

176. **Wójcik Leszek.** Autorytet i rozsądek // *Wychowawca*. 2006, nr 10, s. 25.
177. **Wróblewska Walentyna.** Transformacja a wartości cenione przez młodzież // *Nowa Szkoła*. 2000, nr 4, s. 45-47.
178. **Zajączkowski Witold.** Patriotyzm – wartość podstawowa // *Przegląd Oświatowy*. 2000, nr 5, s. 16.
179. **Zalewska-Meler Agnieszka.** Autorytet – od afirmowanej zależności do emancypacji w obszarze zdrowia człowieka // *Lider*. 2006, nr 10, s. 29-30.
180. **Zamojska-Reszke Renata.** Czy patriotyzmu można nauczyć // *Życie Szkoły*. 2007, nr 5, s. 44-45.
181. **Zaufal Krystyna, Wesołowska Halina.** Mosty tolerancji // *Dyrektor Szkoły*. 2003, nr 11, s. 44-46.
182. **Zawieja Paweł.** Praca nauczyciela // *Wychowawca*. 2002, nr 2, s. 12-13.
183. **Zdrojewska-Bielawska Urszula.** W świetle wartości – parę jesiennych refleksji // *Nowa Szkoła*. 2005, nr 9, s. 10-13.
184. **Zielińska Anna.** Jaki powinien być dobry obywatel? Koncepcje obywatelstwa polskich nastolatków w perspektywie porównawczej // *Kwartalnik Pedagogiczny*. 2004, nr 4, s. 119-141.
185. **Zimińska Urszula.** Dumny patriota // *Edukacja dla Bezpieczeństwa*. 2006, nr 5, s. 2-7.
186. **Zimińska Urszula.** Niemodny patriotyzm – edukacja dla bezpieczeństwa młodzieży w środkach masowej informacji // *Edukacja dla Bezpieczeństwa*. 2005, nr 4, s. 41-47.
187. **Żwirblińska Alina.** Kształcenie postaw tolerancji poprzez wychowanie integracyjne w programie „Odkrywczy Nieznanego Świata” // *Szkoła Specjalna*. 2000, nr 2/3, s. 132-134.
188. **Żuchelkowska Krystyna.** Świat wartości dzieci kończących edukację przedszkolną // *Wychowanie na co Dzień*. 2005, nr 6, s. 20-22.
189. **Żywczyk Alicja.** Odmiany autorytetu pedagogicznego (autorytety i pseudoautorytety w wychowaniu człowieka) // *Kwartalnik Pedagogiczny*. 2006, nr 1, s. 29-42.
190. **Żywczyk Alicja.** Poszanowanie godności człowieka – „klucz” pedagogicznego autorytetu // *Chowanna*. 2006, T. 1, s. 70-84.

**Autorka jest pracownikiem
Biblioteki Pedagogicznej
im. Heleny Radlińskiej
w Siedlcach**

POLECAMY

te książki

do przeczytania

i... korzystania

Dr Magdalena Turos

W tym numerze Meritum polecamy książki omawiające skuteczną metodę komunikacji **Porozumienie bez Przemocy (PBP)**. Opracowany przez Marshalla B. Rosenberga program Porozumienie bez Przemocy wprowadzony jest w ponad 30 krajach i wprowadzony w setkach szkół na całym świecie. Program ten umożliwi stosowane technik zapobiegających przemocy i ułatwiających uzgadnianie poglądów w sposób pokojowy. „Porozumienie bez Przemocy” przyczynia się do poprawy wyników nauczania, redukuje konflikty i wzbogaca wzajemne relacje między uczniami a nauczycielami.

1. **Towe Widstrand, Marianne Gothlin, Niclas Ronnstrom – Porozumienie bez przemocy czyli język żyrafy w szkole.** Warszawa: Wyd. CMPPP, 2005.

Żyrafa – okazałe i łagodne zwierze – stała się symbolem języka bez przemocy z kilku powodów. Jest ona ssakiem lądowym o największym sercu w porównaniu do masy ciała. Nie ma też zwierzęcia, którego szyja byłaby dłuższa. Serce to uczucia, a długa szyja umożliwia dobry ogłód, czyli zdolność „widzenia dalej”. Szyja żyrafy symbolizuje również odwagę „odkrycia” głowy i wypowiedzenia swojej szczerzej, subiektywnej prawdy, a także otwarcia na ewentualne zranienie. Prawda oznacza w modelu PBP świadomość uczuć i potrzeb oraz umiejętność ich wyrażania, a także zdanie sobie sprawy z faktu, że inni mogą przyjąć daną sytuację zupełnie inaczej. Długa szyja to również symbol umiejętności wsłuchania się w uczucia i potrzeby kryjące się za agresywnym zachowaniem osoby, z którą się porozumiewamy. To co dla ludzi najważniejsze

w procesie porozumiewania się, to umiejętność szczerego wyrażania się i umiejętność słuchania, które są podstawą metody PBP. Jest to poradnik napisany przystępnym językiem, z wieloma przykładami, opisujący sytuacje, w jakich porozumiewają się na co dzień uczniowie, nauczyciele, rodzice.

2. **Sura Hart, Victoria Kindle Hudson – *Empatyczna klasa. Relacje, które pomagają nauce*. Warszawa: Wyd. CMPPP, 2006.**

Książka ta może być przewodnikiem dla nauczycieli, którzy pragną rozwijać swoje kompetencje jako wychowawcy. Pierwsza część książki uzasadnia znaczenie „bezpiecznego środowiska klasowego” dla efektów uczenia się. To klasa, której nie grozi strach przed wstydem czy osądzeniem, w którym zbudowanie bezpieczeństwa i zaufania jest najważniejsze. Druga część książki zawiera ciekawe podpowiedzi i propozycje ćwiczeń i sposobów postępowania w typowych sytuacjach dnia codziennego w szkole. Mogą one też służyć jako inspiracja do własnych poszukiwań umiejętności budowania empatycznej klasy, szkoły, środowiska.

3. **Marshall B. Rosenberg – *Edukacja wzbogacająca życie*. Warszawa: Wyd. Jacek Santorski & Co Agencja Wydawnicza Sp. z o.o. 2006.**

Książka ukazuje czytelnikowi wagę i rodzaj relacji łączących/dzielących ich ze środowiskiem, jak również proponuje nauczycielom sprawdzony sposób zdobywania nowych umiejętności w kontaktach z innymi oparty na życzliwości i profesjonalnym oglądzie sytuacji. Autor proponuje podejście preferujące relacje oparte na wzajemnym szacunku między uczniami, nauczycielami, dyrekcją i rodzicami. Wszystko bowiem sprowadza się do **jakości naszych relacji**.

Lektura książki pomoże czytelnikowi:

- zwiększyć zainteresowanie nauką i poprawić wyniki uczniów,
- stworzyć bezpieczną i wspierającą atmosferę do nauki i pracy,
- rozwijać inteligencję emocjonalną, szacunek, współczucie,
- rozwiązywać konflikty, zapobiegać przemocy lub znacznie ją ograniczyć,
- na nowo odkryć radość uczenia.

Język, którym się posługujemy najczęściej, nauczył nas oceniać własne zachowanie i zachowanie innych według

kategorii moralnych, takich jak: poprawny/niepoprawny, prawidłowy/nieprawidłowy, dobry/zły, normalny/nienormalny, właściwy/niewłaściwy. Jeśli jesteśmy nauczycielami czy dyrektorami myślimy, że powinniśmy wiedzieć, co jest najlepsze dla innych, a tym, którzy nie podporządkowują się naszym decyzjom, przypinamy etykietkę „niewspółpracujący”, „utrudniający”. Jednocześnie myślimy o sobie, że jesteśmy „nieefektywni”, jeśli nasze wysiłki idą na marne. Taki sposób myślenia, wychowania bazuje na systemie dominacji. W edukacji opartej na dominacji nauczyciel osiąga cele bez zaangażowania uczniów, w edukacji opartej na pobłażliwości uczniowie osiągają cele bez zaangażowania nauczyciela. W *edukacji wzbogacającej życie* osiągnane są tylko te cele, które ustalone są wspólnie przez nauczyciela i uczniów.

Autor skupia uwagę na języku, będącym odzwierciedleniem i wyrazicielem uczuć i potrzeb motywujących każdego, oraz na działaniach, które zaspokajają potrzeby, ale nie kosztem innych.

4. **Marshall B. Rozenberg – *Porozumienie bez przemocy. O języku serca*. Warszawa: Wyd. Jacek Santorski & Co Agencja Wydawnicza Sp. z o.o. 2003.**

Porozumienie bez przemocy jest zapomnianym językiem ludzkości – mową ludzi, którzy troszczą się o siebie wzajemnie i pragną żyć w harmonii. Za pomocą anegdot, przykładów i pokazowych dialogów doktor Rosenberg demonstrowuje, jak w życiu codziennym można rozwiązać problemy, które wynikają z nieumiejętnego komunikowania się. Książka zawiera opis metody PBP, której stosowanie pomaga nam zmienić swój styl wyrażania siebie i słuchania tego, co mówią inni. Zmiana następuje dzięki nauce skupiania uwagi na czterech obszarach: na tym, co spostrzegamy, co czujemy, czego potrzebujemy oraz na kierowanych ku innym ludziom prośbach, których spełnienie może wzbogacić nasze życie. Stosowanie PBP sprzyja wnikliwemu słuchaniu, wzajemnemu szacunkowi i empatii. Posługując się PBP można nauczyć się budować bardziej owocne relacje w pracy, w szkole, w życiu osobistym.

5. **Ingrid Holler – *Porozumienie bez przemocy – ćwiczenia. Materiały do pracy indywidualnej i grupowej oraz dla osób prowadzących szkolenia*. Warszawa: Wyd. Jacek Santorski & Co Agencja Wydawnicza Sp. z o.o. 2007.**

Jest to podręcznik napisany z myślą o osobach uczących się metody PBP wg M. Rosenberga. Dzięki zabawnym przy-

kładom książka pozwala łatwo wprowadzić metodę PBP w życie codzienne. Osoby pracujące indywidualnie mogą poprzez proste ćwiczenia, w przyjazny dla siebie sposób, doskonalić techniki PBP i m.in. nauczyć się, jak:

- odważnie i szczerze mówić o tym, co nam przeszkadza,
- jasno wyrażać prośby, zamiast stawiać zadania,
- w konstruktywny sposób reagować na krytykę,
- w pełni wyrażać złość, zamiast pozwolić, żeby niszczyła nas od środka,
- wyrażać wdzięczność bez wchodzenia w zobowiązania,
- poradzić sobie z wewnętrznym rozdarciem i poprawić jakość swojego życia.

Rosenberg nie przedstawia drogi do tej harmonii jako łatwego ćwiczenia. Jest to stopniowy proces pogłębiania świadomości własnych uczuć, potrzeb i uczenia się różnych dróg ich zaspokojenia. To również proces wewnętrznego uzdrowienia.

6. Aleksandra Cyran-Żuczkowska – *Wychowanie bez klapsa. Porozumienie bez przemocy*. Kraków: Wydawnictwo Rubikon, 2006.

Książka polskiej autorki, która stosuje metodę PBP w życiu osobistym i zawodowym. Książka składa się z dwóch części. W pierwszej autorka omawia teoretyczne założenia PBP. Wartościowe jest ukazanie metody Rosenberga na tle innych, podobnych koncepcji komunikacji interpersonalnej, inspirowanych psychologią humanistyczną, jak koncepcja aktywnego słuchania Thomasa Gordona oraz

metoda popularna w Polsce pod nazwą „Szkoła dla rodziców i wychowawców”, która wiąże się z propagatorkami tej metody – Adele Faber i Elanie Mazlish. Zestawienie metod pozwala dostrzec elementy tożsame, a także uwypokreślić te, które koncepcja Rosenberga pogłębia i o które jest bogatsza. Ciekawe jest też spojrzenie na tę metodę przez pryzmat współczesnych koncepcji antypedagogiki, z którymi bywa ona często niesłusznie utożsamiana. Samo przyzwolenie Rosenberga na ochronne zastosowanie siły w kontakcie z drugim człowiekiem, także dzieckiem, oraz jasne przyznanie prawa wychowawcy, a zwłaszcza rodzicowi, do kształtowania postaw dziecka zgodnie z własnymi wartościami, jednoznacznie temu przeczy. Książka zawiera też opis doświadczeń rodziców, trenerów metody i nauczycieli. W tej części pokazuje, jak wspierać dziecko i towarzyszyć mu na poszczególnych etapach wzrastania, jak pracować z uczniami w szkole, bazując na PBP. Część warsztatowa może być inspiracją dla osób chcących prowadzić grupy, jak dane treści wykorzystać, jak je modyfikować w zależności od potrzeb i możliwości uczestników. Książka zawiera również część metodyczną, dotyczącą prowadzenia zajęć z wykorzystaniem metody PBP.

**Autorka jest
nauczycielem konsultantem
ds. bibliotek szkolnych
oraz informacji pedagogicznej
w Mazowieckim Samorządowym Centrum
Doskonalenia Nauczycieli
Wydział w Warszawie**

*Dobry człowiek
woli sam cierpieć,
niż na cierpienia
drugich patrzeć.*

Piotr Skarga – *Wielka księga mądrości*