**INTERWENCJA WYCHOWAWCZA**

**CO ROBIĆ:**

1. Znajdź odpowiednie miejsce na rozmowę (tam, gdzie będziecie sami!; gdzie zazwyczaj nikt nie wchodzi – np. gabinet pielęgniarki, biblioteka – która możemy na czas rozmowy zamknąć). Przestrzeń i czas to podstawa.
2. Nie zapewniaj (nawet jeśli uczeń/uczennica bardzo o to prosi), że wszystko zostanie między Wami – niektórych informacji nie masz prawa zachować dla siebie (m. in.: przemoc, wykorzystywanie seksualne, nadużywanie substancji psychoaktywnych). Nie zapewniaj, że na pewno pomożesz – są sytuacje, kiedy nie będziesz w stanie tego zrobić. Zapewnij, że jesteś, że chcesz porozmawiać, że uczeń/uczennica jest dla ciebie ważny.
3. Znajdź przyczynę problemu – nawet, jeśli początkowo będzie to „czubek góry lodowej”. Uczeń może kłócić się z kolegami z klasy i to będzie zgłaszany problem, natomiast jego przyczynę może stanowić przemoc rówieśnicza, rozwód rodziców.
4. Zadbaj o to, by można było nawiązać swobodnie kontakt wzrokowy – jeśli uczeń siedzi, ty także usiądź; unikaj siadania na przeciw siebie, wybierz opcję np. przy rogu stołu.
5. Aktywnie słuchaj – nawiązuj kontakt wzrokowy, nie zerkaj na zegarek, potakuj, dostosuj tempo i głośność mówienia do ucznia, nie oceniaj.

Możesz wykorzystać takie techniki, jak **klaryfikacja lub parafrazowanie** wypowiedzi „Rozumiem, że masz na myśli …”, „Rozumiem, że chciałeś powiedzieć…. Czy dobrze zrozumiałam?

Zachęcaj ucznia do mówienia „Mów dalej”. Zadawaj pytania doprecyzowujące „Mówisz mi o tym, powiedz co to dla ciebie znaczy… - np. Mówisz mi, że nie możesz się dogadać z Anią, co to dla ciebie znaczy?”

1. Nie krytykuj, nie oceniaj (*źle zrobiłeś, dobrze powiedziałeś* itp.)
2. Nazwij to, co obserwujesz i okaż empatię. Często trudne zachowania ucznia stanowią maskę dla cierpienia, złości, smutku.

Powiedz „Widzę, że w ostatnim czasie jesteś rozdrażniony. Mam wrażenie, że coś cię martwi.” „Zauważyłam, że ostatnio nie rozmawiasz ze swoimi kolegami.” „Jestem przy Tobie”, „Jestem przy tobie nie tylko teraz, kiedy pytam, co się dzieje. Jestem przy tobie cały czas. Możesz się zwrócić do mnie wtedy, gdy będziesz gotowy i/lub wtedy, gdy będziesz potrzebował.

**UNIKAJ**

* Pytań sugerujących („Czyli zrobiłeś to, żeby komuś zaimponować?”).
* Dawania rad („Jak byłem w Twoim wieku, to też tak miałem i wtedy robiłem tak…”).
* Mówienia nieprawdy („Zobaczysz, wszystko będzie dobrze” – kiedy nie wiemy, czy będzie).
* Zaprzeczania emocjom („Mówisz, że jesteś smutny, ale dzisiaj na przerwie śmiałeś się z innymi na korytarzu”).
* Przejmowania emocji dziecka, np. osoba pomagająca zaczyna płakać – takie zachowania nie pomogą naszym uczniom, a jedynie mogą obarczyć ich jeszcze większym poczuciem winy („Ktoś płacze przeze mnie”).

 „Chcę, żebyś wiedział, że chcę Cię wysłuchać i wesprzeć.” „Jeżeli zechcesz opowiedzieć mi o tym, co cię przytłacza, pamiętaj, że jestem.”

„Chciałabym wiedzieć, jakie są Twoje odczucia” „Czego potrzebujesz?”

1. AKCEPTACJA – każdy odbiera rzeczywistość, każde zdarzenie inaczej.
2. NAZYWANIE EMOCJI – pomaga uporządkować przeżycia (Rozumiem, że to co czujesz to złość, bo …”).
3. Wskazuj na umiejętności szczególnie w sytuacji, którą uczeń/uczennica ocenia jako „bez wyjścia” lub, że nie poradzi sobie, nie może opanować emocji – skup się na faktach, nie na ogólnikach, jak np. „I tak jesteś super!”. Można przywołać jakieś wydarzenie z przeszłości, np. „Pamiętasz, jak Rafał zranił się w nogę i dziewczyny zaczęły panikować – ty wtedy, jako jedyny z klasy zacząłeś organizować apteczkę. Wiem, że potrafisz panować nad swoimi emocjami”.
4. Twórz w klasie i szkole atmosferę sprzyjającą popełnianiu błędów, doświadczania różnych emocji. Każdy z nas się myli, ma gorsze dni, przechodzi kryzysy. Mów o tym , będzie to sprzyjać tworzeniu wśród uczniów/uczennic poczucie, że nie zawsze muszą czuć szczęście, nie zawsze muszą mieć wysoką motywację do pracy. Kiedy przyjdą nieprzyjemne emocje, gorsze dni – chętniej o nich opowiedzą, usłyszą, że inni też tak mają (czyli wszystko ze mną ok).

Oprac. J. Matyaszek-Dubielak, w oparciu o materiały zaczerpnięte ze stron www