

MOJA PRZYGODA Z KINEZJOLOGIĄ EDUKACYJNĄ

Kiedy poproszono mnie o napisanie tekstu do tego biuletynu, zastanawiałam się, o czym właściwie napisać? Może o kursach, na których - pracując z Barbarą Laprus-Hoffman - uczymy tej metody. Byłoby o czym pisać, gdyż nasza statystyka jest imponująca. W ciągu siedmiu lat przeprowadziłyśmy w 27 miejscowościach Polski 78 kursów, podczas których zaraziłyśmy bakcylem metody Dennisona 1178 nowych zwolenników, którzy wykorzystują tę metodę pracy i pogłębiają wiedzę na jej temat.

Może napisać o zajęciach terapeutycznych prowadzonych z dziećmi i młodzieżą przez kilka lat w Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej? Też byłoby coś pokazać, bo w sumie pracowałyśmy z kilkoma setkami dzieciaków. Jak myślę o tym, to od razu przypominam sobie imiona niektórych z nich i sukcesy, jakie zaczęły odnosić dzięki ćwiczeniom Gimnastyki Mózgu®. Widzę ich szczęśliwe buzie podczas opowieści o swoich drobnych i większych sukcesach.

Może napisać, jak dzięki uważnej obserwacji zachodzących zmian, krok po kroku rozwijałam własny warsztat zawodowy? Jak doświadczałam, że warto jest poprzedzać stosowanie różnorodnych form terapii pedagogicznej zajęciami terapeutycznymi nazywanymi potocznie "Dennisonem". Znaczne doświadczenia w tej sprawie mam dzięki bliskiej współpracy z mgr Ewą Kujawą i jej "18 strukturami wyrazowymi".

Czy też napisać o tym, jak udało mi się popularyzować metodę w komentarzach pisanych okresowo w prasie dziecięcej i kobiecej? Czy pokazać dorobek stworzonego przeze mnie Ośrodka Szkoleń dla Nauczycieli "MEJ" w upowszechnieniu metody Kinezjologii Edukacyjnej, m.in. przez uczenie tej metody na wszystkich prowadzonych przez nas kursach kwalifikacyjnych i doskonalących? Czy też o tym, jak wielu nowych metod się nauczyłam? Ile kursów ukończyłam z własnej, nieprzymuszonej woli, a jedynie z potrzeby nowego uczenia się? Jak ciągle jeszcze szukam czegoś nowego.

Postanowiłam jednak napisać o tym, co i dlaczego zafascynowało mnie w Kinezjologii Edukacyjnej. A było to tak.

Po trzyletniej przerwie w wykonywaniu zawodu, spowodowanej osobistymi, ciężkimi, losowymi tragediami wróciłam do pracy w bliskiej memu sercu Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej przy ul. Polnej 40. Wszystkie moje koleżanki w tym okresie zdobyły nowe umiejętności, gdyż był to bardzo korzystny czas dla psychologów dbających o własny rozwój zawodowy. Czułam, że zostaję w tyle, a tego nigdy nie mogłam zaakceptować. Szukając dla siebie jakiejś szansy, trafiłam na kurs Kinezjologii Edukacyjnej Paula Dennisona. Początki wcale nie były zachęcające - wydało się nawet śmiesznym, że "...jak będziemy jednocześnie naprzemiennie ruszać rękami i nogami, to wpłynie to na polepszenie pracy naszego mózgu...". Na ogół wiadomo, że ruch jest potrzebny, ale nie dostrzegano bezpośredniego związku z usprawnianiem pracy mózgu.

Tradycyjnie uważa się, że w funkcjonowaniu człowieka mózg spełnia rolę wiodącą, stanowi swego rodzaju wartość niezależną! najważniejszą. Takie ujęcie sprawiło, że dla usprawniania mózgu i tym samym procesów uczenia, trzeba stosować zupełnie inne metody. Jednak jakże często - mimo ciężkiej pracy dzieci i nauczycieli - efekty były krótkotrwałe i nie spełniały oczekiwań. Widocznie nie tędy droga.

Okazało się, że zastosowanie w codziennym życiu ćwiczeń Gimnastyki Mózgu® pozwalało nie tylko szybciej się uczyć, ale również likwidować przeszkody nie pozwalające osiągać sukcesów w nowym uczeniu, np. w czytaniu, pisaniu i liczeniu. Dzięki stosowaniu ćwiczeń Gimnastyki Mózgu® dzieci zaczęły mieć satysfakcję z

pracy umysłowej, z przewycięzania własnych trudności w nauce szkolnej. Odkrywały, że nauka może być przyjemnością. Dorosłym natomiast wykonywanie tych ćwiczeń pozwalało skuteczniej realizować plany życiowe, żyć radośniej i umiejętnie pokonywać trudności dnia codziennego w pracy i w rodzinie; płacić mniejszą cenę za życie. Całe moje doświadczenie w pracy tą metodą uświadomiło mi, że Kinezylogia Edukacyjna pozwala wszystkim na odkrywanie nowych pasji i zainteresowań. Okazało się, że istnieje metoda, którą można sobie skutecznie pomagać.

Oto największe walory, tkwiące u podstaw Kinezylogii Edukacyjnej i dające szansę na jakościowe zmiany w naszym życiu:

- Człowiek ma nieograniczone, indywidualne możliwości rozwoju - traktowanego na równi z procesami uczenia. Stanowisko to obala część dotychczasowych teorii, wiążących rozwój człowieka i jego uczenie z wiekiem, możliwościami intelektualnymi, ograniczeniami fizycznymi i zdrowotnymi.
- Ciało i mózg stanowią nierozdzielną całość i znając zasady ich fizjologicznego funkcjonowania, szczególnie centralnego i obwodowego układu nerwowego, możemy stymulować swój własny rozwój.
- Człowiek ma wrodzoną potrzebę rozwoju (zdobywania nowych doświadczeń - nowego uczenia się w oparciu o mechanizmy naturalnego rozwoju), ale jest częściowo hamowany w procesach wychowania. Jednak możliwy jest powrót do mechanizmów naturalnego rozwoju, niezależnie od wieku.
- Historia naszego życia jest w równym stopniu zapisana w mózgu co w ciele. Zatem pracując z ciałem, możemy skutecznie likwidować zaburzające życie traumy tkwiące w mózgu.
- Ruch jest naturalną potrzebą każdego organizmu i jednocześnie warunkiem skutecznego funkcjonowania psychicznego, a szczególnie myślenia.
- Człowiek sprawnie funkcjonuje tylko w atmosferze bezpieczeństwa, życzliwości, sympatii. Zatem skutecznemu uczeniu powinny towarzyszyć jedynie pozytywne emocje.

Zastanawiam się, co mnie - nie tylko psychologa, ale i nauczyciela matematyki - tak zafascynowało w Kinezylogii Edukacyjnej i wielu innych metodach jej pokrewnych in.in. w Art-Terapii, Kolorach Treningu Twórczego Widzenia, w kursie na temat laterainego dominującego profilu? Dochodzę do wniosku, że siła tej metody tkwi w:

- jej prostocie - tak bliskiej każdemu człowiekowi,
- pokazywaniu tak bardzo optymistycznie procesu rozwoju,
- głębokim oparciu się o najnowsze osiągnięcia badawcze, dotyczące neurofizjologii centralnego układu nerwowego,
- w jej nieustannym rozwoju i doskonaleniu, opartym o doświadczenia instruktorów z całego świata.

Na koniec mogę śmiało stwierdzić, że dzięki Paulowi Dennisonowi, Carli Hannaford, Pauli Oleskiej, Swietłanie Masgutowej, Małgorzacie Borzymińskiej, Barbarze Laprus-Hoffmann i innym poznanym przyjaciołom udało mi się po tylu latach pracy przeżyć nieoczekiwane aż taką przygodę zawodową. Przygoda ta trwa do dzisiaj i myślę, że będzie trwała dla mnie jeszcze długo. Czego sobie życzę.