

Wartości dominujące w uczuciowości nastolatka

I. PROSPEKT WARTOŚCI

1.1. CEL OGÓLNY

Rozwój emocjonalny

1.2. CEL SZCZEGÓŁOWY

Opanowywanie emocji

1.3. CEL WYCHOWAWCZY

Umiejętność kierowania swoimi emocjami

1.4. PROPONOWANE TEMATY

- Czym różni się panowanie nad emocjami od ich tłumienia?
- Pragnienie bycia dorosłym w życiu emocjonalnym.
- W jaki sposób kontakty z drugim człowiekiem wpływają na rozwój emocjonalny?





1.5. ZADANIA DLA UCZNIA, SAMOWYCHOWANIE

Normy

- Emocje są potrzebne każdemu człowiekowi.
- Panowania nad emocjami można się uczyć.
- Warto dzielić się swoimi uczuciami z innymi i nie gromadzić w sobie złych emocji.
- Zmienność nastrojów jest wpisana w okres dorastania.

Zasady

- Nie zamykam się w sobie, kiedy mam problemy.
- Staram się wyrażać emocje i szczerze nazywać własne uczucia, tak aby nie przenosić mojego nastroju i emocji na moich bliskich.
- Nie koncentruję się wyłącznie na własnym świecie przeżyć, staram się dostrzegać także drugiego człowieka z jego problemami.
- Nie oceniam drugiego człowieka przez pryzmat emocji.



1.6. ZADANIA DLA RODZICÓW



Normy

- Nie pozostawiam młodego człowieka samego z jego problemami uczuciowymi.
- Staram się nie zawieść zaufania, jakim dziecko mnie obdarza.
- Dowartościowuję młodego człowieka i dostrzegam w nim dobro.
- Wszystkie emocje są potrzebne.

Zasady

- Pracuję z dzieckiem nad jego emocjami, umacniam i pomagam rozwijać pozytywne przejawy jego uczuciowości.
- Nie ignoruję sygnałów świadczących o tym, że moje dziecko jest zaangażowane emocjonalnie i uczuciowo.
- Staram się zrozumieć stany emocjonalne mojego dziecka i uczyć je, jak ma sobie z nimi radzić i jak je przeżywać.

1.7. ZADANIA DLA SZKOŁY, WYCHOWAWCY



Normy

- Uczuciowość młodego człowieka zawiera w sobie wiele cech dobrych, które – właściwie ukierunkowane – mogą przyczynić się do ubogacenia jego osobowości.
- Bunt młodego człowieka nie musi być zjawiskiem negatywnym.
- Młodzi ludzie są szczególnie podatni na emocjonalne zranienia.

Zasady

- Swoją postawą ukazuję właściwe podejście do zmiennych uczuć młodego człowieka.
- Wykorzystuję sprzeciw ucznia do przeprowadzenia konstruktywnej polemiki.
- Poprzez odpowiednie działania wychowawcze staram się wydobyć i umocnić dobre cechy charakteru i usposobienia każdego z uczniów (spontaniczność, odwagę, szczerość, wrażliwość etc.).



1.8. SPOSÓB REALIZACJI

I propozycja

Przeprowadzamy miniwarsztaty, których celem jest wykształcenie wrażliwości na drugiego człowieka, poprzez umiejętność uważnego słuchania. Uczniowie dobierają się w pary. Jedna z osób stara się przekazać swoje przemyślenia i refleksje na wybrany temat lub dotyczące danej sytuacji. Druga otrzymuje na kartce zestaw pytań i zwrotów, które są pomocą w lepszym rozumieniu rozmówcy, np.:

Czy mówiąc o..., miałeś na myśli...?

Czy dobrze zrozumiałem, że...?

Wydawało mi się, że mówiąc o..., wyglądałeś...

Podczas twojego opowiadania miałem wrażenie, że...

Ton twojego głosu odebrałem jako...

Czy właściwie zinterpretowałem to, co rzeczywiście chciałeś mi przekazać?

II propozycja

Uczniowie siadają w kółku, otrzymują czystą kartkę. Zapisują swoje imię i nazwisko. Przekazują kartkę osobie po prawej lub lewej stronie. Każdy z pozostałych uczniów ma za zadanie napisać jedną cechę pozytywną tej osoby, której nazwisko figuruje na papierze. Po napisaniu uczeń składa kartkę tak, by zakryć swój wpis. Ważne jest, aby każda poprzednio zapisana ocena została zakryta, aby inni uczniowie nie widzieli wpisów. Po zakończeniu kolejki kartka wraca do ucznia, którego imię widnieje na kartce. Uczniowie rozwijają kartkę złożoną w harmonijkę i w ciszy czytają wpisy swoich koleżanek i kolegów. Na koniec rozmawiamy z uczniami o uczuciach, które pojawiły się po przeczytaniu wszystkich wpisów.



1.9. OSIĄGNIĘCIA, EFEKTY

Młodzi ludzie nie izolują się, potrafią okazać innym swoje zaufanie i dzielić się swoimi emocjami. Dorośli nie bagatelizują niepokojących zachowań młodego człowieka, starają się wspierać go i zrozumieć jego problemy. Poprzez szczery dialog, wartości wynikające z uczuć i emocji zostają dostrzeżone i nazwane.





1.10. ZAGROŻENIA

Młody człowiek pozostaje sam ze swoimi problemami, co może prowadzić do załamania i depresji. Towarzyszy mu poczucie winy, ponieważ odczytuje swoje zachowania i emocje jako negatywne. Ocena własnej wartości młodego człowieka jest subiektywna, często uzależniona od zmiennych nastrojów. Niekontrolowane uczucia mogą powodować i utrzymywać niechęć, obojętność i agresywne zachowania nawet względem siebie samego.



II. PEDAGOG

2.1. TREŚĆ MATERIAŁU

W osobie, która zaczyna dojrzewać, zachodzą znaczące zmiany w psychice i w wyglądzie zewnętrznym. To, jakimi wartościami będzie się kierowała, będzie miało odzwierciedlenie w jej relacjach społecznych.

Głównym celem każdego młodego człowieka jest określenie siebie – kim jestem? Jest to poszukiwanie własnej tożsamości. Częste porównywanie się z innymi. Jest to proces długofalowy. Wymaga przechodzenia przez różne etapy. Uczniowie szukają wtedy wzorców, chcą przynależeć do różnych grup. Ważne jest, aby, poszukując swojego miejsca, nie zatracić wolności i kierować się wartościami. Młodzieży wydaje się, że w tym wieku może już sama o sobie decydować. Tak, ale trzeba być odpowiedzialnym za siebie i za innych. W tym wieku łatwo kierować się emocjami, a nie zdrowym rozsądkiem. Poczucie wolności i błędne rozpoznanie intencji drugiego człowieka mogą doprowadzić do zniewolenia.



2.2. LITERATURA WYBRANA Z KOMENTARZEM

Joanna Papuzińska (ur. 1939) – znana wszystkim autorka książek dla dzieci. Jest profesorem zwyczajnym nauk humanistycznych, krytykiem literackim. Pracuje jako wykładowczyni na Uniwersytecie Warszawskim. Zdobywczyni wielu nagród i wyróżnień, m.in.: Złotego Krzyża Zasługi; wyróżnienia w edycji Międzynarodowej Nagrody Literackiej im. Janusza Korczaka za *Darowane kreski*; Medalu im. Janusza Korczaka; Nagrody Ministra Kultury i Sztuki; książka *Wędrowcy* została zaliczona do Kanonu Książek dla Dzieci i Młodzieży;

wyróżnienia w konkursie Dziecięcy Bestseller Roku 2004; Orderu Uśmiechu; Złotego Medalu „Zasłużony Kulturze Gloria Artis”, Odznaki Honorowej za Zasługi dla Ochrony Praw Dziecka.

Joanna Papużyńska jest także autorką licznych prac naukowych. Każdej z jej publikacji przyświeca zamysł wychowawczy.

Jedni mają stada owiec,
drudzy mają odrzutowiec
albo nawet i parowiec,
albo nie wiem co.
Ja mam dużo myśli w głowie.
O!
A ta jedna, to rano wstaje,
a ta druga – wysoka, jak Himalaje.
A ta trzecia, to taka wesołka,
że natychmiast trzeba fiknąć fikołka.
A ta czwarta – gwiazdy podgląda,
a ta piąta jest okropnie mądra!
Szósta – jest nieśmiała jak sarenka,
ale ciepła, serdeczna i miękka...
A ta siódma – okropnie leniwa,
ciągle tylko palcem w bucie kiwa
albo lubi leżeć pod sosną,
dziwiąc się, że las po niebie pływa...
A znów inne
jak te jabłka
na drzewie:
jeszcze rosną,
jeszcze sam nic o nich nie wiem.

J. Papużyńska, *Ja*,
w: A. Klimowicz, M. Derlukiewicz, *Nowe Słowa...*, dz. cyt., s. 100.

Osoba mówiąca w wierszu wymienia rzeczy, które mają inni. Zestawia je z myślami, które kłębią się jej w głowie. Każda z tych myśli dotyczy czegoś innego. Z pewnością jest to młody człowiek. Swoje przemyślenia porównuje np. do wysokich gór lub szybkiego zwierzęcia. Bohater poszukuje swojej

tożsamości. Z jednej strony jest leniwy, nieśmiały, a z drugiej mądry, wesoły i chętnie wstaje rano.

W wierszu poruszone są wartości, jakie dominują w uczuciowości nastolatka. Jest to osoba, która przeżyła już dużo i ma za sobą pierwsze życiowe doświadczenia, a jednocześnie cały czas poszukuje swojej życiowej ścieżki, celu w życiu, do którego ma dążyć.



III. NAUCZANIE RELIGIJNE

3.1. NAUCZANIE PAPIESKIE



Jan Paweł II, *Homilia w czasie liturgii słowa skierowana do młodzieży*, Westerplatte, 12.06.1987, w: tegoż, *Pielgrzymki do Ojczyzny...*, dz. cyt., s. 480.

Ta moc potrzebna jest, by żyć na co dzień odważnie, także w sytuacji obiektywnie trudnej, aby dochować wierności sumieniu w studiach, pracy zawodowej, by nie ulec modnemu dziś konformizmowi, by nie milczeć, gdy drugiemu dzieje się krzywda, ale mieć odwagę wyrażenia słusznego sprzeciwu i podjęcia obrony. „Więcej być”. Dzisiejsze „więcej być” młodego człowieka to odwaga trwania pełnego inicjatywy – nie możecie z tego zrezygnować – nie możecie z tego zrezygnować, od tego zależy przyszłość każdego i wszystkich – trwania pulsującego świadectwa wiary i nadziei. „Więcej być” to na pewno nie ucieczka od trudnej sytuacji.

Jeśli bowiem przykazania Dekalogu uczą nas podstawowych zasad sprawiedliwości, to Mądrość Boża objawiona w Chrystusie, Synu Maryi, ukazuje głębszy jeszcze wymiar moralności. Jest to wymiar miłości, w szczególności wymiar miłości miłosiernej. Chrystus uczy nas, że ponad poziomem dóbr, które można i trzeba dzielić wedle miar sprawiedliwości – człowiek jest powołany do miłości, która jest większa od wszystkich dóbr przemijających. Ona jedna nie przemija. Miłość nie przemija. Ona jest miarą życia wiecznego – to znaczy życia człowieka w Bogu samym. Albowiem Bóg jest miłością.

Jan Paweł II, *Homilia wygłoszona w czasie Mszy św. beatyfikacyjnej matki Bolesławy Lament, Białystok, 5.06.1991, w: tegoż, Pielgrzymki do Ojczyzny...*, dz. cyt., s. 646.

Aby być radosnymi świadkami Ewangelii, trzeba być ludźmi autentycznymi, konsekwentnymi. I to jest kolejne słowo, które chcę wam powiedzieć: autentyczność. Jezus ostro krytykował hipokrytów: hipokryci, ci, którzy mają ukryte zamiary; osoby – powiedzmy jasno – dwulicowe. Mówienie o autentyczności młodym ludziom jest łatwe, bo młodzi – wszyscy – pragną być autentyczni, konsekwentni. I wszystkich was razi, gdy spotykacie wśród nas księży, którzy nie są autentyczni, albo zakonnice, które nie są autentyczne!

Odpowiedzialność za to spoczywa przede wszystkim na dorosłych zajmujących się formacją. Wy, formatorzy, którzy tutaj jesteście, macie dawać przykład konsekwencji najmłodszym. Chcemy mieć konsekwentną młodzież? Sami bądźmy konsekwentni!

Franciszek, *Przemówienie na spotkaniu z seminarzystami, nowicjuszami i nowicjuskami, Aula Pawła VI, Watykan, 6.07.2013, w: Jan Paweł II, Benedykt XVI, Franciszek, Tryptyk o wierze*, dz. cyt., s. 211.

3.2. PISMO ŚWIĘTE

Wówczas Jezus rzekł do nich: „Wy wszyscy zwątpicie we Mnie tej nocy. Bo jest napisane: Uderzę pasterza, a rozproszą się owce stada. Lecz gdy powstanę, uprzedzę was do Galilei”. Odpowiedział Mu Piotr: „Choćby wszyscy zwątpili w Ciebie, ja nigdy nie zwątpię”. Jezus mu rzekł: „Zaprawdę, powiadam ci: Jeszcze tej nocy, zanim kogut zapieje, trzy razy się Mnie wyprzesz”. Na to Piotr: „Choćby mi przyszło umrzeć z Tobą, nie wyprę się Ciebie”. Podobnie też mówili wszyscy uczniowie.



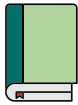
Mt 26,31-35;
por. Mt 19,16-22.



KKK 1768;
por. 982; 1762.

3.3. KATECHIZM KOŚCIOŁA KATOLICKIEGO

Wzniosłe uczucia nie decydują ani o moralności, ani o świętości osób; stanowią niewyczerpany zasób wyobrażeń i odczuć, w których wyraża się życie moralne. Uczucia są moralnie dobre, gdy przyczyniają się do dobrego działania; w przeciwnym razie – są moralnie złe. Prawa wola podporządkowuje dobru i szczęściu poruszenia zmysłowe, które uznaje za swoje. Zła wola ulega nieuporządkowanym uczuciom i potęguje je. Emocje i doznania mogą być przekształcone w cnoty lub zniekształcone w wady.



IV. LITERATURA

- Albisetti V., *Ból miłości. Jak radzić sobie z problemami życia uczuciowego*, tłum. W. Zasiura, wyd. Jedność, Kielce 2002.
- Doldi M., *Odpowiedzi na pytania o miłość i uczucia*, tłum. E. Łukaszyk, Wydawnictwo WAM, Kraków 2005.
- Eysenck M., Eysenck H., *Podpatrywanie umysłu. Dlaczego ludzie zachowują się tak, jak się zachowują*, tłum. M. Dowhyłuk, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2003.
- Franciszek, *Przemówienie na spotkaniu z seminarzystami, nowicjuszami i nowicjuskami*, Watykan, 6.07.2013, w: Jan Paweł II, Benedykt XVI, Franciszek, *Tryptyk o wierze*, wybór i oprac. S. Tasiemski, Wydawnictwo M, Kraków 2014, s. 206-216.
- Głaz S., *Doświadczenie religijne a osobowość*, Wydawnictwo WAM, Kraków 2000.
- Jan Paweł II, *Homilia w czasie liturgii słowa skierowana do młodzieży*, Westplatte, 12.06.1987, w: tegoż, *Pielgrzymki do Ojczyzny: 1978, 1983, 1987, 1991, 1995, 1997, 1999, 2002. Przemówienia, homilie*, red. J. Poniewierski, wyd. Znak, Kraków 2012, s. 476-484.
- Jan Paweł II, *Homilia wygłoszona w czasie Mszy św. beatyfikacyjnej matki Bolesławy Lament*, Białystok, 5.06.1991, w: tegoż, *Pielgrzymki do Ojczyzny: 1978, 1983, 1987, 1991, 1995, 1997, 1999, 2002. Przemówienia, homilie*, red. J. Poniewierski, wyd. Znak, Kraków 2012, s. 642-650.

- Kongregacja Nauki Wiary, *Katechizm Kościoła Katolickiego*, wyd. Pallottinum, Poznań 2002.
- Papuzińska J., *Ja*, w: A. Klimowicz, M. Derlukiewicz, *Nowe Słowa na start! Podręcznik do języka polskiego dla klasy czwartej szkoły podstawowej*, wyd. Nowa Era, Warszawa 2018, s. 100.
- Piłśniak M., *Miłość, przyjaźń, modlitwa, czyli wszystko, co najważniejsze*, wyd. List, Kraków 2004.
- Pismo Święte Starego i Nowego Testamentu. Biblia Tysiąclecia*, wyd. Pallottinum, Poznań 2012.
- Tabulski M., *Edukacja i formacja w młodzieżowych wspólnotach religijnych*, wyd. Paulinianum, Częstochowa 2004.
- Terruwe A., Alberdina A., Baars C., *Integracja emocjonalna. Jak uwierzyć, że jesteś kochany i potrafisz kochać*, tłum. M. Ciszewska, wyd. „W drodze”, Poznań 2004.
- Twain M., *Przygody Tomka Sawyera*, tłum. M. Kędroń, B. Ludwiczak, wyd. Greg, Kraków 2016.

