

Robert Dzierzgwa

Zespół Przedszkolno – Szkolny w Dobromierzu

Hospitacja diagnozująca godzinę do dyspozycji wychowawcy

Temat zajęć:

Nałogi i walka z nimi – problem spożywania alkoholu.

**ZESPOŁ PRZEDSZKOLNO – SZKOLNY
W DOBROMIERZU**

mgr ROBERT DZIERZGWA

**HOSPITACJA DIAGNOZUJĄCA
GODZINĘ DO DYSPOZYCJI WYCHOWAWCY**

KLASA VI „b”

DOBROMIERZ 2003

ROZMOWA PRZEDHOSPITACYJNA

Wychowankowie mojej klasy czynnie włączyli się w realizację zadań powstałego w szkole programu profilaktycznego. Jednym z takich zagadnień jest profilaktyka przeciwalkoholowa. W trakcie naszych wspólnych rozważań nad możliwością przedstawienia tego problemu całej społeczności uczniowskiej pojawiła się koncepcja wystawienia spektaklu teatralnego dotyczącego spożywania alkoholu. Wychowankowie bardzo chętnie i ochoczo podeszli do problemu i postanowili wystawić odszukane w literaturze przedstawienie pt. „W matni” (przewodnik MAWI, nr VIII). Ich ogromny wkład wysiłkowy od początku wzbudzał mój podziw. Próby spektaklu odbywały się w trakcie przerw, a nawet po zakończeniu lekcji. W próbach uczestniczyli wszyscy uczniowie i od samego początku wykazywali się dużym zrozumieniem tematu. Obsadzenie ról było wynikiem ich dyskusji i polemik, co również wzbudziło mój szacunek, tak wielki, że postanowiłem podzielić się z nim, zapraszając dyrektora szkoły na godzinę wychowawczą, podczas której zajęliśmy się problemem nadmiernego spożywania alkoholu. W tym momencie postanowiłem wpleść spektakl teatralny do szerszych rozważań nad tematyką spożywania alkoholu. Poza tym, zaproszenie dyrektora na moją lekcję wychowawczą, było także sposobem pozyskania informacji zwrotnej w pracy nauczyciela – wychowawcy. Swoją wiedzę wychowawczą czerpałem w zdecydowanej mierze na własnych doświadczeniach i przeżyciach, dlatego też uważam, iż dobrze jest od czasu do czasu pokazać swoją lekcję, zapraszając na nią gości.

ARKUSZ HOSPITACJI DIAGNOZUJĄCEJ

Imię i nazwisko: Robert Dzierzgwa

Klasa: VI „b”

Temat: *Problem spożywania alkoholu.*

Cele:

Uczniowie:

- znają i rozumieją zagrożenia, jakie niesie picie alkoholu,
- potrafią zilustrować przyczyny sięgania po alkohol,
- dostrzegają szkodliwości wynikające z nadużywania alkoholu,
- potrafią wyłonić sytuacje, które są skutkiem alkoholizmu,
- potrafią prowadzić dyskusję na ten temat.

Pomoce: Karty pracy „Dlaczego ludzie piją alkohol?”, karty pracy „Kiedy alkohol szkodzi?”, karty pracy „Do czego prowadzi alkoholizm?”.

Forma zajęć: Praca indywidualna, praca w kręgu klasowym.

Czas zajęć: 45 minut.

Standardy osiągnięć	Wskaźniki (standardy wymagań)	Obserwacja wiedzy, umiejętności i postaw uczniów; skala (0-6)
1. Uczeń zna zagrożenia wynikające z nadużywania alkoholu.	a) potrafi podać przykłady zagrożeń wynikających z picia alkoholu, b) zna choroby powstające w wyniku alkoholizmu, c) zna i rozumie wpływ alkoholizmu na funkcjonowanie rodziny.	
2. Uczeń zna przyczyny sięgania po alkohol.	a) rozumie pojęcie alkoholizmu, b) potrafi zilustrować przyczyny podejmowania decyzji zażywania alkoholu,	

Uwagi nauczyciela:

Temat, który zdecydowałem się przedstawić wspólnie z moimi wychowankami, jest szczególnie trudny. Jak wynika z badań odsetek niepijącej młodzieży w wieku do 17 lat to zaledwie 19% wśród chłopców i 23% wśród dziewcząt. Z roku na rok obniża się wiek inicjacji alkoholowej i zwiększa ilość pijących dziewcząt. Oczywiście można by powiedzieć, że jest to walka z wiatrakami, ale problem pozostaje.

To, że nałogi są negatywnym zjawiskiem, jest bezdyskusyjne. I raczej na nic się tutaj zdaje moralizowanie typu: *to jest złe, nie rób tak*. Potrzebna jest konstruktywna rozmowa (nie tylko na lekcji i nie tylko raz) z wnikaniem w przyczyny i skutki, dostrzeganiem i docenianiem prób walki z nałogiem, podejmowanych przez samych uczniów. Gotowej recepty nie ma, ale chyba najgorzej jest nie dostrzegać problemu w ogóle lub włączyć kasetę video i zapisać temat w dzienniku lekcyjnym.

Wnioski:

Po realizacji zagadnienia wnioski do dalszej pracy nasuwają się samoistnie:

1. Systematyczna pedagogizacja rodziców w kwestii nadużywania alkoholu, gdyż tylko dzięki tak szerokiemu podejściu do problemu, możemy myśleć o lepszej i skuteczniejszej pracy profilaktycznej.
2. Nie można pozostawić problemu spożywania alkoholu tylko samym dzieciom - należy wskazywać postawy i działania, które są alternatywnymi dla „pustki” alkoholowej.

Robert Dzierzgwą
wychowawca klasy VI „b”
w ZPS w Dobromierzu

KONSPEKT
GODZINY DO DYSPOZYCJI WYCHOWAWCY
w klasie VI „b”
przeprowadzonej 9 maja 2003 roku

Temat: *Nalogi i walka z nimi - problem spożywania alkoholu.*

Czas zajęć: 45 minut

Forma pracy: zbiorowa, indywidualna, praca w kręgu klasowym

Środki dydaktyczne: scenariusz przedstawienia „W matni”, karty pracy „Dlaczego ludzie piją alkohol?”, karty pracy „Kiedy alkohol szkodzi zdrowiu?”, karty pracy „Do czego prowadzi alkoholizm?”.

Cele lekcji:

Uczeń:

- zna przyczyny, dla których ludzie sięgają po alkohol,
- wie, w jakich sytuacjach alkohol szkodzi zdrowiu człowieka,
- zdaje sobie sprawę ze skutków nadużywania alkoholu.

Przebieg lekcji:

1. Czynności organizacyjno – porządkowe.
2. Inscenizacja przedstawienia o tematyce antyalkoholowej pt. „W matni”.
3. Przygotowanie uczniów do szczerzej rozmowy na temat alkoholizmu.
4. Ćwiczenie 1.

Nauczyciel rozdaje uczniom karty (każdemu uczniowi) „Dlaczego ludzie piją alkohol?” i prosi ich o zapoznanie się z ich treścią. Następnie proponuje, aby sami w swoich myślach zastanowili się i jeśli kiedykolwiek spożywali alkohol, to z których powodów wymienionych w karcie.

W omówieniu tego ćwiczenia nauczyciel zadaje uczniom pytania:

- Jak się czujesz po przeczytaniu tych informacji?
- Czy spożywanie alkoholu jest jedynym sposobem na zaspokojenie potrzeb wymienionych w pięciu punktach tej karty?
- Czy ktoś chciałby zabrać głos na temat w jakich okolicznościach sięgnął po alkohol i co o tym teraz myśli?
- Odszukanie przez uczniów przyczyn, dla których bohater przedstawienia sięgnął po alkohol.

5. Ćwiczenie 2.

Nauczyciel rozdaje uczniom karty (każdemu uczniowi) „Kiedy alkohol szkodzi?” i prosi ich o zapoznanie się z ich treścią. Następnie proponuje, aby sami w swoich myślach zastanowili się i jeżeli spożywali kiedykolwiek alkohol, to z jakich powodów wymienionych w karcie.

W omówieniu tego ćwiczenia nauczyciel zadaje uczniom pytania:

- Co czułeś, gdy zapoznałeś się z treścią tych informacji?
- Co cię zaskoczyło?
- Czy znasz ludzi, którzy przekraczają wszystkie normy (z punktów a, b, c)?
- Jak wygląda ich życie?
- Podanie sytuacji, które zaszkodziły bohaterowi przedstawienia.

6. Ćwiczenie 3.

Nauczyciel rozdaje uczniom karty (każdemu uczniowi) „Do czego prowadzi nadużywanie alkoholu?” i prosi ich o zapoznanie się z ich treścią.

W omówieniu tego ćwiczenia nauczyciel zadaje pytania:

- Czy warto jest nadużywać alkoholu?
- Jak patrzysz teraz na młodych ludzi, których widzisz pijanych?
- Jakie masz możliwości zastosowania wiedzy zdobytej dzisiaj w przyszłości?
- Analiza postępowania bohatera przedstawienia.

7. Podsumowanie i ocena lekcji:

Komentarz:

- Alkohol jest dla zdrowych i dorosłych ludzi i nie trzeba z nim walczyć. Należy jedynie przeciwdziałać jego nadużywaniu w nieodpowiednich okolicznościach.
- Należy powstrzymać się od korzystania z alkoholu do momentu uzyskania pełnoletności. Alkohol nawet w niewielkich ilościach zaburza proces dojrzewania fizycznego i psychicznego.

- Aby korzystać z alkoholu bez doznawania szkody, trzeba używać go w sposób rozsądny, umiarkowany i odpowiedzialny. Trzeba nauczyć się dostrzegać, kiedy spożywanie alkoholu przybiera niebezpieczne rozmiary i w porę ograniczyć picie.
- Można cieszyć się przyjemnościami życia bez korzystania z pomocy alkoholu – abstynencja rozwija sztukę życia.
- Czy tak postępował nasz bohater?

ARKUSZ SAMOOCENY

Prowadzący: Robert Dzierzgwa

Temat zajęć: **Nałogi i walka z nimi - problem spożywania alkoholu.**

Data: 9 maja 2003 roku

1. Co poszło mi dobrze podczas tych zajęć?

Myślę, że przedstawienie tematu w takiej formie bardzo uatrakcyjniło prowadzone zajęcia. Obrazowe zetknięcie z tematem pomogło w lepszym, świadomym uczestniczeniu ucznia w lekcji. Sposób jaki zaprezentowałem jest przychylny uczniom, a mnie pomógł w osiągnięciu refleksji wychowanków nad kwestią spożywania alkoholu. Myślę, że w ten sposób pomogłem uczniom rozwijać kontrolę nad sobą, a także troszczyć się o swoje zdrowie psychiczne i fizyczne.

2. Co chciałbym zmienić prowadząc takie zajęcia następnym razem?

W przypadku prowadzenia podobnych zajęć jeszcze bardziej muszę skupić się nad próbą większego otwarcia wychowanków. Pomimo tego, że uczniowie bardzo chętnie zabierali głos, to dostrzegłem, że byli troszkę ograniczeni szkolnym konwenansem. Początkowo młodzież była przekonana, że zajęcia te są skierowane personalnie na to, kto spożywał alkohol. Dopiero w trakcie lekcji zauważyli, że nie ma to nic wspólnego z jakimiś restrykcjami lecz chodzi o dyskusję i refleksję na ten temat.

3. Jak chciałbym doskonalić siebie, aby lepiej, ciekawiej i sprawniej prowadzić zajęcia?

Specyfika kontaktów na tego typu zajęciach pozwala na skuteczniejszą naukę w obie strony, lepsze wzajemne poznanie, lepsze zrozumienie, a w konsekwencji bycie razem w przyjaznej atmosferze. W dalszej pracy wychowawczej postaram się o zwiększenie imprez pozalekcyjnych w celu jeszcze lepszego poznania swoich wychowanków, ich przyzwyczajzeń, mocnych i słabych stron. Myślę, że takie poczynania pozwolą w późniejszym czasie na bardziej otwarte rozmowy nie jako wychowawca – uczeń, uczeń – wychowawca lecz jak przyjaciel – przyjaciel.

ROZMOWA POHOSPITACYJNA

To, czy jestem zadowolony z pracy swoich wychowanków, jest niepodważalne. Oczywiście, że tak. Postawa, jaką zaprezentowali przy realizacji tego przedsięwzięcia była od samego początku godna podziwu. Wyszukanie sztuki, obsadzenie ról, próby – nie tylko z nauczycielem, a także przygotowanie wiadomości teoretycznych, to przede wszystkim główne czynniki zadowolenia z pracy uczniów. Przedstawienie teatralne, szczerza ukierunkowana rozmowa w obecności dyrektora na bardzo trudny, a zarazem ważny temat w życiu człowieka, nie tylko dorosłego, bardzo zadowalają moją osobę. I choć zdaję sobie sprawę, że jest to tylko mały krok na trasie maratonu, zwanego alkoholizmem, to cieszę się, iż mogłem pobudzić moich wychowanków do chwili zastanowienia, refleksji nad stadium alkoholizmu. Myślę, że choć przez moment zastanowili się nad zagrożeniami, jakie niesie picie alkoholu.

Jestem zdecydowanie przekonany, iż mocną stroną lekcji było szerokie i bardzo obrazowe przedstawienie problemu, a także świadomy i aktywny udział w konstruktywnej dyskusji, prowadzącej do określonych celów i założeń. Do mocnych stron należałoby również zaliczyć wystawienie scenki na wieczorku, kończącym proces nauki w szkole podstawowej. Przedstawienie i podzielenie się problemem z szerszą społecznością uczniowską z pewnością wzbudziło autorefleksję koleżanek i kolegów, stając się przejawem utylitaryzmu pracy wychowanków.

Słabszą stroną lekcji było otwarcie się uczniów. Sądzę, że w większości swe wypowiedzi wychowankowie czerpali raczej z literatury niż z życia codziennego. Trzeba jednak przyznać, że w miarę przebiegu lekcji coraz częściej odzywały się głosy z życia codziennego.

Sądzę, że częstsze prowadzenie takich zajęć, poznawanie sposobu spędzania wolnego czasu przez moich wychowanków, a także rozmowy na różne tematy w znacznym stopniu pomogą mi osiągnąć zamierzony cel moich poczynań.

Kończąc moje rozważania chciałbym ustosunkować się do tematu nowej koncepcji sprawowania nadzoru pedagogicznego. Otóż moje zdanie jest bardzo pozytywne. Pomimo dużego nakładu pracy jestem zadowolony z takiej sytuacji. Bardziej rzeczowo i fachowo można przedstawić swoje poczynania na tle szkoły, a co za tym idzie konstruktywne i merytoryczne przedstawianie swoich osiągnięć lub niepowodzeń.

NOTATKA HOSPITACYJNA

(autorefleksja hospitowanego)

1. Imię i nazwisko hospitowanego: Robert Dzierzgwa

2. Pracownia: sala gimnastyczna

3. Temat zajęć: Nałogi i walka z nimi- problem spożywania alkoholu.

4. Cele prowadzonych zajęć:

Uświadomienie uczniom zagrożeń jakie niesie picie alkoholu, rozpoczęcie w klasie szerszej dyskusji na ten temat.

5. W jakim stopniu zrealizowałem założone cele?

- a) Merytorycznie – myślę, że założone cele zrealizowałem w sposób wyczerpujący. Uczniowie doskonale zdają sobie sprawę, co niesie za sobą picie alkoholu. Potrafią dokonać społecznej oceny poszczególnych postaw życiowych. Pociuszającym jest także fakt, iż uczniowie potrafią zająć swoje stanowisko w stosunku do postawionego problemu, a to było moim celem nadrzędnym.
- b) Metodycznie – jestem przekonany, że zaprezentowanie tematu za pomocą tak dobranych metod i form pracy zdecydowanie pozwoliło na lepsze, bardziej dogłębne przedstawienie problemu lekcji. To, że wszyscy uczniowie odgrywali poszczególne role w przedstawieniu jeszcze bardziej ich motywowało i intrygowało, wspólnie przeżywali rozterki bohatera spektaklu, byli z nim, gdy wznosił się na wyżyny hierarchii społecznej, a także próbowali wskazać alternatywę życiową w chwilach jego upadku.
- c) Organizacyjnie – wyjście z klasy pomogło w zorganizowaniu przedstawienia teatralnego. Prócz tego stworzyło doskonałą atmosferę do luźnej, szczerzej rozmowy na dany temat. W praktyce postaraliśmy się o przedstawienie problemu szerszej społeczności niż klasowa, a to ukazało celowość i zasadność naszych poczynań.

6. Wnioski do dalszej pracy:

- systematyczna pedagogizacja rodziców w kwestii nadużywania alkoholu, gdyż tylko dzięki tak szerokiemu podejściu do problemu, możemy myśleć o lepszej i skuteczniejszej pracy profilaktycznej.
- organizowanie czasu pozalekcyjnego dzieci i młodzieży – przedstawienie zachowań alternatywnych w stosunku do spożywania alkoholu.

Karta pracy nr 1 – „Dlaczego ludzie piją alkohol?”

1. **Uśmierzanie przykrych uczuć** — ludzie piją, gdy jest im smutno, gdy coś ich boli, gdy chcą złagodzić napięcie, lęk, gniew, zmęczenie, rozproszyć nudę itd.
2. **Samoobrona przed niepożądanymi informacjami** — ludzie piją, aby o czymś nie myśleć, zapomnieć, nie czuć się za coś odpowiedzialnym, winnym, skrepowanym, aby zobaczyć siebie i świat w innych kolorach.
3. **Rozluźnienie wewnętrznych zachowań i obaw** — ludzie piją, aby uwolnić się od istniejących w nich hamulców i obaw, zakazów i nakazów wewnętrznych, które krepują ich postępowanie, aby powiedzieć prawdę, skłamać, zrobić komuś awanturę, przytulić się do kogoś.
4. **Przeżywanie odmiennych stanów psychicznych** — ludzie piją, gdy rzeczywistość wydaje im się zbyt szara i monotonna, rośnie potrzeba, aby przez chwilę przeżywać coś odmiennego i specjalnego, aby doznać stanu uniesienia lub oszołomienia, aby poczuć się kimś innym itd.
5. **Ułatwianie i umacnianie kontaktów z innymi ludźmi** — ludzie piją, gdyż jest to częścią kultury, obyczajów i rytuałów, bo zmniejsza się ich dystans od innych, aby coś uczcić, stworzyć warunki do zabawy i wypoczynku.

Karta pracy nr 2 - „Kiedy alkohol szkodzi?”

a) Gdy zaczynamy pić za wcześnie — alkohol jest dla zdrowych i dorosłych osób. Na całym świecie prawo zabrania sprzedawania napojów alkoholowych osobom przed ukończeniem 18 lat. Nawet niewielka ilość alkoholu, niegroźna dla dorosłych, może uszkodzić procesy rozwojowe u dzieci i młodzieży. Dotyczy to nie tylko rozwoju biologicznego, ale również procesów związanych z uczeniem się i zapamiętywaniem oraz rozwojem uczuciowym. Młodzi ludzie mają znacznie niższą tolerancję na alkohol i znacznie szybciej się uzależniają. Jeżeli młodzież uczy się wiązać przyjemne stany emocjonalne z alkoholem, a nie z konkretnymi wydarzeniami życiowymi, to w ten sposób oddala się od rzeczywistości.

b) Gdy pijemy za dużo i za często — wypić za dużo to znaczy między innymi:

- zachowywać się w sposób, który narusza wartości i normy postępowania oraz jest krytykowany przez otoczenie,
- spowodować dolegliwości fizyczne po wypiciu,
- wywołać negatywne stany psychiczne u siebie lub innych,
- stworzyć zagrożenie bezpieczeństwa własnego lub innych ludzi,
- zaniedbywać obowiązki i zadania osobiste,
- ryzykować zaburzenia zdrowia.

Za niebezpieczne przekroczenie granic ryzyka uważa się zażywanie tygodniowo przez kobiety powyżej 120 g czystego alkoholu, dla mężczyzn powyżej 200 g. Za ryzykowne uważa się jednorazowe zażywanie w ciągu jednego dnia więcej niż 100 g czystego alkoholu. Innym przykładem ryzykownego picia alkoholu jest picie codziennie, nawet niezbyt dużych ilości.

Co najmniej 20 g czystego alkoholu zawiera każdy półlitrowy kufel piwa, albo 2 lampki wina, albo „pięćdziesiątka” wódki.

c) Gdy pijemy w nieodpowiednich okolicznościach:

- picie w ciąży, nawet nieduże dawki mogą uszkodzić nienarodzone dziecko i spowodować ciężkie wady rozwojowe,
- picie w czasie zażywania różnych leków,
- picie przed lub w czasie prowadzenia pojazdów lub obsługi urządzeń mechanicznych,
- picie w trakcie wykonywania pracy.

Karta pracy nr 3 - „Do czego prowadzi nadużywanie alkoholu?”

Życie rodzinne jest poważnie zaburzone nie tylko, jeżeli ktoś z członków rodziny pije w sposób chorobliwy, ale także, gdy upija się okresowo. Zniszczeniu podlegają, oprócz zdrowia pijącego, takie obszary życia rodzinnego, jak:

1. Niszczenie życia uczuciowego — zamiast poczucia bezpieczeństwa, zaufania i miłości, rodzina przeżywa lęk, zagrożenie, gniew i wstyd, poczucie krzywdy i winy.
2. Brak źródeł oparcia i wzajemnej pomocy — życie rodzinne, zamiast dostarczyć oparcia staje się obciążeniem i źródłem problemów.
3. Utrata kontaktu i zrozumienia — zamiast otwartości i prawdy pojawia się coraz więcej kłamstw, manipulacji i udawania.
4. Izolacja od świata zewnętrznego — rodzina staje się zamknięta w swojej tragedii i cierpieniu, odizolowuje się od innych.
5. Wyczerpanie zasobów materialnych — bardzo często nadmierne picie staje się źródłem trudności finansowych i pogorszenia perspektyw bytowych całej rodziny.
6. Współzależnienie innych członków rodziny — współmałżonkowie i dzieci osoby uzależnionej albo rozpaczliwie próbują powstrzymać jej picie, albo rezygnują z nadziei na lepsze życie. Oznacza to głębokie uwikłanie w chorobę alkoholową również pozostałych członków rodziny.