezpośrednio, lub kiedy okazuje swój gniew. Dla tych osób spuszczenie wzroku jest oznaką szacunku, natomiast patrzenie prosto w oczy komuś, kto ma nad nimi władzę, włączywszy w to nauczyciela, jest uznawane za niegrzeczne i wyzywające.

**Milczenie.** W wielu kulturach Zachodu milczenie odbiera się jako wyraz niechęci do wyrażenia swojego komentarza bądź jako wyraz niewiedzy („Nie chce mi się”, lub „Nie wiem”). W kulturach Wschodu bądź innych, poprzez milczenie okazywany jest szacunek i poważanie.

**Potakiwanie.** Mieszkańcy rejonu Pacyfiku lub Azji często kiwają głową na znak, że słyszą swojego rozmówcę. Tak więc, potakiwanie nie zawsze oznacza zgodę lub zrozumienie.

**Bliskość fizyczna.** W niektórych kulturach Bliskiego Wschodu lub innych rejonów, ludzie na ogół stają blisko swojego rozmówcy. Inni zaś czują się swobodniej kiedy dystans ten jest większy. Dotyk również posiada rozmaite znaczenia i zasady w różnych kulturach.

**Zgłaszanie opinii i zadawanie pytań.** Istnieją rodziny, w których wypowiedanie się oraz branie udziału w dyskusji jest nagradzane, zaś w innych, młodzi ludzie odzywają się tylko wówczas, gdy są o to proszeni, w innym wypadku powinni zachować milczenie.

## JAK NAUCZAĆ W KLASACH WIELOKULTUROWYCH

**Pamiętaj, że różnorodność Twoich uczniów to wielka zaleta.** Twoja postawa będzie jednym z najważniejszych czynników, determinujących ich sukces naukowy i społeczny. Zaakceptuj fakt, że młodzi ludzie są różni, ale niech będzie jasne, że nikt nie jest gorszy. Następnie poświęć trochę czasu na poznanie umiejętności, talentów i doświadczeń Twoich uczniów i zastanów się, jak mógłbyś z nich skorzystać w dalszej pracy.

W poznaniu pochodzenia Twoich uczniów pomogą Ci lektury na ten temat, rozmowy z mądrymi, znającymi się na rzeczy ludźmi z najbliższego otoczenia, wizyty w domach uczniów, uczestnictwo w warsztatach szkoleniowych, udział w lokalnych imprezach kulturalnych oraz zachęcanie uczniów, by dzielili się z Tobą i innymi uczniami wszelkimi informacjami na temat swojego pochodzenia.

**Okaz swoje zainteresowanie.** Naucz się prawidłowej pisowni oraz wymowy imienia każdego dziecka. Rozmawiaj o lokalnych wydarzeniach kulturalnych i uroczystościach. Zachęcaj uczniów by zadawali sobie pytania. W ten sposób dasz wszystkim do zrozumienia, że dzielenie się własną odmiennością jest bezpieczne oraz, że ważne jest, by dowiedzieć się jak najwięcej o innych kulturach.

Dopilnuj, by sala, w której pracujesz, odzwierciedlała tę wielokulturowość uczniów. Gabloty, tablice informacyjne, prace plastyczne i inne pomoce wizualne powinny odzwierciedlać wielokulturowość klasy. To samo dotyczy wszelkich publikacji i innych materiałów pomocniczych.

Opowiedz nauczycielom w szkole i innym zainteresowanym o swoich pozytywnych doświadczeniach związanych z różnym pochodzeniem Twoich uczniów. Zmień pokój nauczycielski w miejsce, z którego można czerpać natchnienie, słuchając opowieści innych nauczycieli o odniesionych przez nich sukcesach. Współpracuj z pozostałym personelem szkoły, który, być może, próbuje poradzić sobie z tymi samymi problemami, co Ty. W ten sposób, pomożesz stworzyć wśród pracowników szkoły taką samą atmosferę przyjaźni i wsparcia, jaką tworzysz wśród uczniów własnej klasy.

**Pomagaj uczniom rozwijać zrozumienie dla odmienności kulturowej.** Słuchanie, rozwiązywanie konfliktów, dzielenie poglądów, chwalenie, używanie gestów oraz różne inne zachowania mają różne znaczenie w różnych kulturach. Jeśli nie rozumiesz jakiegoś zachowania, zapytaj, co ono oznacza. Zachęcaj również uczniów, by omawiali zachowanie, którego nie rozumieją. Kiedy wygląda na to, że zachowanie ucznia łamie umowy klasowe, poproś go, by wyjaśnił tego powody. Może się zdarzyć, że pewne zachowania będą postrzegane jako drażniące, choć w rzeczywistości są one wyrazem sympatii. Wyjaśnij uczniowi, jak Ty sam odebrałeś jego zachowanie, by uświadomić mu, że jego zachowanie może zostać zinterpretowane zupełnie inaczej niż zamierzał.

**Podkreślaj korzyści płynące z umiejętności posługiwania się innymi językami.** Jeśli Twoi uczniowie znają więcej niż jeden język, wskaż na mapie miejsca, gdzie się go używa. Zachęcaj uczniów, by uczyli kolegów słów w swoim języku. Porozmawiajcie o tym, na ile przydaje się umiejętność porozumiewania się z ludźmi o różnym pochodzeniu. Wśród starszej młodzieży, podkreślaj zalety znajomości dwóch lub więcej języków w miejscu pracy.

**Uwierz w zdolności naukowe swoich uczniów.** Bądź orędownikiem swoich uczniów. Poprzez swoje działania pokazuj im, że wierzysz w ich możliwości i że zrobisz wszystko, by im się powiodło. Niech ich rodziny również poznają Twoje przestanie. Głęboka

wiara nauczycieli w możliwości ich uczniów daje dzieciom ogromną pewność i nadzieję.

**Dowiedz się, gdzie można szukać pomocy na szczeblu lokalnym, wojewódzkim, regionalnym i krajowym.** Poznając wielokulturowy charakter własnej społeczności, nie wahaj się szukać pomocy w dostępnych źródłach. Pomocni mogą się tu okazać sami uczniowie, członkowie ich rodzin, pracownicy szkoły, liderzy lokalnej społeczności, lokalne agencje, szkoły wyższe czy też różne organizacje wojewódzkie i krajowe.

Lista dobrych rad nie ma końca. Jednak najbardziej wartościowe będą te, które odkryjesz sam. Prowadź własną listę dobrych pomysłów i dziel się nimi z innymi nauczycielami. Jak to dobrze, że w zawodzie nauczyciela istnieje tak wiele okazji, by uczyć się przez całe życie.

# Dodatek A: Cele poszczególnych tomów<sup>12</sup>

## Tom 1: WITAJ NASTOLATKU! PODRÓŻ PRZEZ WIEK DOJRZEWANIA.

### CELE TOMU:

- Stworzenie wspierającej się wzajemnie społeczności klasowej sprzyjającej nauce.
- Ustalenie, jakie zmiany zachodzą zwykle u nastolatków w okresie dojrzewania.
- Przejęcie większej odpowiedzialności za prowadzenie zdrowego trybu życia.
- Ustalenie, jakie cechy charakteru pomagają rozwijać się i rosnąć zdrowo.

### CELE LEKCJI. Uczniowie będą:

- Opisywać tematy zawarte w kursie.
- Poznawać imiona koleżanek i kolegów z klasy.
- Umieli wyszczególnić zainteresowania koleżanek i kolegów z klasy.
- Wymieniać niektóre warunki, które pomagają ludziom czuć się swobodnie i pewnie, kiedy dzielą się z innymi swoimi przemyśleniami i pomysłami.
- Pomagać w stworzeniu umów klasowych dotyczących właściwego zachowania w klasie.
- Opisywać różnice pomiędzy stwierdzeniami i czynami, które dyskwalifikują ludzi, a takimi, które ich podbudowują.
- Wyjaśniać, jak przygany i pochwały wpływają na atmosferę w klasie.
- Ćwiczyć pochwały i eliminować przygany.
- Określać niepowtarzalne cechy koleżanek i kolegów z klasy.
- Określać cechy, które są wspólne dla koleżanek i kolegów z klasy.
- Dekorować okładki swoich zeszytów z notatkami, tym, co odzwierciedla ich osobiste pochodzenie, cechy i zainteresowania.
- Ustalać, co uczniowie w klasie mają wspólnego z innymi młodymi ludźmi.
- Wymieniać, zawarte w artykule niektóre ze zwykłych zmian fizycznych, intelektualnych, społecznych i emocjonalnych, jakie następują we wczesnym okresie dojrzewania.
- Wyjaśniać główne przesłanie artykułu.

<sup>12</sup> Każdy tom zawierający materiały dydaktyczne dla nauczyciela odpowiada jednemu rozdziałowi w podręczniku ucznia pt. "Zmiany i Wyzwania" (przyp. red.).

- Zadawać pytania i wyrażać swoje obawy, związane z wczesnym okresem dojrzewania.
- Identyfikować ważne źródła pozytywnych wartości.
- Poznawać dziewięć pozytywnych wartości, które stanowią podstawę „Sztuki dojrzewania”.
- Opisywać sposoby, w jaki ludzie demonstrują te pozytywne wartości.
- Rozmawiać z dorosłymi oraz uczniami szkoły średniej o istotnych kwestiach i obawach związanych z okresem dojrzewania.
- Porównywać i przeciwstawiać przeżycia innych młodych ludzi związane z wczesnym okresem dojrzewania z własnymi oczekiwaniami.
- Opisywać proces wyznaczania celów.
- Stosować ten proces do wyznaczenia i zaplanowania własnego, osobistego celu związanego z kursem.
- Wyrażać opinię na temat planu wyznaczenia celu przygotowanego przez kolegę lub koleżankę z klasy.

#### **TOM 1, ROK 2. CELE LEKCJI. Uczniowie będą:**

- Nazywać koleżanki i kolegów z klasy po imieniu.
- Umieli wyszczególnić kilka własnych cech charakterystycznych.
- Określać podobieństwa i różnice pomiędzy członkami klasy.
- Tworzyć zasady, które pomagają w budowaniu współpracy w klasie.
- Dochodzić do porozumienia z innymi na temat zasad obowiązujących w klasie.

#### **TOM 1, ROK 3. CELE LEKCJI. Uczniowie będą:**

- Nazywać koleżanki i kolegów z klasy po imieniu.
- Przedstawiać się.
- Dzielić się swoimi cechami charakterystycznymi.
- Ćwiczyć efektywne słuchanie.
- Wyjaśniać, dlaczego prawa pociągają za sobą obowiązki.
- Pomagać tworzyć i wybierać zasady zachęcające do współpracy w klasie.

## **Tom 2: WIERZĘ W SIEBIE I ROZUMIEM INNYCH**

#### **CELE TOMU:**

- Wymienianie czynników, które umacniają wiarę w siebie.
- Ćwiczenie słuchania i efektywnego odpowiadania.
- Określenie sposobów odpowiedzialnego zachowania.
- Zrozumienie, jak ważny jest szacunek dla samego siebie i innych.
- Uczenie się i ćwiczenie sześciostopniowego sposobu na podjęcie pozytywnej decyzji.

## **CELE LEKCJI. Uczniowie będą:**

- Definiować wiarę w siebie.
- Opisywać trzy składniki wiary w siebie.
- Identyfikować niektóre swoje umiejętności i zdolności.
- Identyfikować odniesione w swoim życiu sukcesy.
- Opowiadać klasie o swoich sukcesach.
- Wyjaśniać, dlaczego uznawanie sukcesów może umocnić poczucie wiary w siebie.
- Porównywać, jak zachowuje się osoba, która słucha i ta, która nie słucha.
- Określać werbalne i niewerbalne sposoby okazywania braku uwagi.
- Wyjaśniać, jak brak uwagi może negatywnie wpłynąć na wiarę w siebie innych ludzi osób oraz ograniczać proces komunikacji.
- Identyfikować i dawać przykłady trzech kluczowych elementów efektywnego słuchania.
- Ćwiczyć skuteczne słuchanie w klasie i w domu.
- Szacować korzyści płynące ze skutecznego słuchania dla mówiącego oraz słuchającego.
- Wyjaśniać, dlaczego traktujemy ludzi z szacunkiem.
- Rozróżniać „jasne” i „niejasne” wyrazy uznania.
- Zauważać cechy, zdolności, zainteresowania i czyny każdego członka klasy.
- Identyfikować koncepcje przedstawione w rozdziale, które zawarte są w artykule.
- Opisywać sposoby, dzięki którym niesienie pomocy innym umacnia naszą własną wiarę w siebie.
- Porównywać zachowania odpowiedzialne i nieodpowiedzialne.
- Określać to, co wpływa na kształtowanie odpowiedzialnego zachowania.
- Analizować konsekwencje odpowiedzialnego i nieodpowiedzialnego zachowania dla danej osoby oraz innych, włączając w to rodzinę, szkołę i społeczność.
- Wyjaśniać, dlaczego umiejętność podejmowania decyzji jest ważna.
- Wyjaśniać, dlaczego młodzi ludzie potrzebują przewodnictwa odpowiedzialnych dorosłych, by podejmować swoje decyzje.
- Opisywać i ćwiczyć etapy podejmowania ważnej decyzji.

## JAK SŁUŻYĆ I POMAGAĆ INNYM

### CELE TOMU:

- Zastosowanie wiedzy teoretycznej oraz umiejętności współdziałania, zmierzających do zrealizowania ważnej potrzeby w szkole lub lokalnej społeczności.
- Odkrywanie nowych zainteresowań i zdolności.
- Wspólna praca i rozwijanie zdolności przywódczych.
- Wzmocnienie wartości, jaką posiada troska o innych ludzi i przychodzenie im z pomocą

### CELE LEKCJI. Uczniowie będą:

- Określać główne powody, dla których nauka służenia innym jest ważna.
- Ustalać ważny potrzebę szkoły lub społeczności lokalnej, którą ich klasa jest w stanie zaspokoić.
- Rozpocząć poszukiwania pomysłów na projekty pracy na rzecz szkoły lub społeczności lokalnej, które mogą przyczynić się do zaspokojenia tej potrzeby.
- Wybierać jedną ważną potrzebę w szkole lub jej otoczeniu, która może zostać zaspokojona przez klasę.
- Wybierać projekt krótkoterminowy, który zaspokoi tę potrzebę.
- Starać się zrozumieć zasadę wzajemności charakteryzującą służenie pomocą innym.
- Pomagać zdefiniować zamierzenie i zaplanować projekt krótkoterminowy.
- Wyznaczać zadania, zakres odpowiedzialności, ramy czasowe i potrzebne środki.
- Wybierać komitety do realizacji projektu.
- Przejmować odpowiedzialność oraz realizować zadania projektowe.
- Analizować i omawiać, co się wydarzyło i czego się nauczyli.
- Identyfikować umiejętności zastosowane do wykonania projektu.
- Omawiać osiągnięcia i przemyślenia związane z projektem.
- Demonstrować, co zostało osiągnięte w procesie nauki niesienia pomocy i służenia innym.
- Uznawać i doceniać wkład wszystkich biorących udział w projekcie.

## Tom 3: ACH, TE EMOCJE!

### CELE TOMU:

- Zrozumienie, że młodsze nastolatki doświadczają szerokiej gamy uczuć, i że jest to najzwyklej naturalne.

- Uświadomienie sobie odmienności uczuć, jakich różne osoby mogą doświadczać w tej samej sytuacji.
- Lepsze zrozumienie, jak słowa i zachowanie innych ludzi może wpływać na nasze emocje oraz jaki wpływ na innych mają nasze własne słowa i czyny.
- Poznanie, w jaki sposób emocje, myśli i czyny są ze sobą związane oraz dlaczego pozytywne myślenie prowadzi do korzystniejszych rezultatów.
- Przećwiczenie podejmowania właściwych decyzji pod wpływem silnych emocji

#### **CELE LEKCJI: Uczniowie będą:**

- Definiować pojęcie *emocje*.
- Rozpoznawać szeroką gamę emocji w różnych kategoriach.
- Wyjaśniać, dlaczego doświadczanie różnorodnych emocji jest naturalne.
- Uświadamiać sobie, że pewne emocje mogą być wywołane warunkami zewnętrznymi.
- Opisywać rozmaite uczucia, jakich różne osoby mogą doświadczać w tej samej sytuacji.
- Określać, w jaki sposób emocje ulegają wpływowi warunków zewnętrznych.
- Opisywać, jak wydarzenia zewnętrzne mogą wpływać na naszą wiarę w siebie.
- Opisywać, jak myśli wpływają na zachowanie.
- Badać, jak zmieniają się uczucia.
- Określać sposoby, dzięki którym możemy nadawać właściwy kierunek naszym myślom.
- Ćwiczyć właściwe reakcje w trudnych, prowokujących sytuacjach.
- Opisywać, jak myśli wpływają na zachowanie.
- Badać, jak zmieniają się uczucia.
- Określać sposoby, dzięki którym możemy nadawać właściwy kierunek naszym myślom.
- Ćwiczyć właściwe reakcje w trudnych, prowokacyjnych sytuacjach.
- Określać zewnętrzne czynniki, które pełnią rolę „zapalników” złości u danej osoby.
- Określać fizyczne sygnały ostrzegawcze.
- Nabywać umiejętności zachowywania spokoju.
- Uczyć się obierania drogi „przez upadki do wzlotów”, by właściwie reagować na silne emocje.
- Omawiać powody, dla których ważne jest wyjaśnianie innym, jak się czujemy.
- Praktycznie stosować komunikaty typu, „Co, dlaczego i jak” do okazywania silnych emocji, takich jak złość czy frustracja w pozytywny, właściwy sposób.
- Poznawać, co to stres okazjonalny i chroniczny.
- Poznawać sposoby efektywnego zwalczania stresu.

- Powtarzać wszystkie umiejętności i informacje z Tomu 3.
- Ćwiczyć kolejne etapy podejmowania decyzji pod wpływem silnych emocji.
- Dokonywać przeglądu projektu krótkoterminowego, zakończonego po przerobieniu Tomu 2.
- Pomagać w wybraniu nowego tematu projektu.
- Opracowywać plany, terminy i obowiązki związane z projektem.

## Tom 4: JA I MOI PRZYJACIELE

### CELE TOMU:

- Nauczenie się, jak nawiązywać i rozwijać zdrowe kontakty oparte na wzajemnym szacunku.
- Poznanie i przećwiczenie sposoby przeciwstawiania się presji ze strony rówieśników
- Zidentyfikować różne sposoby reagowania na zastraszanie i tyranizowanie.
- Nauczyć się jak radzić sobie z konfliktem w kontaktach z rówieśnikami

### CELE LEKCJI. Uczniowie będą:

- Ustalać charakterystykę godnego przyjaciela.
- Ustalać wartości, jakie on lub ona wnoszą do przyjaźni.
- Dzielić się z klasą wartościami, jakie wnosi się do przyjaźni.
- Starać się zrozumieć, jak przynależność do „paczki” może wpłynąć na nawiązywanie nowych przyjaźni.
- Opisywać i ćwiczyć sposoby zdobywania nowych przyjaciół.
- Definiować znaczenie zastraszania i tyranizowania oraz rozpoznawać takie zachowania.
- Omawiać przypuszczalne motywy zastraszania i tyranizowania.
- Poszukiwać różnych sposobów reagowania na zastraszanie.
- Analizować powodów, dla których ludzie się zaprzyjaźniają.
- Odnajdywać relacje oparte na wzajemnym szacunku.
- Identyfikować sposoby na poprawienie lub zmianę kontaktów z rówieśnikami.
- Definiować przekazy wewnętrzne oraz przykłady.
- Identyfikować sytuacje, w których pojawia się presja wewnętrzna.
- Uczyć się i ćwiczyć sposoby pokonywania presji wewnętrznej.
- Opisywać trzystopniową procedurę rozpoznawania i przeciwstawiania się negatywnej presji rówieśników.
- Wyjaśniać, jak i kiedy ta procedura może być pomocna.
- Ćwiczyć stosowanie procedury w praktyce.

- Odnajdywać w artykule te zagadnienia, które są omawiane w Tomie 4.
- Wyjaśniać, jak ważne jest, by wiedzieć jak tworzyć i wzmacniać budujące, pozytywne przyjaźnie.
- Wyjaśniać, dlaczego konflikt jest nieunikniony w przyjaźni.
- Opisywać kolejne kroki w metodzie zwanej SPOSOBY.
- Ćwiczyć SPOSOBY rozwiązywania konfliktów.
- Kontynuować ustalenia, kto jest za co odpowiedzialny w projekcie.
- Wykazywać się współpracą i zaangażowaniem niezbędnym do ukończenia projektu.

## Tom 5: JA I MOJA RODZINA

### CELE TOMU:

- Lepsze zrozumienie roli, jaką pełni rodzina w wychowywaniu i rozwijaniu swoich członków.
- Zwiększenie świadomości dziedzictwa i pochodzenia własnej rodziny oraz innych rodzin.
- Poznanie, jak z biegiem lat zmieniał się model rodziny.
- Znalezienie wielu możliwości zastosowania we własnym domu pozytywnych umiejętności zdobytych podczas realizacji programu pt. „Sztuka dojrzewania”.
- Skupienie się na tym, w jaki sposób członkowie rodziny mogą przyjemnie spędzać razem czas.

### CELE LEKCJI. Uczniowie będą:

- definiować rodzinę.
- Identyfikować potrzeby zaspokajane przez rodzinę i członków rodziny.
- Poznawać różne modele rodziny.
- Porównywać i kontrastować rodziny dzisiejsze z rodzinami sprzed kilku pokoleń.
- Dostrzegać mocne strony i niepowtarzalny charakter własnej rodziny.
- Porównywać i kontrastować cechy charakterystyczne, zainteresowania i spuściznę własnej rodziny z cechami charakterystycznymi, zainteresowaniami i spuścizną innych rodzin.
- Określać, które umiejętności poznane podczas realizacji tego programu, byłyby pomocne w domu i poza domem.
- Wspólnie z grupą ustalać konkretne sposoby wykorzystania nowych umiejętności poza szkołą, a szczególnie w domu.
- Opisywać sposoby zastosowania tych umiejętności w domu.
- Wspólnie z grupą dzielić się konkretnymi sposobami wykorzystania danej umiejętności poza szkołą, a szczególnie w domu.
- Udzielać odpowiedzi na pytania o fakty oraz interpretację artykułu.

- Rozpoznawać niektóre typowe problemy rodzinnych i określenie pozytywnych sposobów zajmowania się nimi.
- Ustalać, co rodzina może robić razem.
- Tworzyć klasową broszurę z przepisami kulinarnymi oraz zajęciami dla całej rodziny.
- Dalej wprowadzać w życie obowiązki związane z projektem.
- Wykazywać się współpracą i zaangażowaniem niezbędnym do realizacji projektu.

## Tom 6, rok 1: CHCĘ ZDROWO ŻYĆ!

### CELE TOMU:

- Uświadomienie sobie, że picie alkoholu, palenie papierosów, marihuany oraz branie innych narkotyków nie jest normą wśród młodych osób oraz podjęcie osobistego postanowienia, aby nie brać używek.
- Rozpoznanie społecznej presji, która wpływa na picie alkoholu, palenie tytoniu, marihuany i stosowanie innych używek oraz propagowanie życia wolnego od używek.
- Rozwijanie umiejętności kierowania samym sobą, rozwiązywania problemów, redukcji stresu i asertywności/ umiejętności odmawiania, które pomagają zachować abstynencję.
- Poznanie precyzyjnych, stosownych do wieku informacji o wpływie narkotyków na zdrowie, przyjaźń, zainteresowania i przyszłe cele młodych ludzi.
- Wzmacnianie więzi z kolegami, rodziną i członkami społeczności, którzy popierają zdrowe wybory i dobre samopoczucie.

### CELE LEKCJI. Uczniowie będą:

- Wymieniać cele ważne w wieku dojrzewania i w dorosłym życiu.
- Rozważać możliwe przeszkody stojące na drodze do osiągnięcia celu.
- Dyskutować na temat związku pomiędzy przeszkodami a narkomanią.
- Identyfikować negatywne i pozytywne wpływy na młodych ludzi w ich wieku.
- Wyjaśniać różnice pomiędzy presją wewnętrzną i zewnętrzną.
- Określać, jakie wpływy oddziałują na ich decyzje i postępowanie.
- Oceniać postawy młodzieży i stosowanie tytoniu, alkoholu i marihuany oraz porównywać te oceny z faktycznymi danymi.
- Zauważać, że większość młodych ludzi nie pali ani nie pochwała palenia tytoniu.
- Badać proces uzależniania się od tytoniu.
- Wyjaśniać, w jaki sposób tytoń wpływa na ważne aspekty życia młodego człowieka.
- Wyjaśniać powody, dla których młodzi ludzie palą lub nie palą.
- Określać powody i mylne wyobrażenia popierające palenie tytoniu.

- Prezentować pozytywne, pozbawione nałogów, sposoby zaspokajania potrzeb i osiągnięcia celów.
- Identyfikować różne typy zachowań związanych z piciem alkoholu.
- Opisywać wpływ nadużywania przez kogoś alkoholu na członków jego rodziny oraz pozytywne podejście, jakie młody człowiek może w tej sytuacji przyjąć.
- Poprawiać powszechnie panujące mylne wyobrażenia temat picia alkoholu.
- Dostrzegać, że większość nastolatków nie pije.
- Badać powody, dla których niektórzy młodzi ludzie piją oraz mylne wyobrażenia będące tego przyczyną.
- Opisywać wpływ, jaki alkohol może mieć na życie młodego człowieka.
- Zastanawiać się nad ryzykiem oraz pozytywnymi alternatywami w typowych sytuacjach związanych z alkoholem.
- Wyjaśniać, jaki jest cel reklamy.
- Określać typowe techniki stosowane w reklamach tytoniu i alkoholu.
- Zmieniać treść reklam tytoniu i alkoholu tak, by stały się bardziej precyzyjne i realistyczne.
- Opisywać, jak takie narkotyki, jak marihuana mogą przysporzyć komuś kłopotów.
- Zastanawiać się nad powodami i sytuacjami, które sprzyjają paleniu marihuany.
- Demonstrować, jak przekonać kolegę, by nie palił marihuany.
- Zastanawiać się nad powodami i sytuacjami, które sprzyjają braniu narkotyków.
- Opisywać szkodliwość zażywania narkotyków.
- Rozważać pozytywne alternatywy poradzenia sobie z presją do brania narkotyków.
- Ustalać, jakie problemy mogą wynikać z pierwszego lub okazjonalnego zażywania narkotyków.
- Wymieniać sytuacje, w których występuje presja, by brać narkotyki.
- Rozróżniać presję wewnętrzną i zewnętrzną związaną z braniem narkotyków.
- Uczyć się asertywnych, skutecznych metod radzenia sobie z namawianiem do narkotyków.
- Opisywać asertywne sposoby komunikowania się.
- Ćwiczyć stosowanie asertywnych reakcji werbalnych i niewerbalnych pomocnych w oparciu się narkotykom.
- Przekazywać koleżankom i kolegom z klasy swoje opinie dotyczące asertywnych reakcji, które są skuteczne.
- Demonstrować asertywne reakcje na namawianie do narkotyków.
- Identyfikować symptomy stresu oraz sytuacje, które mogą je powodować.
- Ćwiczyć techniki relaksowania się i radzenia sobie ze stresem.

- Identyfikować zaufanych dorosłych, którzy mogą pomóc w rozwiązywaniu problemów.
- Zastanawiać się nad pozytywnymi uczynkami, których dokonali.
- Wnosić swoje propozycje do klasowych zasobów pozytywnych zajęć dla młodych ludzi.
- Przygotowywać prezentację na temat tego, jak ważne jest podejmowanie właściwych decyzji oraz powstrzymanie się od picia alkoholu, palenia tytoniu i marihuany oraz stosowania innych narkotyków.
- Ćwiczyć prezentację z kolegą z klasy.
- Prezentować coś, czego się nauczyli z rozdziału mówiącym o tym, jak istotne znaczenie ma podejmowanie właściwych decyzji oraz unikanie narkotyków.
- Pisać pozytywne przesłania skierowane do przyszłych klas na temat sposobu, w jaki będą oni popierać zdrowy, wolny od narkotyków, tryb życia.
- Wypełniać obowiązki związane z projektem pracy na rzecz społeczności.
- Wstępnie oceniać projekt pracy na rzecz społeczności.

## Tom 6, rok 2: CHCĘ ZDROWO ŻYĆ!

### CELE ROZDZIAŁU:

- Uświadomienie sobie, że picie alkoholu, palenie papierosów, marihuany oraz branie innych narkotyków nie jest normą wśród młodych osób oraz podjęcie osobistego postanowienia, aby nie brać używek.
- Rozpoznanie społecznej presji, która wpływa na picie alkoholu, palenie tytoniu, marihuany i stosowanie innych używek oraz propagowanie życia wolnego od używek.
- Rozwijanie umiejętności kierowania samym sobą, rozwiązywania problemów, redukcji stresu i asertywności/ umiejętności odmawiania, które pomagają zachować abstynencję.
- Poznanie precyzyjnych, stosownych do wieku informacji o wpływie narkotyków na zdrowie, przyjaźń, zainteresowania i przyszłe cele młodych ludzi.
- Wzmacnianie więzi z kolegami, rodziną i członkami społeczności, którzy popierają zdrowe wybory i dobre samopoczucie.

### CELE LEKCJI. Uczniowie będą:

- Dzielić się swoimi spostrzeżeniami na temat postrzegania kwestii tytoniu, alkoholu, marihuany oraz innych narkotyków w szkole i społeczności lokalnej, a także faktami na temat narkomanii wśród młodzieży.
- Wybierać projekt badawczy.
- Uczyć się podstawowych umiejętności przeprowadzania wywiadu, potrzebnych do wykonania projektu badawczego.
- Rozpocząć pracę nad wypracowaniem pt. „Moje osobiste refleksje”.
- Zastanawiać się, jakie szczególne korzyści i wyzwania stawia życie przed uczniami w ich wieku.

- Omawiać, jaka wiedza i umiejętności potrzebne są, by pomyślnie przebrnąć przez wiek dojrzewania.
- Rozważać, w jaki sposób używki uzależniają w czasach, gdy młodzi ludzie poszukują większej niezależności i przejęcia większej kontroli nad swoim życiem.
- Wyjaśniać powszechne mity i realia związane z zażywaniem narkotyków przez młodzież.
- Wyjaśniać, co oznacza *zależność chemiczna*.
- Rozmawiać na temat różnic pomiędzy zażywaniem narkotyków a narkomanią.
- Rozważać, jakie jest fizyczne i emocjonalne ryzyko zażywania narkotyków przez młodszych nastolatków.
- Oceniać, w jaki sposób zależność chemiczna może wpłynąć na życie nastolatka.
- Analizować, w jaki sposób tytoń wpływa na ważne aspekty życia nastolatka.
- Wyjaśniać, w jaki sposób palenie wpływa zarówno na niepalących, jak i na rozwijający się płód.
- Opisywać, jak można przestać palić papierosy oraz wymieniać lokalne źródła, które mogą w tym pomóc.
- Wyjaśniać, dlaczego spożywanie alkoholu jest szczególnie ryzykowne w przypadku nastolatków.
- Analizować związek pomiędzy spożywaniem alkoholu, utratą kontroli i ryzykownym zachowaniem.
- Oceniać ryzyko w sytuacjach sprzyjających picciu alkoholu i proponować pozytywne alternatywy, by poradzić sobie z taką sytuacją.
- Analizować wpływ marihuany, kokainy, LSD oraz sterydów na zażywającego i innych.
- Identyfikować fizyczne symptomy lęku i stresu oraz sytuacje, które mogą je powodować.
- Ćwiczyć techniki radzenia sobie ze stresującymi sytuacjami oraz techniki relaksujące.
- Identyfikować zaufanych dorosłych, którzy mogą pomóc w problemach.
- Opisywać wewnętrzną i zewnętrzną presję sprzyjającą zażywaniu narkotyków.
- Analizować sytuacje związane z namawianiem do narkotyków i identyfikować skuteczne sposoby radzenia sobie z tymi sytuacjami.
- Opisywać asertywne sposoby komunikowania się.
- Ćwiczyć stosowanie asertywnych reakcji werbalnych i niewerbalnych pomocnych w oparciu się narkotykom.
- Przekazywać koleżankom i kolegom z klasy swoje opinie dotyczące asertywnych reakcji, które są skuteczne.
- Demonstrować asertywne reakcje na namawianie do brania narkotyków.
- Badać kluczowe strategie reklamowe.
- Oceniać, jakie strategie stanowią podstawę reklamy tytoniu i alkoholu.

- Analizować, w jaki sposób reklama tytoniu i alkoholu trafia do młodych ludzi.
- Prezentować coś, czego się nauczyli z rozdziału mówiącym o tym, jak istotne znaczenie ma podejmowanie właściwych decyzji oraz unikanie narkotyków.
- Przekazywać młodszym uczniom swoje pozytywne przesłania na temat sposobu, w jaki będą oni popierać zdrowy, wolny od narkotyków, tryb życia.

## Tom 6, rok 3: CHCĘ ZDROWO ŻYĆ!

### CELE ROZDZIAŁU:

- Wybranie, zaplanowanie i wykonanie prewencyjnego projektu pracy na rzecz społeczności w szkole lub najbliższym otoczeniu uczniów.
- Bycie pozytywnym wzorcem do naśladowania dla rówieśników i młodszych uczniów poprzez aktywne wspieranie abstynencji.
- Wzmocnienie indywidualnego i grupowego wsparcia w kierunku abstynencji.

### CELE LEKCJI. Uczniowie będą:

- Omawiać różnice pomiędzy najmłodszymi i najstarszymi uczniami w szkole.
- Poszukiwać sposobów, jak mogą stać się pozytywnymi wzorcami do naśladowania w szkole.
- Przygotowywać i przeprowadzać wśród uczniów sondaż na temat narkotyków.
- Nieobowiązkowo: określać przyczyny i sytuacje, które sprzyjają zażywaniu narkotyków.
- Nieobowiązkowo: zastanawiać się nad mylnymi wyobrażeniami dotyczącymi narkotyków oraz spustoszeniem, jakie czynią.
- Nieobowiązkowo: określać pozytywne alternatywy radzenia sobie w sytuacjach związanych z narkotykami.
- Określać, jaki wpływ mają narkotyki na pojedyncze osoby, całe rodziny i społeczność.
- Opisywać miejsca lub źródła w szkole lub lokalnej społeczności gdzie można się zwrócić o pomoc w kwestiach związanych z narkotykami.
- Wyjaśniać, jak można poradzić sobie z członkiem rodziny, który jest narkomanem.
- Prezentować wyniki sondażu na temat narkotyków.
- Zastanawiać się, nad tym, jakie czynniki w szkole lub społeczności lokalnej mogą sprzyjać lub zniechęcać młodzież do zażywania narkotyków.
- Przeprowadzać „burzę mózgów” dotyczącą możliwych projektów pracy na rzecz społeczności, które będą adresować zidentyfikowane wcześniej potrzeby.
- Pomagać w wyborze projektu pracy na rzecz społeczności.
- Pomagać w wyznaczeniu celów projektu pracy na rzecz społeczności.
- Określać role i obowiązki, terminy i zasoby wymagane do wykonania projektu.

- Przyjmować odpowiedzialność za projekt.
- Wypełniać obowiązki związane z realizacją projektu.
- Określać korzyści i dzielić się swoimi spostrzeżeniami związanymi z doświadczeniami zebranymi w trakcie realizacji projektu.
- Wyrażać uznanie za wkład innych osób.
- Zastanawiać się nad możliwością stania się pozytywnym wzorcem osobowym dla innych.
- Demonstrować osiągnięcia i nauki wyniesione z projektu.

## Tom 7: NAJWAŻNIEJSZE, MIEĆ W ŻYCIU CEL

### CELE ROZDZIAŁU:

- Planowanie przyszłości.
- Zrozumienie, że osiągnięcie celów wymaga determinacji, poświęcenia i samodyscypliny.
- Poznanie i przećwiczenie siedmiostopniowego procesu ustalania celu.
- Odnajdywanie pozytywnych wzorców.
- Poznanie sposobów radzenia sobie z przeszkodami na drodze do osiągnięcia celu.

### CELE LEKCJI. Uczniowie będą:

- Definiować takie pojęcia, jak zamierzenie, cel i wyznaczanie celu.
- Wyjaśniać, w jaki sposób zdefiniowanie zamierzenia pomaga nam dokonywać właściwych wyborów i ustalać realne cele.
- Określać, w jaki sposób ustalanie celów pomaga nam wieść pomyślne i pożyteczne życie.
- Rozróżniać cele krótko- i długoterminowe.
- Określać charakterystyczne cechy pozytywnych wzorców osobowych.
- Wyjaśniać związki pomiędzy osiągnięciami ludzi a ich cechami charakterystycznymi.
- Opisywać różne sposoby pojmowania sukcesu przez różnych ludzi.
- Identyfikować pozytywne decyzje, wartości i cele, które sprawiają, że ktoś osiąga sukces.
- Nazywać charakterystyczne cechy własnych celów.
- Wyjaśniać, dlaczego posiadanie celu jest ważne.
- Ćwiczyć ustalanie celów krótko- i długoterminowych.
- Ćwiczyć ustalanie własnych celów krótko- i długoterminowych.
- Wyjaśniać, jak należy stosować podejście typu „przez upadki do wzlotów”, by poradzić sobie z rozczarowaniem związanym z dążeniem do celu.
- Ćwiczyć zastosowanie tego podejścia w trudnych sytuacjach.
- Rozpoznawać pojęcia zawarte w tomie, które znajdują się w artykule.

- Wyjaśniać, w jaki sposób wyznaczanie i osiągnięcie celów może pomóc nam odnieść życiowy sukces.
- Określać cele, jakie uczeń ma nadzieję osiągnąć w ciągu najbliższych dwudziestu lat.
- Pisać biografię przedstawiającą sposób, w jaki uczeń osiągnął te cele.
- Przedstawiać swoją biografię kolegom z klasy.
- Wyrażać refleksję na temat wykonania zadań, planu projektu, jego organizacji i nauk wyniesionych z udziału w projekcie.
- Planować, w jaki sposób można przedstawić osiągnięcia i wyniesione nauki.
- Planować uroczyste zakończenie projektu.

## PODSUMOWANIE: ROZWIJANIE WŁASNEGO POTENCJAŁU

### CELE ROZDZIAŁU:

- Przegląd kluczowych umiejętności zdobytych podczas realizacji programu.
- Przedstawienie, w jaki sposób pozytywna postawa ukształtowana podczas realizacji programu, określone umiejętności i nowa wiedza mogą wzmocnić wiarę w siebie i poprawić relacje międzyludzkie.
- Podkreślenie, w jaki sposób każda osoba włączyła się w pracę całej klasy przyczyniając się do jej rozwoju.
- Przeanalizowanie pozytywnych zmian, jakie dokonały się w życiu uczniów oraz innych osób w szkole i poza szkołą, dzięki uczestnictwu w programie.

### CELE LEKCJI. Uczniowie będą:

- Określać konkretne umiejętności, wiedzę i pozytywne postawy, przyjęte przez uczniów podczas zajęć.
- Przedstawiać, jak nowe umiejętności, wiedza oraz pozytywna postawa budują wiarę w siebie i wzmacniają relacje z innymi.
- Wyrażać wdzięczność za to, jak poszczególni uczniowie przyczynili się do zdobycia nowych doświadczeń przez całą klasę.
- Chwalić uczniów za ich wkład w zajęcia.
- Wyrażać uznanie i podziękowanie za wniesiony wkład wszystkim osobom zaangażowanym w projekt.
- Podsumowywać swoje dokonania podczas zajęć.
- Praktycznie stosować niektóre poznane umiejętności.

## Dodatek B: Bibliografia

1. Bandura, A. 1977. Social learning theory. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
2. Benard, B. 1977. Resiliency research: a foundation for youth development. Resiliency in Action. Gorham, ME: Resiliency in Action, Inc.
3. Benson, P. 1997. All kids are our kids. San Francisco: Jossey-Bass, Inc.
4. Carnegie Council on Adolescent Development. 1995. Great transitions: Preparing adolescents for the 21st century. New York.
5. Catalano, R.F., M.L. Berglund, J.A. Ryan, H.S. Lonczak, and J.D. Hawkins. 1998. Positive youth development in the United States: Research findings on evaluation of positive youth development programs. Seattle, WA: University of Washington.
6. <http://aspe.hhs.gov/hsp/PositiveYouthDev99/>
7. Drayer, D., and E.C. Roehlkepartain. 1995. Learning and living: How asset building for youth can unify a school's mission. Minneapolis, MN: Search Institute.
8. Durlak, J.A. 1995. School-based prevention programs for children and adolescents. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, Inc.
9. Elias, M.J. and R.P. Weissberg. 1990. School-based social competence promotion as a primary prevention strategy: A tale of two projects. In Protecting the children: Strategies for optimizing emotional and social development, ed. R.P. Lorion. New York: Haworth Press.
10. Elias, M.J., J.E. Zins, R.P. Weissberg, K.S. Frey, M.T. Greenberg, N.M. Haynes, R. Kessler, M.E. Schwab-Stone, and T.P. Shriver. 1997. Promoting social and emotional learning: Guidelines for educators. Alexandria, VA: Association for Supervision and Curriculum Development.
11. Elias, M., P. Gager, and S. Leon. 1997. Spreading a warm blanket of prevention over all children: Guidelines for selecting substance abuse and related prevention curricula for use in the schools. *The Journal of Primary Prevention* 18 (1): 41-69.
12. Goleman, D. 1995. Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ. New York: Bantam Books.
13. Hansen, W.B. 1997. Prevention Programs: Factors that individually focused programs must address. Resource Papers for the Secretary's Youth Substance Abuse Initiative. SAMHSA/CSAP Teleconference, October 22. Pre-publication document.
14. Hawkins, J.D., B.H. Smith, and R.F. Catalano. 2000. Social Development and Social and Emotional Learning. Paper presented for the National Invitational Conference on Building School Success on Social and Emotional Learning, Philadelphia, PA.
15. Hawkins, J.D. 1997. Academic Performance and School Success: Sources and Consequences: In R.P. Weissberg, T.P. Gullotta, R.L. Hampton, B.A. Ryan, and

- G.R. Adams (Eds.), *Healthy children 2010: Enhancing children's wellness*. (Issues in Children's and Families' Lives, Vol. 8, Chapter 10). 278-305. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
16. Hawkins, J.D., R.F. Catalano, and J.Y. Miller. 1992. Risk and protective factors for alcohol and other drug problems in adolescence and early adulthood: Implications for substance abuse prevention. *Psychological Bulletin* 112 (1): 64-105.
  17. Hawkins, J.D., R.F. Catalano, R. Kosterman, R. Abbott, and K.G. Hill, 1999. Preventing adolescent health-risk behaviours by strengthening protection during childhood. *Archives of Pediatric and Adolescent Medicine*, Vol. 153: 226-234.
  18. Hawkins, J.D., and J. Weiss. 1985. The social development model: A theory of antisocial behaviour. In Hawkins, JD, ed. *Delinquency and Crime: Current Theories*. New York, NY: Cambridge University Press: 149-197.
  19. Hirschi, T. 1969. *Causes of delinquency*. Berkley, CA: University of California Press.
  20. King, Alan. 1999. *Trends in the Health of Canadian Youth*. Health Canada.
  21. Lewis, C., E. Schaps, and M. Watson. 1996. The caring classroom's academic edge. *Educational Leadership* 54 (1): 16-21.
  22. Lickona, T. 1991. *Educating for character: How our schools can teach respect and responsibility*. New York: Bantam Books.
  23. Mayer, J., and P. Salovey. 1995. *Getting started: The NMHA guide to establishing community-based prevention programs*. Alexandria, VA: National Mental Health Association.
  24. National Institute on Drug Abuse. 1997. *Preventing drug use among children and adolescents*. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services: <http://165.112.78.61/Prevention/Prevopen.html>.
  25. Ontario's Children and Youth, Phase One. 1994. *Yours, mine, and ours*. Toronto: Premier's Council on Health, Well-Being and Social Justice.
  26. Shriver, T., and R. Weissberg. 1996. No new wars! Prevention should be a comprehensive strategy, not a fad. *Education Week*, 15 March. [www.casel.org/collections.htm](http://www.casel.org/collections.htm).
  27. Taylor, A.R. 1996. *Growing Up in Canada*. Statistics Canada.
  28. Werner, E.E., and R.S. Smith. 1992. *Overcoming the odds: High risk children from birth to adulthood*. New York: Cornell University Press.
  29. Werner, E.E., and R.S. Smith. 1992. How children become resilient: observations and cautions. *Resiliency in Action: A Journal of Application and Research* 1 (1): 18-28.
  30. Wisconsin Department of Public Instruction. Division for Learning Support Equity and Advocacy. 1999. *Student Services/Prevention & Wellness. Technical assistance documents. The power of teaching*. Bulletin No. 99061. [www.dpi.state.wi.us/dpi/dlsea/sspw/powerof.html](http://www.dpi.state.wi.us/dpi/dlsea/sspw/powerof.html)



## Informacje o Lions Clubs International oraz Quest International

**Lions Clubs International** jest największą na świecie organizacją humanitarną liczącą sobie ponad 1,5 miliona członków w 185 krajach na całej kuli ziemskiej. „Lwy” wnoszą finansowy i osobisty wkład w programy opracowywane przez Lions-Quest, co stanowi jeden z elementów ich długofalowego zaangażowania w pomoc niesioną młodym ludziom na całym świecie.

[www.lionsclubs.org](http://www.lionsclubs.org)

**Lions Clubs International** wniosły znaczący wkład finansowy w program Lions-Quest, pt. *Sztuka dojrzewania*, który został opracowany dla uczniów starszych klas szkoły podstawowej oraz gimnazjum, program Lions-Quest pt. *Sztuka dorastania*, przygotowany dla przedszkolaków i uczniów młodszych klas szkoły podstawowej oraz wreszcie w program Lions-Quest pt. *Sztuka działania*, przeznaczony dla młodzieży w wieku 15-20 lat. Między innymi w ten właśnie sposób organizacja Lions Clubs działa na rzecz młodzieży.

**Quest International** jest organizacją typu non-profit, która została założona w 1975 roku i

specjalizuje się w programach wspierających zdrowy rozwój młodzieży. W uzupełnieniu programów pt. *Sztuka dojrzewania* oraz *Sztuka dorastania*, Quest opracował również program pt. *Sztuka działania*, który jest kursem nauki umiejętności życiowych i służenia społeczeństwu, przeznaczonym dla uczniów szkół gimnazjalnych i licealnych. Quest International powstał z inicjatywy International Youth Foundation.

Quest International jest również członkiem założycielem Narodowej Koalicji ds. Przeciwdziałania Narkomanii i Alkoholizmowi. Organizacja finansowana jest przez liczne fundacje i korporacje, oraz wszystkich tych, którzy wspierają jej działania na rzecz młodzieży.

**Quest International** wspiera młodych ludzi na całym świecie. Dzięki innowacyjnym programom i szkoleniom opartym na badaniach naukowych, Quest International wyposaża dorosłych w praktyczne narzędzia służące wychowaniu młodzieży na zdrowych i pomocnych obywateli.

[www.quest.edu](http://www.quest.edu)