

Stručni rad

KAKO UMIRITI RAZRED

Jasmina Križaj Grušovnik

Osnovna škola Markovci

Sažetak

U školama se često susrećemo s odgojem djece s teškoćama u ponašanju i takvo je ponašanje velik izazov za nas učitelje. Ovu je djecu teže voditi, neprilagođena su i mogu ometati druge učenike. Bilo bi nam mnogo lakše kada bismo poznavali vještine kojima možemo uspješno umiriti razred, pomoći učenicima da se bolje kontroliraju i graditi temelje dobre komunikacije.

Ključne riječi: Smirivanje razreda, učenici s teškoćama u ponašanju

1. Uvod

U školama premalo ističemo važnost odgojnog aspekta poučavanja. Često se pokaže da učitelji nemaju dovoljno znanja kako bi disciplinirali i motivirali učenike u nastavi. Nastava nije samo poučavanje predmeta ili obrađivanje gradiva, već je važno uspostaviti dobar odnos s učenicima i pravila dobre komunikacije s njima. Učitelji se često moraju baviti discipliniranjem problematičnih učenika, zbog čega im ponestaje vremena i energije za poučavanje. Mnogo je nemirnih učenika, učenika s kratkotrajnom koncentracijom, neki su učenici agresivni, drugi imaju poteškoće u učenju ili socijalne poteškoće. Trebamo se zapitati što kao učitelji možemo promijeniti u sebi i u svojim metodama rada. Odlučila sam da će mi takva djeca biti izazov i željela sam pronaći put do njih.

2. Sadržaj

S problemom discipline u školama susreću se sve suvremene visokorazvijene zemlje. Permisivni odgoj, koji bi trebao spriječiti traumatske posljedice djetinjstva i omogućiti slobodan razvoj osobnosti, više nije održiv. Suvremena saznanja o odgoju bez postavljanja granica djeci, bez pritiska okoline i zdravih frustracija ukazuju na to da takav odgoj ne utječe dobro na razvoj osobnosti. Ostvarivanje potreba, želja i zahtjeva djeteta bez postavljanja granica može za dijete biti prepreka. Osim toga, dijete današnjeg razvijenog svijeta suočeno je s materijalnim obiljem, bez duhovnih vrijednosti i sa stalnim zadovoljenjem želja, čije su posljedice nekontrolirani, neobuzdani oblici ponašanja i nepoštivanje autoriteta odraslih. Kao posljedica toga, u posljednje vrijeme stručna mišljenja nalažu potrebu za postavljanjem odgovarajućih granica i zdravih frustracija ne samo u ranom djetinjstvu unutar obitelji, već i u školskim sustavima [1].

2.1. Kako umiriti razred

Tišina u učionici

Tišina u učionici djeluje smirujuće, nastavni sati postaju mirniji i manje naporni, a učenici se lakše koncentriraju. Ponekad, naravno, treba dopustiti i poneku raspravu ili buku kada su učenici uzbuđeni tijekom aktivnosti, ali trebamo pokazati učenicima kako mogu naučiti kontrolirati sami sebe, kako slušati učitelja i jedni druge.

Učitelji često imaju problema s glasom. Ako govorimo preglasno, to može biti štetno za nas. Važno je naučiti oslušivati svoj glas i pripaziti na to koliko glasno govorimo. Povremeno možemo pokušati govoriti, a da pritom iz naših usta ne izlaze zvukovi. Učenici mogu čitati s naših usana i pažljivo promatrati naš govor tijela.

Preporuka je koristiti se neverbalnim signalima i njima privući pažnju. Pritom možemo biti kreativni i redovito mijenjati signale kako bi oni postali najučinkovitiji. Možemo podići ruku ili kakav zanimljiv predmet, možemo zvukom skrenuti pozornost na sebe, na primjer, možemo zapljeskati, udariti u bubanj i sl.

Glasan govor brzo postaje navika, ali moramo biti svjesni da će, što smo glasniji, i u učionici postajati glasnije. Pretjerana glasnoća dugoročno šteti glasu pa se moramo naučiti brinuti o glasnica.

Izgubljeno vrijeme zbog nediscipline možemo ilustrirati pomoću pješčanog sata. Kad god trebamo čekati da se učenici koncentriraju, možemo okrenuti pješčani sat i pustiti da u njega isteče malo pijeska. Kad se učenici smire, okrenemo sat na stranu. Na kraju sata možemo zahtijevati da učenici nadoknade izgubljeno vrijeme.

Ohrabrujuće riječi

Učitelji često žele dobro kritizirajući i savjetujući učenike, ali tada se učenici ne mogu usredotočiti na svoje probleme i preuzeti odgovornost za njih, pa je kritiziranje bolje izbjegavati. Učenici će prije promijeniti svoje ponašanje ako im ponudimo informacije bez da ih pritom uvrijedimo. Prijetnje i naredjenja u učenicima pobuđuju osjećaj nemoći ili izazivaju otpor.

Ohrabrujućim riječima možemo bolje kontrolirati razred, dati jasnije i razumljivije upute te lakše stvoriti mirno raspoloženje. Učenike navikavamo na skraćene poruke, tj. uljudnije verzije dužih i složenijih uputa. Poticajne riječi pomažu učenicima slijediti upute, a učiteljima objasniti gradivo.

Smireno kažnjavanje i upravljanje stresom

Kada kažnjavamo, moramo ostati mirni. Iako nas u takvim prilikama iritira neprimjereno ponašanje učenika, najbolje je na situaciju reagirati mirno. Umjesto da odmah kažnjavamo učenike, trebali bismo im pokušati odvratiti pozornost ohrabrenjem. Važno je reagirati glavom. Čuvstva ne bi trebala nadjačati razum. Kad kažnjavamo, ne budimo osvetoljubivi, nego pokažimo žaljenje.

Ne shvaćajmo osobno neprimjereno ponašanje učenika. Rijetko je ružno ponašanje usmjereno izravno na učitelja. Djeca s ozbiljnijim problemima u ponašanju ponekad dolaze iz više ili manje nesređenih obitelji, pa suosjećajmo s njima umjesto da se ljutimo na njih.

Najbolji način kažnjavanja pretvaranje je kazne u pohvalu. Ako odlučimo kazniti učenika zbog ometanja nastave, tu kaznu možemo povući ako se njegovo ponašanje do kraja sata poboljša. Što je problematičniji razred, potrebno mu je više pohvala.

Dobri odnosi i upravljanje emocionalnim reakcijama

Odnosi su ključni u učiteljskom radu, ne samo odnosi s učenicima, već i odnosi sa svim djelatnicima škole. Odnosimo se prema učenicima kao prema odraslima. Učitelj mora paziti da mu se ne omaknu grube ili sarkastične primjedbe. Ako pogriješimo, ispričamo se. Tako i učenicima ukazujemo na primjereno ponašanje.

Moramo se svjesno usredotočiti na ono što je u našem razredu dobro. Svaka riječ kritike treba biti popraćena s najmanje tri riječi ohrabrenja.

Učenicima jasno pokažimo koje su posljedice primjerenog i neprimjerenog ponašanja. Budimo svjesni da kao učitelji ne možemo promijeniti ponašanje

pojedince jer to može učiniti samo on sam. Zato ostanimo mirni i dosljedno provodimo školska pravila.

Učenicima možemo savjetovati što učiniti kada su ljuti (npr. brojati do deset, udarati o jastuk, duboko disati, povući se itd.). Možemo razgovarati o prikladnim načinima preusmjerenja ljutnje kojima možemo reagirati na događaje.

Učitelji su uzori učenicima za dobre odnose, za vrline kao što su ljubaznost, poštovanje i spremnost na pomoć. Pokažimo sami kvalitete koje želimo vidjeti i kod naših učenika.

Timski rad i suradnja

Timski rad i suradnja važni su u učionici jer potiču uspješno sudjelovanje učenika. U timskom radu učenici trebaju naučiti raditi s drugima, a nastava u kojoj učenici uspješno surađuju nudi bolje okruženje za učenje.

Red sjedenja, umirujuće boje u učionici i red u učionici

Mnogo se puta manji problemi mogu izbjeći ako premjestimo problematične učenike. Planirajmo promjene promišljeno.

Postoji snažna veza između boja i čuvstava. Žive i svijetle boje obradovat će nas, dok nas tamne boje mogu oneraspoložiti. Prirodne boje, tople pastelne i blijede nijanse doprinose mirnom raspoloženju, jer opuštaju i smiruju. Stoga učitelji moraju razmisliti o boji zidova u učionici i njihovom utjecaju na učenje i ponašanje učenika. Ako želimo smireniji razred, poželjno je dodati pastelne i prirodne boje u učionicu.

Ako želimo da naša učionica bude mirna i uređena, moramo je održavati čistom i urednom. Potičemo učenike da nam u tome pomognu i da preuzmu odgovornost za postupanje s priborom i materijalima, jer će tako razviti bolji odnos i prema učenju.

3. Zaključak

Svaki školski sat moramo se dosljedno pridržavati osnovnih pravila. Većina učenika poštuje pravila, dok će nas nekolicina njih neprestano iskušavati. Važno je uvijek izvršiti ono što obećamo, pažljivo planirati nastavu i u svakoj situaciji, ma koliko neugodnoj, ostati mirni i s učenicima uljudno razgovarati. Moramo obratiti pažnju i na govor tijela te na način govora. Važno je nastojati unaprijediti poučavanje i uspostaviti što bolje odnose s učenicima, njihovim roditeljima, kolegama i upravom škole. Moramo biti svjesni da je učitelj mnogo više od osobe koja predaje gradivo, jer uz našu pomoć učenici rastu i razvijaju se.

4. Literatura

[1.]Blum, Paul. 1999. Preživjeti in uspeti v disciplinsko težavnem razredu. TOP, Regionalni izobraževalni center. Radovljica.

[2.]Cowley, Sue. 2007. Kako umiriti razred. Poučevanje v osnovni šoli. Modrijan. Ljubljana.

