
WPROWADZENIE

Psychologia pozytywna rozwija się od blisko 20 lat, zdobywając również uznanie wśród specjalistów w zakresie edukacji. W jej obrębie powstały już programy szkoleniowe dedykowane szkolnictwu, które przyniosły rezultaty, głównie w postaci wzrostu poziomu dobrostanu uczniów i nauczycieli. Psychologia pozytywna jest również stabilnym fundamentem teoretycznym dla badań empirycznych, opiera się bowiem na założeniach weryfikowalnych w warunkach laboratoryjnych. W Polsce ta gałąź psychologii właściwie dopiero się pojawia, aczkolwiek spojrzenie na człowieka z perspektywy jego zasobów, potencjałów i możliwości (a nie deficytów) ma na gruncie polskim długą i naukowo rzetelną tradycję. W 1985 roku Kazimierz Obuchowski pisał o „osobowości rozwojowej”, umożliwiającej zachowanie wysokiej skuteczności w warunkach rosnących wymagań [1985, s. 136]. Jak się zresztą okazuje, analogii między myślą Kazimierza Obuchowskiego a ideami współczesnych psychologów pozytywnych jest więcej i zostały one wskazane w części traktującej o genezie psychologii pozytywnej. „Pozytywność” czerpie z wielu wartościowych źródeł, kreując swego rodzaju własną markę. Jeden z argumentów przeciwników psychologii pozytywnej stanowi, że w niedostateczny sposób jej „ojcowie” (np. Martin Seligman), przywołują nazwiska „protoplastów” czy inspiratorów całego ruchu. Idee Kazimierza Obuchowskiego, Abrahama Masłowa, Carla Rogersa czy Alberta Ellisa, cytowane w niniejszej rozprawie, wpisały się już na stałe do niezwykle cennej tradycji myśli psychologicznej. Ich znaczenie dla „rozwojowego” ujęcia jednostki jest kluczowe i warto o tym pamiętać, myśląc o psychologii pozytywnej.

W realiach zachodnich programy szkoleniowe dla edukatorów doczekały się już empirycznej weryfikacji, a pierwsze wyniki wydają się być obiecujące. Na gruncie krajowym pojawiają się krótkie formy szkoleniowe, nie ma jednak jeszcze skoordynowanych i kompleksowych programów wsparcia szkół, opartych na założeniach „pozytywności”, pomimo że z punktu widzenia organizacyjnego wydawałoby się to oczywiste. Przede wszystkim dlatego, że wdrożenie rozwiązań proponowanych przez zwolenników tego nurtu, nie wymaga żadnych zmian programowych, zakupu specjalistycznego sprzętu czy rekonstrukcji organizacyjnej szkoły. Psychologia pozytywna opiera się

bowiem głównie na komunikacji i budowie określonych przekonań wśród wszystkich uczestników procesu edukacyjnego. Zmiana zatem, która ma prowadzić do wzrostu odporności psychicznej nauczycieli, uczniów oraz rodziców, a także do wzrostu ich motywacji do uczestniczenia w szeroko rozumianym systemie szkolnym, ma charakter wewnętrzny, nie zewnętrzny.

Biorąc pod uwagę doświadczenia zachodnie i coraz częściej potwierdzone empirycznie znaczenie technik psychologii pozytywnej w kształtowaniu zmotywowanych uczniów, problematyka okazuje się warta zainteresowania. Zdolności poznawcze przeciętnego człowieka nie pozwalają mu obecnie na zapoznanie się chociażby z niewielkim procentem dostępnej wiedzy, co – w opinii autora rozprawy – powinno mieć również wpływ na model metodologiczny współczesnej edukacji. Po pierwsze, nie jest obecnie możliwe, aby uczeń w szkole „nauczył się” świata, bo wiedza o nim jest już zbyt złożona, skomplikowana i wyspecjalizowana. Może natomiast nauczyć się myślenia o świecie, eksploracji interesujących go obszarów, poszukiwania i zdobywania wiedzy (w przeciwieństwie do jej bezrefleksyjnego wchłaniania). Po drugie, zmotywowanie młodego człowieka do aktywnego i efektywnego uczestnictwa w procesie edukacji będzie się stawało coraz trudniejsze. Szkoła, w porównaniu z innymi „źródłami wiedzy” przestaje być atrakcyjna, m.in. ze względu na przeładowanie materiałem i podtrzymywanie tradycyjnego, bardzo hierarchicznego i zdystansowanego wobec emocji ucznia i nauczyciela, sposobu funkcjonowania.

W przekonaniu autora dla „ucznia przyszłości” ważne są określone kompetencje psychospołeczne, a jego profil poznawczy wydaje się być daleki od tradycyjnego pojmowania „dobrego ucznia”. W modelu kształcenia tradycyjnego uczeń stawiany jest w sytuacji wyboru – jeśli na jeden przedmiot poświęci więcej czasu, będzie go miał mniej na inny, w konsekwencji czego nastąpi hierarchizacja przedmiotów szkolnych. Tradycyjny model to również powszechne porównywanie i rywalizacja, oparte na takich pojęciach, jak: talent, inteligencja, umiejętności. Carol Dweck [2014] nazywa to modelem nastawionym na trwałość, w którym zakłada się, że każdy ma zdefiniowany, wrodzony talent i wynikające z niego predyspozycje. I to one właśnie decydują o sukcesie edukacyjnym. Nauczyciele wierzący w zasadę genetycznych uwarunkowań i niezmienności talentów, komunikują to swym uczniom (świadomie i nieświadomie), pogłębiając w nich samych przekonanie o trwałości ich „cech intelektualnych”, a w konsekwencji minimalizując poziom ich wewnętrznej motywacji do podejmowania wysiłku.

Przeciwieństwem modelu nastawionego na trwałość, jest model rozwojowy, w ramach którego uczeń przyjmuje postawę permanentnego doskonalenia i właśnie za tę postawę jest nagradzany. Sukces edukacyjny, definiowany jako oceny przedmiotowe, jest „wyłącznie” wynikiem procesu uczenia się

i nie stanowi podstawy wnioskowania o talentach i predyspozycjach ucznia. Jest to model, w którym najważniejszymi umiejętnościami są m.in.: dyskutowanie porażek i wyciąganie z nich wniosków, skoncentrowanie na procesie, nie zaś na wyniku, gotowość ucznia i nauczyciela do wyrażania wątpliwości i dyskusji, praca w modelu mentoringu, a nie arbitrażu, aktywne słuchanie, stawianie hipotez i proces ich weryfikacji. Umiejętności te wymagają zaplecza psychologicznego w postaci określonego stylu myślenia i przekonań, zarówno u uczniów, jak i nauczycieli, których efektem będzie odwaga poznawcza, wytrwałość, otwartość, ciekawość.

Psychologia pozytywna skupia się na budowaniu przekonań, które sprzyjają przedstawionemu wyżej modelowi emocjonalności, zgodnemu z nastawieniem na rozwój, czyniąc to właściwie bez ingerowania w treść przedmiotów nauczania. Dlatego w opinii autora rozprawy badania w tym obszarze są poznawczo znaczące i praktycznie ważne. Nauczyciele coraz częściej bowiem zadają sobie pytanie: Jak zmotywować uczniów do zdobywania coraz to bardziej rozbudowanych obszarów wiedzy, przy jednoczesnym zachowaniu zgodności ze strukturami, wymogami i oczekiwaniami przeróżnych interesariuszy systemu edukacji?

Praca składa się z pięciu integralnych części. Po pierwsze, istotna jest prezentacja obecnej sytuacji psychospołecznej zarówno uczniów, nauczycieli, jak i rodziców. Dzięki temu przedstawiony zostanie obraz polskiej szkoły, zawierający diagnozę psychopedagogiczną, wskazującą kierunki pożądaných zmian. Techniki psychologii pozytywnej nie stanowią remedium na wszelkie niedogodności współczesnej szkoły, lecz przede wszystkim skupiają się na warstwie psychologiczno-pedagogicznej. Stąd też, w rozdziale pierwszym dokonano przeglądu najważniejszych polskich badań związanych z emocjonalnym funkcjonowaniem uczniów, nauczycieli i rodziców w przestrzeni szkolnej. Szkoła to przede wszystkim komunikacja między różnymi interesariuszami, i to właśnie specyfika (treściowa i znaczeniowa) owych komunikatów determinuje w znacznej części poziom dobrostanu. W podrozdziale 1.4. podjęto próbę scharakteryzowania modelu komunikatów, pojawiających się w interakcjach nauczyciel – uczeń. Jest to o tyle istotne, że psychologia pozytywna oferuje bardzo precyzyjne wskazówki, dotyczące rozwojowego edukacyjnie sposobu komunikowania się z uczniem.

W drugim rozdziale zaprezentowano genezę psychologii pozytywnej wraz z prognozami, dotyczącymi jej rozwoju, oraz jej teoretyczne podstawy, także w kontekście neurobiologicznym wraz z najciekawszymi, dotychczasowymi badaniami w tym obszarze. Scharakteryzowano dwie najważniejsze koncepcje: style atrybucji Martina Seligmana oraz modele przekonań o inteligencji Carol Dweck. Stanowią one teoretyczne fundamenty, na których skonstruowano praktyczne techniki, metody oraz wdrożenia systemowe, opisa-

ne w rozdziale trzecim, w którym zaprezentowano: model PERMA, model budowania odporności psychicznej ucznia, model zrównoważonej mądrości, model włączania rodziców w działania na rzecz edukacji pozytywnej, model przywództwa w kontekście szkolnym. Opisano również wdrożenia systemowe w Geelong Grammar School oraz program *Brainology*, stanowiący konceptualizację teorii Carol Dweck.

Następnie przedstawiono założenia oraz wyniki badań empirycznych, przeprowadzonych dla celów niniejszej pracy, a dotyczących korelacji między stylem atrybucji ucznia, jego przekonaniami na temat inteligencji a ocenami szkolnymi. Główne hipotezy rozprawy zakładają, że takie korelacje istnieją, co uzasadnia projektowanie i wdrażanie w szkołach programów treningowych, opartych na technikach psychologii pozytywnej. Jeśli bowiem sposób myślenia ucznia koreluje z jego ocenami, to można zakładać, że kształtowanie określonego sposobu myślenia, edukacyjnie efektywnego, sprzyjać będzie zmianie w obrębie ocen szkolnych. Badania przeprowadzono wśród młodzieży gimnazjalnej. Wybór etapu edukacyjnego uwarunkowany został przede wszystkim złożoną charakterystyką psychospołeczną ucznia, a co za tym idzie wielością wyzwań, przed jakimi staje szkoła, mająca za zadanie m.in. wspierać nastolatka w procesach rozwojowych. W aneksie do rozprawy zaproponowano przykładowy program szkoleniowy dla nauczycieli i uczniów wraz ze szczegółowymi wytycznymi dla trenerów.