



## Drama jako metoda edukacji zdrowotnej na przykładzie projektu „Schody Zdrowia”

Drama as a method of health education:  
the case of project “Health Steps”

Marcin Drzazga<sup>1</sup> , Tomasz Wojtasik<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Zakład Pedagogiki, Wydział Nauk o Zdrowiu w Katowicach, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach /  
Department of Pedagogy, Faculty of Health Sciences in Katowice, Medical University of Silesia, Katowice, Poland

<sup>2</sup>Regionalny Ośrodek Metodyczno-Edukacyjny „Metis” w Katowicach /  
Regional In-Service Teacher Training Centre “Metis” in Katowice, Poland

### STRESZCZENIE

W pracy opisano działania pedagogiczne podjęte w ramach projektu „Schody Zdrowia – edukacja i nauka wyznacznikiem zdrowego i otwartego społeczeństwa”, koncentrując się na metodzie dramy, oraz przybliżono wnioski z ewaluacji jakościowej wśród zaangażowanych w projekt nauczycieli.

### SŁOWA KLUCZOWE

drama, edukacja zdrowotna, pedagogika zdrowia

### ABSTRACT

The study describes pedagogical activities undertaken in “Health Steps – education and learning as a determinant of a healthy and open society” project, focusing on the applied drama method, and outlines the conclusions from the evaluation among teachers involved in the project.

### KEYWORDS

drama, health education, health pedagogy

Received: 14.04.2024

Revised: 17.06.2024

Accepted: 17.06.2024

Published online: 14.08.2024

**Address for correspondence:** mgr Marcin Drzazga, Zakład Pedagogiki, Wydział Nauk o Zdrowiu w Katowicach, Śląski Uniwersytet Medyczny w Katowicach, ul. Medyków 12, 40-752 Katowice, tel. +48 32 208 86 45, e-mail: mdrzazga@sum.edu.pl



This is an open access article made available under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International (CC BY-SA 4.0) license, which defines the rules for its use. It is allowed to copy, alter, distribute and present the work for any purpose, even commercially, provided that appropriate credit is given to the author and that the user indicates whether the publication has been modified, and when processing or creating based on the work, you must share your work under the same license as the original. The full terms of this license are available at <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/legalcode>.

**Publisher:** Medical University of Silesia, Katowice, Poland



## WPROWADZENIE

W pracy scharakteryzowano metodę dramy oraz opisano możliwości jej wykorzystania w pracy z młodzieżą na podstawie doświadczeń nauczycieli zaangażowanych w projekt „Schody Zdrowia – edukacja i nauka wyznacznikiem zdrowego i otwartego społeczeństwa” (dalej „Schody Zdrowia”).

Osią projektu były warsztaty przeprowadzone przez 20 nauczycieli w 10 szkołach posiadających Certyfikat Śląskiej Sieci Szkół i Przedszkoli Promujących Zdrowie. Projekt był realizowany we współpracy z Regionalnym Ośrodkiem Metodyczno-Edukacyjnym „Metis” w Katowicach.

W warsztatach wzięło udział ponad 400 uczniów, a scenariusze zajęć warsztatowych zostały skonstruowane z wykorzystaniem metody dramy. W ramach pracy z nauczycielami uczono ich stosowania dramy oraz przygotowano do realizacji zajęć dla młodzieży w następujących obszarach:

### 1. Profilaktyka otyłości

Zapisane cele pedagogiczne:

Budowanie krytycznej postawy wobec wpływu mediów społecznościowych na postrzeganie własnej cielesności wśród nastolatków

Budowanie postawy szacunku w postrzeganiu rówieśników

Budowanie postawy akceptacji w postrzeganiu i relacji z własnym ciałem

### 2. Zdrowy kręgosłup

Zapisane cele pedagogiczne:

Edukacja i profilaktyka w zakresie zdrowego kręgosłupa

### 3. Zdrowie psychiczne

Zapisane cele pedagogiczne:

Edukacja w zakresie objawów, przyczyn i sposobów reagowania w przypadkach depresji nastoletniej

Uwrażliwienie na problemy zdrowia psychicznego wśród rówieśników

### 4. Profilaktyka onkologiczna (moduł przygotowany we współpracy z Fundacją Iskierka)

Oswajanie i normalizacja problematyki onkologicznej wśród nastolatków

Wzmacnianie postawy prozdrowotnej jako głównej osi profilaktyki antynowotworowej

Decydując się na wybór treści edukacyjnych, korzystano z perspektywy rozumienia zdrowia w duchu definicji Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), myśląc o nim na sposób humanistyczny, który ujmuje zdrowie w kategoriach fizycznych, psychicznych, społecznych i duchowych. Drama jako metoda holistyczna dała zatem możliwość integracji wszystkich tych elementów w scenariuszach zajęć przygotowanych do realizacji z młodzieżą.

## OMÓWIENIE

### Drama jako metoda pedagogiczna

Realizacja celów edukacyjnych założonych w projekcie opiera się na zastosowaniu dramy. Metoda ma swoje korzenie w Wielkiej Brytanii, a od lat 60. XX w. jest praktykowana i ceniona w krajach Europy Zachodniej i USA. Specyfika dramy polega na tym, że korzysta z kreatywnych i angażujących metod pracy: tworzenia opowieści, metafor, symboli i odgrywania ról. Atrakcyjne techniki aktywizujące sprawiają, że warsztaty z wykorzystaniem dramy są dla uczestników żywym „doświadczeniem” i niecodzienną inspiracją. Wykorzystywane w dramie improwizacje pozwalają przeżyć doświadczenie w bezpiecznych warunkach, bez ponoszenia realnych konsekwencji swoich działań, ale z możliwością wyciągnięcia z nich wniosków. Szukanie strategii pozwala wzmocnić poczucie sprawczości swoich działań.

Specyfiką opisywanego projektu jest fakt, że zaangażowani w niego nauczyciele nauczyli się, jak budować scenariusze dramowe dla swoich uczniów, a tym samym pogłębiać edukację zdrowotną oraz przekazywać i popularyzować naukę w sposób, który korzysta ze skutecznych narzędzi dydaktycznych, a także rozwijać kompetencje społeczne wśród uczniów [1].

W projekcie do zbudowania scenariuszy dramy wykorzystano prawdziwe, poruszające opowieści i przeżycia, których uczniowie doświadczali w sposób bardzo osobisty. W konsekwencji nauczyciele poprzez nabyte kompetencje oraz wsparcie dydaktyczne pracowników Śląskiego Uniwersytetu Medycznego w Katowicach (SUM) mogli poszerzyć wiedzę uczniów, a przede wszystkim przygotować ich do konkretnych działań wspierających prozdrowotne zmiany zarówno w swoim życiu, jak i środowisku.

W najbardziej znanym w Polsce podręczniku akademickim z zakresu edukacji zdrowotnej wiele uwagi autorzy poświęcają metodom edukacji zdrowotnej [2]. Co bardzo interesujące, drama zostaje wymieniona tam tylko jeden raz, bez szerszego opisu, przy czym błędnie zostaje zdefiniowana jako technika. Tymczasem drama jako metoda zawiera w sobie wiele technik i pozwala na bardzo szerokie i głębokie przeżywanie treści edukacyjnych, minimalizując błędy dydaktyzmu czy nadmiernego pouczenia nastolatków, będąc niejako w kontrze do metod podających czy wykładowych, które charakteryzują się niską skutecznością w edukacji nastolatków.

O problemie tym pisze Żylińska [3] w następujący sposób: „Do naszych mózgów prowadzi pięć dróg, każdy zmysł to jedna z nich. Ograniczanie procesu uczenia się do przekazu werbalnego powoduje, że w mózgu aktywne są jedynie wybrane struktury odpowiedzialne za przetwarzanie bodźców słuchowych.



To poważny błąd, bo efektywna nauka możliwa jest tylko wtedy, gdy na lekcjach aktywizowane są różne struktury mózgowie, w tym również te odpowiadające za pracę rąk i ruch całego ciała. Oczywiście, wielozmysłowe poznawanie świata nie jest nowym postulatem. Badania mózgu potwierdzają to, co od wielu lat postulowali liczni reformatorzy edukacji. Oderwanie szkolnej nauki od realnego życia i świata dostępnego poznaniu dzieci jest czynnikiem niezmiernie utrudniającym efektywną naukę”.

Drama znakomicie wpisuje się w założenie nowego nurtu naukowego, jakim jest neurodydaktyka, ponieważ angażuje umysł, zmysły, ciało, emocje i relacje społeczne równocześnie.

Metoda zastosowana w projekcie „Schody Zdrowia” jest bliska definicji dramy według Pankowskiej [4], która pisze o tzw. dramie właściwej, czyli fikcyjnej sytuacji, którą zbiorowo przeżywają uczniowie, wcielając się w role, i z pomocą różnorodnych technik przeżywają konflikty i problemy zawarte w fikcji. Odegranie sytuacji i tematów zawartych w fikcji służy bezpośrednio uczestnikowi dramy. Tym samym odróżnia to dramę od teatru, gdzie rola służy komunikacji z widownią, podczas gdy w dramie jako metodzie chodzi o komunikację z odgrywaną rolą, komunikację z innymi uczestnikami procesu dramy i finalnie – po zamknięciu tego procesu – lepsze zrozumienie i nabycie wiedzy oraz kompetencji wynikających z doświadczeń przeżywanych w dramowej fikcji.

Definiując dramę w kontrze do innych podobnych narzędzi, można za Witerską [5] powiedzieć, że drama nie jest teatrem; nie posiada widowni i nie wymaga talentów aktorskich. Nie jest również symulacją, bo chodzi w niej o empatię, emocję, nie zaś o trening umiejętności, i nie jest psychodramą, gdyż nie odgrywa się historii z życia uczestników, a jedynie sytuacje, które mogą być podobne, ale również zupełnie nieznanne, nowe i odkrywające przed uczestnikami nowe horyzonty poznania [5].

Drama jako forma narracji opowiada zawsze jakąś historię, ale posiada zarówno poziom narracyjny, jak i refleksyjny. Oznacza to, że z pomocą różnorodnych technik uczestnicy odgrywają fikcyjną historię, a także w dowolnym momencie procesu dramy mogą z pomocą prowadzącego poddawać go analizie, refleksji i spoglądać niejako z metapoziomu.

### **Techniki dramy w projekcie „Schody Zdrowia”**

W scenariuszach dość często posługiwano się techniką pamiętnika bohatera, wykorzystywaną na różne sposoby. Przenosząc to na język teatru, był to rodzaj dramaturgii zajęć, który pozwalał uczestnikom poznawać historię bohaterów dramy i wcielać się w ich rolę lub osób z nimi związanych.

Inną proponowaną techniką była stop-klatka jako sposób cielesnej wizualizacji różnych momentów z życia bohaterów. Uczestnicy z pozycji swoich ról mogli

komunikować się między sobą lub odpowiadać na pytania poszerzające zrozumienie przez grupę badanej problematyki.

Strategią, na której oparto scenariusz dotyczący zdrowia psychicznego, był płaszcz eksperta. Uczestnicy w roli dziennikarzy przygotowywali materiał telewizyjny na temat zdrowia psychicznego młodzieży, improwizując krótkie sceny wywiadów.

W scenariuszu dotyczącym profilaktyki nowotworowej wykorzystano ruchome rzeźby jako narzędzie pracy wokół czynników chroniących.

W zaproponowanych scenariuszach korzystano również z improwizacji. W dramie o kręgosłupie uczniowie w roli Kręgosłupa improwizowali dialogi z Nastolatkiem, a w scenariuszu dotyczącym profilaktyki otyłości w wymyślonych przez siebie rolach odgrywali rozmowy z bohaterką w różnych momentach jej życia.

Bogactwo technik dramowych i umiejętne łączenie ich w całość w procesie dramy jest bardzo angażującym poznawczo i emocjonalnie sposobem pedagogicznej działalności. Szymik [6] pisze o tym tak: „Nie do przecenienia wydaje się również swoista polifoniczność dramy, wyrażająca się wielością kodów: gestycznego, korporalnego, pikturalnego, akustycznego i werbalnego, niezbędnych do powstawania komunikatów”.

### **Wnioski z ewaluacji jakościowej wśród nauczycieli**

W projekcie „Schody Zdrowia” wzięło udział 20 nauczycieli z 10 szkół znajdujących się na terenie województwa śląskiego. Każdy z nich brał udział w warsztatach, podczas których uczył się pracy dramą oraz przygotowywał do realizacji scenariuszy z zakresu wykorzystania dramy w edukacji zdrowotnej. Oprócz tego nauczyciele brali udział w superwizjach dotyczących realizacji poszczególnych scenariuszy z klasami szkolnymi.

Podczas ostatnich warsztatów każdy z uczestników został poproszony o zapisanie refleksji na temat doświadczeń ze spotkania z dramą w obszarze osobistego doświadczenia, jak również obserwacji uczniów biorących udział w warsztatach. Odpowiedzi nauczycieli, skategoryzowane według częstotliwości pojawiania się w arkuszu ankiety, przedstawiono poniżej.

#### **I. Doświadczenia osobiste**

Nauczyciele zapisywali refleksje na podstawie obserwacji poczynionych na warsztatach w odniesieniu do własnych przeżyć oraz doświadczeń z realizacji scenariuszy dramowych w swoich szkołach.

1. Drama jako ciekawa, kreatywna forma wzbogacająca warsztat pracy (8 głosów) – nauczyciele, którzy wysunuli ten wniosek, pisali o podniesieniu atrakcyjności zajęć, innowacyjności i poszerzeniu własnego warsztatu pracy. *Dzięki dramie można podejść do tematu w inny sposób. Dzięki wyrwa-*



- niu uczniów z tradycyjnego modelu nauczania *drama pozwala uczniom myśleć.*
2. Więź emocjonalna z uczniami i lepsze poznanie uczniów (8 głosów) – ten bardzo interesujący wniosek pośrednio ujawnia potrzebę nauczycieli do wyjścia ze schematu władzy nauczyciela, potrzebę spotkania; pokazuje też, że drama w odróżnieniu od sytuacji lekcyjnej jest bardzo dobrym sposobem zrozumienia i poznania uczniów jako fundamentalnej osi wychowania w szkole. *Drama daje mi też możliwość stworzenia więzi z klasą i pokazania, że nauczyciel chce rozmawiać o sprawach ważnych dla uczniów i ma do tego narzędzia. Myślę, że pozwoliła mi prowadzić godziny wychowawcze w inny, bardziej innowacyjny sposób, a nawet mocniej otworzyć się przed dziećmi.*
  3. Wyrażanie i przeżywanie emocji; empatia (6 głosów) – ten punkt wskazuje, że warsztatowe, praktyczne angażowanie dorosłych w dramę realizowało cele, które wyznaczono do pracy z młodzieżą. Świat emocji w dramie stał się dla dużej części dorosłych sposobem na osobisty rozwój emocjonalny. *Drama dała mi możliwość przeżycia emocji, radości, problemów innych ludzi w różnym wieku, na różnych etapach życia, w różnych środowiskach i uzewnętrznienie własnych emocji przez wejście w rolę, często we współpracy z innymi odgrywanymi.*
  4. Otwartość na innych (5 głosów) – ten wniosek bliski jest poprzedniemu, tj. empatii, choć wskazuje na proaktywne procesy psychiczne, jakie zachodziły w umysłach nauczycieli zaangażowanych w projekt.
  5. Bezpieczny sposób na pracę z trudnymi tematami (3 głosy) – zakładano, że obszar ten będzie częściej zauważany przez nauczycieli. Częściej pojawiał się jednak w odniesieniu do obserwacji uczniów niż do własnych doświadczeń w pracy warsztatowej. *Dramę traktuję jako doskonale narzędzie do otwierania się uczniów, dużo więcej dzięki tej metodzie jestem w stanie się o nich dowiedzieć. Równocześnie wejście w rolę umożliwia przeżycie nawet bardzo trudnych rzeczy w bezpieczny, zaopiekowany sposób, bo to tylko rola.*
  6. Poczucie swobody, wolności i możliwość ujawnienia uczniom własnej osobowości (4 głosy) – wnioski te niejako korelują z wcześniejszym, dotyczącym budowaniu relacji z uczniami. Drama jawi się tu jako sposób na budowanie autentycznych relacji wychowawczych, ujawnianie siebie w opozycji do prezentacji roli zawodowej. *Drama daje mi pole do opisu, pokazania dzieciom swojego wewnętrznego luzu.*
  7. Doświadczenie roli (4 głosy) – ta fundamentalna zasada pracy dramą dla kilku dorosłych staje się również walorem. Wniosek ten niejako koreluje z wnioskami o przeżywaniu emocji, ponieważ rola w dramie jest właśnie źródłem mentalizacji i zrozumienia innych. Natomiast samo bycie w roli – jako pojęcie wywiedzione z teatru – również, jak pokazują te głosy, stanowi pozytywne doświadczenie.
  8. Wyobraźnia, kreatywność i motywacja (3 głosy) – mniejsza liczba wniosków w tym zakresie zgadza się z przyjętymi założeniami, ponieważ mimo dużego potencjału dramy w rozwoju wyobraźni i kreatywności w scenariuszach bardziej skupiono się na przeżywaniu historii bohaterów związanych z celami edukacyjnymi niż na pobudzaniu do praktykowania kreatywnego myślenia.
  9. Wyjście ze strefy komfortu (3 głosy) – wniosek ten wydaje się bliski zarówno tym o ujawnianiu swoich emocji, jak i o pracy z trudnymi tematami. Dla osób bardziej introwertycznych drama staje się sposobem na bezpieczne otwarcie się na relacje społeczne czy spotkanie z tematami, które nie codziennie stają się przedmiotem pracy typowo dydaktycznej.
  10. Autoterapia (1 głos) – drama prócz funkcji wychowawczej i dydaktycznej pełni również funkcję terapeutyczną [4]. Jest to możliwe, gdy proces dramy jest mniej dyrektywny, otwarty na kreatywność uczestników. Scenariusze, jak wspomniano wcześniej, mocno akcentowały tę funkcję wychowawczą, na co wskazują najczęściej pojawiające się wnioski w trakcie ewaluacji.
- II. Obserwacje i doświadczenia z pracy dramą z nastolatkami
1. Przeżywanie emocji i nazywanie emocji (10 głosów) – podobnie jak w kategorii osobistej, również z obserwacji pracy uczniów to najczęściej pojawiający się wniosek. Wskazuje on na ogromny walor dramy w pracy psychoedukacyjnej.
  2. Integracja, budowanie relacji i poznawanie innych (8 głosów) – ten integrujący walor dramy był częstym wyborem nauczycieli. Wspólne przeżycie historii, niepowtarzalnej narracji daje uczestnikom poczucie wyjątkowości procesu spotkania siebie w rolach, a po wyjściu ze świata fikcji poczucie, że uczestniczyło się w czymś razem. Często praca w małych grupach, którą proponowano w scenariuszach, podkreśla oryginalność dramy w kontrze do typowej dla szkoły pracy w systemie ławkowym. *Drama daje możliwość poznania siebie nawzajem w zespole klasowym, ponieważ uczniowie nawet w starszych klasach słabo się znają.*
  3. Pogłębienie refleksji egzystencjalnej; praca z trudnymi tematami (6 głosów) – praca z trudnymi tematami jest bardzo blisko wniosków dotyczących empatii i zrozumienia innych. *Drama daje możliwość zastanowienia się nad życiem, losem, chorobą, że to życie nie jest zawsze kolorowe, że są*



- osoby, które muszą walczyć z różnymi przypadłościami.*
- Otwartość na innych (5 głosów) – podobna liczba głosów jak w kategorii doświadczeń osobistych. Znaczeniowo bliskie zarówno pojęciu współpracy, jak i poznawaniu innych oraz integracji grupy.
  - Współpraca (4 głosy).
  - Angażowanie wszystkich (3 głosy) – ten walor dramy, jak wskazuje wcześniejsza charakterystyka metody, odróżnia ją od teatru. Drama nie dzieli grupy na widzów i aktorów, kieruje pracę nauczyciela w stronę współprzeżywania fikcji jako środowiska dramy.
  - Empatia (3 głosy) – zakładano, że wniosek ten pojawi się częściej. Być może w rozumieniu ewaluowanych nauczycieli wiodąca obserwacja na temat przeżywania emocji i nazywania ich zawierała w sobie pojęcie empatii, w związku z czym głosy te powinny zostać dodane do dziesięciu z początku listy. Z racji jakościowego charakteru ewaluacji można jedynie spekulować w zakresie rozumienia pojęć i bliskości tego punktu do pierwszego na liście zapisanych wniosków.
  - Świadomość ciała (3 głosy) – w pracy warsztatowej z nauczycielami wskazywano mocno, że ciało jest zarówno nośnikiem emocji, jak i roli, a także fundamentalnym narzędziem dramy, ujawniając się szczególnie mocno w technikach rzeźby czy stop-klatki, która często pojawiała się w scenariuszach. Zakładano, że wnioski dotyczące „cielesności” dramy będą częstsze. Analizując ten punkt, można postawić jedynie hipotezę, opartą na refleksji wielu badaczy szkoły, że system edu-

kacji dostrzega jedynie „głowę” ucznia, niejako pozbawiając go ciała jako podmiotu działań edukacyjnych [3].

- Dowartościowanie uczniów, którzy nie są zazwyczaj aktywni (3 głosy) – to bardzo ciekawy wniosek wskazujący na to, że nastolatkom, którzy w sytuacjach lekcyjnych nie potrafili wykorzystać swojego potencjału, drama dała możliwość zaistnieć na nowo, pokazać swoje mocne strony i zalety.
- Kreatywność (2 głosy).
- Odpowiedzialność (1 głos).

## PODSUMOWANIE

W pracy starano się przede wszystkim opisać dramę jako metodę pracy pedagogicznej na przykładzie projektu „Schody Zdrowia”. Świadomie zrezygnowano z analizy wniosków dotyczących realizacji poszczególnych celów w zakresie edukacji zdrowotnej, która była osią projektu, ponieważ wymagałoby to pogłębionej pracy badawczej, będącej dopiero w zamyśle. Projekt wciąż jest realizowany. Skupienie się na samej metodzie jako wyborze realizacji celów programowych służy ukazaniu potencjału dramy i jej wyjątkowości, pozwala też mieć ogromne nadzieje, że właśnie ta metoda stanie się czynnikiem sukcesu edukacyjnego projektu „Schody Zdrowia”, realizowanego przez SUM. Wybór tej metody pokazuje również, że SUM korzysta z innowacyjnych narzędzi pedagogicznych w budowaniu relacji społecznych i wspieraniu rozwoju dzieci i młodzieży na Górnym Śląsku.

---

### Author's contribution

Study design – M. Drzazga, T. Wojtasik

Data collection – M. Drzazga, T. Wojtasik

Manuscript preparation – M. Drzazga, T. Wojtasik

Literature research – M. Drzazga, T. Wojtasik

Final approval of the version to be published – M. Drzazga, T. Wojtasik

---

### REFERENCES

- Gałązka A. Drama kreatywna a inteligencja emocjonalna: przykład wykorzystania wybranego modelu badań empirycznych. *Chowanna* 2011; 1: 83–104.
- Edukacja zdrowotna: podręcznik akademicki. Red.: B. Woynarowska. Wyd. Naukowe PWN. Warszawa 2010.
- Żylińska M. Jak wykorzystać w szkole potencjał mózgu. W: *Poprzez praktykę do profesjonalizmu: przygotowanie do zawodu nauczyciela*. Red.: B. Kutrowska, A. Pereświat-Sołtan. Dolnośląska Szkoła Wyższa. Wrocław 2014, s. 148–174.
- Pankowska K. *Pedagogika dramy: teoria i praktyka*. Wyd. Akademickie „Żak”. Warszawa 2000.
- Witerska K. *Drama: techniki, strategie, scenariusze*. Difin. Warszawa 2011.
- Szymik E. *Drama w procesie wychowania dzieci i młodzieży w Polsce i Czechach (pedagogiczne studium porównawcze)*. Oficyna Drukarsko-Wydawnicza AKANT S. C. Cieszyn 2016.