

dr Ben Furman

TWORZENIE SZKÓŁ SKONCENTROWANYCH NA ROZWIĄZANIACH

dr Ben Furman

Tworzenie szkół skoncentrowanych na rozwiązaniach



Jak przywrócić
radość w edukacji?

Instytucja szkoły w świecie zachodnim przeżywa kryzys. W wielu krajach większość nauczycieli poważnie rozważa rezygnację z nauczania i zmianę zawodu. Problemy z zachowaniem, bunt, zastraszanie, absencja, zła atmosfera w klasie, wymagający i kłopotliwi rodzice, słaba motywacja uczniów – to tylko przykłady powodów, dla których tak liczni nauczyciele doświadczają wypalenia zawodowego.

Ben Furman, fiński psychiatra i terapeuta pracujący w nurcie terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach, przedstawia w tej książce ekscytujący i wieloaspektowy wybór różnych metod i narzędzi inspirowanych psychologią skoncentrowaną na rozwiązaniach, mających na celu zapobieganie powszechnym problemom szkolnym i radzenie sobie z nimi.

Książka ta powstała przede wszystkim z myślą o nauczycielach, dyrektorach i innych pracownikach szkół, ale rozwiązania w niej opisane będą interesujące dla wszystkich, którzy są zaniepokojeni wyzwaniem, przed jakim stoją dziś szkoły, i pragną uczynić je lepszymi miejscami zarówno dla uczniów, jak i dla nauczycieli.

W niniejszej publikacji zamieszczono link do uzupełniającej ją strony internetowej, na której prezentowane są filmy, aplikacje i materiały do pobrania związane z tematami poruszonymi w książce.

Ben Furman jest uznanym na całym świecie rzecznikiem psychologii skoncentrowanej na rozwiązaniach. Napisał ponad 30 książek, które zostały przetłumaczone na ponad 20 języków, w tym *Never too late to have a happy childhood*, *Kids' skills in action* i *The solution-focused parent*.

Projekt okładki: Marta Wojtkowska-Radzicka

Copyright © by dr Ben Furman, 2024

Copyright for this edition by Fundacja Pomocy Dzieciom
ULICA, 2024

Tłumaczenie: Dominika Rowson

Korekta: Aurelia Hołubowska

Skład: Wiktoria Łukaszewicz

Książkę wydano przy wsparciu partnera strategicznego
Fundacji, firmy Neo Energy Group.

ISBN: 978-83-971861

Wydanie II, Katowice 2024

druk: profesja.eu

Fundacja Pomocy Dzieciom ULICA

ul. Św. Huberta 2

40-542 Katowice

ulica@fundacjaulica.pl

DR BEN FURMAN

TWORZENIE SZKÓŁ SKONCENTROWANYCH NA ROZWIĄZANIACH

**JAK PRZYWRÓCIĆ
RADOŚĆ W EDUKACJI?**

SPIS TREŚCI

Wstęp **9**

Wprowadzenie **13**

Poprawa atmosfery w klasie **19**

 Dzielenie się zainteresowaniami **20**

 Tajny agent i zbieranie informacji wywiadowczych **20**

 Wróżbita **22**

 pozytywne podglądanie **24**

 Ćwiczenie potrójnej pochwały **26**

 Metoda WOWW **27**

 Metoda Skillful Class **31**

 Metoda zadbanego serca **35**

Wspieranie poszczególnych uczniów **38**

 Sześć wskazówek dotyczących udanych rozmów
 z uczniami **39**

 Metoda trzech domów **42**

 Chatbot jako pomoc w rozmowie **45**

 Grupowe podejście do wspierania uczniów **47**

 Buntowniczy uczeń **50**

Współpraca z rodzicami **55**

 Inicjowanie kontaktu **57**

 Tworzenie dobrej atmosfery do rozmowy **59**

 Wyjaśnienie celu rozmowy **60**

 Przedstawienie swojego planu działania **61**

 Zaczynanie od mocnych stron **62**

 Mówienie o problemach w sposób skoncentrowany
 na rozwiązaniach **64**

Zaproszenie wszystkich do udziału w burzy mózgów dotyczącej rozwiązań **65**
Upewnienie się, że uczeń ma kogoś w swoim narożniku **66**
Tworzenie planu działania **69**
Oswajanie zdenerwowanych rodziców **69**
Reagowanie na wykroczenia **72**
Alternatywa dla kary **74**
Kroki do odpowiedzialności **75**
Interwencje przeciwdziałające nękaniiu **79**
Podejście oparte na grupie wsparcia **80**
Samoobrona słowna **84**
Umiejętności potrzebne do współpracy **87**
Mediacje w konfliktach **90**
Absencja **94**
Komplementowanie **100**
Zbiorowe Komplementowanie **101**
Dzielenie się zasługami **102**
Komplementy niewerbalne **103**
Komplementowanie przez pytania **104**
Komplementowanie przez plotkę **105**
Komplementowanie przez dziękowanie **105**
Komplementowanie za próbę **106**
Uzyskaj pozwolenie na Komplementowanie **107**
Porównanie z wcześniejszymi wynikami **108**
Naucz uczniów komplementowania siebie nawzajem **109**
Motywacja **112**
Atrakcyjność celu **113**
Wiara w sukces **114**

Poczucie robienia postępów **115**
Gotowość do radzenia sobie z niepowodzeniami **116**
Podsumowanie **118**
Przykłady **120**
Zorganizowana misja **121**
Projekt Besties **124**
Niewidzialna tarcza **127**
Dodatkowe lektury i informacje **136**

WSTĘP

Gdy młodzież podczas wyprawy “Z Hałdy w Himalaje”, zorganizowanej przez Fundację Pomocy Dzieciom ULICA, zdobyła pięciotysięcznik, gdy na ich twarzach prócz zmęczenia pojawiła się nieopisana radość, duma, poczucie wspólnoty i odzyskanej sprawczości - zespół Fundacji już wtedy zdał sobie sprawę, że doświadczenie tej grupy dzieci przełoży się na społeczną zmianę.

Gdy na drodze zespołu Fundacji, na kolejny szczyt, tym razem znacznie trudniejszy, bo związany z walką o zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży w Polsce, pojawił się dr Ben Furman, jasnym stało się, że połączona filozofia myślenia o dziecku, jego potrzebach, traktowanie go jak eksperta od własnego życia oraz dbanie o priorytet, jakim jest budowanie relacji, przełoży się na strategię odbudowywania i wzmacniania nie tylko prężności psychicznej, ale i odnalezienie najwrażliwszej ze wszystkich emocji - RADOŚCI.

Po przeprowadzonych, w 2022 roku, pilotażowych badaniach odporności psychicznej dzieci w wieku 12- 18 lat priorytetem dla powołanego przez Fundację Centrum im. dr. B. Furmana stało się wsparcie polskich szkół, których

kondycja, kultura, sposób budowania wspólnoty jest jednym z kluczowych elementów zdrowia najmłodszego pokolenia.

W Polsce, gdzie wyzwania związane z edukacją są złożone, podejście dr. Bena Furmana wspiera niezwykłych specjalistów pracujących w polskich szkołach. Dzięki wdrażaniu podejścia skoncentrowanego na rozwiązaniach, środowisko szkolne jest zachęcane do doceniania wysiłku nauczycieli i patrzenia na edukację przez pryzmat wzmocnionych relacji międzyludzkich oraz budowania atmosfery, w której każdy czuje się odpowiedzialny za swoje działania i rozwój. Kluczowym celem jest przywrócenie radości z nauki, zarówno wśród uczniów, jak i nauczycieli, poprzez tworzenie przestrzeni, gdzie współpraca i wzajemne wsparcie stają się codzienną praktyką.

Kluczowymi metodami wspierającymi ten proces są metody dr. Bena Furmana - "Kids' Skills" oraz "Skillful Group", które nie tylko pokazują, jak przekształcać świat problemów, w świat umiejętności, ale również poprzez swoją strukturę wspierają proces rozwoju prężności psychicznej uczniów i nauczycieli.

Dlaczego odbudowa prężności psychicznej jest tak istotna? To dzięki niej posiadamy zdolność do radzenia sobie z wyzwaniami, odbudowywania się po trudnych doświadczeniach i adaptowania się do zmieniających warunków. W kontekście zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży, prężność odgrywa kluczową rolę, pomagając im nie tylko pokonywać bieżące trudności, ale także budować umiejętności, które będą im służyły przez całe życie.

Metoda "Kids' Skills" uczy dzieci, jak zamieniać problemy w wyzwania, stawiając przed nimi konkretne cele i pomagając rozwijać umiejętności potrzebne do ich osiągnięcia. Metoda

działa nie tylko na poziomie jednostki, ale również w klasie, gdzie dzięki jej zaawansowanej odsłonie - "Skillful Group" uczniowie uczą się, wspierają i motywują nawzajem. Metoda "Skillful Group" tworzy w klasie atmosferę współpracy i wzajemnego wsparcia, budując społeczność, w której każdy uczeń może rozwijać swoje umiejętności i czuć się częścią grupy.

Dr Ben Furman nadając swojej filozofii przystępną formę stworzył swoisty podręcznik, dzięki któremu każdy może dołączyć do procesu przywracania radości w szkole. Książka dr. Bena Furmana daje polskiej edukacji nadzieję na szkoły, które są nie tylko miejscem nauki, ale przede wszystkim środowiskiem wspólnoty, radości i współpracy, gdzie uczniowie i nauczyciele razem budują lepszą przyszłość.

Prezes Fundacji Pomocy Dzieciom ULICA
Adrian Kowalski