

Znaczenie poczucia wstydu w wychowaniu

Krzysztof Zajdel
Uniwersytet Zielonogórski
zajdelki@wp.pl

Abstrakt: Artykuł traktuje o poczuciu wstydu, który występuje dość często w placówkach szkolnych. To uczucie nie jest obce zarówno uczniom, jak i nauczycielom, choć ci drudzy z racji doświadczenia i wieku potrafią sobie z nim radzić, w przeciwieństwie do uczniów. Swoje rozważania wzbogaciłem o niewielką sondę wśród nauczycieli, którzy dostrzegają problem, ale niewiele z nim robią w swojej działalności pedagogicznej. Wstyd jest znany i zbadany przez pedagogów, psychologów, medycynę, ale nie przekłada się to na szkolenie potencjalnych nauczycieli w tym zakresie. Dość często służy jako narzędzie wywierania wpływu na sprawy wychowawcze.

Słowa kluczowe: poczucie wstydu, szkoła, wstyd, wychowanie

Wielu uczniów doznaje poczucia wstydu w szkole. Dzieje się tak z różnych powodów – między innymi z wzorców wyniesionych z domu, kiedy wymuszano na dziecku taką postawę, z konstrukcji psychofizycznej, z obawy przed ośmieszeniem lub złym wypadnięciem na forum grupy, ze strachu przed oceną nauczyciela, bo w sytuacjach wymagających publicznego wystąpienia następuje blokada. Tych powodów może być jeszcze więcej (obawy co do swojej atrakcyjności fizycznej, ubioru itp.), jeżeli przy tym wystąpi dodatkowo jakiś objaw fizyczny, jak na przykład zaczerwienienie, spuszczenie głowy, jękanie się czy też niemożliwość wypowiedzenia jakiegokolwiek słowa, uczeń blokuje się zupełnie i to nie tylko w tej konkretnej sytuacji, lecz także w późniejszych, na przykład podczas każdego odpytywania czy publicznych wystąpień.

Słownik języka polskiego definiuje *wstyd* jako: 1. Przykre uczucie spowodowane świadomością niewłaściwego postępowania, niewłaściwych słów itp., zwykle połączone z lękiem przed utratą dobrej opinii; 2. Uczucie onieśmienia lub skrępowania¹.

¹ *Wstyd*, [w:] *Słownik języka polskiego PWN*, sjp.pwn.pl/sjp/wstyd;2538196.html, dostęp 15.07.2016.

Z kolei psychologowie rozpatrują pojęcie wstydu jako emocję negatywną, która dość często pojawia się niespodziewanie, kiedy od nas samych zależy, czy będziemy chcieli ją ukryć, czy w ogóle będziemy umieli ukryć efekt jej (jego) oddziaływania².

Psychologia definiuje kilka kodów werbalnych dla określenia wstydu. Pierwszy to bezpośredni sygnał i reakcja na niego, czyli zażenowanie, rozgoryczenie, zawstydzenie, upokorzenie. Osoba zawstydzona będzie czuć się wyizolowana, samotna, odrzucona, odrzucona. Następny sygnał to wyrazy i wyrażenia mówiące o byciu emocjonalnie skrzywdzonym przez kogoś, w tym przypadku może to być poczucie ośmieszenia, upokorzenia. Dodać można również wyrażenia, które odsłaniają kogoś, a także demaskują to, że ktoś nie spełnia oczekiwanego idealnego wizerunku i w efekcie staje się „wybrakowany”³.

Wstyd zna każdy z nas – kiedyś w mniejszym lub większym stopniu go doświadczał, choć w potocznym rozumieniu tego pojęcia (słowa) wstyd nam dorosłym kojarzy się najczęściej z czymś innym, a mianowicie z pokazaniem intymności (w sensie metaforycznym i dosłownym), odsłonięciem tego, co skrywamy przed innymi, o czym nie chcielibyśmy, aby się o dowiedzieli. Śmiem twierdzić, że każdy z nas ma w swoim postępowaniu na przestrzeni lat „coś”, czego bardzo się wstydzi i pragnie, aby ta sytuacja, to zdarzenie nigdy nie miało miejsca. Podświadomie wypiera te sytuacje z pamięci, unika osób, przed którymi się wstydzi. Co więcej, nieraz taka sytuacja z przeszłości, jej przypomnienie nie pozwala normalnie funkcjonować w życiu, w skrajnych przypadkach poddajemy się leczeniu, terapii.

Ale wróćmy do szkoły, do poczucia wstydu u uczniów, do podejścia pedagogów w tym zakresie, wreszcie do działań koleżanek i kolegów, którzy niekiedy zawstydają nas na forum publicznym.

Niedawno studentka zdawała u mnie pewien przedmiot pedagogiczny, z którego nie uczęszczała na zajęcia. Posiadając konieczną literaturę i będąc w jej mniemaniu przygotowaną, przychodziła na odpytywanie z poszczególnych partii materiału. Za każdym razem (a było tych razów trzy) albo nic nie mówiła, albo mówiła nie na temat. Po ostatniej porażce wyrzuciła z siebie słowa, iż ona dlatego tak kiepsko się prezentuje, bo się „mnie wstydzi”.

Uczniowie

W szkołach jest zgoła inaczej. Uczniowie, zwłaszcza w klasach młodszych, dość często się wstydzą, zwłaszcza te osoby, które nie chodziły do przedszkola i nie miały licznych kontaktów społecznych z rówieśnikami. Nauczyciel musi się wykazać

² Zob. K. Keplinger, *Duff: Ta brzydka i gruba*, tłum. M. Bielik, Warszawa 2015.

³ S. M. Retzinger, *Identifying Shame and Anger in Discourse*, „American Behavioral Scientist” 1995, r. 38, nr 8, abs.sagepub.com/content/38/8/1104.extract, dostęp 10.10.2016.

dużą wrażliwością i cierpliwością, aby nie zablokować dziecka, odpuścić, jeśli widzi, że dziecko nic nie powie, nic nie pokaże na szerszym forum, bo się wstydzi, wystąpienie publiczne paraliżuje dziecko.

Ocenianie to proces złożony i w zależności od optyki oceniającego może przybrać różne postacie i nieść za sobą różnorodne skutki zarówno dla ocenianego, jak i oceniającego. Jeśli mówimy o placówce szkolnej, to mamy na myśli – mówiąc o ocenianiu – i dydaktykę, i sprawy wychowawcze, oraz dokonywanie oceny tychże. Na początku spójrzmy na definicję *oceniania*.

Richard I. Arends⁴ rozumie ocenę i ocenianie nie tylko jako sprawdzanie, co uczeń umie, jakie ma osiągnięcia i braki, lecz także jako wystawienie stopnia. Interpretuje też ocenę jako informację o efektach uczenia się, dostarczoną uczniowi przez kogoś, łącznie z wartościowaniem tych efektów. Ocena jest zbiorem informacji o efektach pracy ucznia wraz z wartościowaniem tych efektów w postaci stopni.

Irena Adamek twierdzi, że ocena powinna być zawsze rezultatem oceniania, czyli wartościowaniem rozbieżności między aktualnym a pożądanym poziomem wiedzy ucznia⁵.

Anna Brzezińska i Elżbieta Misiorna⁶ uważają, że dobre ocenianie to takie, które uruchamia refleksję nad sobą, nad swoim działaniem, osiągnięciami, nad zmianą swojego postępowania. Poza tym dostarcza informacji zwrotnych odnoszących się do indywidualnych działań lub osiągnięć. Dobre ocenianie wymaga jasno sformułowanych kryteriów, ze względu na które analizowany jest proces działania dziecka i uzyskiwany przez nie efekt.

Każdy chce być oceniany pozytywnie, odnosić sukcesy, być podziwianym przez grupę, docenionym. W systemie oceniania tych sytuacji jest niewiele, czasami doceni się wysiłek włożony przez ucznia, ale już brak jakiegokolwiek formy oczekiwanej ekspresji, to w opinii wychowawcy, pedagoga podlega osądowi.

Brak reakcji w klasach początkowych i w przedszkolu na ataki przez grupę na jednostkę, która się wstydzi, może prowadzić do mobbingu. Ten mechanizm już dawno został opisany i udowodniony. A to, co mówią wówczas o nas inni, w tym nauczyciel, i powtarzają to po jakimś czasie, skłonni jesteśmy brać to osobiście do siebie.

Na potrzeby tego artykułu sięgnąłem do opinii czynnych nauczycieli, w zasadzie ich osądu na temat poczucia wstydu u swoich uczniów. Zdaję sobie sprawę, że moja niewielka sonda nie upoważnia mnie do wygłaszania kategoriycznych opinii, ale może w niewielkim zakresie pozwoli przyjrzeć się w skali mikro temu zjawisku.

4 R. I. Arends, *Uczymy się nauczać*, tłum. K. Kruszewski, Warszawa 1994, s. 34–35.

5 I. Adamek, *Ewaluacja i ocenianie*, [w:] *Nauczyciel i uczeń w edukacji zintegrowanej*, red. I. Adamek, Kraków 2001.

6 A. Brzezińska, E. Misiorna, *Ocena opisowa w edukacji wczesnoszkolnej*, Poznań 1998.

Kwestia wstydu w opinii badanych

Zapytałem 48 czynnych nauczycieli, czy mówią na lekcjach wychowawczych i przedmiotowych o *wstydzie*, czy poruszają tę kwestię. Skorzystałem z takiej możliwości przy okazji oceny awansu zawodowego dyrektora szkoły w pewnym zespole szkół na terenie województwa dolnośląskiego. Wspomniany dyrektor zaplanował także w tym dniu radę szkoleniową dla całego grona pedagogicznego (gwoli wyjaśnienia: jestem ministerialnym ekspertem do spraw awansu zawodowego nauczycieli i często jestem powoływany jako ekspert). Poniżej przedstawiam wyniki mojej niewielkiej sondy.

Tab. 1. Opinie nauczycieli o kwestii wstydu [w %]

	Zdecydowanie tak	Tak	Raczej tak	Nie	Nie wiem
Zaobserwowałam u swoich uczniów, że czasami się wstydzą	81	17	2	0	0
Czasami utrudnia im to akceptację w grupie	56	28	11	3	2
Mogę ich przez to źle oceniać	35	10	8	47	0
Prowadziłam z nimi zajęcia na temat wstydu	TAK		NIE		
	5		95		

Źródło: opracowanie własne.

Rzeczywistość jest brutalna, co widać w opiniach respondentów. Gdyby takie badanie przeprowadził dyrektor, wyniki jak sądzę byłyby zgoła inne, gdyż nie lubimy przyznawać się do tego, czego sami nie akceptujemy.

Z tego krótkiego badania ilościowego można wyczytać, że respondenci dostrzegają poczucie wstydu u uczniów i przyznają się, acz niechętnie, iż mogą z tego powodu występować pewne problemy w relacji nauczyciel – uczeń, zwłaszcza jeżeli chodzi o ocenianie. Odsetek tych, którzy nie poruszają kwestii dotyczących wstydu na zajęciach wychowawczych (5%) można tutaj uznać jako błąd statystyczny lub jakiś indywidualny przypadek. Ważne według mnie jest to, że w razie złej oceny i odczuwania żalu do nauczyciela wkraczamy w sfery wychowawcze, znaczenia wychowania, który ma swoje przyczyny we wstydzie.

Nauczyciele

Interesowało mnie też to, jak nauczyciele przeżywają kwestię wstydu w swojej pracy, kiedy dotyczy to ich osoby wprost, personalnie, czy doznali kiedyś takich sytuacji? Postanowiłem zapytać tą samą grupę nauczycieli (N-48) o ich poczucie wstydu.

Tab. 2. Poczucie wstydu na nauczycieli [w %]

	Zdecydowanie tak	Tak	Raczej tak	Nie	Nie wiem
Zaobserwowałam u siebie, że czasami wstydę się w pracy z różnych powodów	69	10	12	9	0
Powodem wstydu jestem ja sama, moje relacje z nauczycielami, rodzicami, uczniami	35	10	12	30	13
W ciągu kilku ostatnich lat pracy zawstydził mnie dyrektor lub inna władza zwierzchnia	41	8	12	19	20
Utrudniało mi to potem pracę	TAK		NIE		
	91		9		

Źródło: opracowanie własne.

Sprawa jak zawsze jest złożona i nie ma prostych odpowiedzi. Nauczyciele też są upokarzani, mają poczucie wstydu, tyle że przez własne postępowanie (typu: byłam nieprzygotowana do lekcji, źle oceniłam w złości ucznia, grupę, ja zawałam, ale obarczyłam odpowiedzialnością innych, swoje emocje przeniosłam na innych, itp.) lub ma to związek ze zwierzchnikiem. Nie jest czymś zaskakującym, iż takie publiczne upokorzenie, lub branie tego „w siebie” utrudnia potem pracę.

Wstyd w wychowaniu

Na pewno czytelnik niniejszego artykułu zada sobie pytanie: czy poczucie wstydu można odnieść do spraw wychowawczych, wychowywać poprzez wstyd? Tomasz Czub podaje:

Analizując znaczenie wstydu w procesie wychowania, należy zwrócić szczególną uwagę na wskazaną wcześniej awersyjność tej emocji. Doświadczenie wstydu jest bolesne, jest więc rodzajem kary i w naturalny sposób aktywuje silną motywację do pozbycia się tego stanu oraz zapobiegania jego powstawaniu w przyszłości. Jeśli jednostka potrafi skutecznie ograniczać intensywność oraz czas trwania epizodów wstydu, to awersyjne doświadczenie tej emocji jest użytecznym sygnałem ostrzegawczym, wspomagającym wybór tych strategii zachowania, które zwiększają szansę na utrzymanie przez jednostkę satysfakcjonujących i opartych na akceptacji relacji z innymi. Skuteczne regulowanie wstydu implikuje swoistą odporność, którą można też nazwać zdolnością tolerancji tego przykrego doświadczenia. Tolerancja wstydu umożliwia danej

osobie kontynuowanie celowego działania lub rozwiązywania problemu mimo jednoczesnego przeżywania wstydu⁷.

Wynika z tego, że wstyd przyjmowany jest jako kara. A jako pedagodzy wiemy, że brak nagrody jest karą, a nie samo karanie, czy też doprowadzanie do poczucia wstydu. Niemniej istnieją odmienne zdania na ten temat. Wielu pedagogów sądzi, że zawstydzenie ucznia to zmiana jego postępowania na lepsze, czyli w konsekwencji wychowanie. Co więcej, istnieje przekonanie, że uczniów coraz trudniej zawstydzić, przez co proces wychowania jest utrudniony.

W swojej konkluzji na temat wychowania poprzez wstyd Czub zauważa, że na skuteczną strategię wychowawczego operowania wstydem składają się takie czynniki, jak:

- utrzymywanie i wyrażanie pozytywnego stosunku emocjonalnego do wychowanka – w takich warunkach można spodziewać się u niego silnej motywacji do kontrolowania tych form zachowania, które spotykają się z reakcją dezaprobaty ze strony wychowawcy;
- współczucie dla doświadczeń wstydu u wychowanka – motywuje ono do pomocy wychowankowi w regulowaniu jego doświadczeń wstydu i odzyskiwaniu pozytywnego kontaktu emocjonalnego ze znaczącymi innymi;
- dopilnowanie, by doświadczenie wstydu przez wychowanka nie trwało zbyt długo, nie było zbyt intensywne i było złagodzone przez okazanie ze strony wychowawcy akceptacji i przez zachętę do odnowienia pozytywnego kontaktu – w takich warunkach dziecko zachowuje zdolność tolerowania awersyjnych doświadczeń wstydu, zdolność ich świadomej rejestracji oraz zdolność dostosowywania swego zachowania do warunków społecznych;
- świadome i celowe kierowanie reakcjami dezaprobaty – najbardziej odpowiednie dla wyrażenia dezaprobaty są zachowania wykraczające poza ważne dla danej społeczności normy i zasady (za Silvanem Tomkinsem⁸), w szczególności można reagować potępieniem, jednak wyłącznie na zachowania, które prowadzą do upokorzenia innych – przyjęcie takiej postawy pozwala zminimalizować liczbę doświadczeń emocjonalnego odrzucenia, które wzbudzają intensywny wstyd;
- wykluczenie reakcji dezaprobaty, gdy zachodzi możliwość, że jest bezpodstawna – brak tego elementu strategii wychowawczej może przyczynić się do wzrostu liczby doświadczeń wstydu u wychowanka i zakłócić adekwatną orientację, w jakich sytuacjach należy się wstydzić.

Można dostrzec zasadę, że umiejętne poznanie zasad decydujących o poczuciu wstydu jest pomocne w wychowaniu uczniów.

7 T. Czub, *Znaczenie wstydu w procesie wychowania*, „Edukacja” 2014, nr 1, s. 29.

8 S. S. Tomkins, *The right and the left. A basic dimension of ideology and personality*, [w:] *The study of lives*, red. R. W. White, New York 1963.

Podsumowanie

Zdaję sobie sprawę, iż omawiane zagadnienie dotyczące poczucia wstydu ledwie zostało dotknięte, zaledwie zasygnalizowane. Wstyd i upokarzanie to duże problemy polskiej szkoły; nikt nie uczy jak postępować w takich sytuacjach; kiedy uczeń się wstydzi, jak się przed tym bronić, kiedy ktoś nas zawstydza – nie prowadzi się szkoleń na ten temat. To tabu skrzętnie skrywane w podświadomości, zamykane pod dywan. Czasami wzorce te wnosimy w swoje postępowanie, na przykład w stosunku do własnych dzieci, gdyż uważamy, że „zawstydzanie” jest dobrym elementem wychowania i pracy z młodzieżą. Nie każde zawstydzenie jest złe, ale czy wiemy, jak właściwie postępować, jak nie spowodować krzywdy? Wstyd to nie listek figowy na obrazach, to uczucie, które może wiele w życiu zmienić i zostawić trwałe ślady.

Bibliografia:

- Adamek I., *Ewaluacja i ocenianie*, [w:] *Nauczyciel i uczeń w edukacji zintegrowanej*, red. I. Adamek, Kraków 2001.
- Arends R. I., *Uczymy się nauczać*, tłum. K. Kruszewski, Warszawa 1998.
- Czub T., *Znaczenie wstydu w procesie wychowania*, „Edukacja” 2014, nr 1.
- Keplinger K., *Duff. Ta brzydka i gruba*, tłum. M. Bielik, Warszawa 2015.
- Ocena opisowa w edukacji wczesnoszkolnej*, red. A. Brzezińska, E. Misiorna, Poznań 1998.
- Retzinger S. M., *Identifying Shame and Anger in Discourse*, „American Behavioral Scientist” 1995, r. 38, nr 8, abs.sagepub.com/content/38/8/1104.extract, dostęp 15.10.2016.
- Tomkins S. S., *The right and the left. A basic dimension of ideology and personality*, [w:] *The study of lives*, red. R. W. White, New York 1963.
- Wstyd*, [w:] *Słownik języka polskiego PWN*, sjp.pwn.pl/sjp/wstyd;2538196.html, dostęp 15.07.2016.

The importance of shame in education

Abstract: This article deals with a sense of shame, which occurs quite often in schools. This feeling is not foreign students, but also teachers, although they are due to experience and age, can itself probably manage it, as opposed to students. His thoughts increased with a small probe among teachers who see the problem, but few do it in their pedagogical activity. Shame is known and tested by educators, psychologists, medicine, but this translates into a potential training of teachers in this area. Quite often it serves as a tool to influence the affairs of education.

Keywords: be ashamed, school, shame, upbringing