

PREDAREA ȘI ÎNVĂȚAREA ÎN VREMEA CRIZEI COVID ȘI DINCOLO DE EA

Prof. Luisa Filip, Colegiul Național „Gh. Șincai”, Cluj-Napoca

Se conturează o nouă paradigmă de viață și de învățare

Sute de mii de profesori de pe întreg globul, se confruntă astăzi cu problema predării de acasă, cei mai mulți deja de câteva luni, iar grija cea mai mare rămâne abordarea potrivită pentru a rămâne în controlul propriilor emoții în timpul crizei pe care o străbatem.

Aspecte majore ale vieții precum: sănătatea, economia, educația sunt puse la încercare.

Răspândirea globală a virusului Covid 19 a exacerbatoate provocările lumii contemporane.

Vedem în jur pierderi de vieți omenești, depresie, șomaj, alte circumstanțe teribile cu care se confruntă omenirea.

Va depinde de noi, de cât de conectați suntem (unii cu alții și cu realitatea înconjurătoare), de felul cum luptăm să facem față și să depășim situația limită, ca să putem să ne construim o viață nouă, în care să regândim normalitatea.

Aspecte precum distrugerea și păstrarea habitatului natural, schimbările climaterice dar și tehnologia și informația digitală vor duce inevitabil la schimbarea priorităților, pentru construirea unei vieți mai sigure.

Distanțarea socială la care am fost constrânși peste noapte ne-a îndreptat spre tehnologie, pentru că va trebui să găsim alte modalități de a ne menține conectați, să continuăm cu viața noastră, dar și cu învățarea.

Educația în acest moment are un rol esențial iar profesorii care au trebuit să se adapteze la noua paradigmă a vieții sunt unul din factorii care pot produce schimbarea.

Ne-am adaptat la predarea de la distanță și am descoperit noi provocări și reguli.

Profesorii sunt puternici, inteligenți, uniți, disciplinați și mai ales, iubitori de oameni.



Managementul stresului și anxietății

Managementul stresului și anxietății poate fi una din cele mai mari provocări pentru starea de bine a profesorului și a elevului. Aspecte care țin de sănătatea fizică și mentală, echilibrul dintre muncă și viață, securitatea carierei împletită cu cea financiară se subscriu acestei afirmații.

O soluție ar fi să ne concentrăm pe ceea ce putem controla față de ceea ce nu putem controla. Pe de altă parte, să decidem ce putem îmbunătăți, dacă este cazul.

Pentru toți, mișcarea și exercițiul fizic sunt importante. Planificarea de timp pentru exercitarea acestor preocupări va reprezenta o siguranță în plus că le vom desfășura. Dacă lucrăm în fața calculatorului este necesară o pauză la fiecare 60 de minute, respectiv mișcare și îndepărtarea de calculator.

Tehnicile de respirație și meditație pot reduce stresul pentru unii, pentru alții a fi “ocupați” în permanență poate reduce sentimentele negative și starea de nesiguranță. Așadar putem experimenta noi ocupații și să le recomandăm și elevilor noștri să încerce. Pot fi activități care sunt complet separate de muncă precum gătitul, activități artistice (pictură, desen, tricotate!), ascultarea muzicii, practicarea unui nou sport.

Notarea într-un jurnal a lucrurilor care au mers bine în fiecare zi (între unul și trei lucruri care au funcționat într-o zi) pot să ne ajute să ne focusăm pe aspectele pozitive mai mult decât pe cele negative.

Managementul echilibrului muncă-viață în predarea la distanță

Managementul echilibrului dintre muncă și viață este dificil și poate deveni crucial mai ales în momentele în care lucrăm de la distanță iar demarcația dintre viața de acasă și cea profesională se șterge. Totuși există soluții care pot funcționa.

Existența unui program clar de muncă care este mai ușor de respectat de acasă, și evitarea transformării lui în factor de stres pe termen lung poate fi un factor stabilizator.

Pentru a depăși perioadele de timp petrecute pe drum/ navetă într-un mediu natural de viață-muncă, se pot practica anumite activități fizice la începutul și sfârșitul programului de muncă în mediul virtual.

Dacă sunt alți membri ai familiei acasă în timpul orelor de muncă în spațiul virtual, este de dorit să nu deranjeze/ întrerupă. Dacă sunt pauze de activități/ exerciții fizice realizarea lor alături de familie este binevenită.

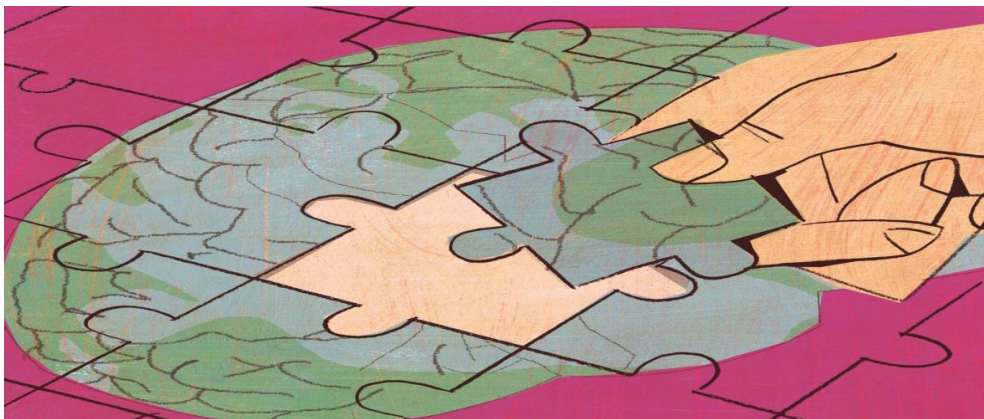
Fixarea unui interval de timp pentru comunicare telefonică directă cu elevii/ părinții la sfârșitul programului de lucru, poate să contribuie la rigoarea unei rutine de lucru de acasă.

De ce trebuie să ținem cont

Trebuie să avem în vedere că toți suntem diferiți, ceea ce funcționează la un individ poate să nu fie relevant pentru altul, de aceea trebuie să fim deschiși să experimentăm, pentru că starea de bine a profesorului, elevului și a familiei sunt cele mai importante pentru o paradigmă funcțională a învățării .

Să avem grijă de starea noastră de bine este o responsabilitate față de sine și față de societate.

Să împărtășim idei/ soluții care funcționează și stimulează starea de bine și să nu renunțăm. A fi curios și a experimenta fac parte din paradigma învățării experiențiale care pot duce la succes și echilibru.



Eliminarea disparităților privind accesul la educația digitală

Învățarea la distanță a devenit strategia educațională de bază pentru a menține standardele impuse de societate. Tema echității digitale a devenit un subiect major în toate țările lumii sub aspectul accesului la noua tehnologie. Din păcate, peste tot în lume există disparități legate de clasă socială, mediul de proveniență: rural versus urban, mediu dezavantajat. Pentru a depăși decalajul e nevoie de măsuri socio-economice care să promoveze egalitatea de șanse și accesul egal la utilizarea și stăpânirea noilor tehnologii.

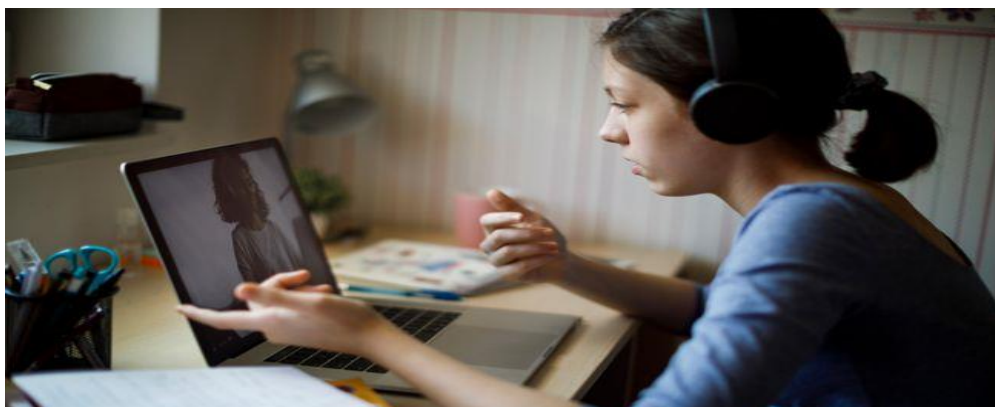
Menținerea motivației elevilor în timpul predării de la distanță

Sprijinul acordat elevilor pentru a rămâne motivați în timpul învățării la distanță, fără a beneficia de suportul acordat în timpul învățării față-în-față, poate să reprezinte o mare provocare. Pe de altă parte, predarea la distanță devine o oportunitate pentru profesori pentru a încerca noi metode de predare, a învăța de la colegi și pentru a întări rolul elevului în învățarea independentă.

Argumente pentru motivația scăzută

În învățarea față-în-față profesorul poate interveni rapid pentru a se asigura ca elevii sunt pe direcția bună și au parte de sprijinul de care au nevoie. În învățarea la distanță monitorizarea virtuală este mai dificilă și cere mai mult timp. La fel cum profesorii trebuie să descopere noi metode de predare care să funcționeze, și elevii trebuie să găsească noi modalități de învățare. Poate fi vorba de abilități tehnice dar și de relaționare cu colegii la distanță. Aspectele tehnice de acces la lecția online pot provoca de multe ori frustrare iar uneori elevii mai mici pot să nu beneficieze de sprijinul părinților. Elevii trebuie să găsească soluții să își managerieze singuri munca iar acest aspect poate fi consumator de timp sau demotivant.

Nu în ultimul rând, și profesorul este la început de drum cu predarea online și învață și experimentează, de aceea lecțiile pot fi mai puțin organizate și structurate, ceea ce poate contribui la un interes mai scăzut al elevului.



Idei pentru motivarea elevilor

Colaborarea cu elevii pentru idei și sugestii legate de ce i-ar putea interesa, cum ar dori să fie abordată o temă, modalități de exersare și evaluare. Varierea lecțiilor și a metodelor de lucru: spre exemplu elevii să citească textul și sarcinile de lucru, urmate apoi de munca pe grupe sau în perechi folosind metoda proiectului.

Împărțirea lecției în subdiviziuni pentru situații în care apar dificultăți tehnice, astfel unele sarcini de lucru pot fi atribuite ca muncă independent acasă.

Atribuirea de roluri și responsabilități elevilor în timpul predării online (de exemplu formarea grupului, trimiterea invitației pe platformă, etc) și personalizarea învățării pentru a spori implicarea lor.

Utilizarea de mai multe forme de învățare online (alternarea învățării sincrone, utilizând platforma de învățare), cu cea asincronă(de ex. WhatsApp, email,etc), pentru a evita pierderea interesului elevilor, oboseala și instaurarea rutinei.

Și profesorii au nevoie de susținere

Pentru a face față noilor provocări induse de predarea la distanță este recomandabil pentru profesori să caute suport intrând într-o rețea /grup de comunicare profesională,(de ex. pentru cei de limba engleză British Council Teacher Community)sau un grup la nivelul școlii , să participe la webinarii și cursuri online care să le faciliteze utilizarea eficientă a noilor tehnologii/ platforme, metode de predare și să le întărească încrederea că educația este una din verigile cele mai importante în vreme de criză.

Bibliografie:

www.teachingenglish.org.uk : Remote teaching tips, Teaching from home, Maximizing speaking opportunities in online lessons.

www.edutopia.org: Revising your teaching philosophy for this crisis, Education equity in rural and urban communities.