

*nowa
era*



Twoje mocne strony



Edukacja na czasie. Nauczyciel.

Asertywność w pracy nauczyciela
– trudna droga między agresją
a uległością

Sławomir Prusakowski

Uniwersytet SWPS

Karolina Wójcik

Moderatorka spotkania



Nauczyciel jest ciągle poddawany ocenie

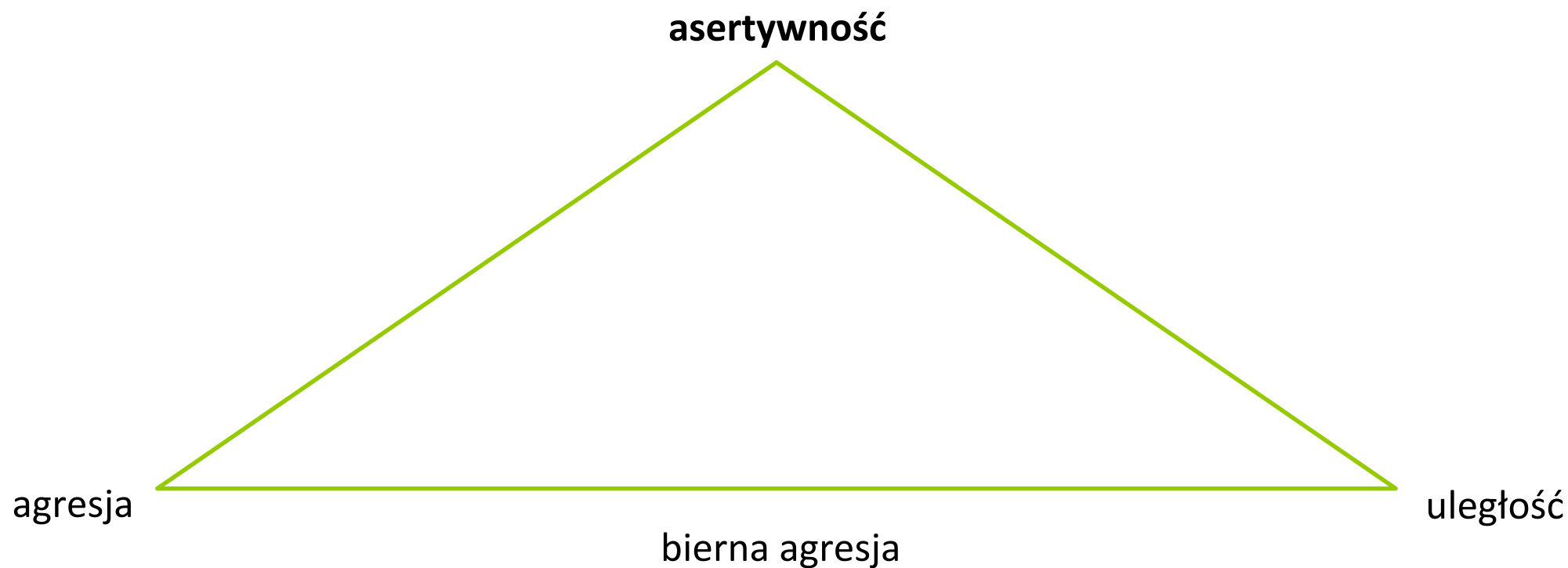
- dzieci
- rodzice
- dyrekcja
- inni nauczyciele
- kuratorzy
- ministrowie
- opinia publiczna.



Biologicznie warunkowane mechanizmy reakcji



Asertywność



Historia pomocy szkolnej koleżance

- sobotni piknik szkolny
- Jak odpowiesz przyjaciółce w sposób asertywny?



Świadomość swoich praw

- Do czego daję sobie prawo jako Nauczyciel?
- Do czego daję sobie prawo jako Człowiek?

Ważne

- Nie przekraczam granic drugiego Człowieka.
- Szanuję siebie!



Prawa Fensterheima

1. Masz prawo do wyrażania siebie, swoich opinii, potrzeb, uczuć – tak długo, dopóki nie ranisz innych.
2. Masz prawo do wyrażania siebie – nawet, jeśli rani to kogoś innego – dopóki twoje intencje są asertywne.
3. Masz prawo do przedstawiania innym swoich próśb, pytań – dopóki uznajesz, że oni mają prawo odmówić.
4. Są sytuacje, w których kwestia praw poszczególnych osób nie jest jasna. Zawsze jednak masz prawo do przedyskutowania tej sytuacji z drugą osobą.
5. Masz prawo do korzystania ze swoich praw.





Twoje mocne strony

Narzędzia asertywne

Ocena i krytyka

- prawda a opinia
- fakt a interpretacja
- „mówi o mnie” lub świadczy o doświadczeniu oceniającego



Asertywne NIE

1. Rozumiem, że...

- NIE
- NIE (opisz czego nie zrobisz)
- Podaj przyczynę.

2. Propozycja alternatywy



Jak mówić, żeby... jak najmniej ranić

- **F**akty

Kiedy powiedziałaś koleżance z klasy, że jest „głupia” ...

- **U**czucia

...zrobiło mi się przykro.

- **K**onsekwencje

Zburzyło mi to trochę obraz Twojej osoby jako człowieka, który szanuje innych ludzi.

- **O**czekiwania

Oczekuję, że przeprosisz koleżankę i nie będziesz tak robił więcej.

Kiedy dzisiaj w trakcie lekcji usłyszałam od Stasia, że wszyscy Ukraińcy to darmozjady...

...przeraziłam się.

Dlatego dzwonię do Państwa mimo późnej Pory.

Oczekuję, że porozmawiają Państwo z synem o szacunku do ludzi bez względu na ich narodowość czy pochodzenie.

Jak mówić, żeby... docenić bez przekraczania granic

- **F** akty Kiedy opowiedziałeś tak precyzyjnie o wojnie peloponeskiej...
- **U** czucia ...poczułam dumę.
- **K** onsekwencje Masz bardzo głęboką i wszechstronną wiedzę.
- **O** czekiwania Pomyśl, proszę, o udziale w olimpiadzie z historii starożytnej.

Stopniowanie reakcji na niepożądane zachowanie

- **Udzielenie informacji:** „Twoje zachowanie (jako konkretnie) przeszkadza mi, proszę, żebyś tego nie robił”.
- **Wyrażenie uczuć:** „Bardzo mnie złości, że wciąż to robisz”.
- **Przywołanie zaplecza:** „Jeśli nie przestaniesz tego robić, to...”
- **Użycie zaplecza:** konsekwentne wypełnienie obietnicy z poprzedniego punktu.



Procedura radzenia sobie z oceną

Masz prawo tak myśleć
Kiedy to słyszę, czuję...



- Mam inne zdanie na ten temat.
- Mam inną opinię na ten temat.
- Myślę o sobie inaczej.



- Mam podobne zdanie na ten temat.
- Mam taką samą opinię na ten temat.
- Myślę o sobie podobnie.

Myślę, że jestem...



Stawianie granic z szacunkiem

Asertywność wymaga praktyki.

Ćwiczyć, ćwiczyć, ćwiczyć...



Trzy pytania

- Kto jest ważniejszy: ja czy inni?
- Czy mam prawo do bycia sobą, kiedy jestem sam/sama i przy ludziach?
- Czy boję się, że kiedyś nie będę mogła/mógł bez napięcia patrzeć w lustro?

Dbanie o siebie

- Dbanie o siebie to ciężka praca.
- Pomaganie innym wymaga dobrej kondycji pomagającego.
- Szacunek do innych wymaga szacunku do siebie.
- Asertywność to cel, do którego się zmierza.



Dziękujemy za uwagę!



Twoje mocne strony

Autor wykładu

Sławomir Prusakowski

Montaż i realizacja nagrania

Vincent Studio

W webinarium wykorzystano zdjęcia

gettyimages/skyneshier(nauczyciel w klasie), gettyimages/shapecharge(kobieta rozmawiająca z dzieckiem),
gettyimages/svetikd(nauczycielka w klasie), gettyimages/Westend61(mężczyzna przy laptopie),
gettyimages/SrdjanPav(kobieta przy laptopie), shutterstock/Africa Studio(mężczyzna rozmawiający z kobietą),
gettyimages/mixetto(kobieta trzymająca ołówek), gettyimages/sarayut Thaneerat(sadzonka)

Copyright by Nowa Era Sp. z o. o.



Twoje mocne strony