

Co powinno się zmienić w mojej szkole, rodzinie, by poprawić relacje między ludźmi (nauczyciel – uczeń, dziecko – rodzina, koledzy w miejscu zamieszkania, osiedlu, miejscowości)?

Na wstępie pragnę zaznaczyć, że nie mam praktycznie żadnej wiedzy z dziedziny psychologii. Jedyne co mi może pomóc w rozpracowaniu problemu, to mój 16-letni bagaż doświadczeń. Wszystko, co przedstawię będzie z mojego subiektywnego punktu widzenia i od razu dodam, że może nawet w znacznym stopniu mijać się z prawdą.

Gdyby ktoś się mnie spytał, co mogłoby się zmienić, by poprawić moje relacje międzyludzkie, odpowiedziałabym krótko – siebie. Mam wrażenie, że nie zdajemy sobie sprawy, jak nasza mowa ciała ma wpływ na innych. A przecież podlegamy ocenie już po kilku sekundach znajomości! To zabawne, jak duży wpływ na innych ma sam uśmiech. Nie bez powodu jest porównywany do słońca – potrafi sprawić, że pocujemy ciepło. Osoby uśmiechające się są postrzegane jako miłe i uprzejme. Prosty przykład: wolimy być obsługiwani przez uśmiechniętą kasjerkę czy taką, która ma minę, jakby nienawidziła swojej pracy? Mimo że jakiś podstawowych podstaw mowy ciała uczymy się na podstawach przedsiębiorczości, to wydaje mi się, że jest wciąż za mało popularna.

Kolejnym ważnym problemem moim zdaniem jest „wypalenie”. Zjawisko to polega na tym, że nie odczuwamy motywacji do nauki czy pracy, nawet jeśli wcześniej sprawiało nam to przyjemność. Coraz częściej w Polsce pojawia się depresja. Jeśliby użyć obrazowego porównania, to widzę to tak: nasze życie to czoło fali, które płynąc, natrafia na kłody i z każdą przeszkodą jej siła się zmniejsza, wody ubywa, aż może zostać niewielki strumyczek, który łatwo może rozbić się o przeszkody. Gdy jednak zostajemy czymś naprawdę silnie zmotywowani, wody przybywa i znowu płynie ogromna, prędką rzeką. Wypalenie ma też moim zdaniem wpływ na relacje międzyludzkie. Osoby wiecznie zdołowane, smutne, użalające się nad sobą, będą miały problemy w utrzymaniu zdrowych kontaktów.

Już w przedszkolu uczymy się pracy w grupach, ale wydaje mi się, że brak nam nieco teorii. Często pojawiają się problemy wynikające z tego, że w grupie jest kilku liderów lub nie ma żadnego (te drugie zaczyna się gdzieś pod koniec podstawówki lub w gimnazjum). Naprawdę mało potrafi pokierować i odpowiednio zmotywować grupę, sprawić, by wszyscy zaangażowali się i poczuli docenieni. Istnieje coś takiego jak „miękkie szkolenia”, na których można nauczyć się przemawiać do grupy i być liderem, ale są one zwykle przeznaczone dla dorosłych, którzy chcą prowadzić szkolenia.

Najważniejszym problemem młodzieży moim zdaniem jest traktowanie swoich obowiązków jako zła koniecznego. Sama wiem, jak ciężko jest chodzić do szkoły na rano, pisać jednego dnia kilka kartków i jeszcze sprawdzian, wiem jak to jest, gdy nauczyciel „ciśnie”, ale wiemy, że to dla naszego dobra, byśmy sobie znaleźli pracę i zarabiali godne pieniądze. Obawiam się jednak, że jeśli nie odnajdziemy celu, swojego „powołania”, to tak samo nie będziemy mieli serca do pracy. Sęk w tym, że na niektórych przedmiotach męczymy się zarówno my i nauczyciele, którym zależy lub kiedyś zależało, byśmy się „edukowali” i stali się mądrzejsi. Rutyna zabija nawet to, co próbują w nas wzbudzić nieliczni nauczyciele – miłość do przedmiotu. Nasi kochani pracownicy oświaty po odstaniu i wygadaniu swojego mogą ulec dość szybko wypaleniu. Wcale nie pomaga fakt, że zwykle nie patrzymy na nich na kogoś, kto próbuje nam pomóc, ale na kogoś, kto chce nas jeszcze bardziej pograć. A przecież jeśli zastanowimy się, czy oni naprawdę chcą nas „pograć”, stawiają sobie za cel postawienie jak najwięcej niedostatecznych czy lubują się w myśli, że kiedy oni sobie leżą na basenie, to uczniowie siedzą po uszy w pracy domowej? Nie, tak nie jest wbrew pozorom.

Podsumowując: jeśli coś bym próbowała zmienić w moim otoczeniu, to dodałabym lekcje mowy ciała (zwracając szczególną wagę na uśmiech), jak radzić sobie z wypaleniem

i jak pracować w grupie. Przede wszystkim te zajęcia nie powinny być obowiązkowe, by nie stały się kolejnym z przedmiotów, na którym odrabia się prace domowe czy słucha muzyki. Oprócz tego zrobiłabym coś, by każdy uczeń traktował nauczyciela jak kogoś, kto chce mu pomóc, nie jak zło wcielone

Ewa Brzezicka