



„Jak dzięki emocjom motywować uczniów i uczennice?” Materiały po webinarium

Dzisiejszy świat wymaga zarówno od dorosłych, jak i od dzieci i młodzieży, umiejętności odnalezienia się w szumie informacyjnym. Typowe jest „przełączanie się” naszego myślenia na inny kanał, w przenośni i dosłownie. To, co niezależnie od wieku utrzymuje naszą uwagę i włącza zaangażowanie, są emocje. Pomagają one w nauczaniu, zwłaszcza zdalnym, zainteresować uczniów i uczennic tematami realizowanymi na lekcji.

Emocje oczami psychologa:

- Wszystkie emocje są potrzebne i funkcjonalne, również te trudne, jak lęk czy smutek.
- Emocje są systemem wiedzy o świecie, często ostrzegają nas w różnych sytuacjach.
- Reguły czucia emocji, a tym bardziej ich wyrażania, są społeczne i kulturowe (określone emocje kulturowo przypisane są do płci).
- Wiele osób nie zostało nauczonych komunikowania emocji (reguły rodzinne).

Emocje a uczenie się:

- Uczenie się nie działa bez emocji (kiedy podczas lekcji pojawiają się emocje, to uczniowie lepiej pamiętają takie lekcje; wychodzą też z nich mniej zmęczeni).
- Emocje są często motywatorami do nauki, zarówno pozytywne, jak i negatywne.
- Emocje szczególnie uruchamiają się, kiedy jakiś temat jest dla nas interesujący. Wtedy chcemy zrozumieć i dowiedzieć się więcej. Doskonałym przykładem, które angażuje emocje uczniów i uczennic, jest temat zmian klimatu.
- Emocje mają duży potencjał łączący, tworzą relacje.
- Wyjście z klasy, zajęcia na łonie przyrody, zajęcia w społeczności lokalnej, wykorzystanie filmu - to wszystko “włącza emocje” i wspiera proces uczenia się.

Jak rozmawiać o emocjach i pracować z emocjami?

- Nie każda grupa, relacja i środowisko, a także nie każdy moment są dobre.
- Znaczenie klimatu klasy.
- Emocje, jako wyrażone zaufanie (wyrażanie przez uczniów i uczennice nawet tych trudnych emocji jest szczególnie cenne - jest to wyraz zaufania do grupy i nauczyciela).
- Rola modelowania (szczególnie ważna rola nauczyciela, ma szansę pokazać coś grupie, np. nie przestraszyć się trudnych emocji wyrażanych przez ucznia).
- Znaczenie i szacunek dla własnej gotowości w danym momencie (warto mieć dwa zestawy ćwiczeń - bardziej i mniej ryzykowne; mniej ryzykowne, czyli takie, które wymagają mniejszego ujawniania swoich emocji).
- “Góra lodowa” emocji nauczyciela - wszystkie emocje wnosi do naszej pracy, w mniej lub bardziej świadomy sposób.
- “Góra lodowa” emocji ucznia - nauczyciel widzi tych część emocji swoich uczniów.

Emocje są budulcem do tworzenia się grupy i są niezbędne, by zachodził proces uczenia się. Nie jest łatwo znaleźć na nie czas podczas lekcji, kiedy musimy zrealizować podstawę programową, przygotować do sprawdzianu i egzaminu. Jeśli zależy nam na budowaniu relacji z naszymi uczniami i uczennicami warto znaleźć “miejsce” na emocje, bo one:

- napędzają do działania
- budują motywację
- odpowiadają za proces grupowy
- budują relacje
- wspierają uczenie się od siebie
- zostawiają cenny ślad spotkania

Jaka jest rola nauczyciela/mentora?

Warto pomyśleć również o sobie - zadbać o siebie i swoje emocje. Kiedy my - nauczyciele czujemy się dobrze w klasie, lepiej też uczą się nasi uczniowie i uczennice. Uczniowie i uczennice po edukacji zdalnej wrócili do szkoły z różnymi emocjami. Aby móc z nimi pracować, najpierw warto o siebie zadbać. Punktem

wyjścia może być zastanowienie się jakie emocje są we mnie i co te emocje mówią mi o mnie. Czy uczniowie i uczennice mają takie same emocje? Za każdą emocją stoi jakaś potrzeba, nie wszystkie są zaspokojone. Potrzeby i emocje nauczyciela oraz ucznia są tak samo ważne.

Praca z uczniami na lekcji, która zaspokaja potrzeby uczniów i wykorzystuje emocje:

- pytania otwierające lekcję (pytania, które są bliskie uczniom i uczennicom, są to pytania bezpieczne, uczniowie mogą podać przykład nie ze swojego życia),
- warsztat „wyspy”, by budować relacje w grupie,
- [metoda projektu edukacyjnego](#) (uczniowie i uczennice wymyślali aktywność na lekcję dla swoich kolegów i koleżanek),
- turniej historyczny (grywalizacja bez rywalizacji, w oparciu o motywację pozytywną),
- praca w mniejszych grupach,
- krytyczne myślenie, która pozwala uczniom i uczennicom zrozumieć świat.

Rolą nauczyciela jest pokazywanie możliwości, które są w zasięgu ucznia/uczennicy (etap torowania), by przygotować ich na trudniejsze zadania i sytuacje.

Zasady - jak pracować z emocjami na lekcji?

- Emocje to informacje zarówno, dla nauczyciela, jak i dla uczniów.
- Pamiętajmy, że nie ma złych emocji, wszystkie są ważne.
- Kompetencja emocjonalna do siebie samego przekłada się na kompetencję do rozumienia innych (należy zadbać o swoje emocje i potrzeby).
- Nie da się zablokować tylko niektórych emocji, wszystko albo nic.
- Jeśli pozwolić emocjom być, z reguły zmieniają się (silne emocje nie mają tego samego natężenia przez cały czas, zmieniają się).
- Emocje to jest nasze “paliwo”, które nas napędza do działania.
- Warto dawać sobie i uczniom więcej wolności w okazywaniu emocji.

Dodatkowe, ciekawe materiały:

1. Przewodnik [Emocje jako twoje supermoce. Przewodnik po emocjach na \(nie\)zwyczajne czasy](#)
2. artykuł [Praca z emocjami towarzyszącymi rozmowom o emocjach,](#)
3. publikacja [Rozmawiajmy o uchodźcach. Punkty widzenia. Klub Dobrej Rozmowy,](#)
4. publikacja [Storytelling o migracjach. Przewodnik dla wychowawców,](#)
5. artykuł [Jak wykorzystać moc opowieści w nauczaniu?,](#)
6. film [Každy dzień jest wyjątkowy](#) i karta pracy do niego.

Nagranie z webinarium jest dostępne na naszym kanale YouTube:

<https://www.youtube.com/watch?v=Cg0qttHevAo>