

CAROLINE VON ST. ANGE

ŁATWIEJ



CO ROBIĆ, BY SZKOŁA I NAUKA
SZŁY JAK Z PŁATKA



ŁATWIEJ

CAROLINE VON ST. ANGE

ŁATWIEJ

**CO ROBIĆ, BY SZKOŁA I NAUKA
SZŁY JAK Z PŁATKA**

TŁUMACZENIE MAGDALENA KACZMAREK



OTWARTE

KRAKÓW 2024

STARCIE ZE SMOKIEM

Wielu ludzi, słysząc po raz pierwszy, że pracuję jako doradczyni edukacyjna, łapie się za głowę: „Do czego to doszło? Czego to jeszcze nie wymyślą? Doradca edukacyjny! Wcześniej po prostu szło się do szkoły, odrabiało lekcje i wszystko normalnie działało. A dzisiaj dzieci nawet do takich spraw potrzebują doradcy”.

Co ciekawe, taki tok myślenia towarzyszy im tylko do momentu spotkania ze smokiem – jak z przymrużeniem oka nazywam dzieci, które nie „chodzą po prostu do szkoły” i nie „odrabiają lekcji”. Dzieci, które wpadają w szał, kłamią, wrzeszczą, pomstują, rzucają kredkami i najchętniej uciekłyby, gdzie pieprz rośnie, na widok wszystkiego, co ma związek ze szkołą. Dzieci, którym trudno nadążyć za materiałem, dzieci, które siedzą znudzone jak mopsy, wciąż przeszkadzają w lekcji i nie przyjmują do wiadomości, że tę konkretną porcję

wiedzy należy opanować właśnie dzisiaj. Dzieci, które notorycznie odpisują zadania domowe od innych lub robią minimum minima, byleby tylko dostać promocję do następnej klasy. Dzieci, które potrzebują innych metod nauczania.

Takich dzieci jest zaskakująco dużo. Trzeba mieć do nich inne podejście. I właśnie to inne podejście przekazuje doradca edukacyjny, a dzieci bardzo na tym korzystają. Zazwyczaj rodzice i pedagodzy przecierają oczy ze zdumienia, jak wiele spraw zmieniło swój bieg na lepszy w tak krótkim czasie, i to bez większego wysiłku z czyjejkolwiek strony, za to z coraz większą przyjemnością dla wszystkich. Mogę obiecać taki obrót spraw wszystkim rodzicom i pedagogom – oraz oczywiście wszystkim dzieciom.

Dziś mamy nowe pokolenie dzieci. Dzieci, które zostały wychowane z prawem do podejmowania decyzji: „Chcesz dziś włożyć żółty sweterek czy czerwony?”; które nauczono, że mogą same dysponować własnym ciałem: „Nie musisz całować cioci”. Jak również: „Nie musisz więcej jeść, jeśli już nie możesz”. Dzieci, które mogą zabierać głos przy stole podczas posiłku. Przemoc, autorytarny styl wychowania i twarda dyscyplina w wychowaniu stopniowo zanikają. Jednocześnie obserwujemy coraz więcej rodzin o modelu demokratycznym, z przestrzenią na potrzeby wszystkich ich członków. Popieram te zmiany i jestem przekonana, że są one słuszne. Traktowanie dzieci z szacunkiem, dawanie im wyboru w kwestiach adekwatnych do wieku i możliwości, dostrzeganie ich granic – wszystko to uważam za dobre.

Jednocześnie należy liczyć się z tym, że w wyniku takiego wychowania rosną nam małe autonomiczne osobowości.

I te właśnie osoby w wieku sześciu czy siedmiu lat przychodzą do szkół*. Do szkół, z których większość funkcjonuje tak samo jak przed dziesięcioleciem: „Ja jestem nauczycielką, a to jest materiał: musisz się nauczyć odtąd dotąd – tu i teraz. Za trzy tygodnie napiszemy klasówkę, a jak się do tej pory nie nauczysz, to dostaniesz jedynkę. Dziś po południu odrobisz zadanie 3 i 4 ze strony 67 w książce, i pamiętaj: przepisz wszystko do zeszytu, tylko starannie!”

Taki autorytarny styl nauczania nas nie dziwi, bo sami nie doświadczyliśmy niczego innego i myślimy, że szkoła może działać tylko w taki sposób. Czy inaczej da się czegoś nauczyć? I jak dokonać pomiaru dydaktycznego? U wielu dzieci ten system nadal działa – ale nie u dzieci-smoków. One są autonomiczne, mają silną wolę, negują, są przyzwyczajone do podejmowania decyzji, chcą rozumieć powody, dla których mają wykonać takie czy inne zadanie. Nie uczą się dlatego, że ktoś im każe – one uczą się, bo rozumieją, po co to robią. Chcą poznać sens. W świecie dorosłych nazwalibyśmy to z angielska *purpose*. Chcą mieć prawdziwą motywację, a gdy w piątej

* W Niemczech do pierwszej klasy idą dzieci, które najpóźniej latem przed rozpoczęciem roku szkolnego lub jesienią, zaraz po jego rozpoczęciu, ukończyły szósty rok życia. Każdy kraj związkowy ma wyznaczoną konkretną datę i dzieci, które do tej pory ukończą sześć lat, zostają objęte obowiązkiem szkolnym. Dzieci z tego samego rocznika urodzone w miesiącach jesiennych i zimowych pójdą do pierwszej klasy rok później. (Wszystkie przypisy pochodzą od tłumaczki).

klasie na lekcji biologii przychodzi czas na naukę cyklu rozwojowego nagonasiennych, zadają uzasadnione pytanie: po co to? Co mi da ta wiedza?

Do takich dzieci trzeba podejść inaczej. Każdego dnia dostają setki wiadomości, z czego około czterdziestu brzmi następująco: „Droga Caroline, czy mogłabyś mi pomóc? Nie wiem, co dalej robić. Mój syn/moja córka po prostu nie chce nauczyć się czytać/pisać/liczyć. Próbowaliśmy już wszystkiego, ale wciąż kończy się na płaczu i kłótniach. Prace domowe niszczą spokój w domu. Nie mam pojęcia, jak postępować”.

Niestety, prawdą co do joty jest to, na co uskarżają się rodzice. No, prawie. Poza jednym: nie próbowali wszystkiego. Istnieje mnóstwo sposobów, które można wypróbować i które przynoszą zaskakująco dobre zmiany. Regularnie obserwuję to w swojej pracy doradczyńi w szkołach w trudnych dzielnicach. I właśnie o tych wielu dobrych zmianach opowiada ta książka.

Co bardzo istotne, na tych metodach korzystają także dzieci „nieskomplikowane”, czyli te, które nazywam również dziećmi „w trybie wywiązywania się z zadań”. Takie, jakie chętnie współpracują i dobrowolnie wypełnią nawet kolejne trzy karty pracy, choć już dawno opanowały materiał. One również będą miały lepszą motywację do nauki i będą uczyły się z większą radością, dzięki czemu uzyskają lepsze wyniki. Zrozumieją, po co robią to, co robią (czy też: muszą robić), i ukończą szkołę z innym spojrzeniem na siebie i na świat.

Musimy przygotować nasze dzieci do wyzwań, jakie stawia przed nami dwudziesty pierwszy wiek. Trudno

prorokować, jak będzie wyglądał rynek pracy za osiemnaście lat. Dlatego najlepszym kierunkiem działania jest wychowanie dzieci na osoby kreatywne, krytycznie myślące, komunikatywne i umiejące się uczyć; na takie, które nie będą się bały stawiać czoła wyzwaniom.

A jak takie nowe uczenie może zdać egzamin u wszystkich dzieci, dowiedzie się właśnie z niniejszej książki.

1

JAK DAĆ DZIECKU NASTAWIENIE NA ROZWÓJ, CZYLI *GROWTH MINDSET*

„ALE JA NIEEEE UUUUMIEEEEEEM!”

Często słyszę to znad prac domowych swoich uczniów i uczennic. Odkrzykuję im wtedy: „Jeeeeszczeeee tego nie uuumieeeeeesz!”. W tej króciutkiej wymianie zdań, w której miałam okazję uczestniczyć tysiące razy, zderzają się dwie kontrastujące postawy o decydującym wpływie na cały proces uczenia się.

Postawa czy też obraz samego siebie, po angielsku *mindset*, opisuje mój podstawowy ogląd siebie i spraw wokół mnie, w tym również moje podejście do życia i do nauki. Profesorka z Uniwersytetu Stanforda psycholożka Carol Dweck twierdzi, że istnieją dwa różne

nastawienia wobec wyzwań i nauki nowych rzeczy. Przyszło jej to do głowy po tym, jak dała grupie dzieci zadanie nieco przekraczające ich możliwości.

Na pytanie, jak się z tym poczuły, dzieci odpowiadały w zaskakująco zróżnicowany sposób. Niektóre mówiły, że było to dla nich wyzwanie, które sprawiło im frajdę, albo stwierdzały, że przynajmniej nauczą się dzięki temu czegoś nowego. Inne zaś mówiły: „To dla mnie za trudne. Nie potrafię”, czy: „Nie jestem w tym zbyt dobry/dobra”.

Tak skrajne postawy wobec wyzwań zafascynowały Carol Dweck na tyle, że poświęciła temu zjawisku całą karierę naukową. Po ponad trzydziestu latach badań powstała jej koncepcja nastawienia, czyli właśnie pojęcie *mindset*. Jako że wyniki tych badań naukowych są przełomowe dla każdego dziecka, które właśnie idzie do szkoły i zaczyna przygodę z edukacją, poświęcam im wiele miejsca w tej książce i w swojej pracy.

Zacznijmy jednak od wyjaśnienia, o co tu w ogóle chodzi.

NASTAWIENIE NA STAŁOŚĆ, CZYLI *FIXED MINDSET*

Carol Dweck stwierdziła, że istnieje nastawienie na wzrost i rozwój, czyli *growth mindset*, oraz postawa statyczna, nastawiona na stałość: *fixed mindset*. Jako że pojęcia te brzmią w innych językach niż angielski dość karkołomnie i jeszcze się w nich nie zadomowiły na dobre, podobnie jak wiele moich koleżanek i kolegów po fachu, pozostanę przy angielskim nazewnictwie. Krótko

mówiąc, ludzie różnie reagują na wyzwania i niepowodzenia – przejawiając właśnie którąś z tych postaw.

Osoby nastawione na stałość, czyli te z *fixed mindset*, mówią przykładowo: „Nie jestem w tym zbyt dobry/dobra”. Takie przekonanie często mają przez całe życie: myślą, że ich umiejętności są stałe, zdefiniowane i niezmiennie. Zapewne pamiętacie ze swoich czasów szkolnych takie dzieci. A może sami macie takie nastawienie?

W szkole na przykład po sprawdzianie z matematyki takie dziecko było zrozpaczone i mówiło z płaczem: „Poszło mi fatalnie!”, po czym okazywało się, że napisało klasówkę na piątkę. Brak umiejętności realistycznej oceny siebie samego i swoich możliwości w połączeniu z nadmiernym lękiem przed porażką są typowe dla postawy zwanej *fixed mindset*.

Ludzie z *fixed mindset* są poza tym mistrzami porównań. Niezależnie od tego, gdzie się znajdują, próbują się kategoryzować. Gdy zauważą, że są „najbystrzejsi w towarzystwie”, mogą odetchnąć z ulgą – choć nie na długo, bo wciąż towarzyszy im strach przed pojawieniem się kogoś, kto ich „zdemaskuje” i uświadomi im, że jednak nic nie potrafią. Najbardziej boją się tego, że ktoś może być od nich lepszy w czymś, w czym sami są dobrzy.

GROWTH MINDSET

Ludzie o nastawieniu zwanym *growth mindset* mówią natomiast: „Lubię się uczyć nowych rzeczy”, a stwierdzenia typu „nie dasz rady” traktują jak wyzwanie. Jak

mój brat, stateczny pięćdziesięciolatek, mąż i ojciec czwórki dzieci. Gdy ktoś go podpuści, mówiąc na przykład: „Założę się, że nie dopłyniesz do tamtego brzegu”, zrzuci z siebie ubranie, wskoczy do wody i będzie płynął tak długo, aż udowodni, że podoła temu wyzwaniu.

W przełożeniu na naukę oznacza to, że osoby z *growth mindset* reagują na słabsze oceny i trudności intensyfikacją działań. Nie akceptują porażek, lecz pracują tak długo, aż opanują dany materiał.

Poza tym w przeciwieństwie do osób z *fixed mindset* dość dobrze potrafią oszacować swoje umiejętności. Po egzaminach są w stanie celnie stwierdzić, jak im poszło.

Poza tym ludzie o *growth mindset* rzadziej porównują się z innymi, a częściej oceniają siebie samych. Są dumni z własnych osiągnięć i rzadziej się poddają.

Dla lepszego zrozumienia grafiki i opisywanych tutaj zjawisk warto wiedzieć, że przedstawione na rysunkach stwierdzenia stanowią przeciwległe bieguny pewnego spektrum. Niewielu ludzi charakteryzuje się wyłącznie *growth* czy wyłącznie *fixed mindset*, większość znajduje się gdzieś pomiędzy nimi. Poza tym nasze nastawienie, nasz *mindset*, jest uzależnione od obszaru, w którym się poruszamy, od ludzi, z którymi mamy do czynienia, i od naszego samopoczucia danego dnia.

To przełomowe odkrycie Carol Dweck dowiodło, że dzieci charakteryzujące się *growth mindset* odnosiły najpierw w szkole, a potem w życiu więcej sukcesów od dzieci z *fixed mindset*. Od pewnego momentu ich postawa stanowiła wręcz klucz do ich osiągnięcia. A co ważniejsze – okazało się, że nastawienie dziecka można zmieniać.

Tak, my jako rodzice i pedagodzy jesteśmy w stanie zmienić *mindset* dzieci! Czy to nie wspaniała nowina? Dlaczego nie mówią o tym w wieczornych wiadomościach? Moim zdaniem powinna ona dotrzeć do wszystkich.

Growth i fixed mindset według koncepcji Carol Dweck

FIXED MINDSET

Niepowodzenie pokazuje granice moich umiejętności.

Moje umiejętności są z góry zdeterminowane, nie da się tego zmienić.

Albo coś umiem, albo nie.

Personalnie traktuję informacje zwrotne i krytykę.

Trzymam się tego, co potrafię.

Nie lubię wyzwań.

Albo jestem w czymś dobry, albo nie.

To moje umiejętności i inteligencja determinują mój potencjał.

Poddaję się pod wpływem frustracji.

GROWTH MINDSET

Niepowodzenie to szansa na rozwój.

Jeśli postanowię się
czegoś nauczyć,
to się tego nauczę.

Wyzwania
pomagają
mi być coraz
lepszym.

Mój wysiłek i postawa
determinują sukces.

Sukcesy innych
inspirują mnie.

Uwielbiam próbować
swoich sił w nowych rzeczach.

Jestem wdzięczny/wdzięczna za
informacje zwrotne, bo dzięki nim
mogę być coraz lepszy/lepsza.

ZMIANA NASTAWIENIA

Istnieją różne możliwości zmiany nastawienia dzieci do nauki; będę je zaraz omawiać. U dorosłych jest to o tyle trudniejsze, że z biegiem lat ich *mindset* już się zdążył utrwalić. Nie jest to jednak niemożliwe, toteż zachęcam wszystkich rodziców i nauczycieli do pracy nad sobą. Bo jak się domyślacie, wasze własne nastawienie i postawa oraz to, że jesteście dla dzieci przykładem do naśladowania, są czynnikami decydującymi o powodzeniu zmiany nastawienia i postawy waszych dzieci.

Co ciekawe, nie wystarczy mieć samemu *growth mindset*. Jak bowiem z rozczarowaniem stwierdziła Carol Dweck, rodzice nie przekazują go dzieciom automatycznie.

Jeśli się głębiej zastanowić, można dojść do wniosku, że w pierwszych latach życia prawie zawsze wychowujemy dzieci w stylu sprzyjającym nastawieniu na rozwój. Kiedy dziecko uczy się chodzić, kibicujemy mu. Jeśli się przewróci, bijemy brawo i zachęcamy do kolejnych prób.

| <i>Fixed mindset</i> /statyczny obraz samego siebie | <i>Growth mindset</i> /dynamiczny obraz samego siebie |
|---|---|
| Umiejętności i inteligencja są zasadniczo zdeterminowane i niewiele można w nich zmienić. | Umiejętności i inteligencję zasadniczo można rozwijać i zmieniać. |
| Sukces to dobre oceny i/lub bycie najlepszym. Liczy się wynik. | Sukces to uczenie się w celu lepszego zrozumienia czegoś. |
| Błędy są równoznaczne z brakiem kompetencji. Po popełnieniu błędu motywacja spada. | Błędy są traktowane jako możliwość rozwoju. Dzięki nim wzrasta motywacja i gotowość do rozwoju. |

Z każdym upadkiem dziecko się uczy, aż w końcu pewnego dnia naprawdę zaczyna chodzić. Nikomu nie przyszłoby do głowy powiedzieć mu: „Nauka chodzenia tak szybko ci poszła, bo jesteś takie mądre. Jesteś po prostu dobre w chodzeniu”. Nie, wychodzimy z założenia, że dziecko uczy się chodzić, więc nie będziemy się zrażać niepowodzeniami, lecz wzmacniać dziecko w chęci dalszej nauki.

W którymś momencie jednak – zazwyczaj w chwili pójścia do szkoły – ten *mindset* gdzieś się gubi. Gdy dziecko wciąż robi błędy w pisaniu, zaczynamy się martwić: może jest niedostatecznie bystre? Dlaczego nadal tego nie umie, skoro już mu to trzy razy wyjaśniałem? Dlaczego wciąż pisze źle? Są to pytania, których nigdy byśmy nie zadali w odniesieniu do nauki chodzenia czy jedzenia.

Co zatem powinniśmy zrobić jako rodzice? Powinniśmy zachować tę postawę, która mówi, że upadki nie są niczym złym i że dziecko wkrótce podoła zadaniu, również wobec dziecka w wieku szkolnym.

Chcę tu podkreślić, że *growth mindset* nie jest żadną magiczną tabletką. To tylko postawa – choć bardzo istotna. Pomaga ona bowiem nam i przede wszystkim naszym dzieciom:

1. w podejmowaniu się nowych spraw i stawianiu czoła wyzwaniom, dając ogólne nastawienie: jeśli chcę się czegoś nauczyć, to się nauczę;
2. w niepoddawaniu się; gdy popełniamy błędy, nie radzimy sobie, złości nas, że coś się nie udaje,

- wówczas w pionie trzyma nas świadomość, że ten wysiłek korzystnie wpływa na nasz mózg;
3. w przejściu do działania. Przez sam *growth mindset* niczego się nie nauczymy. Chodzi raczej o to, by dzięki niemu zbudować niezbędną motywację i w ten sposób przejść do czynu.

Growth mindset pomaga zacząć.

I wytrwać.

Rozumiemy już więc, że *growth mindset* jest lepszy od *fixed mindset*, jak również, że już sama zmiana tego nastawienia może się przyczynić do znacznej poprawy wyników w nauce, niezależnie od inteligencji dziecka ani od tego, o jaki przedmiot chodzi. To ważna wiedza. W Stanach Zjednoczonych rozpowszechniła się już na tyle, że wiele szkół skupiło się na wzmacnianiu *growth mindset* swoich uczniów, dzięki czemu szybko zaczęli oni lepiej wypadać w testach niż dzieci z klas czy szkół, które nie postawiły sobie za cel wspierania dziecięcego nastawienia na rozwój.

W Niemczech [i w Polsce też – przyp. tłum.] wciąż nam do tego daleko. Z ankiety przeprowadzonej na moim obserwowanym przez 150 tysięcy użytkowników kanale na Instagramie wynika, że ponad 80% respondentów nauczycieli nigdy w życiu nie spotkało się z pojęciem *growth mindset*. Jest zatem całkiem możliwe, że nauczyciele waszych dzieci uczą je bez jednoczesnego rozwijania ich nastawienia na rozwój. A tymczasem nie mówimy przecież o wiedzy przekraczającej możliwości

poznawcze zwykłego człowieka. Poniżej kilka przykładów, jak można wspierać *growth mindset* w szkole:

- poprzez powolne, ale nieustanne podnoszenie stopnia trudności materiału, umożliwianie dalszych postępów w nauce,
- przez umożliwianie udzielenia prawidłowej odpowiedzi dzięki innemu sformułowaniu pytania, zadawaniu pytań pomocniczych, dawaniu więcej czasu na odpowiedź,
- dzięki sprowadzaniu efektów pracy do pilności i wysiłku (np.: „Słusznie myślisz!”, „Dobrze uważałeś!”),
- przez pochwały tylko przy rzeczywistym wysiłku (bez podkreślania spraw, z którymi dziecko poradziło sobie od ręki),
- dzięki sprowadzaniu efektu pracy do zbyt małego zaangażowania, a nigdy do intelektu (np.: „Możesz to zrobić lepiej – wiem, że możesz bardziej się postarać” zamiast: „Matematyka nie za bardzo ci idzie“.),
- dzięki neutralnym informacjom zwrotnym (że należy bardziej się przyłożyć) zamiast reprimendy,
- przez powtarzanie, że jako nauczyciel wierzę w to, że uczeń udzieli prawidłowej odpowiedzi,
- dzięki pochwałom w odniesieniu do procesu zamiast do wyniku (nie liczy się ocena, tylko sam fakt nauki),

- przez podkreślanie celowości działania (np.: „Z miejsca, w którym się znajdujemy, pójdziemy dalej w tym kierunku”),
- używając słowa „jeszcze” (np.: „Tego jeszcze nie potrafisz”),
- używając słowa „już” (np.: „To już umiesz, a nad tym jeszcze musimy popracować”),
- przez stosowanie analogii mózgu do mięśnia (opisane w dalszej części rozdziału).

Taki sposób postępowania nie tylko jest pomocny dla nauczycieli, ale może stanowić również drogowskaz dla rodziców, choćby podczas odrabiania prac domowych czy kiedy dziecko musi przygotować się do sprawdzianu. Oczywiście pożądanym zjawiskiem byłoby, gdyby coraz więcej nauczycieli pracowało na bazie tej koncepcji. Zanim jednak ta wiedza dotrze do szerokiego grona pedagogów, to zwłaszcza wy jako rodzice możecie w znacznym stopniu wspierać i wzmacniać *growth mindset* waszych dzieci.

Korzystajcie z mocy słówka „jeszcze”, by podkreślić zasadniczą różnicę między „Mama, nie umiem!” a „Jeszcze nie umiesz!”. Każdego dnia wspierajcie odrobinę wasze dzieci tak, aby ich nastawienie zmieniało się w kierunku *growth mindset*.

Dziecko wyposażone w *growth mindset* nie myśli: „Oby tylko nie zrobić błędu!”. Ono myśli raczej: „Jakoś temu podołam!”. Ono nie uważa: „Po prostu tego nie potrafię”, lecz raczej: „Dam radę, jeśli naprawdę się postaram”.

Przekazanie dziecku takiej postawy jak *growth mindset* to najpiękniejszy prezent, jaki można mu dać. Nieestety, szkoła (wciąż) funkcjonuje w taki sposób, że pochwały dostają przede wszystkim te dzieci, które „od razu dobrze umieją”, a niekoniecznie te, które wkładają w zadanie szczególny wysiłek i dopiero potem osiągają efekt. Popełnianie błędów jest postrzegane jako niekorzystne, prowadzi do złych ocen i siłą rzeczy dziecko zaczyna się tego bać. Wygląda to zupełnie tak, jakby szkoła postawiła sobie za punkt honoru zniszczenie *growth mindset* u dzieci.

Gdy dziecko często w siebie wątpi lub płacze z powodu słabych stopni, pomoże poniższe ćwiczenie.

UWIDOCZNIENIE SUKCESÓW EDUKACYJNYCH

Jedną z najważniejszych metod wzmacniania *growth mindset* jest uwidocznianie sukcesów edukacyjnych. Uwidocznianie i sprawianie, by były jak najbardziej zrozumiałe dla dziecka – jak w poniższym przykładzie:

Weźcie rolkę papieru toaletowego i długopis. Teraz usiądźcie, najlepiej całą rodziną, i na każdym listku zapiszcie coś, czego nauka sprawiła dziecku trudność, ale czemu, koniec końców, podołało. Chodzenie, jazda na rowerze, jedzenie sztuczkami, sznurowanie butów, liczenie, nauka alfabetu, czytanie, wspinanie się na drzewo, huśtanie na huśtawce itd. Ćwiczenie kończycie dopiero, gdy cała rolka zostanie zapisana (możecie pisać dużymi

literami). Tak, cała rolka to dużo – jednak zwłaszcza tutaj obowiązuje zasada, że „im więcej, tym lepiej”.

Następnie zwijamy rolkę i ustawiamy ją w dobrze widocznym miejscu jako jasny przekaz dla dziecka: tak wielu rzeczy już się nauczyłem/nauczyłam, wszystko to było trudne i na drodze do zdobycia tego popełniłem/popełniłam mnóstwo błędów. Często coś mi się nie udało, aż w końcu podołałem/podołałam. Dlatego jak najbardziej możliwe jest, że tego, co teraz przychodzi mi z takim trudem, też się w końcu nauczę, jeśli po prostu pogodzę się z możliwymi upadkami i będę się po nich podnosić.

Czy papier toaletowy to najładniejszy materiał do tego ćwiczenia? Może i nie, ale jestem pewna, że macie go w domu – a mnie chodzi o to, aby jak najmniejszym wysiłkiem osiągnąć jak najwięcej. Oczywiście można upiększyć to ćwiczenie w dowolny sposób, na przykład wybierając papier toaletowy świetnej jakości. O wiele ważniejsze jest jednak, by je w ogóle wykonać. Najlepiej zaraz, a przynajmniej jeszcze dziś.

Innym dobrym sposobem na dzieci, które mało wierzą w siebie, jest zastosowanie popularnego pomysłu – „słoika wdzięczności”. Informacja dla tych, którzy jeszcze o tym nie słyszeli: każdego wieczoru zapisujemy na niewielkiej karteczce, za co jesteśmy wdzięczni, i wkładamy ją do słoika. Na koniec roku będziemy mieć w ten sposób słoik pełen wdzięczności za dobre chwile.

Wariant tego ćwiczenia, który ma wspierać *growth mindset*, polega na notowaniu na karteczkach, czego dziecko się dziś nauczyło. Prędzej czy później zbierze

się w słoiku spora kupka tych zapisków, dzięki czemu dziecko nie będzie już przekonane, że „nic nie umie”.

Kolejną świetną metodą jest uwidocznienie procesu edukacyjnego w związku z określonym tematem.

Biorę tasiemkę albo grubszy sznurek i mocuję go do tablicy korkowej, tworząc zeń liczne pętle i zawijasy przypominające tor wyścigowy. Następnie zapisuję poszczególne „stacje” ścieżki edukacyjnej na karteczkach samoprzylepnych i przyklejam je do sznurka. U pierwszoklasisty byłyby to przykładowo litery, po wielkiej i małej literze na karteczce, w takiej kolejności, w jakiej dzieci uczyły się ich w szkole. Następnie wspólnie wycinamy z papieru postać dziecka, którą przypinam pinezką zawsze w tym miejscu, gdzie właśnie znajduje się ono z nauką. Wtedy na pierwszy rzut oka maluch widzi: rety, tutaj zacząłem, a teraz jestem już tak daleko!

Można też wziąć dwa słoiki. W lewym trzymamy karteczki z zapisanymi rzeczami, których w najbliższym czasie trzeba się nauczyć. Umieszczamy na nim naklejkę przedstawiającą nasionko w ziemi, może takie, jakie właśnie wzeszło. Na karteczkach mogą być zapisane przykładowo trudne słowa, które dziecko wciąż pisze z błędami. Albo tytuł następnego działu z matematyki. Do prawego słoika, opatrzonego naklejką przedstawiającą drzewo, trafiają karteczki, gdy dziecko opanuje dany materiał. Co tydzień można robić przegląd karteczek w lewym słoiku i za każdym razem dochodzić do wniosku: wow, znowu umiem coś nowego! Do prawego słoja z tym!

ŚLADEM BOHATERA

Jest to ćwiczenie, które Carol Dweck wykonuje ze wszystkimi studentkami i studentami na swoim seminarium. Prosi ich o wybranie sobie bohatera, czyli kogoś, kogo podziwiają. Chodzi o osobę, która dokonała czegoś wielkiego, stanowi przykład do naśladowania. Potem studenci dokonują pewnych założeń na temat tej osoby: „Adele przyszła na świat z wyjątkowym głosem. Od początku było wiadomo, że zostanie znaną na całym świecie piosenkarką”. Założenia te należy następnie zweryfikować poprzez wyszukanie informacji na temat życia i kariery tej osoby. W jaki sposób stała się tym kimś, kim jest obecnie?

W każdym przypadku studenci dochodzą do wniosku, że wprowadzie każdy z ich bohaterów miał jakieś predyspozycje i talent – jednak o wiele istotniejsze było i jest to, że ten człowiek wykazał się wytrwałością, nie powstrzymały go porażki, długo walczył o swoje, przetrwał okresy wyrzeczeń i w którymś momencie osiągnął to, za co inni tak bardzo go podziwiają.

Lubię robić to ćwiczenie z młodzieżą. W każdej klasie proszę poszczególnych uczniów o wybranie takiej osoby i przedstawienie jej życiorysu innym. Na koniec poznamy wiele różnych historii, które dodają nam siłę, gdy nie wszystko układa się po naszej myśli.

Ponadto polecam rodzicom wspólne oglądanie wraz z dziećmi filmów dokumentalnych o sławnych ludziach. A jest ich całkiem sporo, z czego część to naprawdę dobre produkcje, przykładowo o Cristianie Ronaldo czy

Michaelu Jordanie, których sukces w stu procentach można sprowadzić do wytrwałości. Oczywiście do tych sukcesów przyczyniły się także skuteczny system edukacyjny i dorastanie we wspierającym środowisku.

Najważniejsze pytanie nie dotyczy bowiem tego, czy ktoś jest utalentowany czy nie. Wielu ludzi, którzy przyszli na świat z talentem i inteligencją, nigdy niczego szczególnego nie osiągnie. Zgadzam się wręcz z neurobiologiem Geraldem Hütherem, który twierdzi, że wszystkie dzieci są zdolne. Zdolne na swój sposób. Rzecz w tym, co my jako rodzice i pedagodzy z tymi zdolnościami zrobimy i czy dziecko będzie miało nastawienie, które pozwoli jego uzdolnieniom rozkwitnąć.

NIE MÓW DZIECKU, ŻE JEST MĄDRE!

W latach dziewięćdziesiątych narodził się silny ruch, którego celem było wzmacnianie poczucia pewności siebie u dzieci za pomocą takich sugestii, jak: jesteś mądre! Jesteś świetne! Jesteś perfekcyjne!

Według stojącej za tym idei dzięki temu dziecko miało lepiej rozwinąć pewność siebie. Wynikała ona z wniosku, jak bardzo kontrproduktywne jest mówienie dzieciom, że są głupie, leniwe itd. Był to więc krok we właściwą stronę, a rodzice postępowali w dobrej wierze.

Do czasów badań Carol Dweck tylko niewielu miało świadomość, że taka „pochwała inteligencji” ma też swoje ciemne strony.

Jak słusznie mówi Carol Dweck: gdy nazywasz kogoś mądrym, stawiasz go na podium. W którymś momencie całe życie dziecka zaczyna się kręcić wokół tego, by z niego nie spaść. Koniecznie chce zachować dobrą opinię, jaką do tej pory wyrobili sobie o nim inni. Dlatego coraz bardziej zawęża swój świat, stojąc na swoim małym podium i unikając „nowych rewirów”, czyli po prostu tego, co dotychczas nieznanne. Zostaje tam, gdzie czuje się bezpiecznie i gdzie nie musi się obawiać, że popełni błąd. Kto jednak chce rosnąć i naprawdę się rozwijać, musi popełniać błędy. To tak, jakby dziecko miało przed sobą nieskończenie rozgałęzione drzewo i mnóstwo możliwości wspinania się, ale uchwyciło się tylko jednego jedyne konara, na którym czuje się bezpiecznie, zamiast sprawdzić również te inne.

Wyobraźmy sobie, że dziecko zaczyna pierwszą klasę i nauka czytania przychodzi mu z łatwością. Właściwie to umiało czytać jeszcze przed rozpoczęciem nauki w szkole, a teraz potrafi to już ponadprzeciętnie dobrze. Co mówimy takiemu dziecku? „Ale ty jesteś mądre, że już tak świetnie umiesz czytać!”. Co słyszy dziecko? Ano podprogowe przesłanie: „Aha, czyli jeśli od razu coś umiem bez wkładania w to dużego wysiłku, to jestem mądre. Czyli gdybym musiało włożyć tyle wysiłku co inne dzieci, nie byłoby tak dobrze”. To logiczny, a jednocześnie fatalny wniosek, który sprzyja niekorzystnemu nastawieniu, czyli *fixed mindset*. W rezultacie w dziecku rozwija się strach przed tym, co nowe – przeciwieństwo radości z nauki, ciekawości i chęci poszerzania kompetencji.

To samo dziecko, które z taką łatwością radzi sobie w początkowych latach w szkole podstawowej, może mieć istotne problemy przykładowo w szóstej klasie, gdy przyjdzie pora na zrozumienie ułamków. Wprawdzie dysponuje zdolnościami umysłowymi, czyli wystarczająco wysokim IQ, by je pojąć, ale silnie zakotwiczony w nim *fixed mindset* utrudnia mu zagłębienie się w złożoność tematu, ćwiczenie, popełnianie błędów, uczenie się z nich i podejmowanie kolejnych prób. Takie dziecko, zawsze chwalone za swoją szybkość i bezbłądność, popada teraz w rozczarowanie i frustrację: „Skoro nie rozumiem tego od razu, to po prostu jestem w tym słabe”.

Dla wielu dzieci, które z wprost niewiarygodną łatwością radzą sobie w szkole, kubłem zimnej wody okazują się studia. Zakres materiału jest nagle ogromny, a treści skomplikowane, wobec czego nawet największa inteligencja nie wystarcza, a przyswajanie treści wymaga wysiłku i ciężkiej pracy. Wiele z tych „mądrych dzieci” przeżywa wtedy prawdziwy kryzys tożsamości, doznają wypalenia albo popadają w totalną prokrastynację, bo po prostu nigdy nie nauczyły się, że najnormalniejszą rzeczą w świecie jest to, że aby przyswoić sobie coś nowego, trzeba się postarać. Że nasz umysł rośnie w obliczu uczucia: „Rety, jakie to trudne!”. Nie mają pojęcia, że to jest właśnie ten moment, w którym naprawdę się rozwijają.

Nie można tych dzieci obwiniać za to, że dotychczas nie znalazły się w takiej obiecującej sytuacji. To po

prostu wielka słabość naszego systemu oświaty, który nie radzi sobie ze wspieraniem obu skrajnych biegunów sprawności intelektualnej, a zamiast tego przycina wszystkie dzieciaki do jednego przeciętnego poziomu. Jaka szkoda, że dzieci muszą najpierw dorosnąć, by się dowiedzieć, co tak naprawdę oznacza prawdziwa nauka, czyli czym jest stawianie sobie wyzwań, czym są niepowodzenia i ciągłe podejmowanie prób. Jak wiele mogłyby się nauczyć we wcześniejszych latach, gdyby trafiły na nauczycieli, którzy powtarzaliby im: „Wszystko jest w porządku. Przepraszam, jednak dałam ci zbyt łatwe zadanie. Spróbuj z tym, dzięki niemu twój mózg ma szansę na wzrost”.

Zamiast tego takie dzieci w szkole najczęściej są podziwiane, bo „dostają szóstkę, choć wcale się nie uczą”. Zastanawiam się zatem, co tu podziwiać. Najwyraźniej po prostu zadania były dla tych dzieci za proste.

W berlińskiej szkole realnej*, w której pracowałam dwa lata, miałam w klasie chłopca, który był typowym przykładem tego zjawiska. Pojmował wszystko szybciej od innych dzieci i pisał sprawdziany prawie wyłącznie na oceny bardzo dobre. Dlatego też był „prymusem”, ale wyłącznie w szkole o niskim poziomie. Ewidentnie nie był w tej problematycznej placówce w północnej części Berlina na właściwym miejscu i mógłby z powodzeniem zdać maturę. (Nie chcę w ten sposób powiedzieć,

* Jeden z typów szkoły ogólnokształcącej, w którym można kontynuować naukę po szkole podstawowej (trwającej w Niemczech cztery lata – z wyjątkiem Berlina, gdzie trwa sześć lat).

że matura powinna być celem wszystkich uczniów, ale jedynie, że widziałam w tym chłopcu możliwość porażenia siebie z bardziej złożonym materiałem).

Gdy zaproponowałam mu pomoc w zdobyciu stypendium i w zmianie szkoły, odmówił. Widocznie jego lęk przed utratą dotychczasowej pozycji, popełnianiem błędów i otoczeniem przez innych tak samo „mądrych” jak on – czy nawet „mądrzejszych” – był zbyt duży. Wielka szkoda. Miał bowiem o wiele większe możliwości, niż sobie przypisywał.

Całkowicie bez znaczenia jest to, co potrafią inni. Decydujące jest, aby dziecko się uczyło i porównywało wyłącznie z sobą samym, a nie z innymi. Nie mam wpływu na to, kto jest obok mnie. Skoro idę do szkoły średniej o najwyższym poziomie, to zapewne najpóźniej na etapie studiów znajdę się wśród osób tak samo inteligentnych jak ja albo – o zgrozo – jeszcze inteligentniejszych. Większość osób z *fixed mindset* w tym właśnie momencie wpada w czarną dziurę.

O wiele większe zasługi miałyby zatem osoba, która dużo się uczyła i dostała ocenę dobrą. Albo ta, która na przedostatnim sprawdzianie popełniła sto błędów, a na ostatnim już tylko dwadzieścia – bo poprawiła swój wynik pięciokrotnie. W naszym systemie edukacji z obu klasówek takie dziecko dostanie niestety ocenę niedostateczną i to jest problem – tyle że jego zarzewiem nie są uczniowie, lecz szkoła.