
Zaspokojone potrzeby pozwalają nam dobrze funkcjonować w otaczającym środowisku. Te związane z pożywieniem lub odpoczynkiem (potrzeby odnowy fizycznej) wydają się oczywiste, ponieważ ciało nie pozwala nam o nich zapomnieć. Mniej ewidentne – co nie znaczy, że mniej ważne – są np. potrzeby współzależności, integralności czy wspólnoty duchowej. Zaliczamy je do potrzeb społecznych. Jaką rolę odgrywają one w życiu uczniów?

Wśród potrzeb społecznych człowieka wymienia się najczęściej potrzeby współzależności, integralności i wspólnoty duchowej. Do potrzeb współzależności zaliczamy m.in. akceptację, bliskość, uznanie, szacunek, wsparcie, wspólnotę oraz wnoszenie własnego wkładu w cudze życie. W skład potrzeb integralności włącza się poczucie sensu, autentyzmu czy twórczości, a do wspólnoty duchowej – harmonię, ład i pokój. Każda z nich jest uwzględniona w ogólnie znanych teoriach, np. piramidzie potrzeb Abrahama Masłowa.

Zaspokojenie potrzeb a emocje

Zadbanie o nasze potrzeby społeczne generuje **emocje dobrostanu** – radość, przyjemność i optymizm. Pomaga też budować wewnętrzną motywację do osiągania zamierzeń i celów. Kiedyś uważano, że dopiero zaspokojenie potrzeb niższego rzędu pozwala na zainteresowanie potrzebami wyższego rzędu. Obecnie wiadomo, że niespełnione potrzeby wyższego rzędu pogarszają samopoczucie w takim samym stopniu, jak te z niższych szczebli piramidy.

Brak zaspokojenia potrzeb uruchamia zaś **emocje alarmujące**, czyli np. strach, gniew, żal lub wstyd. Układ nerwowy podnosi ten „alarm” nie bez powodu. Zadanie emocji polega na mobilizacji do działania w celu przywrócenia optymalnych warunków do życia. Jednocześnie długofalowe pozostawanie pod ich wpływem, bez zmiany wewnętrznej lub zewnętrznej sytuacji, pozbawia nadziei oraz pozostawia człowieka z poczuciem porażki i pustki.

Odpowiednie warunki do rozwoju

Rozwój emocjonalny determinuje rozwój poznawczy, a emocje są motorem dojrzwania – do tych faktów nie trzeba nikogo przekonywać. Pamiętajmy jednak, że odpowiednie warunki rozwojowe powinny uwzględniać cztery hierarchicznie ułożone potrzeby (przywołam tu stanowisko dra Gordona Neufelda):

- **wieź** jako głębokie poczucie bliskości i kontaktu z osobami, od których dziecko jest zależne,
- **poczucie bezpieczeństwa** tej więzi, wynikające z akceptacji dziecka takim, jakie jest,
- **przyzwolenie na odczuwanie emocji**, zwłaszcza tych trudnych,
- **swobodna zabawa**, odgrywająca ogromną rolę w dojrzwaniu kory mózgowej.

W społecznym lustrze

Z obserwacji wiemy, że uczniowie przeżywają w szkole całą gamę uczuć, od radości ze spotkań z przyjaciółmi lub dumy z osiągniętych sukcesów, po obojętność, niechęć lub złość na siebie oraz ze strony innych osób, a czasem nawet strach przed tymi osobami. Jak każde środowisko, szkoła służy młodym ludziom do definiowania siebie. Przeglądając się w społecznym lustrze, w swojej grupie odniesienia, porównują się i budują osobowość. Bacznie obserwują, kto wygrywa, a kto zostaje przegranym. Rozpoznają swoje miejsce w grupie, sprawdzają, na kogo mogą liczyć w trudnych sytuacjach. Uczą się, jakie zachowania są promowane, a jakie ganione, co jest przyczyną konfliktów oraz jak rozwiązywać problemy.

Szkoła jest miejscem, w którym uczniowie spędzają znaczną część życia. Średnio sześć godzin dziennie, pięć dni w tygodniu, dziesięć miesięcy w roku, przez dwanaście lub więcej lat. Jednocześnie od liczby godzin i dni ważniejsza jest jakość tego czasu. W szkole uczniowie zdobywają wiedzę naukową, ale także tę o życiu, o relacjach, o sobie. To możliwe dzięki

**Aby czytać dalej, potrzebujesz pełnego dostępu.
Przeglądaj wszystkie materiały w ramach abonamentu lub prenumeraty.**

Korzyści:

- nielimitowany dostęp do treści,
- aktualizacje materiałów w niezbędnikach, nawet do 2 razy w tygodniu,
- e-czasopisma w nowej, wygodnej formie,
- dodatkowe materiały i wzory dokumentów do pobrania,
- dostęp do porad cenionych ekspertów i praktyków,
- zniżki na kolejne produkty, szkolenia i webinary

i znacznie więcej...

**Zamów na: www.oficynamm.pl
lub skontaktuj się z nami: 800 702 902, bok@oficynamm.pl**