

JAK ROZMAWIAĆ Z MŁODZIEŻĄ O ZDROWIU I HIGIENIE

Jeżeli uczycie Państwo biologii lub jesteście wychowawcami, temat ten nie jest Wam obcy, wiecie, że trzeba dołożyć starań, by młodzież nie traktowała rozmów o higienie za „nudne gadanie”, czy też by nie poprzestać na żartach. Pamiętajcie powinniśmy stale, że uczniowie klas VII i VIII, do których kierujemy pierwszą edycję AKCJI TRON dla szkół, przechodzą okres dojrzewania, w którym łatwo jest o wszelkiego rodzaju skojarzenia oraz negację tego, o czym mówią dorośli. I nie ma w tym nic złego.

Charakterystyczne cechy okresu dojrzewania¹

- Zerwanie z okresem dzieciństwa i gwałtownymi na początku zmianami w funkcjonowaniu biologicznym, psychicznym oraz społecznym.
- W tym wieku najważniejsze dla nastolatków jest określenie, kim są oraz dokąd zmiierają, czyli określenie własnej tożsamości.
- Między 11 a 15 rokiem życia mogą pojawić się problemy z funkcjonowaniem w społeczeństwie i grupie rówieśniczej, a niektórzy nastolatki wycofują się m.in. z życia towarzyskiego.
- We wczesnej fazie dorastania pojawia się też często negowanie i odrzucanie wszystkiego, co robią dorośli (nie tylko rodzice) oraz krytycyzm. Jest to związane z poszukiwaniem własnej tożsamości oraz chęcią zdobycia autonomii. Jednocześnie wzrasta znaczenie grupy rówieśniczej.
- Ze względu na wiek u nastolatków zachodzą zmiany w rozwoju i funkcjonowaniu ciała. Wzrasta zainteresowanie własnym ciałem, często pojawia się jego krytyka. Zmiany hormonalne powodują też huśtawkę emocjonalną.
- Niektóre osoby mogą wykazywać zachowania antyspołeczne.
- Uczniowie VII i VIII klasy są ciekawi nowych rzeczy, zwłaszcza tych powodujących przyjemność.
- Pojawia się u nich też „myślenie teraźniejszościowe” – brak myślenia o przyszłości, ważne jest dla nich „tu i teraz”.

¹ *Niezbędnik dobrego nauczyciela* pod red. prof. dr hab. A.I. Brzezińskiej. Seria I, tom 5: K. Piotrowski, B. Ziółkowska, J. Wojciechowska, *Rozwój nastolatka. Wczesna faza dorastania*, Warszawa 2014. Podane punkty to jedynie wybrane, szczególnie przydatne przy tworzeniu AKCJI TRON przykłady cech i zachowań młodzieży szkolnej.

Jak mówić, by uczniowie chcieli rozmawiać?

- W temacie fizjologii nie warto kluczyć i używać eufemizmów. Oprócz języka medycyny i biologii można też używać języka potocznego, który będzie bardziej zrozumiały dla uczniów. Prawdopodobnie na początku AKCJI TRON niektórzy uczniowie będą używać wulgaryzmów, np. odnoszących się do poszczególnych części ciała. Oczywiście Państwa zadaniem jest reagowanie na tego typu zachowania.
- W rozmowach na tematy, które grupa może początkowo uważać za niezręczne, zachęcamy do uważnego słuchania i obserwowania reakcji uczniów. Zdecydowanie odradzamy ocenianie (wydawanie opinii), obśmiewanie czy ironizowanie. Rozmowa o higienie, biologii łączy się z obszarami tolerancji, wykluczenia, budzącej się seksualności. Warto wracać do tych zagadnień przy okazji różnych zajęć i warsztatów, a jako podstawa mogą wtedy służyć kanały edukacyjne na YouTube czy Instagramie, gdzie znajdziecie Państwo wiele filmów dotyczących fizjologii. Łatwiej będzie Państwu nawiązać więź z grupą, jeżeli będziecie wspólnie komentować to, co obejrzelście.
- Może się zdarzyć, że uczniowie będą próbować Państwa zszokować lub postawić w niezręcznej sytuacji. W takich przypadkach proszę przypomnieć sobie historię pewnej nauczycielki biologii, która po wejściu do klasy zastała na tablicy wulgarny rysunek penisa oraz jąder. Nauczycielka ta, nie namyślając się długo, dorysowała owłosienie, po czym skomentowała cały rysunek: „Teraz to dopiero wygląda zgodnie z prawdą”. Młodzież Was testuje. A dzięki takim zachowaniom uczniowie widzą, że te tematy są normalne, medyczne, a ich nauczyciel ma dystans i poczucie humoru. Najważniejsze – by nie udawać, że czego się nie widzi i nie omijać tematu.

PRZECZYTANE W TOALECIE:

„Szczotka do toalety to nie pokrzywa, nie parzy”





Dobre praktyki

- Nie unikamy „tematów toaletowych”.
- Używamy prostych komunikatów.
- Jeśli nie znamy odpowiedzi na jakieś pytanie, najprościej będzie powiedzieć: „Nie wiem, ale chętnie sprawdzę”.
- Nie traktujemy słów związanych z toaletą za zakazane. Warto porozmawiać o tym, jak specyficzne jest nazewnictwo związane z higieną toaletową (np. kupa, odchody, siku, kał, mocz, defekacja itp.) i co uczniowie o nim myślą. Warto też pobawić się w skojarzenia, m.in. z użyciem związków frazeologicznymi nawiązującymi do spraw toaletowych (Dlaczego mówimy, że pieniądze nie śmierdzą?).
- Jeśli młodzi wybuchają śmiechem, staramy się zrozumieć, dlaczego i co ich śmieszy. Często śmiech wynika z zakłopotania albo chęci zaimponowania rówieśnikom. Oswajanie tematu przyniesie częste poruszanie spraw związanych z toaletą. Podkreślanie, że nie ma w nich nic dziwnego, choć może nam się to wydawać zabawne.
- Rozmawiamy także o tym, że w potrzebach fizjologicznych nie ma nic wstydliwego. Nie trzeba epatować tematami związanymi z higieną, ale też nie ma sensu ich pomijać.
- Poruszamy temat menstruacji i jej znaczenia dla wszystkich.
- Zadajemy pytania o to, co młodzi myślą, czują, wiedzą, co im się podoba lub nie. Ich opinia jest ważna, powinni wiedzieć, że się z nią liczymy.
- Uważnie słuchamy, nie przerywamy, niech uczniowie i uczennice czują, że zwracają się do właściwej osoby, dla której ich sprawy są ważne.
- Nie bójcie się poczucia humoru. Wspólny śmiech (ale nie wyśmiewanie!) jest najlepszym sposobem na oswojenie trudnych tematów. Możecie np. wymieniać się pomysłami na teksty toaletowe (patrz – dół każdej strony poradnika).

Złe praktyki

Takich zachowań unikajcie.

- Zawstydzanie (korzystanie z toalety i czynności higieniczne NIE SĄ powodem do wstydu).
- Banalizowanie tematu (nie jest to temat „podrzędny”, nieważny).
- Wyśmiewanie wypowiedzi konkretnych uczniów, wracanie do danej wypowiedzi w różnych sytuacjach.
- Ośmieszanie uczniów, którzy chcą skorzystać z toalety w czasie lekcji.
- Tolerowanie wulgaryzmów.

ROZMOWA dobra na wszystko

Zachęcamy do szczerej rozmowy z uczniami na temat szkolnych toalet, najlepiej sam na sam, lub do przeprowadzenia anonimowej ankiety. Pozwoli ona określić najważniejsze obawy i lęki Państwa podopiecznych. Przedstawcie Państwo klasie także Wasz punkt widzenia. Mamy nadzieję, że AKCJA TRON pomoże Wam ustalić „toaletowe zasady”, których stosowanie sprawi, że obie strony będą się czuły komfortowo i bezpiecznie.

