# TROSKI DOROSŁYCH - PROBLEMY DZIECI

Zdajemy sobie sprawę z wyzwań, które stoją przed uczniami klas VIII szkoły podstawowej .Wiemy, ile czasu potrzeba na przygotowanie nowych sal, infrastruktury, znalezienie odpowiedniej kadry nauczycieli. Widzimy, czego, i w jakim tempie, już w tej chwili uczą się dzieci. Przejście z jednego etapu edukacyjnego na kolejny zawsze budziło wiele emocji.

Taka sytuacja może budzić różne emocje: niepewność, bezradność a nawet złość, że tak poważne zmiany dotykają akurat naszych dzieci. Zadajemy więc innym dorosłym, odpowiedzialnym za wprowadzanie i realizację tych zmian, pytania. Szukamy rozwiązań, angażujemy się w różne inicjatywy, obawiając się, że nasze dzieci zapłacą ogromną cenę za niepewność i napięcie, które od miesięcy towarzyszą ich edukacji.

Przed nami, jako dorosłymi, rodzicami, nauczycielami, stoi najtrudniejsze zadanie: jak pomimo naszych emocji, przekonań, opinii, nie stracić z pola widzenia tego, co najważniejsze, czyli naszych dzieci. Silne emocje, kategoryczne opinie dorosłych mają bardzo duży wpływ na postawę i samopoczucie dzieci. Dlatego też, aby móc pomóc młodzieży w radzeniu sobie ze zmianą i jej skutkami, warto zadbać o siebie, o równowagę, przygotować się na różne rozwiązania i konstruktywne wsparcie emocjonalne oraz logistyczne własnego dziecka. Taka postawa pozwala nie tylko zachować proaktywność i poczucie wpływu w sytuacji zmiany, jest również bardzo ważnym zapleczem budującym poczucie bezpieczeństwa dziecka w poradzeniu sobie ze zmianą.

**Jak pomóc dziecku wybrać szkołę ponadpodstawową?**

Moment zmiany – o czym warto pamiętać?

* **Zmiana, sama w sobie, nie jest ani dobra, ani zła**, jest naruszeniem obecnego *status quo*.

Jest zarówno sytuacją kryzysową, jak i szansą na rozwój.

* **Niemal każda nieprzewidywalna i nieplanowana zmiana ma podobną dynamikę**: najpierw doświadczamy zaskoczenia, chaosu, niezgody i buntu, a po jakimś czasie adaptujemy się do nowej sytuacji, znajdujemy sposoby na funkcjonowanie w nowej rzeczywistości, a z czasem odkrywamy, że zmiana to nie tylko strata, to także wynikające z niej korzyści.
* W sytuacji, kiedy zmiany przychodzą z zewnątrz, **warto skoncentrować się na tym**, **na** **co mamy wpływ** i na tym skupiać swoją energię i uwagę.
* **W sytuacji zmiany warto zająć się przeżywanymi emocjami i potrzebami, które za tymi emocjami stoją.** Można poszukać wsparcia wśród innych dorosłych, skorzystać z ich doświadczeń i inspiracji

Na co mamy wpływ?

Winston Churchill powiedział, że: *nastawienie to mała rzecz, która robi wielką różnicę*. Ważne jest, z jakim nastawieniem podchodzimy do całej sytuacji, na ile będziemy w stanie dostrzegać potrzeby naszego dziecka i odpowiedzieć na nie tak, aby różne doświadczenia budowały je jako człowieka i wzmacniały naszą wzajemną więź. Jeśli będziemy przekonani, że nasze dziecko sobie nie poradzi, na pewno będzie mu trudniej odnaleźć się w nowej sytuacji, a nam będzie łatwo przegapić te momenty, w których należy je docenić lub pochwalić. Mamy wpływ na swoje nastawienie, na to, co robimy ze swoimi emocjami, gdzie i jak szukamy dla siebie wsparcia, w jaki sposób patrzymy na nasze dziecko i jak się wobec niego zachowujemy. Mamy również wpływ na to, w jaki sposób będziemy kontaktować się z innymi dorosłymi, którzy również zajmują się naszymi dziećmi. Duże znaczenie ma też komunikat, jaki wysyłamy młodym ludziom na temat funkcjonowania świata dorosłych: to, jak wyrażamy swoje opinie, rozwiązujemy konflikty, problemy, może być dla nich ważnym punktem odniesienia i budować ich kapitał emocjonalny do konstruktywnego funkcjonowania społecznego oraz radzenia sobie z wyzwaniami i zmianami.

**Jak pomóc dziecku wybrać szkołę ponadpodstawową?**

KIM JEST NASTOLATEK?

# Okres dojrzewania

Okres dojrzewania to specyficzny moment w rozwoju człowieka. Słowa: *zmiana, wahania nastrojów, zmienność zachowania* są przez dorosłych odmieniane na wszelkie sposoby. Dochodzi do tego: chimeryczność, burkliwość, nieprzewidywalność zachowań, nagłe odsuwanie się od rodziców, ogromna koncentracja na swojej osobie, skłonność do nieprzemyślanych w skutkach zachowań, często na granicy poważnego ryzyka, kontestowanie na różne sposoby wartości wyznawanych przez rodziców. Czy tak jest naprawdę? Otóż okazuje się, że nie. Badania psychologów pokazują, że zdecydowana większość nastolatków nie przechodzi dorastania jako okresu „burzy i naporu”, podziela z rodzicami naczelne wartości, odczuwa wobec nich bliskość, a gdy ich okłamuje, robi to nierzadko dla ochrony dobrej relacji, a nie z lęku przed karą. Rzeczywiście rozwój mózgu i rozwojowe zmiany hormonalne wywołują większą impulsywność, intensywność i relatywnie mniejszą stabilność nastrojów, a potrzeba zyskania uznania rówieśniczej grupy odniesienia i utrzymanie w niej swojego statusu są wyzwaniami wychowawczymi zarówno dla rodziców, jak i nauczycieli. Jednak rozważając tę kwestię nie bierze się często pod uwagę indywidualnych cech dziecka, np. jego temperamentu, którego wpływ na zachowanie można obserwować już we wcześniejszym okresie rozwoju. Jeśli zaś chodzi o przejawy „burzy i naporu”, to rzeczywiście mogą się one pojawić, lecz w ogromnym stopniu zależy to od tego, jak rodzice reagują na proces dorastania i kształtowania się tożsamości swojego dziecka oraz jak interpretują jego zachowania. Kierowanie się stereotypowym wyobrażeniem nastolatka jako buntownika często zamyka drogę do zrozumienia go i porozumienia z nim.

**Jak pomóc dziecku wybrać szkołę ponadpodstawową?**

* Niektóre nastolatki, owszem, przejawiają zachowania buntownicze, konfliktują się z dorosłymi i mają skłonność do zachowań ryzykownych. Należą do nich głównie ci wychowywani w stylu autorytarnym (nacisk na posłuszeństwo; karanie lub odrzucenie za niespełnianie rodzicielskich oczekiwań; chłód emocjonalny) albo pobłażliwym (brak jasnych zasad postępowania; rozpieszczanie; niestawianie wymagań, by ewentualne porażki nie zagrażały poczuciu własnej wartości dziecka). Skąd więc wyobrażenie o powszechnych trudnościach okresu dorastania? Wyobrażenie, które, powtórzmy, może blokować kontakty z nastolatkami i efektywne ich wspieranie w trudnym momencie życia, jakim jest wybór dalszej drogi edukacyjnej. Wpływ ma tu kilka czynników. Zarówno nauczyciele, jak i rodzice powinni zachować czujność. by brać je pod uwagę i łatwo im nie ulegać: kultura: literatura i film podsuwają nam opowieści o zbuntowanych nastolatkach, często tragiczne; przekazy medialne: prasa, przekazy radiowe, telewizyjne, internetowe poświęcone są zwykle zachowaniom tym najbardziej ekstremalnym, przejawianym przez małą liczbę nastolatków oraz poświęcone młodzieży z problemami emocjonalnymi lub kryzysem tożsamości, a to tylko utwierdza dorosłych w przekonaniu, że „taki to okres życia”;
* głos psychologów i pedagogów: niemal powszechnie eksperci przedstawiają okres dorastania jako okres „burzy i naporu” (mimo iż w podręcznikach psychologii rozwojowej nie przedstawia się tak prosto tej kwestii); stoi za tym wieloletnia tradycja – dawniej niektórzy psychologowie, którzy nie opierali się na wynikach systematycznych badań, głosili, że młody człowiek, który nie przeżywa buntu przeciw rodzicom, nigdy nie osiągnie dojrzałości; głosy psychologów biorą się też z tego, że wielu z nich pracuje wyłącznie z młodzieżą, która ma rzeczywiste problemy w okresie dorastania i przejawia zachowania buntownicze

– specjaliści zaś generalizują te doświadczenia na zachowania wszystkich nastolatków;

* wyobrażenia o rozwoju osób o różnym światopoglądzie:

dla niektórych osób, dla których wyrazem rozwoju jest niszczenie tego, co zastane jako skostniałe i źle funkcjonujące, młodzieńcza siła buntu staje się symbolem pozytywnych zmian i afirmują ją;

* + dla innych osób, sprzeciw i bunt przeciw tradycji i zastanemu porządkowi jest wyrazem niedojrzałości i chcą okiełznać i zdyscyplinować młodzieńcze siły. Przedstawiciele obu stanowisk selektywnie postrzegają dane oraz utwierdzają siebie i innych w przekonaniu o buntowniczości nastolatków, nie zauważając, że ich założenia mają wpływ na to, jak postrzegani są młodzi ludzie;

**Jak pomóc dziecku wybrać szkołę ponadpodstawową?**

* identyfikacja nastolatków z rolą: część młodych ludzi, nieznajdujących zrozumienia i wsparcia dorosłych może swoje kłopoty związane z dorastaniem interpretować jako przejawy buntu, ponieważ taki właśnie przekaz często słyszą w mediach, czy z ust rodziców albo nauczycieli;
* interpretacja zachowań nastolatków przez dorosłych: z powodów niżej opisanych i/lub pochłonięcia sprawami życia codziennego i niedostatecznego czasu poświęcanego kontaktowi z dziećmi, dorośli mogą pójść myślową drogą „na skróty” i wszelkie przejawy dopiero rodzącej się dojrzałej tożsamości i autonomii (własne zdanie, podważanie zdania autorytetów, domaganie się swobody decyzji), traktują jako opór lub bunt, zamiast wspierać dziecko w tym, by jego sądy i decyzje były możliwie najbardziej samodzielne, a jednocześnie najlepiej uzasadnione i najbardziej odpowiedzialne;
* informacje ze szkół: nauczyciele nagłaśniają zwykle problemowe zachowania nastolatków (ponieważ te angażują ich emocjonalnie, wymagają często szybkich decyzji i podjęcia interwencji) – w ten sposób niewiele miejsca pozostaje na informacje o nastolatkach, z którymi nie ma problemów;
* „było lepiej!”: efekt obserwowany od pokoleń. Rodzice żyją w przekonaniu, że ich pokolenie było lepsze w okresie młodości od generacji ich dzieci.
* Czemu służy proces dorastania i po co zarówno dzieci, rodzice, jak i nauczyciele w sposób naturalny muszą przez to wszystko przejść? Głównym zadaniem rozwojowym tego etapu życia dziecka jest poszukiwanie swojej tożsamości. Znalezienie odpowiedzi na pytania: *Kim jestem? Co jest dla mnie ważne? Co umiem, lubię? Z kim chcę się przyjaźnić? Kto mi się podoba, a komu ja się podobam? Jak spędzać czas? Co ma dla mnie sens? Co myślę i co czuję?* Odpowiedzi na te pytania odnajduje się nie tylko w rozmowach z rodzicami, czy w radach otrzymywanych od dorosłych, uzyskuje się je w ogromnym stopniu poprzez własne doświadczanie świata.

# Nastolatek w szkole

* Na początku warto się odnieść do mitów dotyczących tego, co jest ważne dla nastolatka w szkole. Wszyscy chcemy, żeby nasze dzieci jak najwięcej nauczyły się w okresie dzieciństwa. W przypadku dzieci młodszych łatwiej przychodzi odwoływanie się do motywacji wewnętrznej. Dzieci uczą się, ponieważ lubią poznawać świat, chcą wiedzieć, jak coś działa, jak jest zbudowane. Uczą się też dzięki motywacji zewnętrznej: ze względu na mamę, miłą panią w szkole, ponieważ chcą być akceptowane i nagradzane przez dorosłych.

**Jak pomóc dziecku wybrać szkołę ponadpodstawową?**

* Łatwiej uczymy się tego, co nas interesuje. Kłopot zaczyna się wtedy, kiedy określone tematy interesujące ucznia różnią się od tych przewidziaych programem nauczania. Szczególnie widoczne staje się to w okresie dorastania, gdy nauczanie szkolne nie odpowiada zainteresowaniom nastolatków, a jednocześnie nie są oni w stanie myśleć długoterminowo i ocenić przydatności nabywanej wiedzy i rozwijanych umiejętności w późniejszym życiu.
* Dla wielu nastolatków szkoła nie jest ważna w rozumieniu budowania kapitału wiedzy i zdobywania ocen. Wielu młodym ludziom brakuje wewnętrznej motywacji. Osiągnięcia są istotne, jeśli odpowiadają oczekiwaniom rodziców, postrzeganych jako ważne osoby lub są wynikiem realizacji własnej potrzeby. Relatywnie rzadko jest to czysta potrzeba pogłębiania wiedzy, która pojawia się przed maturą (choć tu motywującą rolę może ogrywać niepokój przed niepowodzeniem) albo dopiero w dorosłym życiu, kiedy człowiek posiada już większą świadomość siebie. Wtedy zaczyna uczyć się dla siebie, nie ze względu na oczekiwania innych. Oczywiście zawsze zdarzają się wyjątki.
* Osiągnięcia w nauce w okresie nastoletnim są ważne ze względu na pozostałe potrzeby rozwojowe, m. in. poczucie bycia kimś ważnym, budowanie pozycji w grupie rówieśniczej. A sama szkoła? Jest przestrzenią do doświadczania siebie poza własną rodziną, czyli tym obszarem, w którym głównie poszukuje się odpowiedzi na pytanie: *kim jestem i jakie jest moje znaczenie?*

# Potrzeby nastolatków

W funkcjonowaniu każdego człowieka, a szczególnie dla nastoletniego dziecka w okresie adolescencji istotne są następujące potrzeby:

* **akceptacja** - przyjęcia dziecka z jego uczuciami, zachowaniami, wyglądem, z całą zmiennością nastrojów, niepewnością i kategorycznością wypowiedzi. Jest to sytuacja, w której dziecko czuje, że jako osoba jest akceptowane przez ważne dla niego osoby, że ma prawo do błędów, porażek i sukcesów, że jako dziecko jest OK, choć jego zachowanie nie zawsze jest konstruktywne i może pociągać za sobą różne konsekwencje;
* **bycie wysłuchanym** - wspólne spędzanie czasu, dialog, autentyczna ciekawość tego, co i jak dziecko przeżywa, czego doświadcza, co ma do powiedzenia;
* **stabilizacja** - poczucie bezpieczeństwa wynikające ze stałości pewnych zdarzeń, jak np. możliwość kontaktu ze znajomymi, rodzinne rytuały (nawet te niekoniecznie ulubione);
* **poczucie sensu** - nastolatek, jak mało kto, intensywnie szuka odpowiedzi na pytanie: *po co mam to robić?* Ważna jest dla niego wiedza, wyjaśnienie czemu to ma służyć, żeby był gotów wykrzesać z siebie motywację do działania;
* **autentycznoś**ć - młodzi ludzie są bardzo wyczuleni na sprzeczności, niespójności pomiędzy tym, co ktoś mówi, a tym, co faktycznie robi. Bardzo cenią wiarygodność, spójność i relacje oparte na autentyczności;

**Jak pomóc dziecku wybrać szkołę ponadpodstawową?**

* **kontakt**/ **dialog -** nastolatkowie potrzebują być traktowani poważnie, *fair*, bez nadmiernego ich chronienia, czy umniejszania ich wartości. Ważny jest dla nich wspólnie spędzony czas, nasza uwaga, zainteresowanie, otwartość na ich opinie, refleksje oraz to, w jaki sposób, kiedy i na jakich zasadach to robimy jako dorośli;
* **granice** - łatwiej jest eksplorować świat zewnętrzny, kiedy wiadomo, że ma się dokąd wrócić i jest ktoś, kto w razie potrzeby będzie gotowy do udzielenia wsparcia. Nastolatkowie bardzo nie lubią, kiedy dorośli określają im np. godzinę powrotu do domu, stawiają warunki związane z używkami czy zarządzają czas na odpoczynek od telefonu czy komputera. Nie lubią tego, złoszczą się, ale jednocześnie wiedzą, że komuś na nich zależy i nie jest mu wszystko jedno, co się z nimi stanie;
* **doświadczenie** własnej sprawczości - młodzi ludzie mają ogromną potrzebę doświadczania własnego wpływu na rzeczywistość. Ważne jest dla nich to, że coś zależy od nich, że mają wpływ na rzeczywistość, w której żyją i funkcjonują;
* **wsparcie** w dążeniu do celu - młodzi ludzie mają swoje marzenia i cele, które nie zawsze są w zgodzie z oczekiwaniami rodziców. Mogą otrzymywać w szkole trójki lub dwójki,

a jednocześnie być zapalonymi fotografami. Motywacja związana z możliwością wyjazdu w plener, czy kupienia dobrego obiektywu, daje im siłę na spełnienie oczekiwań rodziców w zakresie osiągnięć szkolnych. Bardzo doceniają fakt, że dorośli poważnie traktują ich marzenia i pozwalają im je samodzielnie realizować;

* **przestrze**ń**/wolnoś**ć **doświadczania** – jest to trudna do zaakceptowania przez rodziców potrzeba, ponieważ chcieliby uchronić swoje dzieci przed błędami, pomóc im wykorzystać pojawiające się szanse. Dla nastolatków niezwykle ważne są samodzielność oraz uczenie się na podstawie własnego doświadczenia;
* **przynależnoś**ć – potrzeba bycia z innymi, szczególnie z rówieśnikami, potrzeba posiadania znajomych, przyjaciół, chłopaka, dziewczyny. Dla nastolatka, szczególnie w okresie buntu, tak samo ważna jest rodzina jak i grupa rówieśnicza.

Warto zadać sobie pytanie, w jakim stopniu, jako rodzice, możemy zaspokoić potrzeby naszego dziecka? Co, jako rodzic, robię albo czego nie robię, żeby pomóc dziecku zaspokoić jego potrzeby? Odpowiedzi na te pytania umożliwią przybliżoną ocenę, na jakie trudności dziecko może natrafić w zaspokajaniu tych istotnych potrzeb i jak będzie próbowało sobie z nimi radzić. Tegoroczni uczniowie klas VIII szkoły podstawowej i III klas gimnazjum wkroczą w kolejny etap swojego rozwoju z dużą dozą niepewności związanej z ich najbliższą przyszłością. Niektórzy będą potrafili mówić wprost o swoich indywidualnych potrzebach i emocjach, inni zaś nie. Część dzieci potrafi stosunkowo dobrze radzić sobie ze stresem nie mówiąc o swoich emocjach. Zmiana systemowa, nad którą młody człowiek nie ma jednak kontroli, niewątpliwie jest sytuacją stresującą. Warto pamiętać, że nawet jeśli dziecko nie komunikuje swoich emocji, to może je przeżywać w związku ze swoją sytuacją. Naszym zadaniem, jako dorosłych, jest wspomóc dziecko w radzeniu sobie z tymi emocjami.

**Jak pomóc dziecku wybrać szkołę ponadpodstawową?**

**Główne źródła stresu szkolnego u nastolatków:**

* Sytuacje związane z nauką, oczekiwaniami rodziców w zakresie osiągnięć, wyników egzaminów, wynikające z nadmiaru obowiązków, zmęczenia.
* Trudne sytuacje w kontaktach z nauczycielami: np. związane z podejściem do ucznia, brakiem zrozumienia, niewywiązaniem się ze zobowiązań.
* Kłopoty w relacjach z rówieśnikami: m.in. poczucie osamotnienia, niezrozumienia w grupie, rozczarowanie, brak przyjaźni, obawa przed ośmieszeniem się.
* Konflikty z rodzicami związane z niedostatecznym wywiązywaniem się z obowiązków szkolnych.

**Sposoby pomagania dzieciom w radzeniu sobie z sytuacjami potencjalnie stresującymi:**

* stawianie realistycznych oczekiwań;
* dawanie przestrzeni do wypowiedzenia uczuć i myśli;
* zrozumienie, że życie nastolatka jest pełne wyzwań i emocji;
* dbanie o to, żeby stworzyć dziecku warunki do odpoczynku i regeneracji;
* aktywne włączanie młodych ludzi do innych aktywności domowych, np.: mycia naczyń, pomocy w ogrodzie. Jest to ważny sygnał dla nastolatka, że życie to nie tylko szkoła;
* zachęcanie do aktywności fizycznej, ruchu, ponieważ jest to istotny czynnik wspierający w radzeniu sobie z emocjami i stresem (nawet jeśli jest to spacer z psem czy pójście po zakupy);
* wprowadzanie i przestrzeganie rytuałów rodzinnych, w których nastolatek nie zawsze chce brać udział;
* wspólne spędzanie czasu, poznawanie jego świata, np.: wspólne zakupy czy wspólne oglądanie filmu;

**Jak pomóc dziecku wybrać szkołę ponadpodstawową?**

* dystans do tego, co mówi i robi nastolatek;
* wychodzenie naprzeciw marzeniom i potrzebom nastolatka, dbanie o stworzenie mu przestrzeni do relaksu, odprężenia i odpoczynku;
* rozmawianie z innymi dorosłymi, którzy mogą być dla nas źródłem cennych informacji wymiany doświadczeń i wsparcia.

Czego należy unikać?

Poniższe rady nie dotyczą jedynie zachowania w sytuacji zwiększonej liczby kandydatów do szkół ponadpodstawowych. Najlepiej stosować je na co dzień, w kontaktach z dziećmi, tak aby miały więcej sił w radzeniu sobie z różnymi trudnościami:

* **Nie wywołuj poczucia winy:** *Jak to możliwe, że zrobiłeś coś takiego?; Dlaczego nie pomyślałaś?; Jak można być tak ograniczonym?; Na pewno coś zrobiłaś nie tak.*
* **Nie dawaj gotowych recept:** *Powinnaś..; Rozwiązaniem w tej sytuacji jest…*
* **Nie bagatelizuj**: *Przesadzasz; Ja też chodziłam do VIII klasy i dało się żyć;* *Co ty masz do roboty, tylko uczenie się - dasz radę; Marudzisz.*
* **Nie chroń dzieci przed odpowiedzialnością**: *Nic się nie przejmuj, to w ogóle nie twoja wina; Mogę za ciebie załatwić te sprawy; Ty biedaku; Zabierzemy cię stąd do innej szkoły.*
* **Nie strasz**: *Ta szkoła jest beznadziejna!; Ten nauczyciel jest bez sensu; Zmarnują ci życie!*

*Jak się nie weźmiesz do pracy, to zmarnujesz życie!*

* **Nie porównuj do innych:** *Twoja siostra, świetnie sobie radzi, czemu ty tak nie możesz?*

**Nie stawiaj nadmiernych oczekiwań:** *Stać cię na więcej; tylko czwórka? Co to dalej będzie!*

 Co warto robić?

* **Znajdź czas na rozmowę, słuchaj tego, co dziecko mówi**. Warto też dać znać, że wierzymy, że dziecko poradzi sobie z trudnościami i podejmuje słuszne decyzje.

**Jak pomóc dziecku wybrać szkołę ponadpodstawową?**

* **Zapytaj dziecko, co myśli** **o swojej najbliższej przyszłości**, do jakiej szkoły chce pójść? Czego od ciebie potrzebuje? Czego potrzebuje w sprawie dalszej nauki? Jakie ma pomysły, rozwiązania?
* **Oferuj pomoc** **i sprawd**ź**, czy dziecko wyrazi chęć jej przyjęcia,** pomagaj według pomysłu dziecka i na jego zasadach.
* **Zadbaj o siebie**, **poszukaj wsparcia** i konstruktywnych rozwiązań w gronie dorosłych, jeśli targają tobą silne emocje, widzisz przyszłość jedynie w czarnych barwach.
* **Zastan**ów **się,** **czego** **potrzebujesz jako rodzic**, żeby czuć się pewniej: może wiedzy o szkołach, o systemie doradztwa zawodowego, konkretnych rozwiązaniach proponowanych przez szkoły, czy może spotkania się z innymi rodzicami?
* **Co jest dla ciebie, jako rodzica, najważniejsze**, o co chcesz zadbać w kontakcie z dzieckiem?

# Współpraca z nauczycielami

* Starajmy się współpracować z nauczycielami, psychologami i pedagogami szkolnymi. W kontaktach z dorosłymi szukajmy konstruktywnych rozwiązań, tak aby wzajemnie się nie osłabiać, bo na to również patrzą dzieci i na podstawie obserwacji zachowań dorosłych budują sobie obraz dojrzałości.

Współpraca z nauczycielami ma też ogromne znaczenie w przypadku dzieci posiadających specjalne potrzeby edukacyjne. W takich przypadkach jesteśmy dla nauczycieli bezcennym źródłem informacji, bez których nie będą mieli szans dostosować wymagań do możliwości dziecka. Oczywiście, możemy mieć do czynienia z nastolatkiem, który nie chce, aby rodzice „donosili” na niego w nowej szkole. Warto wtedy wspólnie z dzieckiem ustalić, co i komu zostanie powiedziane i z jakiego powodu to jest ważne. Być może z pewnymi sprawami dziecko będzie chciało sobie poradzić inaczej niż do tej pory. Czasami warto sięgnąć po wsparcie doradców zawodowych lub specjalistów. Jeśli dziecko nie chce pomocy z zewnątrz, zawsze rodzic sam może z niej skorzystać. Rozmawiając ze specjalistami i innymi rodzicami nabieramy sił i poszerzamy własne możliwości udzielenia adekwatnej pomocy dziecku.

WYBÓR SZKOŁY - O CZYM WARTO PAMIĘTAĆ?

# Poznaj swoje dziecko

Zastanawiając się nad podjęciem decyzji o wyborze szkoły, zadajemy sobie pytania: na co zwrócić uwagę? Co jest istotne: zainteresowania, predyspozycje dziecka? Jaka jest dana szkoła? Jakie ma wyniki? Jakie są profile klas? Jakich języków obcych można się w niej uczyć? Jakie są aktywności pozalekcyjne: kółka zainteresowań, zajęcia artystyczne, sportowe? Jacy są pracujący w niej nauczyciele? Może ważne jest to, co o danej szkole mówią inni – uczniowie, rodzice? Może nie ma się nad czym zastanawiać, trzeba wybrać szkołę położoną najbliżej miejsca zamieszkania? Kolejne pytania dotyczą odpowiedzialności za wybór szkoły. Kto ma podjąć decyzję, do jakiej szkoły pójdzie moje dziecko? Czy ma to być moja decyzja, czy mojego dziecka? A może powinniśmy ją podjąć wspólnie? Na jakie problemy związane z reformą systemu oświatowego („podwójny rocznik”) może natrafić dziecko przy wyborze szkoły? Jakie są sposoby, by temu zaradzić lub zminimalizować emocjonalne koszty? Jaki jest nasz, jako rodziców, udział w procesie kształtowania samoświadomości dziecka i wspieraniu jego umiejętności brania odpowiedzialności za własny rozwój? Kto i do kogo może mieć potem uwagi, żal, że coś nie zostało dopilnowane?

Podejmując razem z dzieckiem decyzje o wyborze szkoły ponadpodstawowej dobrze jest wziąć pod uwagę jego zainteresowania i predyspozycje. Warto rozmawiać z dzieckiem - pod kątem przygotowania go do życia zawodowego w przyszłości - o jego zdolnościach, cechach charakteru, zdrowiu, wartościach. Nie wolno zapominać, że jako rodzice mamy za sobą dłuższy okres życia i możemy wyciągać wnioski z podjętych w przeszłości wyborów. Nastolatek ma ten okres życia dopiero przed sobą i nie jest w stanie myśleć jak „dorosły z doświadczeniem”. Dlatego warto wspierać go w autonomii decyzji, dyskutować o różnych perspektywach, lecz nie oczekiwać, że wybierze rozwiązania, które my uznajemy dla niego za najlepsze. W rodzinach, w których rodzice wypracowali dobrą relację z dziećmi i są dla nich autorytetami, takie rozmowy prowadzi się dużo łatwiej.

**Jak pomóc dziecku wybrać szkołę ponadpodstawową?**

## Zainteresowania

Identyfikacja zainteresowań dziecka ułatwia poszukiwanie szkoły o profilu odpowiadającym obszarom zawodowym, które te zainteresowania mogą rozwinąć. Dotyczy to zarówno przedmiotów szkolnych, jak i pasji dziecka.

## Zdolności

Każde dziecko posiada zarówno rozwinięte w różnym stopniu zdolności ogólne, do których zaliczamy, np. inteligencję, kreatywność, sprawności fizyczne oraz zdolności ukierunkowane przedmiotowo, np. artystyczne, językowe, matematyczne czy sportowe. Dobrze jest przeanalizować, w jakich dziedzinach dziecko jest bardzo dobre, czego uczy się szybko i z przyjemnością.

## Umiejętności

Wybierając szkołę ponadpodstawową warto również zastanowić się, co dziecko potrafi, jakie ma szczególne umiejętności, czy towarzyszy rodzicom, znajomym w wykonywaniu pewnych czynności zawodowych, np. naprawach motoryzacyjnych, opiece nad zwierzętami. Warto też pomyśleć, jakie umiejętności psychospołeczne (tzw. umiejętności miękkie) posiada nasze dziecko. Mogą to być, m.in.: komunikacja międzyludzka, umiejętność radzenia sobie ze stresem, analiza danych, zarządzanie czasem.

## Wartości

Każdy z nas kieruje się w swoim życiu określonym zestawem wartości, które również leżą u podstaw decyzji dotyczących wyboru wykonywanego zawodu. Jeżeli obserwujemy, że dziecko chętnie angażuje się, np. w działania wolontariatu młodzieżowego, może warto pomyśleć o szkole i zawodzie, który pozwoli mu rozwinąć kompetencje społeczne.

## Temperament

Temperament to zespół cech, takich jak: emocjonalność (wrażliwość lub odporność na bodźce wywołujące reakcję emocjonalną), aktywność (poszukiwanie działań mocno stymulujących), wrażliwość zmysłowa (wyczulenie na słabe bodźce) i wytrzymałość (zdolność adekwatnego reagowania na bodźce długotrwałe lub silnie stymulujące). Cechy te są zdeterminowane genetycznie i stanowią podstawę kształtowania się i rozwoju osobowości. Osobowość można scharakteryzować z kolei przez pięć cech. Są to (nie)stabilność emocjonalna (odzwierciedlającą przystosowanie emocjonalne lub emocjonalne niezrównoważenie); ekstrawersja (nastawienie na świat zewnętrzny) lub introwersja (nastawienie na świat wewnętrzny); otwartość na doświadczenie (czyli ciekawość poznawcza, tolerowanie nowości, pozytywne nastawienie do przeżywania świata) lub zamknięcie na doświadczenie; generalnie pozytywne lub negatywne nastawienie do innych ludzi; sumienność (stopień zorganizowania, wytrwałości i motywacji w działaniach zorientowanych na cel) lub jej brak. Indywidualny obraz osobowości opisujemy jako zespół cech charakteru. Ujawniają się one w zachowaniu, sposobie bycia, usposobieniu. Rodzice, którzy dobrze znają cechy osobowości i temperament swoich dzieci, mogą być dla nich wsparciem przy wyborze dalszej ścieżki edukacyjno-zawodowej. Warto, by zwracali nastolatkom uwagę na charakterystykę danej profesji, jej dynamikę, tryb, konieczność lub brak współpracy w zespole, etc. Warto też zachęcać dzieci, by zastanowiły się nad cechami swojego charakteru i rozmawiać z nimi o tym, czy ich osobowość odpowiada wymaganiom danego zawodu lub specjalności.

**Jak pomóc dziecku wybrać szkołę ponadpodstawową?**

## Możliwości intelektualne

Zastanawiając się nad wyborem szkoły ponadpodstawowej, warto przeanalizować, jaki jest potencjał intelektualny dziecka i jego zdolność uczenia się. Jakie ma wyniki w nauce? W jakim stopniu potrafi adaptować się do nowych warunków i wykonywania nowych zadań? Jak radzi sobie w sytuacjach trudnych, czy potrafi wykorzystywać posiadaną wiedzę w praktyce. Czy jest gotowe na długoletni wysiłek związany z przygotowaniem do zawodu wymagającego ukończenia studiów wyższych?

Czy może zasadne jest wybranie ścieżki dającej możliwość zdobycia kwalifikacji zawodowych na poziomie szkoły średniej?

## Stan zdrowia

Bardzo ważnym elementem procesu podejmowania decyzji o wyborze szkoły ponadpodstawowej jest analiza stanu zdrowia i potrzeb dziecka. Należy pamiętać, by nie wybierać szkoły, która kształci do zawodu, do wykonywania którego nastolatek ma przeciwskazania zdrowotne.

# Czynniki decydujące o wyborze szkoły

**Przykłady:**

Pomocne w wyborze dalszej ścieżki edukacyjno-zawodowej nastolatka mogą być wyniki, przeprowadzonego w roku 2015, przez Biuro Marketingu Miasta, na zlecenie Biura Edukacji m.st. Warszawy, badania *Moja szkoła*. Badanie dotyczyło czynników decydujących o wyborze szkoły ponadgimnazjalnej i poziomu zadowolenia uczniów z dokonanego wyboru. Uczestniczący w badaniu uczniowie szkół gimnazjalnych zostali zapytani o motywacje, którymi mieli zamiar kierować się podczas wyboru szkoły ponadgimnazjalnej. Z kolei uczniowie szkół ponadgimnazjalnych zostali poproszeni o przedstawienie czynników, którymi kierowali się podejmując decyzję o wyborze szkoły, do której się dostali. Odpowiedzi uczniów zebrano w 6 kategorii: zainteresowania, opinie o szkole, poziom szkoły, atmosfera i bezpieczeństwo, wygoda oraz przypadek. Uczniowie ówczesnych gimnazjów, mówiąc o głównych czynnikach związanych z wyborem szkoły ponadgimnazjalnej, deklarowali, że w pierwszej kolejności kierowali się poziomem szkoły (73%), osobistymi zainteresowaniami oraz opiniami o szkole (62%). Ważne było dla nich również bezpieczeństwo i atmosfera panująca w szkole (60%). Z kolei uczniowie szkół ponadgimnazjalnych jako najważniejsze czynniki, którymi kierowali się podczas wyboru szkoły wskazywali: wygodę (55%), opinie o szkole (53%) oraz zainteresowanie określonym profilem, programem nauczania (49%). Takie elementy, jak: poziom kształcenia, atmosfera szkoły oraz poziom bezpieczeństwa otrzymały odpowiednio po 42% wskazań.

**Jak pomóc dziecku wybrać szkołę ponadpodstawową?**

# PODSUMOWANIE

Jak wynika z wyżej przytoczonych przykładów zdanie rodziców jest dla nastolatków bardzo ważne. Należy pamiętać, że dla dorastającego dziecka wsparcie rodziców w podejmowaniu decyzji o wyborze szkoły nie polega tylko na przekazywaniu informacji. Ważne jest, w jaki sposób i w jakiej atmosferze taka rozmowa przebiega: jakie pytania zadają rodzice, czy rodzice znają źródła informacji o szkołach i mogą podpowiedzieć dziecku, gdzie ich szukać; czy mają czas na słuchanie dziecka; czy rodzice znają obecną strukturę systemu edukacji, metody nauczania i zdobywania zawodu; czy zadają dziecku pytanie, co chciałoby w życiu robić i z ciekawością czekają na jego odpowiedź, nie koncentrując się jedynie na wyborze szkoły.

Dlatego warto, abyśmy sami się zorientowali, jak wygląda oferta edukacyjna warszawskich szkół. W jakich zawodach może obecnie kształcić się młodzież. Warto zastanowić się, jak, od czasów naszej młodości, zmienił się świat, jakie są obecne trendy edukacyjne, jakie powstają nowe profesje. Wysiłki, które podejmujemy starając się przygotować dzieci do życia w świecie, który sami znamy, stanowią prawdziwe wyzwanie, bo przecież młodzi ludzie będą tworzyć i budować swoją, zupełnie inną, nową rzeczywistość. Może okazać się też, że obecne zmiany w systemie edukacji nie będą dla naszych dzieci takim dużym problemem, jak nam się to teraz wydaje. Być może ważniejsze będą dla nich inne, z naszego punktu widzenia błahe lub nieoczywiste sprawy.

**Jak pomóc dziecku wybrać szkołę ponadpodstawową?**

Pamiętajmy, że dla nastolatków rodzice są najważniejszym punktem odniesienia na mapie świata. Bardzo ważne jest to, co o nich myślą, w jakiej są kondycji, jak bliskie są relacje rodzinne i czy są one oparte na wzajemnym zrozumieniu. Nie zapominajmy, że w nadchodzących miesiącach, najistotniejsze jest, aby dzieci dostały naszą uwagę i wsparcie oraz czuły naszą obecność i akceptację.

PLANOWANIE I PODEJMOWANIE DECYZJI

# Proces wyboru szkoły i zawodu

Planowanie przyszłości edukacyjno-zawodowej jest procesem, w którym możemy wyróżnić, co najmniej cztery etapy:

* Poznanie siebie: swoich zainteresowań, umiejętności, uzdolnień oraz rozpoznanie swoich możliwości i ograniczeń w zakresie wykonywania zadań zawodowych i uwzględnienie ich w planowaniu ścieżki edukacyjno-zawodowej.
* Poznawanie świata zawodów i rynku pracy: zebranie informacji o zawodach, potrzebnych kwalifikacjach, zrozumienie znaczenia pracy w życiu człowieka, poznanie trendów współczesnego rynku pracy.
* Poznanie rynku edukacyjnego i uczenie się przez całe życie: zapoznanie się z ofertą szkół ponadpodstawowych i szkół wyższych, sprawdzenie kryteriów rekrutacyjnych, zapoznanie się z systemem edukacji formalnej, pozaformalnej i nieformalnej w perspektywie uczenia się przez całe życie.

**Planowanie przyszłości edukacyjno-zawodowej dziecka**

* Planowanie własnego rozwoju i podejmowanie decyzji edukacyjno-zawodowych: określenie celów i planów edukacyjno-zawodowych z uwzględnieniem posiadanych zasobów, konsekwencji podejmowanych wyborów, współpraca z osobami i instytucjami wspomagającymi planowanie ścieżki edukacyjno-zawodowej.

Dobry wybór szkoły i/lub zawodu to proces. Warto, aby podjęta decyzja była zgodna z zainteresowaniami, predyspozycjami, znajomością zarówno swoich mocnych stron jak i ograniczeń, a także z uwzględnieniem znajomości rynku pracy i oferty edukacyjnej. Teoretycy rozwoju zawodowego człowieka podkreślają, że wybór zawodu nie jest wynikiem jednorazowej decyzji, lecz ciągu decyzji podejmowanych w czasie całego życia. Teoria D.E. Supera, zakłada, że rozwój zawodowy człowieka składa się z kilku okresów, przez jakie przechodzi każdy z nas, ustalając swoje preferencje zawodo**we .** Z punktu widzenia wyboru ścieżki edukacyjnej przygotowującej do życia zawodowego w przyszłości ważne są dwie pierwsze fazy rozwoju:

**1. Faza wzrostu** (dzieciństwo)

Jest to pierwszy okres rozwoju człowieka trwający do 14 roku życia, w czasie którego dziecko kształtuje swój charakter oraz rozwija się dzięki budowaniu więzi z rodziną oraz osobami ważnymi dla niego w szkole. W fazie tej, około 12 roku życia, kształtują się

zainteresowania i umiejętności, które następnie stają się wskaźnikiem aspiracji i przyszłej aktywności zawodowej młodego człowieka.

zawodowej młodego człowieka.

## 2. Faza poszukiwań **(wczesna dorosłość)**

Okres ten rozpoczyna się około 15 roku życia, a kończy w wieku lat 24. W początkowej fazie tego okresu młody człowiek szuka swojej roli społecznej, uczy się wyrażać własne zdanie, określać potrzeby, rozwija zainteresowania, kształtuje swoje wartości. W późniejszym okresie zaczyna interesować się rynkiem pracy, wymaganiami zawodowymi i biznesowymi aspektami podejmowanych decyzji. Ważnym momentem w tej fazie jest wybór pierwszej pracy, zdobywanie kwalifikacji zawodowych oraz identyfikacja przyszłego zawodu.

**Planowanie przyszłości edukacyjno-zawodowej dziecka**

Kolejne fazy to tzw. faza zajęcia pozycji, która trwa do około 44 roku życia, w czasie której człowiek skupia się na znalezieniu stałej pracy dającej satysfakcję i bezpieczeństwo socjalne. Pierwsze dziesięciolecie tej fazy cechują liczne zmiany zawodu spowodowane poszukiwaniem ścieżki zawodowej, jednocześnie jest to okres najbardziej twórczy i wydajny w zawodowym życiu człowieka. Kolejna faza konsolidacji związana z osiągnięciem pełnej dojrzałości to okres stabilizacji i pionowego rozwoju kariery zawodowej. Ostatnią fazą jest faza schyłku, rozpoczynająca się po 65 roku życia, którą charakteryzuje ograniczenie lub zakończenie aktywności zawodowej.

Zastanawiając się razem z dzieckiem nad wyborem szkoły i/lub zawodu warto skonsultować się z doradcą zawodowym, który specjalizuje się w rozpoznawaniu predyspozycji młodych ludzi. **W**spiera młodzież i dorosłych w wyborze dalszej drogi kształcenia i zawodu, może być wsparciem zarówno dla samych uczniów, jak również ich rodziców i nauczycieli. Warto zwrócić się po poradę do nauczyciela lub doradcy zawodowego w szkole. Można też szukać pomocy w placówkach oświatowych, których działalność związana jest bezpośrednio z rynkiem pracy.