



I DRODZY RODZICE I OPIEKUNOWIE!

Na dzisiejszych zajęciach realizowaliśmy temat: *Sprawczość jako potwierdzenie wolności*

- Poproś dziecko, żeby Cię nauczyło robić coś, co samo dobrze potrafi. Potraktuj je jak eksperta. Pozwól dziecku poczuć sprawczość i kompetencje.
- Niech każdy w rodzinie napisze na kartce, czego nauczył się od innych członków rodziny – dzieci od rodziców, rodzice od dzieci, dzieci od dziadków, dziadkowie od dzieci. Później wspólnie przeczytajcie co, każdy zanotował i porozmawiajcie o tym, co było dla Was w tym najważniejszego, zaskakującego, cennego.
- Zaplanuj wspólnie z dzieckiem zadania. Stwórzcie listę rzeczy, które chcielibyście razem zorganizować, np. wyjazd, zrobienie czegoś dla lokalnej społeczności. Planując wspólne przedsięwzięcie, odpowiedzcie sobie na pytania, które pomagają skonkretyzować Wasz cel i usprawnić jego wykonanie:
 - Kto jest związany z celem?
 - Co chcę osiągnąć?
 - Gdzie będziemy działać?
 - Kiedy osiągniemy cel?
 - Co możemy zrobić, żeby osiągnąć nasz cel, a czego nie możemy?
 - Dlaczego chcemy zrealizować ten cel?
 - Jakie korzyści i komu przyniesie realizacja tego celu?
- Ty jesteś wzorem – Twoja postawa wpływa na postawę dziecka. Pokazuj, że w każdej sytuacji warto szukać rozwiązań. Jest to na pewno lepsza strategia niż bierne przyjmowanie tego, co zastane.

Sprawczość – Dlaczego warto poruszyć ten temat?

Słowa Konfucjusza: „Powiedz mi, a zapomnę, pokaż mi, a zapamiętam, pozwól mi zrobić, a zrozumiem” powinny być stałą zasadą kształcenia. System edukacji w dużej mierze jednak opiera się na teorii, uczeniu się z podręczników, zapamiętywaniu. Dla młodzieży ważne jest, żeby mogła poczuć, doświadczyć, sprawdzić na sobie, a dzięki takiej formie nauki wykształcić praktyczne umiejętności społeczne.

Skuteczność takiego podejścia pokazuje historia, która wydarzyła się w ośrodku szkolno-wychowawczym, w którym przebywała wyjątkowo skonfliktowana grupa nastolatków. Opiekunowie próbowali wprowadzić dyscyplinę różnymi sposobami, ale młodzież regularnie łamała zasady. Jeden z wychowawców postanowił zabrać chłopców na wyprawę survivalową na trudną do przejścia trasę wymagającą współpracy, myślenia strategicznego, brania pod uwagę kondycji innych osób. W czasie wyprawy chłopcy najpierw się buntowali, ale w pewnym momencie nie mieli już innego wyjścia, jak zacząć ze sobą rozmawiać, uwzględniać swoje zdanie, żeby pokonać pojawiające się na drodze przeszkody. Najsilniejszy chłopak z grupy, którego ze względu na jego agresję do tej pory wszyscy się bali, okazał się być osobą najbardziej pomocną i stał się liderem. Jego fizyczna siła była nieodzowna do pokonywania przeszkód. Z kolei najmniejszy chłopak z grupy, z którego się do tej pory naśmiewali, został teraz doceniony, bo jego postura i sprawność były atutami w wielu zadaniach. Inni też poczuli swoją sprawczość. Zobaczyli, że każdy ma zasoby, które mogą wykorzystać, żeby zrealizować wspólnie trudne zadanie, każdy czuł się przez to potrzebny. Nikt chłopcom nie musiał nakazywać współpracy. Poczuli swoją moc i wartości zaangażowania w pomoc innym.

Takie doświadczenia, które stają się udziałem młodych ludzi, pozwalają im uzyskać poczucie sprawczości, rozwinąć ich potencjał i mieć realny wpływ na otaczający świat. Kształcić takie społeczne umiejętności jak nauka podejmowania decyzji i myślenia problemowego, czyli obierania celu i szukania najlepszych sposobów, żeby go osiągnąć. Wszelkie zadania oparte na współpracy i realizowaniu różnego rodzaju zadań w grupie, które rozwijają umiejętności komunikowania się, wyrażania własnych potrzeb, a także radzenia sobie ze stresem, dają młodym przestrzeń do ćwiczenia sprawczości. W efekcie wykonywania zadań i współpracy w grupie młodzież kształtuje odporność psychiczną i odwagę podejmowania nowych wyzwań. Co wpływa na budowanie tożsamości i wzmacnia samoocenę. W wieku nastoletnim młodzież nabywa nowe kompetencje, dzięki którym coraz bardziej wychodzi poza obręb domu i funkcjonuje w nowych środowiskach oraz sytuacjach społecznych. Kierunek jej aktywności staje się bardziej społeczny, zwrócony ku światu zewnętrznemu i zagadnieniom społecznym.

Przykładem mogą być wolontariaty, w których młodzi ludzie uczą się, że mogą mieć udział w zmianach społecznych, nawet w mikro skali, np. pomagając w schroniskach dla zwierząt, domach opieki czy przy zbiórkach pieniędzy na cele charytatywne. Daje to poczucie, że ich działanie ma sens i jest potrzebne komuś, kto jest w trudnej sytuacji. Nastolatki próbują wielu nowych rzeczy, energia je rozpira, szybko działają, są kreatywne, mają otwarte umysły i chęć do działania. Mądrze wspierane przez dorosłych utrwalą w sobie empatię, poczucie wpływu i aktywną postawę społeczną. Tożsamość młodego człowieka kształtuje się w społecznych działaniach, w sprawstwie i dążeniu do zostawienia po sobie nawet najmniejszego śladu, bo jak powiedział Antoine de Saint-Exupery: „Aby istnieć, trzeba uczestniczyć”.