

Sprawozdanie z VI konferencji naukowo-szkoleniowej i XV Konferencji Wielkopolskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie „O różnych drogach doskonalenia zdrowia w różnych środowiskach życia i rozwoju człowieka” konferencja online 26 listopada 2021 roku

Popularyzacja wiedzy na temat różnych sposobów ochrony zdrowia i budowania zasobów zdrowotnych społeczności szkolnej, uczniów, nauczycieli, rodziców i wszystkich osób związanych z działalnością pedagogiczną w zakresie dydaktycznym, opiekuńczym, wychowawczym, terapeutycznym, pomocy psychologiczno-pedagogicznej, staje się szczególnie teraz – w kontekście skutków pandemii COVID-19 – niezwykle ważnym tematem. Powyższe zadania i cele zostały w pewnym stopniu zrealizowane podczas konferencji, która odbyła się 26 listopada 2021 roku. Była to jednocześnie VI konferencja z cyklu „O różnych drogach doskonalenia zdrowia...”, jak i XV Konferencja Wielkopolskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie. Jej organizatorami były Laboratorium Edukacji Zdrowotnej i Pracownia Psychopedagogicznych Badań nad Rozwojem Człowieka z Wydziału Studiów Edukacyjnych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza oraz Kuratorium Oświaty w Poznaniu.

Wydarzenie to honorowym patronatem objęli: Dziekan Wydziału Studiów Edukacyjnych – prof. dr hab. Agnieszka Cybal-Michalska oraz Wielkopolski Kurator Oświaty – pan Robert Gaweł.

W skład komitetu naukowego konferencji wchodziły: prof. dr hab. Agnieszka Cybal-Michalska, prof. UAM dr hab. Barbara Jankowiak, prof. UAM dr hab. Małgorzata Rosalska, dr Anna Gulczyńska, dr Ewa Kasperek-Golimowska, dr Karolina Kuryś, dr Jolanta Twardowska-Rajewska z Wydziału Studiów Edukacyjnych UAM. W składzie komitetu organizacyjnego znajdowały się dr Anna Gulczyńska, dr Ewa Kasperek-Golimowska oraz starsza wizytator Kuratorium Oświaty w Poznaniu – pani Karolina Adamska.

Współpraca między wymienionymi jednostkami Wydziału Studiów Edukacyjnych i Kuratorium Oświaty w Poznaniu trwa już wiele lat, będąc płaszczyzną refleksji i dyskusji nad aktualnymi wyzwaniami edukacyjnymi, wychowawczymi, terapeutycznymi, stojącymi przed pracownikami oświaty. Cykliczne spotkania, wynikające ze wspomnianej współpracy, jak konferencje, warsztaty, czy nagrania gromadzą liczną, powracającą grupę odbiorców – nauczycieli, pedagogów, psychologów szkolnych, dyrektorów, pracowników poradni psychologiczno-pedagogicznych. W tym roku w konferencji wzięło udział ponad 300 uczestników. W związku z sytuacją epidemiczną w Polsce, konferencja odbyła się w formie zdalnej, na platformie Teams, na której każdy uczestnik miał możliwość wygłoszenia przygotowanego referatu w czasie rzeczywistym, z udostępnieniem

kamery i prezentacji multimedialnej. Uczestnicy mogli również zadawać pytania bądź dzielić się swoimi refleksjami oraz sugestiami na czacie, dostępnym dla osób zalogowanych.

Konferencja rozpoczęła się o godzinie 10.00. Wszystkich słuchaczy i prelegentów powitała dr Ewa Kasperek-Golimowska. W słowie wstępnym podkreśliła, że tradycyjnie „bohaterem” spotkań cyklicznie organizowanych konferencji naukowo-szkoleniowych jest zdrowie – jedna z najcenniejszych wartości w życiu człowieka. Niestety, jak pokazują wyniki badań na temat stylu życia, często jest to wartość zaniedbywana i poświęcana w pośpiesznym realizowaniu licznych zadań życiowych, z których każde wydaje się ważniejsze niż zdrowie. Intencją organizatorów było przypomnienie, że to właśnie zdrowie jest, jak podpowiada teoria i weryfikuje życiowa praktyka, środkiem do skutecznego działania i realizowania idei „dobrego życia”. A zatem, celem konferencji jest popularyzowanie idei, że „warto żyć i działać z szacunkiem dla zdrowia”, że „troska o zdrowie każdego dnia jest dobrą inwestycją” oraz „Twoje zdrowie w Twoich rękach”. Podsumowując swoją wypowiedź, dr Ewa Kasperek-Golimowska zaprosiła uczestników do wysłuchania referatów oraz zabierania głosu w dyskusji na temat ciekawych i zróżnicowanych pomysłów, jak (na)uczy/a/ć się zdrowo żyć, budować zasoby zdrowotne i osiągać dobrostan, zgodnie ze znanym od stuleci przesłaniem, trafnie wyrażonym przez Jana Kochanowskiego we fraszce „Na zdrowie” „(...) Gdy zdrowia wcale, gdy nie masz siły i świat niemiły, Klejnocie drogi, mój dom ubogi, oddany Tobie, ulubuj sobie”¹.

Następnie, w imieniu Władz Dziekańskich UAM, uroczystego otwarcia konferencji dokonała prof. dr hab. Kinga Kuszak, zaznaczając, jak ważne we współczesnych czasach jest dbanie nauczycieli o samych siebie i swój dobrostan w holistycznej wizji człowieka, rozumianej jako bio-psycho-społeczna całość. Z ramienia Wielkopolskiego Kuratorium Oświaty konferencję otworzyła Wicekurator Oświaty – pani Aleksandra Kuź, życząc wszystkim owocnego stosowania uzyskanej podczas konferencji wiedzy w celu poprawy i utrzymania zasobów zdrowotnych.

Po oficjalnym otwarciu nastąpiła sesja plenarna, podczas której wykład wprowadzający „O budowaniu własnego komfortu w miejscu pracy” wygłosiła prof. UAM dr hab. Małgorzata Rosalska – pedagog, doradca zawodowy, specjalizująca się w problematyce doradztwa edukacyjno-zawodowego, edukacji dorosłych i polityki oświatowej, współautorka programów doradztwa edukacyjno-zawodowego dla uczniów i nauczycieli szkół kształcących w zawodach. Autorka książek *Warsztat diagnostyczny doradcy zawodowego*, *Dyrektor szkoły – administrator, menedżer, przywódca. Między szkolną codziennością a polityką oświatową* oraz licznych artykułów z dziedziny edukacji karierowej. Promuje wiedzę z zakresu metodyki poradnictwa całożyciowego i diagnostyki w doradztwie zawodowym. Od 2018 ambasadorka EPALE.

¹ [https://pl.wikisource.org/wiki/Jana_Kochanowskiego_Dzie%20C5%82a_polskie_\(1919\)/Fraszki/Ksi%20C4%99gi_III/Na_zdrowie](https://pl.wikisource.org/wiki/Jana_Kochanowskiego_Dzie%20C5%82a_polskie_(1919)/Fraszki/Ksi%20C4%99gi_III/Na_zdrowie)

Opierając się na koncepcji kotwic kariery Edgara Scheina, prof. M. Rosalska zachęcała prelegentów do osobistej refleksji nad takimi jej wymiarami, jak: profesjonalizm, przywództwo, autonomia i niezależność, bezpieczeństwo i stabilizacja, kreatywność i przedsiębiorczość, usługi i poświęcanie się dla innych, wyzwania oraz styl życia. W dalszej części swojej wypowiedzi podkreśliła, jak ważne w pracy, w zależności od jej formy, są umiejętności poznawcze, jak myślenie analityczne, myślenie kreatywne, znajomość języków obcych, ponadto umiejętności metodyczne, jak zdolność uczenia się, podejmowania decyzji, zarządzania sobą, orientacja na wynik, rozwiązywanie problemów, kompetencje cyfrowe oraz umiejętności społeczne, w tym komunikacja i kompetencje interpersonalne, kompetencje międzykulturowe, zarządzanie konfliktem, praca zespołowa, radzenie sobie ze zmianą oraz zarządzanie stresem.

Następny temat „Doładuj swoją pewność siebie” podjęła Marta Gębala – mgr fizjoterapii i wychowania fizycznego, nauczyciel akademicki w Studium Wychowania Fizycznego i Sportu Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, członkini Krajowej Izby Fizjoterapeutów oraz Rady Zarządu Głównego AZS ds. Sportu Osób z Niepełnosprawnościami. Najpierw prelegentka wyjaśniła, w jaki sposób rozumie pojęcie „pewność siebie”, zwracając uwagę, że pojawia się on w wielu dziedzinach nauki, obszarach życia prywatnego i społecznego. Następnie zaproponowała pięć wybranych technik, które wpływają na podniesienie pewności siebie. Zachęcała uczestniczki i uczestników, aby stosowali je nie tylko wobec wychowanków czy własnych dzieci, ale przede wszystkim względem samych siebie. W propozycjach znalazły się: alfabet pewności siebie, rytuały, prawidłowa postawa ciała, drzazgi oraz dzień pewności siebie. Prelegentka kończąc, zaznaczyła, jak ważne jest prawidłowe funkcjonowanie nerwu błędnego, który uwalniając acetylocholinę, harmonizuje oraz wycisza ciało i umysł.

Drugą część konferencji rozpoczęło wystąpienie, zatytułowane: „Działania proekologiczne jako współczesne drogi doskonalenia siebie w perspektywie biograficznej”. Temat ten stanowił wynik połączenia zainteresowań naukowych prelegentek – Karoliny Kuryś-Szyncel oraz Adrianny Brzezińskiej. Pierwsza jest doktorem nauk humanistycznych w dziedzinie pedagogiki, absolwentką psychologii i filologii polskiej na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu oraz Kursu Zaawansowanego Terapii Systemowej przy Wielkopolskim Towarzystwie Terapii Systemowej (WTTS). Naukowo interesuje się właśnie biograficznymi uwarunkowaniami rozwoju zarówno w kontekście jednostkowym, jak i rodzinnym. Pracuje w Pracowni Psychopedagogicznych Badań nad Rozwojem Człowieka na Wydziale Studiów Edukacyjnych UAM w Poznaniu. Z kolei druga prelegentka – Adrianna Brzezińska jest magistrem pedagogiki, doktorantką Szkoły Doktorskiej Nauk Społecznych w dyscyplinie pedagogika na Wydziale Studiów Edukacyjnych UAM w Poznaniu. Naukowo interesuje się tożsamością młodzieży, zachowaniami prospołecznymi, ekologią oraz wegetarianizmem. Jak zaznaczyły na wstępie prelegentki, temat wegetarianizmu jest ostatnio niezwykle popularny i w związku z tym wzbudza także różnorodne odczucia, a może nawet kontrowersje. Zwróciły one również uwagę, że działa-

nia proekologiczne wiążą się z popularnymi, szczególnie wśród młodzieży, hasłami, jak kryzys klimatyczny czy globalne ocieplenie. Celem wystąpienia było wzbudzenie zaciekawienia nową wiedzą i badaniami z jednej strony, z drugiej natomiast – spojrzenie na temat działań proekologicznych z perspektywy osobistego rozwoju i własnych biografii w grupie nauczycieli.

Kolejną prelegentką była Sława Połoczańska-Godek – dr nauk społecznych, kosmolog. Obecnie pełni funkcję Prorektora w Wyższej Szkole Edukacji i Terapii w Poznaniu oraz kierownika studiów podyplomowych ORTOPODOLOGIA. Specjalizuje się w neuromasażu, terapii czaszkowo-krzyżowej, kosmetologii bioestetycznej. Zgodnie ze swoimi naukowymi zainteresowaniami, zweryfikowanymi praktyką, tytuł jej wystąpienia to: „Piękno zapisane w twarzy w kulturze smartfonów. Możliwości autoterapii”. Na początku przybliżyła tematykę cech i funkcji twarzy, ze szczególnym uwzględnieniem znaczenia symetrii twarzy. Prelegentka zaakcentowała, że ekspresja i dynamika twarzy mają znaczenie w subiektywnym odbiorze jej piękna. Następnie zaprezentowała możliwe do samodzielnego wykonania ćwiczenia. Podobnie jak występująca wcześniej pani Marta Gębała, prelegentka podkreśliła, że nerw trójdzielny jest najważniejszym nerwem czuciowo-ruchowym głowy, wspólnie z nerwem błędnym, językowo-gardłowym i potylicznym unerwia skórę głowy i twarzy.

Następnie swoim warsztatem pracy z młodzieżą podzielili się z zebraniymi Barbara Pniewska – psycholożka, od ponad 10 lat zajmująca się poradnictwem psychologicznym, profilaktyką i promocją zdrowia, pracą z grupami, na co dzień pracująca w XII Liceum Ogólnokształcącym i Liceum Akademickim Linde oraz Adam Działkiewicz – z wykształcenia pedagog i muzyk, początkowo związany z resocjalizacją i systemem prewencyjnym Jana Bosko. Od kilku lat zajmuje stanowisko pedagoga szkolnego w XII LO w Poznaniu. Dzięki wystąpieniu, zatytułowanemu „Prawidłowy bezpiecznik stróżem instalacji – dobre praktyki z warsztatu psycholożki i pedagoga szkolnego”, zarejestrowani uczestnicy mogli posłuchać o licznych działaniach podejmowanych w ramach pomocy psychologiczno-pedagogicznej. Wartościowy i przydatny, komentującym na czacie uczestnikom, wydał się też zestaw oddziaływań, zaproponowany przez zespół w okresie nauczania zdalnego, jak spotkania śniadaniowe, podczas których uczestnicy mogli spotkać się w wirtualnym pokoju psychologa i pedagoga szkolnego podczas swojego śniadania w domu, pisanie listów w formie papierowej, czy ćwiczenia zespołu muzycznego w formie online.

Ostatnim wystąpieniem, stanowiącym jednocześnie podsumowanie konferencji, była prelekcja Ewy Kasperek-Golimowskiej – dr nauk humanistycznych, pedagoga, wykładowcy na Wydziale Studiów Edukacyjnych UAM, specjalisty w dziedzinach mających zastosowanie w ochronie i promocji zdrowia, popularyzatorce pozytywnej edukacji zdrowotnej, zdrowego stylu życia i metody pracy Podejścia Skoncentrowanego na Rozwiązaniach oraz Anny Gulczyńskiej – dr nauk humanistycznych, psycholożki, psychoterapeutki, wykładowczyni, adiunkta w Pracowni Psychopedagogicznych Badań nad Rozwojem Człowieka Studiów Edukacyjnych UAM, członkini Zespołu Pedagogiki Młodzieży przy Komitecie Nauk Pedagogicznych Polskiej Akademii Nauk oraz Wielkopolskie-

go Towarzystwa Terapii Systemowej. Autorki w swoim wystąpieniu, zatytułowanym „Nauczyciel, jako promotor zdrowia w środowisku szkoły?“, pragnęły zachęcić do refleksji: czy, jeśli tak to w jaki sposób, nauczyciel może stać się aktywnym propagatorem pozytywnej, holistycznej, salutogenetycznej koncepcji zdrowia w swoim środowisku pracy? Autorki zwróciły także uwagę na kwestię wagi przyjęcia określonej filozofii działania promotora zdrowia i zasad etycznych obowiązujących w promowaniu zdrowia.

Zakończenie konferencji poprzedziło ogłoszenie wyników w Konkursie Szkół Promujących Zdrowie, organizowanym przez Kuratorium Oświaty w Poznaniu. Żegnając wszystkich w imieniu organizatorów dr Ewa Kasperek-Golimowska podziękowała prelegentom, uczestnikom, Władzom Wydziału Studiów Edukacyjnych oraz Wielkopolskiemu Kuratorowi Oświaty za patronat.

Anna Gulczyńska

ORCID 0000-0003-4317-4839

Ewa Kasperek-Golimowska

ORCID 0000-0002-4484-290X