

Nastolatki mają trudniej. Jak im pomagać?

Nie zadaję bezsensownych prac domowych, to znaczy takich, które łatwo odpisać, “odfajkować” i zapomnieć.

Młodzi ludzie chcą pracować kreatywnie, a nie rutynowo - gdy tylko mogę, zadaję prace angażujące “z indywidualnym rysem”, takie których nie da się powielić.

Jako nauczyciel “nie ścigam się z Librusem” i żadnym narzędziem do komunikacji. Mądrze decyduję, co i jak robię z uczniami i co im zadaję.

Aby się nie zgubić w zdalnym chaosie informacyjnym, zakładamy sobie terminarze, z informacjami, co kiedy nas czeka i na jakim kanale informacyjnym (może być w papierze!)

Jestem uważna/y na potrzeby nastolatków - pytam, co u nich słychać, sprawdzam z czym sobie nie radzą, co ich cieszy.

Jestem czujna/y na dziwne sygnały, bo teraz w domach jest więcej przemocy psychicznej i fizycznej niż przed pandemią

Jako rodzic i nauczyciel, rozumiem potrzebę młodych do “oddzielania się”, która może być silniejsza, gdy rodzice są w domu, czyli wszędzie.

Nastolatki mają trudniej. Jak im pomagać?

Jako dorosła osoba rozumiem, że nastolatek też nie daje rady wszystkiego “ogarnąć”, bo sam/a też mam z tym kłopoty.

Traktuję siebie i swoich bliskich z wyrozumiałością, bez przeciążania się (i ich) zbyt wysokimi wymaganiami.

Pamiętam o swoich zadaniach i obowiązkach, ale też jestem “przy sobie” i swoich potrzebach. I odnoszę to też do uczniów. Odpuszczam rzeczy, które nie są teraz kluczowe. W szkole i w domu. Pytanie: Ale co z maturzystami czy ósmoklasistami? Jak oni mogą teraz odpuścić?

Jako rodzic i/lub nauczyciel nie skupiam się teraz na ocenach. Ważna jest informacja zwrotna, a nie stopień. Pytanie: Ale co robić, gdy uczniowie bez ocen przestają się starać?

Jako nauczyciel/ka pamiętam, że dobre relacje pomagają w zdalnym nauczaniu. Rozwijam je zdalnie na co dzień. Jestem zadowolony tym, co robią i przeżywają, pokazuję im, że mi na nich zależy.

Wiem, że także w domu, zwłaszcza teraz, liczą się relacje i bliskość. Jako rodzic próbuję być razem z nastolatkiem w jego sprawach. I adekwatnie reaguję na problemy, które zgłasza - nie bagatelizuję (np. lęku) ani nie eskaluję (np. konfliktu).

Nastolatki mają trudniej. Jak im pomagać?

Rozumiem, że to taki sprawdzian naszych kompetencji, kreatywności, umiejętności motywowania młodych do nauki. Uczę się tego codziennie.

Jak uczeń “znika”, sprawdzam co się z nim dzieje, najlepiej u źródła - piszę, dzwonię, najpierw do niego, a jeśli to nie działa - do opiekunów. Zawsze mogę zgłosić problem wychowawcy, aby to on/a nawiązał/a kontakt. Jest też pedagog lub psycholog szkolny.

Szukam równowagi między nauczycielską troską a autonomią nastolatka. Rozmawiam i zachęcam, ale nie ciągnę na siłę. Chyba, że widzę, że dzieje się coś złego - wtedy sprawdzam, co.

Tworzę lub włączam się w grupy wsparciowo-dyskusyjne, np. na Fb. Traktuję to trochę jak “zdalną przerwę”, ew. połączoną z klubem dyskusyjnym. Inne pomysły na zdalne przerwy też są do wykorzystania!

Gdy widzę, że moje dziecko jednym okiem /uchem gra, a drugim słucha lekcji, to wiem, że żadnej z tych rzeczy nie robi dobrze. Reakcja - do indywidualnej decyzji rodzica

Wiem, że przydaje się jakiś rytm czy plan dnia, tygodnia - zwłaszcza, gdy moje dziecko ma kłopot z mobilizacją do pracy. W przypadku młodszych dzieci, ustalam, jakie są godziny na naukę i jeśli trzeba, siedzę obok i wspieram z nadzieją, że za parę dni/tygodni już będzie odrabiać samo.

