



Iohana Udrescu



Ewa Wódkowska

# Poprawa dobrostanu w rumuńskich szkołach: rola wzajemnych relacji i wspierającego środowiska

IOHANA UDRESCU  
tłum. EWA WÓDKOWSKA

W rumuńskich szkołach dobrostan staje się priorytetem, uznawanym za niezbędny dla ogólnego sukcesu i szczęścia zarówno uczniów, jak i nauczycieli. Podejście to wykracza poza same wyniki w nauce, obejmując zdrowie fizyczne, stabilność emocjonalną, więzi społeczne i odporność psychiczną. Kluczowym elementem wspierania dobrostanu jest jakość relacji między dorosłymi zaangażowanymi w edukację, takimi jak nauczyciele, nauczyciele wspomagający, pedagodzy szkolni i inne osoby powiązane z edukacją.

## ZNACZENIE RELACJI MIĘDZY DOROSŁYMI W SZKOŁACH

Relacje między nauczycielami, nauczycielami wspomagającymi, doradcami szkolnymi i innymi osobami działającymi w szkole mają fundamentalne znaczenie w tworzeniu wspierającego i opiekuńczego środowiska dla uczniów. Relacje te pomagają

budować poczucie przynależności i bezpieczeństwa, co jest podstawą dla ogólnego samopoczucia uczniów.

Nauczyciele i pedagodzy szkolni w Rumunii ciężko pracują, aby budować zaufanie i wsparcie dla swoich uczniów. Oznacza to stworzenie atmosfery, w której uczniowie czują się bezpiecznie, wyrażając swoje myśli i emocje. Na przykład nauczyciele często prowadzą indywidualne rozmowy z uczniami, aby zrozumieć ich potrzeby i obawy. Ta spersonalizowana uwaga pomaga uczniom czuć się docenionymi i zrozumianymi, co ma podstawowe znaczenie dla ich dobrego samopoczucia emocjonalnego i psychicznego.

Współpraca między osobami zajmującymi się edukacją jest kolejnym kluczowym aspektem promowania dobrego samopoczucia w rumuńskich szkołach. Nauczyciele, pedagodzy szkolni i nauczy-

## POPRAWA DOBROSTANU W RUMUŃSKICH SZKOŁACH: ROLA WZAJEMNYCH RELACJI I WSPIERAJĄCEGO ŚRODOWISKA

ciiele wspomagający regularnie współpracują ze sobą w celu opracowania i wdrożenia strategii, które odpowiadają na różnorodne potrzeby uczniów. Ta praca zespołowa zapewnia uczniom kompleksowe wsparcie, zarówno w zakresie nauki, jak i emocji. Na przykład pedagogzy szkolni, razem z nauczycielami, identyfikują uczniów, którzy zmagają się z lękiem lub stresem i opracowują dla nich programy wsparcia.

Ustawiczne doskonalenie zawodowe nauczycieli i nauczycieli wspomagających ma również zasadnicze znaczenie dla budowania pozytywnych relacji. Programy szkoleniowe skoncentrowane na inteligencji emocjonalnej, rozwiązywaniu konfliktów i skutecznej komunikacji wyposażają nauczycieli w umiejętności potrzebne do budowania silnych, wspierających relacji z uczniami. Programy te podkreślają również znaczenie empatii i zrozumienia, bez których nie da się stworzyć pozytywnego środowiska szkolnego.

### DOBROSTAN NAUCZYCIELI I JEGO ZNACZENIE

W ostatnich latach liczne badania wykazały, że dobre samopoczucie nauczycieli znacząco wpływa na sukces szkoły i wyniki edukacyjne uczniów. Oczywiście jest, że nie można osiągnąć sukcesu szkolnego, wypracowanego przez zmotywowane dzieci, jeśli nauczyciele nie kochają tej pracy i nie czerpią z niej przyjemności. Wiele analiz podkreśla, że nauczyciele na całym świecie są często przeciążeni i przepracowani, co prowadzi do narastającego zjawiska wypalenia zawodowego wśród tej kategorii zawodowej. Wielu nauczycieli wyraża niezadowolone z atmosfery w szkole, relacji z dyrektorem, dużej liczby dokumentów, które muszą wypełniać, oraz licznych zajęć, w których muszą uczestniczyć poza normalną pracą.

Nauczanie to jeden z najbardziej stresujących zawodów, często prowadzący do wyczerpania psychicznego, emocjonalnego i fizycznego, znanego jako syndrom wypalenia zawodowego. Z perspektywy ucznia dobre samopoczucie jest ściśle związane z nauką i motywacją. Nikt nie może się

wyróżnić, jeśli jego umysł nie jest w dobrej kondycji. Sytuacje, w których żyjemy, mogą służyć lub szkodzić dobremu samopoczuciu. Dobrostan uczniów wpływa na ich zdolność do osiągnięcia pełnego potencjału dydaktycznego. Jakość relacji, jakie dzieci mają ze sobą, z dorosłymi i środowiskiem uczenia się, ma fundamentalny wpływ na ich postępy w nauce.

### ROLA ŚRODOWISKA SZKOLNEGO

Środowisko fizyczne, społeczne i emocjonalne, w którym pracownicy i uczniowie spędzają dużą część każdego dnia, może wpływać na ich zdrowie i samopoczucie, a także na odsetek osób przedwcześnie kończących naukę. Pozytywne środowisko szkolne poprawi samopoczucie społeczne, emocjonalne i zdolność uczenia się, gdy będzie ciepłe, przyjazne i doceniające wyniki w nauce. Powinno ono promować współpracę, a nie konkurencję, zapewniać wsparcie i ułatwiać otwartą komunikację. Powinno zachęcać do działań twórczych oraz opracować procedury i przepisy, które zabraniają stosowania kar fizycznych i promują interakcje bez użycia przemocy.

### WZMACNIANIE RELACJI MIĘDZY SZKOŁĄ A RODZINĄ

Większość szkół koncentruje swoje działania na wzmocnieniu relacji między rodziną a szkołą. Posiadając informacje o sytuacji rodzinnej i potrzebach dziecka, nauczyciele mogą lepiej je zrozumieć i dostosować do niego swoje metody nauczania. Zmniejsza to ryzyko pogwałcenia rodzinnych tradycji i wartości, co może powodować sytuacje problemowe i konflikty.

Brak kontaktu między szkołą a rodziną doprowadzi do początkowo niezauważalnych problemów, a następnie poważnych zmian w życiu dziecka. Pozytywny klimat w szkole i dobre relacje między szkołą a rodziną tworzą środowisko, które sprzyja poczuciu pewności siebie i kształtowaniu poczucia własnej wartości. Przyjazne i prozdrowotne szkoły zapewniają uczniom wsparcie emocjonalne

## IOHANA UDRESCU TŁUM. EWA WÓDKOWSKA

i społeczne, pomagając im nabrać pewności siebie, aby swobodnie mogli rozmawiać o szkole i swoim w niej funkcjonowaniu. Mając wpływ na organizację i funkcjonowanie szkoły, dzieci postrzegają ją jako bardziej atrakcyjną i przyjazną.

Nauczyciele zdają sobie sprawę, że istotnym elementem emocjonalnego i społecznego dobrostanu człowieka jest poczucie bycia akceptowanym w swojej niezmiętej i autentycznej postaci. Sytuacja wykluczenia lub nierówności, zwłaszcza z przyczyn niezależnych od osoby, szkodzi poczuciu własnej wartości i godności. Uczniowie, którzy są traktowani na równi z innymi oraz wierzą w swoje możliwości osiągnięcia sukcesu na podobnym poziomie, mają większą szansę na rozwój.

### STRATEGIE PROMOWANIA DOBREGO SAMOPOCZUCIA: PERSPEKTYWA UCZNIÓW

Z perspektywy uczniów ich dobrostan jest ściśle powiązany z otoczeniem edukacyjnym oraz relacjami nawiązanymi w szkole. W rumuńskich placówkach oświatowych wdraża się więc szereg strategii mających na celu wspieranie uczniowskiego dobrostanu, w tym:

- zachęcanie uczniów do aktywnego uczestnictwa w procesach decyzyjnych oraz działaniach szkolnych, co sprzyja poczuciu docenienia i szacunku. Przykłady obejmują działalność samorządów uczniowskich, organizowanie ankiet zwrotnych oraz angażowanie młodzieży w projekty szkolne;
- rozwój programów mentoringu rówieśniczego i grup wsparcia, które umożliwiają uczniom wzajemne wsparcie, wzmacniając poczucie wspólnoty i przynależności. Inicjatywy te są szczególnie pomocne w integracji nowych uczniów i budowaniu poczucia akceptacji;
- zapewnienie dostępu do doradców szkolnych i zasobów wsparcia psychicznego. Umożliwia to uczniom uzyskanie pomocy w radzeniu sobie ze stresem, lękiem oraz innymi wyzwaniami psychicznymi. Szkoły mogą organizować również warsztaty dotyczące radzenia sobie ze stresem i budowania odporności;
- oferowanie różnorodnych zajęć pozalekcyjnych, takich jak sport, sztuka czy koła zainteresowań. Daje to uczniom możliwość rozwijania pasji oraz nowych umiejętności, przyczyniając się do rozwoju więzi społecznych i poczucia satysfakcji;
- tworzenie kultury szkolnej opartej na wartościowaniu różnorodności i integracji, co sprzyja poczuciu akceptacji i szacunku wśród uczniów. Obejmuje to przeciwdziałanie nękanii, promowanie pozytywnych zachowań oraz celebrowanie różnorodności kulturowej;
- promowanie aktywności fizycznej i zdrowych nawyków żywieniowych, wspierających ogólny dobrostan uczniów. Szkoły mogą oferować zajęcia wychowania fizycznego, formować drużyny sportowe oraz wdrażać zdrowe posiłki w szkolnych stołówkach.

Przykładem najlepszych praktyk w promowaniu dobrostanu w rumuńskich szkołach jest projekt Erasmus+, BRIDGE, realizowany w Rumunii przez Asociația Edulifelong i Școala Gimnazială Voievod Litovoi wraz z innymi partnerami europejskimi.

BRIDGE priorytetowo traktuje promowanie dobrego samopoczucia i zdrowia psychicznego w klasach szkół średnich poprzez nowy paradygmat, który postrzega działania prowadzone na rzecz integracji uczniów zagrożonych porzuceniem szkoły jako sposób na rozwijanie umiejętności emocjonalnych i relacyjnych u nauczycieli, nauczycieli wspomagających i uczniów. Aby osiągnąć te cele, w ramach projektu BRIDGE wdraża się działanie pilotażowe, które obejmuje projektowanie, wdrażanie, testowanie i walidację dwóch kluczowych narzędzi, którymi są:

## POPRAWA DOBROSTANU W RUMUŃSKICH SZKOŁACH: ROLA WZAJEMNYCH RELACJI I WSPIERAJĄCEGO ŚRODOWISKA

- Przewodnik budowania potencjału. Ma on na celu wzmacnianie nauczycieli i nauczycieli wspomagających we wspólnej pracy. Przewodnik ten pomaga im realizować innowacyjną ścieżkę pedagogiczną, która poprzez rozwój kompetencji społecznych i emocjonalnych umożliwia odnowienie zdolności do skutecznego stawiania czoła wyzwaniom, wzmacniania odpowiednich podejść oraz pełnienia różnych ról w klasie, radach klasowych oraz w relacjach z rodzinami i innymi interesariuszami zewnętrznymi.
- Zestaw narzędzi. Służą do wdrażania nowego paradygmatu pedagogicznego, który począwszy od obecności w klasie uczniów zagrożonych wykluczeniem (uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi, posiadających orzeczenia, z trudnościami językowymi i ze środowisk migracyjnych, należących do mniejszości etnicznych, z trudnościami w zachowaniu lub niezdiagnozowanymi zaburzeniami uwagi itp.) oraz przydzielonych im nauczycieli

wspomagających, sprawia, że integracja nie staje się celem, ale środkiem, przekształcając ją w podejście horyzontalne, które towarzyszy klasie w rozwoju umiejętności społecznych i emocjonalnych.

### PRAKTYCZNE INICJATYWY W RUMUŃSKICH SZKOŁACH

Kilka praktycznych inicjatyw w rumuńskich szkołach podkreśla znaczenie relacji między dorosłymi w zapewnianiu dobrego samopoczucia uczniów.

- Nękanie jest poważnym problemem w wielu szkołach, a rumuńscy nauczyciele podejmują proaktywne kroki, aby temu zaradzić. Angażują oni uczniów w tworzenie i wystawianie sztuk o tej tematyce, co podnosi świadomość i umożliwia uczniom zajęcie właściwego stanowiska. Zajęcia te są często prowadzone przez uczniów, przy wskazówkach i pomocy ze strony nauczycieli, co sprzyja współpracy i tworzeniu wspierającego środowiska.





## IOHANA UDRESCU TŁUM. EWA WÓDKOWSKA

- Stworzenie wspierającego środowiska w klasie jest priorytetem dla rumuńskich nauczycieli. Wiąże się to z pielęgnowaniem pozytywnych relacji między uczniami a nauczycielami, a także między samymi uczniami. Zajęcia, które promują pracę zespołową i współpracę, są powszechne, pozwalając uczniom wybierać aktywności i pracować z rówieśnikami, którym ufają. Takie podejście pomaga budować poczucie wspólnoty i przynależności, co jest niezbędne dla ich ogólnego dobrostanu.

Jakość relacji między dorosłymi zaangażowanymi w edukację dzieci jest kamieniem węgielnym dobrostanu w rumuńskich szkołach. Budując zaufanie, efektywną współpracę i angażując się w ciągły rozwój zawodowy, nauczyciele, nauczyciele wspomagający i pedagodzy szkolni tworzą pomocne i opiekuńcze środowisko dla uczniów. Praktyczne inicjatywy, takie jak programy przeciwdziałania nękanii i wspierające środowisko klasowe, dodatkowo poprawiają samopoczucie uczniów. Projekt Erasmus BRIDGE jest przykładem najlepszych praktyk w tej dziedzinie, pokazując, w jaki sposób wspólne wysiłki oraz innowacyjne narzędzia mogą znacząco poprawić samopoczucie i zdrowie psychiczne uczniów. Wzmocnienie relacji między szkołą a rodziną ma zasadnicze znaczenie dla stworzenia pozytywnego klimatu w szkole, który wspiera zarówno uczniów, jak i nauczycieli. Ponieważ rumuńskie szkoły nadal traktują priorytetowo te relacje, odnotują poprawę dobrostanu zarówno uczniów, jak i nauczycieli, co doprowadzi do bardziej pozytywnego i produktywnego środowiska edukacyjnego. ●

### BIBLIOGRAFIA

1. E. Cocoradă, A.M. Cazan, I.E. Orzea, *Atmosfera w szkole i osiągnięcia szkolne w rumuńskiej szkole średniej*, „Dziennik Oceny Psychoedukacyjnej” nr 36(5)/2018, s. 516-522.
2. E. Cocoradă, A.D. Fărcas, I.E. Orzea, *Od odporności do dobrego samopoczucia w szkole wśród rumuńskich uczniów. Badanie roli statusu społeczno-ekonomicznego*, „Revista Romaneasca Pentru Educatie Multidimensionala” nr 11(1)/2019, s. 14-30.
3. Światowa Organizacja Zdrowia. *Zachowania zdrowotne wśród nastolatków w Rumunii: Badanie dotyczące zachowań zdrowotnych u dzieci w wieku szkolnym (HBSC) 2018. Raport z badań*, 2020.
4. ERASMUS+ KA220-SCH. *Partnerstwa współpracy w zakresie edukacji szkolnej. Projekt Erasmus BRIDGE*, 2022, <https://dwebsocial.wixite.com/brodgeproject/capacity-building>
5. *SOS Wioski Dziecięce Rumunia. Raport o klimacie w szkole*, 2023; [https://www.sos-sateleco-piilor.ro/wp-content/uploads/2023/02/Raport\\_climat\\_scolar\\_0.pdf](https://www.sos-sateleco-piilor.ro/wp-content/uploads/2023/02/Raport_climat_scolar_0.pdf)

### IOHANA UDRESCU

Pasjonatka traktowania nauki jako przygody, podróży, w którą uczniowie chętnie wyruszają każdego dnia. Z wykształcenia nauczyciel matematyki, postępująca się innowacyjnymi sposobami nauczania matematyki. W ciągu ostatnich 10 lat kierownik projektów i trener nauczycieli, mający doświadczenie w koordynowaniu projektów międzynarodowych.

### EWA WÓDKOWSKA

Mgr pedagogiki na Uniwersytecie Warszawskim oraz mgr filologii hiszpańskiej na Akademii Europejskiej, stypendystka Akademii Mester w Salamance, pasjonat języków obcych, doradca metodyczny MSCDN Wydział w Warszawie, wykładowca na filologii hiszpańskiej, angielskiej i francuskiej Akademii Europejskiej.