Fundacja Oddziału Polskiej Akademii Nauk w Lublinie

Lublin 2025

Materiał opracowany w ramach realizacji projektu „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego", który jest dofinansowany ze środków budżetu państwa przyznanych przez Ministra Nauki w ramach programu pod nazwą „Nauka dla Społeczeństwa II". Numer projektu: NdS-II/SN/0071/2023/01. Wykonawcą projektu jest Fundacja Oddziału Polskiej Akademii Nauk w Lublinie.

Opracowano przez Zespół badawczy Centrum Diagnozy Ucznia Zdolnego:

dr Sylwia Gwiazdowska-Stańczak

dr hab. Tomasz Knopik, prof. UMCS

dr Martyna Płudowska

dr Sabina Więsyk

dr Agnieszka Żmuda

Materiał metodyczny dla specjalistów szkolnych i pracowników poradni psychologiczno-pedagogicznych

Czym jest diagnoza zdolności?

Diagnoza zdolności to proces rozpoznawania potencjału ucznia, który nie ogranicza się do pomiaru inteligencji, ale obejmuje całościowe funkcjonowanie dziecka. Jej celem nie jest jedynie stwierdzenie „czy uczeń jest zdolny", lecz przede wszystkim określenie, jak wspierać jego rozwój. Współczesne podejścia podkreślają, że zdolności mają charakter złożony i dynamiczny, obejmują nie tylko sferę poznawczą, ale także motywację, kreatywność oraz funkcjonowanie emocjonalno-społeczne.

Dobra diagnoza powinna mieć charakter **funkcjonalny**: prowadzić do konkretnych wniosków i działań wspierających rozwój ucznia – nie tylko opisywać poziom zdolności.

Co warto wiedzieć o diagnozie zdolności?

- Diagnoza nie może ograniczać się do inteligencji. Współczesne modele jasno pokazują, że wysoki iloraz inteligencji nie wyczerpuje pojęcia zdolności. Konieczne jest uwzględnienie także kreatywności, motywacji oraz czynników emocjonalnych i społecznych.
- Zdolności są wynikiem współdziałania wielu czynników: poznawczych, osobowościowych i środowiskowych. Oznacza to, że potencjał ucznia rozwija się (lub nie) w zależności od warunków, w jakich funkcjonuje.
- Diagnoza powinna obejmować cztery kluczowe obszary: **zdolności poznawcze** (np. rozumowanie, pamięć, przetwarzanie informacji), **motywację** i **zaangażowanie**, **kreatywność** (np. myślenie dywergencyjne, otwartość), **sferę emocjonalno-społeczną** (relacje, samoocena, regulacja emocji)
- Ważna jest diagnoza zarówno zasobów jak i trudności. Nie chodzi wyłącznie o rozpoznanie mocnych stron ucznia, lecz także poznanie obszarów które mogą utrudniać rozwój (np. niska odporność na porażki, trudności społeczne).

Wnioski dla specjalistów

Kluczowe jest stosowanie diagnozy funkcjonalnej, która uwzględnia nie tylko potencjał poznawczy, ale także motywację, kreatywność, funkcjonowanie emocjonalno-społeczne oraz kontekst środowiskowy. Takie całościowe podejście pozwala formułować trafne, indywidualnie dopasowane wnioski i rekomendacje do pracy z uczniem.

W efekcie diagnoza staje się narzędziem wspierania rozwoju. Pomaga nie tylko rozpoznać zdolności, ale także tworzyć warunki do ich wykorzystania i dalszego rozwijania.

Dobra diagnoza zdolności nie polega na samym rozpoznaniu poziomu zdolności poznawczych, ale na zrozumieniu, jak uczeń funkcjonuje i czego potrzebuje, aby się rozwijać (przejście od pytania „jaki jest poziom zdolności ucznia?" do pytania „co sprzyja jego rozwojowi, a co go utrudnia?")

Wybrane źródła naukowe i metodyczne

Domagała-Zyśk, E., Knopik, T., Oszwa, U. (2018). Znaczenie diagnozy funkcjonalnej w edukacji uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Roczniki Pedagogiczne, 10(46), 77-90. | Knopik, T. (2022). Psychopedagogiczna identyfikacja zdolności – ABC szkolnego specjalisty. Centrum Transferu Wiedzy Psychologicznej w UMCS, poz. 01. | Knopik, T. (2018). Diagnoza funkcjonalna. Planowanie pomocy psychologiczno-pedagogicznej. Działania postdiagnostyczne. ORE. | Limont, W. (2010). Uczeń zdolny. Jak go rozpoznać i jak z nim pracować? Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. | Mönks, F.J., Ypenburg, I.H. (2007). Jak rozpoznać uzdolnione dziecko. Poradnik dla rodziców. WAM.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Dlaczego diagnoza oparta tylko na zdolnościach poznawczych jest niewystarczająca?

Problem z podejściem poznawczym

W praktyce diagnoza oparta głównie na pomiarze zdolności poznawczych (np. testach inteligencji) często okazuje się niewystarczająca. Takie podejście nie pozwala zrozumieć, dlaczego uczeń zdolny (mimo wysokiego potencjału) nie zawsze osiąga adekwatne wyniki lub nie rozwija swoich możliwości.

Brak uwzględnienia czynników emocjonalnych, motywacyjnych, twórczych i środowiskowych prowadzi do sytuacji, w której diagnoza opisuje poziom zdolności poznawczych, ale nie wyjaśnia mechanizmów funkcjonowania ucznia ani nie daje adekwatnych wskazówek do pracy.

Na co zwracać uwagę w diagnozie?

- Poziom i profil zdolności poznawczych (nie tylko wynik ogólny)
- Nasilenie i przejawy kreatywności
- Motywacja wewnętrzna i zaangażowanie
- Funkcjonowanie emocjonalne (radzenie sobie z porażką)
- Relacje społeczne i poczucie przynależności
- Zainteresowania i pasje ucznia
- Czynniki środowiskowe (rodzina, szkoła, rówieśnicy)

⚠ Warto uwzględnić fakt, że zdolności mają charakter **dynamiczny**, co oznacza że rozwijają się w czasie i zależą od kontekstu. Jednorazowe badanie, oderwane od szerszej analizy funkcjonowania ucznia, może nie oddawać jego rzeczywistego potencjału.

Jak prowadzić dobrą diagnozę zdolności?

→ Stosować różne metody i źródła danych. Diagnoza powinna łączyć testy psychologiczne, obserwację, wywiad oraz opinie nauczycieli i rodziców.

→ Uwzględniać kontekst funkcjonowania ucznia. Rozwój zdolności zawsze odbywa się w określonym środowisku - jego rola może być wspierająca lub ograniczająca.

→ Tworzyć indywidualny profil funkcjonowania. Diagnoza powinna kończyć się opisem mocnych stron, trudności oraz potrzeb rozwojowych ucznia.

→ Traktować diagnozę jako proces, a nie jednorazowe badanie (rozpoznanie, planowanie wsparcia, ewaluacja skuteczności)

→ Łączyć diagnozę z działaniem. Istotnym efektem diagnozy powinny być konkretne rekomendacje do pracy z uczniem.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK
Fundacja Oddziału w Lublinie

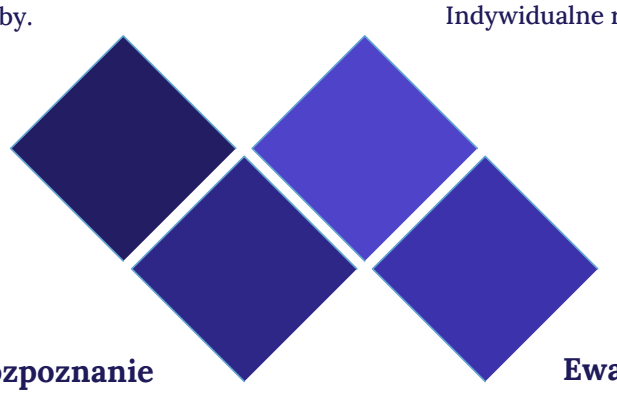
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"

CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Jak prowadzić dobrą diagnozę zdolności?

Profil funkcjonowania
Mocne strony, trudności, potrzeby.

Planowanie wsparcia
Indywidualne rekomendacje i cele.



Rozpoznanie
Różne metody i źródła danych.

Ewaluacja skuteczności
Diagnoza jako ciągły proces.

Diagnoza powinna łączyć testy psychologiczne, obserwację, wywiad oraz opinie nauczycieli i rodziców. Kluczowe jest traktowanie diagnozy jako procesu, a nie jednorazowego badania – od rozpoznania, przez planowanie wsparcia, aż po ewaluację skuteczności działań.

Różne metody i źródła danych

Testy psychologiczne, obserwacja, wywiad, opinie nauczycieli i rodziców

Kontekst funkcjonowania

Środowisko może być wspierające lub ograniczające – jego rola jest kluczowa

Indywidualny profil

Opis mocnych stron, trudności oraz potrzeb rozwojowych ucznia

Diagnoza połączona z działaniem

Konkretne rekomendacje do pracy z uczniem jako istotny efekt diagnozy

Wnioski dla specjalistów

Dobra diagnoza zdolności nie polega na samym rozpoznaniu poziomu zdolności poznawczych, ale na zrozumieniu, jak uczeń funkcjonuje i czego potrzebuje, aby się rozwijać (przejście od pytania „jaki jest poziom zdolności ucznia?" do pytania „co sprzyja jego rozwojowi, a co go utrudnia?"

Kluczowe jest stosowanie diagnozy funkcjonalnej, która uwzględnia nie tylko potencjał poznawczy, ale także motywację, kreatywność, funkcjonowanie emocjonalno-społeczne oraz kontekst środowiskowy. Takie całościowe podejście pozwala formułować trafne, indywidualnie dopasowane wnioski i rekomendacje do pracy z uczniem.

W efekcie diagnoza staje się narzędziem wspierania rozwoju. Pomaga nie tylko rozpoznać zdolności, ale także tworzyć warunki do ich wykorzystania i dalszego rozwijania.

Wybrane źródła naukowe i metodyczne

Domagała-Zyśk, E., Knopik, T., Oszwa, U. (2018). Znaczenie diagnozy funkcjonalnej w edukacji uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. Roczniki Pedagogiczne, 10(46), 77-90. | Knopik, T. (2022). Psychopedagogiczna identyfikacja zdolności – ABC szkolnego specjalisty. Centrum Transferu Wiedzy Psychologicznej w UMCS, poz. 01. | Knopik, T. (2018). Diagnoza funkcjonalna. Planowanie pomocy psychologiczno-pedagogicznej. Działania postdiagnostyczne. ORE. | Limont, W. (2010). Uczeń zdolny. Jak go rozpoznać i jak z nim pracować? Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne. | Mönks, F.J., Ypenburg, I.H. (2007). Jak rozpoznać uzdolnione dziecko. Poradnik dla rodziców. WAM.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Doradztwo zawodowe dla uczniów zdolnych

Doradztwo zawodowe dla ucznia zdolnego wykracza poza wybór ścieżki edukacyjnej – stanowi proces wspierania rozwoju tożsamości, autonomii i realistycznej samooceny. Uczniowie zdolni wyróżniają się często wielością różnych zainteresowań i zdolności. Bardzo często ich problemem jest zbyt duża liczba możliwości.

⚠ Uczeń zdolny może odczuwać presję ze strony nauczycieli, rodziców i otoczenia jako ten, który zawsze jest najlepszy i „wszystko wie" – tymczasem także potrzebuje wsparcia i doradztwa.

Jakie są kluczowe obszary odpowiadające za decyzje zawodowe?

Tożsamość - Kim jestem?

Uczniowie zdolni często potrzebują wzorca i mentora, by rozwinąć swoją tożsamość

Kompetencje - Co potrafię?

Uczniowie zdolni wyróżniają się wieloma zdolnościami i kompetencjami

Wartości - Co jest dla mnie ważne?

Uczeń zdolny może mieć kryzysy i potrzebować wsparcia

Motywacja - Dlaczego to robię?

Zazwyczaj wysoka, ale zależy też od środowiska szkolnego i rodzinnego

Z czym borykają się uczniowie zdolni?

- Duża presja i nadmierne oczekiwania – zarówno ze strony rodziców jak i nauczycieli
- Oczekiwanie najlepszych wyników i najlepszych wyborów (pójdziesz do najlepszej szkoły, na najlepsze studia, musisz mieć najlepszy zawód)
- Nadmierny perfekcjonizm – nigdy nie jestem wystarczająco dobry, moje decyzje nie są najlepsze
- Problem z wyborem – przy dużej liczbie zainteresowań trudno zdecydować się na jeden profil klasy, wybrać przedmioty wiodące
- Częste zmienianie planów – rozpoczynanie wielu projektów, wiele kół zainteresowań

ⓘ W procesie doradztwa zawodowego uczniowie nie mają tylko poznać różne zawody, ale przede wszystkim też poznać samych siebie. Zadaniem specjalistów jest przekazanie odpowiednich i rzetelnych informacji edukacyjnych i zawodowych. Specjalista dokonuje diagnozy zdolności i preferencji zawodowych oraz musi wykazać się znajomością aktualnych trendów oraz rynku pracy. W tym celu szuka mentorów dla uczniów zdolnych, organizuje ciekawe wyjścia i spotkania ze specjalistami i naukowcami z różnych dziedzin. Uczniowie mogą uczestniczyć w wyjściach na targi pracy, festiwale nauki oraz spotkania z absolwentami, którzy opowiadają o swojej karierze. W ramach diagnozy sprawdza zdolności, osiągnięcia edukacyjne, cechy osobowości i temperamentu, umiejętności oraz mocne i słabe strony ucznia. Wybór ścieżki zawodowej jest elementem budowania tożsamości młodego człowieka.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN Polska Akademia Nauk
Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Jak rodzic może wspierać decyzje zawodowe dziecka?

Osobisty stosunek do dziecka, znajomość jego mocnych i słabych stron czyni z rodzica idealnego partnera do współpracy przy wyborze ścieżki edukacyjno-zawodowej

Rodzic może poświęcić swój czas, pieniądze dla rozwoju potencjału zawodowego swojego dziecka

Rodzic może wpływać na decyzje i wybory dziecka

Rodzic może kształtować pozytywną postawę wobec nauczyciela/doradcy zawodowego

Rodzic akceptuje i wspiera ścieżkę rozwoju kariery swojego dziecka

Celem pracy doradczej jest uświadomienie uczniów o ich zdolnościach i predyspozycjach. Uczeń musi umieć skonfrontować swoje zdolności i predyspozycje do wymagań zawodu. Uczeń powinien potrafić samodzielnie podejmować decyzje, przystosować się do nowej szkoły, klasy, nowych wymagań. Finalnie to właśnie uczeń powinien czuć się odpowiedzialny za swoją przyszłość i karierę zawodową. W dobie szybkiego rozwoju i zmieniającej się rzeczywistości, zarówno doradcy jak i edukacja musi być elastyczna i dostosowywać się do realiów współczesnego świata.

Wnioski dla specjalistów

Bardzo ważna jest indywidualna praca z uczniem

Należy postrzegać doradztwo jako proces a nie jednorazową, gotową poradę

Istotne jest kształtowanie pozytywnej i adekwatnej samooceny

Poradnia powinna współpracować ze szkolnym doradcą zawodowym

Dobra współpraca specjalistów, nauczycieli i rodziców zwiększa szansę na trafną identyfikację zdolności a co za tym idzie ścieżki edukacyjnej i zawodowej

Każdy ma prawo zmienić swoją decyzję – można zmienić klasę, można wybrać inne przedmioty na maturze, stąd współczesne doradztwo bardziej zbliżone jest do coachingu

Wybrane źródła naukowe i metodyczne

Duda, W., & Kukla, D. (2012). Rodzice jako podstawowy determinant wyborów edukacyjno-zawodowych dzieci. Doradca Zawodowy, 1(14), 32-39. | Rafał-Łuniewska J., Uczniowie ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi a doradztwo zawodowe, ORE, Warszawa 2015. | Rafał-Łuniewska, J., & ORE, W. S. P. E. Doradztwo zawodowe dla uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi. | Nowak, J. (2018). Doradztwo edukacyjno-zawodowe w szkole podstawowej. Pedagogika, 2, 217-230. | Sołtysińska G., ABC Doradcy zawodowego..., KOWEZIU, Warszawa 2010.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Kim jest dziecko podwójnie wyjątkowe?

Dziecko podwójnie wyjątkowe (2e, *twice-exceptional*) to uczeń, który jednocześnie przejawia ponadprzeciętne zdolności lub wysoki potencjał rozwojowy oraz ma współwystępujące trudności, zaburzenie lub niepełnosprawność wpływające na uczenie się i funkcjonowanie. Określenie to nie jest terminem z zakresu psychologii klinicznej, wskazuje raczej na zróżnicowany charakter zasobów i trudności osoby wymagające opracowania dokładnego profilu jej funkcjonowania.

Co warto wiedzieć o profilu rozwojowym dziecka 2e?

Nierównomierny rozwój

Wysokie rozumowanie, kreatywność lub ponadprzeciętny zasób słownictwa mogą współwystępować z trudnościami w czytaniu, pisaniu, organizacji pracy, koncentracji, regulacji emocji albo relacjach społecznych

Efekt maskowania

Obie wyjątkowości mogą się wzajemnie maskować. Zdolności kompensują trudności, a trudności obniżają widoczność zdolności. W efekcie dziecko może sprawiać wrażenie „przeciętnego", choć jego profil jest bardzo niejednorodny.

Współwystępowanie

W grupie 2e często spotyka się uzdolnienia z ADHD, spektrum autyzmu, specyficznymi trudnościami w uczeniu się, zaburzeniami językowymi, problemami sensorycznymi lub trudnościami emocjonalnymi.

Dlaczego te dzieci bywają przeoczone?

- Badania pokazują, że trudności identyfikacyjne wynikają m.in. z efektu maskowania, nadmiernego opierania się na średnich ocenach szkolnych oraz zbyt rzadkiego łączenia perspektywy zdolności z perspektywą specjalnych potrzeb edukacyjnych (Gierczyk i Hornby, 2021; Jolly i Barnard-Brak, 2024).
- Dziecko może zostać rozpoznane tylko jako „zdolne, ale niepracujące", tylko jako „uczeń z trudnościami", albo nie zostać rozpoznane wcale. To zwiększa ryzyko frustracji, spadku motywacji i nieadekwatnych wymagań.
- Problem dotyczy również języka dydaktyki przedmiotowej. Uczniowie z doświadczeniem migracyjnym, ze względu na trudności językowe są lekceważeni jako potencjalnie zdolni z powodu licznych barier w dostępie do instrukcji i oczekiwań (wyrażonych językowo) nauczycieli.

⚠ Nowsze analizy sugerują, że uczniowie z niepełnosprawnością są nadal niedoreprezentowani w programach dla uczniów zdolnych, mimo porównywalnych osiągnięć części z nich (Jolly i Barnard-Brak, 2024).

Wnioski dla specjalistów

Dziecko 2e potrzebuje jednocześnie rozpoznania zasobów i trudności.

Najbardziej pomocne jest podejście oparte na mocnych stronach, ale bez pomijania realnych barier funkcjonalnych.

W procesie planowania wsparcia należy rzetelnie ocenić, czy słabe strony ucznia to faktycznie bariery funkcjonalne. Jeśli nie – warto wyznaczyć inne priorytety rozwojowe.

Dobra współpraca specjalistów, nauczycieli i rodziców zwiększa szansę na trafną identyfikację i adekwatne wsparcie.

Wybrane źródła naukowe i metodyczne

Duyar, S., Özkaya, C., & Akdeniz, H. (2023). A systematic review of the factors affecting twice-exceptional students' social and emotional development. Gifted and Talented International, 38(2), 177–189. | Gierczyk, M., & Hornby, G. (2021). Twice-Exceptional Students: Review of Implications for Special and Inclusive Education. Education Sciences, 11(2), 85. | Jolly, J. L., & Barnard-Brak, L. (2024). Special Education Status and Underidentification of Twice Exceptional Students: Insights from ECLS-K Data. Education Sciences, 14(10), 1048. | Küry, L., & Fischer, C. (2025). The Self-Perceptions of Twice-Exceptional Children: A Systematic Review. Education Sciences, 15(1), 44. | Zasoby National Association for Gifted Children | NAGC

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Jak wspierać dziecko 2e?

Sygnały, na które warto zwracać uwagę

- Wyraźna rozbieżność między potencjałem a wykonaniem: błyskotliwe wypowiedzi i słabe zapisy, świetne rozumienie przy niskiej płynności czytania, bogate pomysły przy trudnościach z doprowadzaniem zadań do końca.
- Silne zainteresowania, niestandardowe pytania, szybkie uczenie się w wybranych obszarach, ale także przeciążenie, perfekcjonizm, unikanie zadań, niska tolerancja na błędy lub duża wrażliwość.
- Nierówne wyniki w diagnozie: bardzo mocne i bardzo słabe strony w jednym profilu funkcjonowania są dla 2e bardziej typowe niż „równo średni" obraz.

> W praktyce diagnostycznej ważniejsze od pytania *czy to dziecko jest zdolne, czy ma trudności?* jest pytanie: *w jaki sposób współwystępują jego mocne strony i bariery oraz czego potrzebuje, by te mocne strony mogły się ujawnić i rozwijać się?*

Jak wspierać?

→ Stosować diagnozę wieloźródłową: wywiad z rodzicami i nauczycielami, obserwację, analizę funkcjonowania w zadaniach o różnym poziomie trudności, ocenę mocnych stron, ocenę deficytów i ich znaczenie w adaptacji (czy jest dany deficyt neutralny czy też stanowi barierę rozwojową).

→ Łączyć dwa kierunki pomocy: wsparcie/terapię/trening umiejętności oraz równoległe wzmacnianie talentów, zainteresowań i potrzeby wyzwań. Samo „wyrównywanie braków" zwykle nie wystarcza.

→ Planowanie precyzyjnych dostosowań (usprawnień): mniej obciążające formy zapisu, więcej czasu na wykonanie zadania, technologie wspierające, rozbijanie zadań, ale jednocześnie zadania pogłębione, projektowe i twórcze z odpowiednim czasem na wykorzystanie refleksyjności uczniów.

→ Dbanie o dobrostan psychiczny: systematyczne badania przeglądowe wskazują, że u części dzieci 2e częściej pojawiają się: obniżona samoocena, poczucie „bycia nie na miejscu", doświadczenia niezrozumienia i podatność na przeciążenie lub *bullying* (Duyar i in., 2023; Küry i Fischer, 2025).

Wnioski dla specjalistów

Dziecko 2e potrzebuje jednocześnie rozpoznania zasobów i trudności.

Najbardziej pomocne jest podejście oparte na mocnych stronach, ale bez pomijania realnych barier funkcjonalnych.

W procesie planowania wsparcia należy rzetelnie ocenić, czy słabe strony ucznia to faktycznie bariery funkcjonalne. Jeśli nie – warto wyznaczyć inne priorytety rozwojowe.

Dobra współpraca specjalistów, nauczycieli i rodziców zwiększa szansę na trafną identyfikację i adekwatne wsparcie.

Wybrane źródła naukowe i metodyczne

Duyar, S., Özkaya, C., & Akdeniz, H. (2023). A systematic review of the factors affecting twice-exceptional students' social and emotional development. Gifted and Talented International, 38(2), 177–189. | Gierczyk, M., & Hornby, G. (2021). Twice-Exceptional Students: Review of Implications for Special and Inclusive Education. Education Sciences, 11(2), 85. | Jolly, J. L., & Barnard-Brak, L. (2024). Special Education Status and Underidentification of Twice Exceptional Students: Insights from ECLS-K Data. Education Sciences, 14(10), 1048. | Küry, L., & Fischer, C. (2025). The Self-Perceptions of Twice-Exceptional Children: A Systematic Review. Education Sciences, 15(1), 44. | Zasoby National Association for Gifted Children | NAGC

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN Polska Akademia Nauk
Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Motywacja do rozwoju ucznia zdolnego

Motywacja do rozwoju ucznia zdolnego to dynamiczny proces regulacyjny, w którym splatają się czynniki poznawcze, emocjonalne i środowiskowe. Szczególnie użyteczna w rozumieniu tego zjawiska jest teoria autodeterminacji (Deci i Ryan, 2000; 2008), która zakłada, że jakość motywacji zależy od stopnia zaspokojenia trzech podstawowych potrzeb psychologicznych: autonomii, kompetencji i relacyjności. Motywacja nie jest zatem prostą funkcją potencjału poznawczego ucznia zdolnego.

Co warto wiedzieć o mechanizmach motywacji?

U uczniów zdolnych kluczowa jest jakość motywacji, nie tylko jej poziom. Motywacja wewnętrzna – oparta na ciekawości, potrzebie rozumienia i eksploracji – sprzyja trwałemu zaangażowaniu, podczas gdy motywacja zewnętrzna (np. oceny, presja) może prowadzić do krótkotrwałej mobilizacji, ale też do spadku satysfakcji.

Potrzeba autonomii oznacza doświadczenie wpływu na własne uczenie się. Gdy uczeń ma możliwość wyboru, współdecydowania lub nadawania sensu zadaniom, jego zaangażowanie rośnie. Nadmierna kontrola zewnętrzna może tę motywację osłabiać.

Potrzeba kompetencji wiąże się z poczuciem skuteczności. Uczniowie zdolni szczególnie silnie reagują na niedopasowanie poziomu trudności – zarówno nuda (zadania zbyt łatwe), jak i przeciążenie (zadania zbyt trudne) mogą obniżać motywację.

Potrzeba relacyjności odnosi się do poczucia bycia rozumianym i akceptowanym. Uczeń zdolny częściej angażuje się w uczenie, gdy doświadcza wsparcia, a nie wyłącznie oceny.

U części uczniów obserwuje się tzw. motywację warunkową – zaangażowanie utrzymuje się tylko w obszarach zgodnych z zainteresowaniami lub tam, gdzie uczeń doświadcza poczucia sensu.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK
Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Dlaczego trudności motywacyjne bywają przeoczone u uczniów zdolnych?

- Uczeń zdolny może osiągać dobre wyniki przy niskim zaangażowaniu – wykorzystując swoje zasoby poznawcze bez większego wysiłku. W efekcie spadek motywacji nie jest widoczny w ocenach.
- W kulturze szkolnej nadal silne jest przekonanie, że zdolność „powinna" wystarczyć jako źródło motywacji.
- Zachowania takie jak unikanie zadań czy selektywne zaangażowanie bywają interpretowane jako brak dyscypliny, a nie jako sygnał niezaspokojonych potrzeb psychologicznych.
- Uczniowie zdolni rzadziej komunikują spadek motywacji wprost – częściej przejawia się on w zmianie stylu pracy niż w deklaracjach.

Na jakie sygnały zwracać uwagę?

Rozbieżność między potencjałem a zaangażowaniem. Uczeń formułuje trafne wnioski, szybko rozumie materiał, ale wykonuje zadania powierzchownie, wybiera minimum wymagań lub rezygnuje z pogłębiania treści. Często mówi „to jest za proste" albo „nie chce mi się tego robić", mimo że zadanie nie przekracza jego możliwości.

Obniżona inicjatywa poznawcza. Zmniejsza się liczba spontanicznych pytań, eksploracji, prób wychodzenia poza program. Uczeń przestaje „ciągnąć" temat, działa reaktywnie zamiast proaktywnie.

Selektywność zaangażowania. Bardzo wysoka motywacja w obszarach zainteresowań (czasem wręcz hiperfokus) i wyraźnie obniżona w pozostałych. Może to prowadzić do dużych dysproporcji w funkcjonowaniu szkolnym.

Unikanie zadań postrzeganych jako pozbawione sensu. Uczeń nie tyle nie chce pracować, co nie widzi wartości w zadaniu. Może je odkładać, wykonywać schematycznie lub otwarcie kwestionować jego cel.

Prokrastynacja i trudności z rozpoczęciem działania. Odkładanie zadań nie wynika z braku umiejętności, lecz z niskiej wartości zadania, braku autonomii lub przeciążenia.

Wrażliwość na kontrolę zewnętrzną. Nasilenie oporu, spadek jakości pracy lub wycofanie w sytuacjach nadmiernej kontroli, presji ocen, sztywnego narzucania sposobu działania.

Spadek poczucia kompetencji mimo obiektywnie wysokich możliwości. Uczeń może doświadczać wahań poczucia skuteczności, szczególnie gdy trafia na zadania wymagające wysiłku, do którego nie jest przyzwyczajony.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK
Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Jak wspierać motywację do rozwoju u ucznia zdolnego?

- Diagnozować jakość motywacji, a nie tylko jej poziom. Warto pytać: co daje Ci satysfakcję w uczeniu się? kiedy czujesz, że to ma sens? co Cię blokuje? – i analizować odpowiedzi w kontekście potrzeb autonomii, kompetencji i relacyjności.
- Pracować nad sensem i znaczeniem zadań. Uczniowie zdolni częściej angażują się, gdy rozumieją „dlaczego" coś robią. Pomocne jest łączenie treści szkolnych z realnymi problemami, zainteresowaniami ucznia lub szerszym kontekstem.
- Ograniczać nadmierną kontrolę i presję ocen. Nadmierne skupienie na wyniku sprzyja motywacji zewnętrznej i może obniżać ciekawość poznawczą. Warto równoważyć ocenę informacją zwrotną dotyczącą procesu i strategii.
- Normalizować zmienność motywacji. Pokazywać, że spadki zaangażowania są naturalne i nie oznaczają „braku zdolności". To zmniejsza tendencję do wycofania i sprzyja powrotowi do działania.
- Wzmacniać autonomię w sposób strukturalny, nie pozorny. Dawać realne wybory (tematów, źródeł, formy pracy), umożliwiać negocjowanie zakresu zadań, zapraszać ucznia do współtworzenia procesu uczenia się. Sama „swoboda" bez struktury bywa niewystarczająca – ważne jest równoważenie autonomii i jasnych ram.
- Dbać o doświadczenie adekwatnej kompetencji. Wprowadzać zadania o optymalnym poziomie trudności, umożliwiać doświadczenie wysiłku zakończonego sukcesem. Zbyt łatwe zadania obniżają motywację, a zbyt trudne – podważają poczucie skuteczności.
- Wspierać rozwój samoregulacji. Uczyć planowania pracy, rozbijania zadań, monitorowania postępów, ale też rozpoznawania własnych stanów motywacyjnych (np. kiedy spada energia, kiedy rośnie zaangażowanie).
- Wzmacniać relację jako kontekst motywacji. Uczniowie częściej angażują się w relacji, w której czują się rozumiani, a nie oceniani. Bezpieczeństwo psychiczne sprzyja podejmowaniu wysiłku.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Wnioski dla specjalistów

Motywacja ucznia zdolnego wymaga analizy jakościowej. Nie wystarczy ocena „czy uczeń jest zmotywowany", ale jakiego rodzaju jest to motywacja (wewnętrzna vs. zewnętrzna, autonomiczna vs. kontrolowana) oraz jakie potrzeby psychologiczne są (nie)zaspokojone.

Wysokie osiągnięcia nie wykluczają problemów motywacyjnych. Uczeń może funkcjonować efektywnie przy niskim zaangażowaniu lub wysokim koszcie psychicznym. Diagnoza powinna obejmować styl pracy, poziom wysiłku i subiektywne doświadczenie uczenia się.

Kluczowe jest rozpoznanie dopasowania środowiska edukacyjnego. Spadek motywacji często nie jest „cechą ucznia", lecz efektem niedopasowania: zbyt niski poziom wyzwań, brak sensu, nadmierna kontrola lub ograniczona autonomia.

Należy odróżniać brak motywacji od braku sensu. Uczniowie zdolni rzadko są „niemotywowani globalnie" – częściej nie angażują się w zadania, które nie mają dla nich znaczenia poznawczego lub osobistego.

Selektywność motywacji jest normą rozwojową. Silne zaangażowanie w wybranych obszarach nie powinno być automatycznie traktowane jako problem – ważniejsze jest, czy uczeń ma możliwość rozwijania tych obszarów i czy minimalny poziom funkcjonowania w innych dziedzinach jest zachowany.

Warto wzmacniać motywację autonomiczną, a nie kontrolowaną. Nadmierne opieranie systemu edukacyjnego na ocenach, rankingach i presji może prowadzić do spadku motywacji wewnętrznej – szczególnie u uczniów zdolnych.

Diagnoza powinna obejmować przekonania ucznia o uczeniu się. Istotne są schematy typu: „muszę być najlepszy", „jeśli coś jest trudne, to znaczy, że nie jestem zdolny". Wpływają one bezpośrednio na podejmowanie wysiłku.

Niska motywacja może być wtórna do innych trudności. Warto sprawdzić, czy za spadkiem zaangażowania nie stoją: perfekcjonizm, lęk przed oceną, przeciążenie, trudności emocjonalne lub relacyjne.

Współpraca z nauczycielami jest kluczowa. To nauczyciel w największym stopniu kształtuje codzienne warunki motywacyjne – sposób formułowania zadań, udzielania informacji zwrotnej i budowania relacji.

Warto monitorować dynamikę motywacji w czasie. Motywacja nie jest stałą cechą – zmienia się w zależności od etapu edukacyjnego, kontekstu i doświadczeń ucznia.

Praca nad motywacją to praca nad **środowiskiem**, nie tylko nad uczniem. Interwencje skoncentrowane wyłącznie na „zwiększaniu motywacji" (np. poprzez nagrody, dyscyplinę) są często nieskuteczne. Kluczowe jest modyfikowanie warunków uczenia się.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK
Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Nie zapomnijmy o kreatywności!

Kreatywność to zdolność tworzenia nowych, wartościowych i użytecznych rozwiązań. Stanowi jeden z kluczowych elementów współczesnych ujęć zdolności i obejmuje nie tylko działalność artystyczną, ale także myślenie naukowe, rozwiązywanie problemów i innowacyjność (Kaufman i in., 2009). U uczniów zdolnych potencjał twórczy często jest bardzo wysoki, jednak nie zawsze zostaje rozpoznany i rozwinięty. Co istotne, kreatywność ma charakter dynamiczny – rozwija się w interakcji między jednostką a środowiskiem. Oznacza to, że nawet bardzo wysoki potencjał może pozostać niewidoczny, jeśli nie zostanie odpowiednio wsparty.

Co warto wiedzieć o kreatywności ucznia zdolnego?

Myślenie nielinearne

Myślą niestandardowo, kwestionują schematy, poszukują własnych rozwiązań zamiast odtwarzać gotowe

Ciekawość poznawcza

Silna potrzeba rozumienia „dlaczego?", łączenie odległych idei i tworzenie nieoczywistych skojarzeń

Potrzeba przestrzeni

Potrzebują przestrzeni do eksperymentowania i samodzielnego dochodzenia do wniosków

Profil twórczy

Duża wrażliwość, niezależność myślenia, tolerancja niejednoznaczności, niska tolerancja na nudę

⚠ Brak możliwości rozwijania kreatywności prowadzi do **spadku motywacji**, a nawet wycofania z aktywności poznawczej. Uczniowie zdolni mogą przechodzić w tryb „minimalnego wysiłku" lub tracić zainteresowanie nauką.

Dlaczego kreatywność bywa tłumiona?

→ Jednym z głównych czynników jest niedopasowanie środowiska edukacyjnego i wychowawczego do sposobu funkcjonowania ucznia zdolnego. Systemy oparte na reprodukcji wiedzy, jednym poprawnym rozwiązaniu i wysokiej kontroli ograniczają przestrzeń dla twórczego myślenia.

→ Badania pokazują, że brak możliwości rozwijania kreatywności prowadzi do spadku motywacji, a nawet wycofania z aktywności poznawczej. Uczniowie zdolni mogą w takich warunkach przechodzić w tryb „minimalnego wysiłku" lub tracić zainteresowanie nauką.

→ Dodatkowo istnieje ryzyko błędnej interpretacji zachowań twórczych, np. kwestionowanie zasad może być odczytywane jako brak dyscypliny, a poszukiwanie własnych rozwiązań jako niechęć do współpracy. W efekcie potencjał kreatywny bywa nie tylko niewspierany, ale wręcz korygowany.

Na jakie sygnały zwracać uwagę?

Kreatywność często ujawnia się w subtelny i niejednoznaczny sposób, dlatego łatwo ją przeoczyć. Identyfikując potencjał twórczy uczniów warto zwrócić uwagę na: tworzenie oryginalnych, nieoczywistych skojarzeń i pomysłów; zadawanie pytań wykraczających poza program lub temat; potrzebę samodzielnego dochodzenia do rozwiązań; dużą wyobraźnię i skłonność do „myślenia na boki"; niechęć do rutyny i schematycznych działań; intensywne zaangażowanie w wybrane obszary zainteresowań.

W literaturze podkreśla się, że uczniowie kreatywni często funkcjonują nierównomiernie: mogą wykazywać bardzo wysoki poziom w jednym obszarze i niski w innym. To również sprzyja błędnym interpretacjom ich możliwości.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK
Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Kreatywność ucznia zdolnego

- Kreatywność nie jest dodatkiem do zdolności – jest ich integralną częścią. W wielu współczesnych modelach zdolności stanowi jeden z kluczowych komponentów, obok zdolności poznawczych i motywacji. Oznacza to, że wysoki potencjał intelektualny bez możliwości twórczego działania może nie prowadzić do pełnego rozwoju.

- Uczniowie zdolni często funkcjonują poznawczo w sposób bardziej elastyczny i nielinearny: myślą niestandardowo i kwestionują schematy; poszukują własnych rozwiązań zamiast odtwarzać gotowe; wykazują silną ciekawość poznawczą i potrzebę rozumienia „dlaczego?"; łączą odległe idee i tworzą nieoczywiste skojarzenia; potrzebują przestrzeni do eksperymentowania i samodzielnego dochodzenia do wniosków.

- Kreatywność wiąże się z określonym profilem funkcjonowania. Uczniowie twórczy często cechują się dużą wrażliwością, niezależnością myślenia, tolerancją niejednoznaczności oraz niską tolerancją na nudę i powtarzalność. Mogą szybciej tracić zainteresowanie zadaniami schematycznymi, co bywa błędnie interpretowane jako brak motywacji.

- Kreatywność rozwija się wtedy, gdy środowisko pozwala na swobodę działania. Wiąże się to z akceptacją różnorodnych sposobów myślenia, możliwością wyboru oraz przestrzenią do zadawania pytań i popełniania błędów. Brak takich warunków może prowadzić do stopniowego wygaszania naturalnej ciekawości i inicjatywy.

- Kreatywność ma charakter dynamiczny - zależy od relacji między uczniem a otoczeniem. Nawet bardzo wysoki potencjał twórczy może pozostać niewidoczny, jeśli nie pojawią się warunki do jego ujawnienia. Z kolei wspierające środowisko może znacząco wzmacniać aktywność twórczą i zaangażowanie ucznia.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK
Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Jak wspierać kreatywność?

Jak wspierać kreatywność ucznia zdolnego?

- Rozwijanie kreatywności wymaga nie tyle „dodatkowych zajęć", ile zmiany podejścia do uczenia się i pracy z uczniem.
- Kluczowe znaczenie mają: zadania otwarte, problemowe i wieloznaczne; możliwość wyboru i wpływu na sposób pracy; akceptacja błędu jako elementu procesu twórczego; docenianie procesu myślenia, a nie tylko efektu końcowego; tworzenie klimatu bezpieczeństwa psychicznego
- Akceptacja błędu jako elementu procesu twórczego Badania wskazują, że środowisko wspierające autonomię i relacje sprzyja rozwojowi kreatywności oraz motywacji wewnętrznej.
- Badania wskazują, że środowisko wspierające autonomię i relacje sprzyja rozwojowi kreatywności oraz motywacji wewnętrznej.

Wnioski dla specjalistów

Kreatywność jest jednym z kluczowych, ale często **niedostrzeganych** wymiarów zdolności

Rozwój kreatywności wymaga jasnych ram działania (np. celów i oczekiwań), ale jednocześnie pozostawienia uczniowi **przestrzeni** do szukania własnych rozwiązań.

Sam potencjał poznawczy to za mało - bez kreatywności nie przekłada się on na **działanie i rozwój**. Dlatego wsparcie powinno obejmować nie tylko rozwój wiedzy i umiejętności, ale także świadome rozwijanie kreatywności, m.in. poprzez wzmacnianie ciekawości, samodzielności i odwagi w formułowaniu własnych rozwiązań.

Istotną rolę odgrywa również poczucie własnej skuteczności: uczniowie, którzy wierzą w swoje możliwości twórcze, częściej podejmują wyzwania i angażują się w zadania wymagające twórczego myślenia.

Wybrane źródła naukowe i metodyczne

Gwiazdowska-Stańczak, S., Klimska, A., Klimski, M., Knopik, T., Płudowska, M., Sękowski, A. i Żmuda, A. (2023). Od zdolności do mądrości. Model wspierania rozwoju uczniów zdolnych w systemie edukacji. Wydawnictwo Adam Marszałek. | Kaufman, J.C., Kaufman, S.B., Beghetto, R.A., Burgess, S.A. & Persson, R.S. (2009). Creative Giftedness: Beginnings, Developments, and Future Promises. In: Shavinina, L.V. (eds), International Handbook on Giftedness (pp.585-598). Springer, Dordrecht. | Piske, F., Stoltz, T. & Machado, J. (2014) Creative Education for Gifted Children. Creative Education, 5, 347-352. | Piske, F. H. R., Collins, K. H., & Nakano, T. C. (2024). Teaching strategies and the role of creativity in gifted education. International Journal for Talent Development and Creativity, 12(1), 225–240.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK
Fundacja Oddziału w Lublinie

Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"

CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Perfekcjonizm uczniów zdolnych – na co warto zwrócić uwagę?

Perfekcjonizm można rozumieć jako specyficzny styl regulacji zachowania i samooceny, w którym centralną rolę odgrywa dążenie do wysokich standardów oraz silna wrażliwość na błędy. W jego bardziej adaptacyjnej formie sprzyja rozwojowi, natomiast w formie nieadaptacyjnej wiąże się z przewlekłym napięciem, unikaniem i ograniczaniem potencjału.

Co warto wiedzieć o mechanizmach perfekcjonizmu?

- Perfekcjonizm ma dwa oblicza: dążeniowe (wysokie standardy, satysfakcja z jakości pracy) oraz ewaluacyjne (lęk przed oceną, nadmierna samokrytyka). To właśnie komponent ewaluacyjny najczęściej generuje trudności.
- Błąd nie pełni funkcji informacyjnej, lecz zagraża poczuciu własnej wartości. To prowadzi do unikania sytuacji, w których wynik nie jest przewidywalny.
- Perfekcjonizm często współwystępuje z wysoką kontrolą poznawczą, ruminacjami oraz trudnością w „odpuszczaniu" zadania.
- U uczniów zdolnych perfekcjonizm często opiera się na warunkowej samoocenie – „jestem wartościowy, jeśli osiągam wysokie wyniki".
- Paradoksalnie perfekcjonizm może ograniczać rozwój: uczeń wybiera zadania bezpieczne zamiast rozwojowych, aby uniknąć ryzyka porażki.
- Perfekcjonizm może skutecznie ograniczać potencjał twórczy z powodu lęku przed popełnieniem błędu i małej tolerancji ryzyka.

Warunkowa samoocena

„Jestem wartościowy, jeśli osiągam wysokie wyniki" – błąd nie pełni funkcji informacyjnej, lecz zagraża poczuciu własnej wartości

Unikanie ryzyka

Paradoksalnie perfekcjonizm może ograniczać rozwój: uczeń wybiera zadania bezpieczne zamiast rozwojowych

Ograniczenie kreatywności

Perfekcjonizm może skutecznie ograniczać potencjał twórczy z powodu lęku przed popełnieniem błędu

Dlaczego perfekcjonizm bywa przeoczony u uczniów zdolnych?

- Zachowania perfekcjonistyczne są społecznie nagradzane – dokładność, staranność i wysokie wyniki wpisują się w oczekiwania szkoły.
- Dorośli mogą wzmacniać perfekcjonizm poprzez nadmierne skupienie na wyniku, porównaniach i ocenach.
- Koszt emocjonalny (napięcie, lęk, zmęczenie) pozostaje niewidoczny, dopóki funkcjonowanie poznawcze jest wysokie.
- Uczeń często ukrywa trudność, aby utrzymać spójny obraz siebie jako osoby zdolnej i skutecznej.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN Polska Akademia Nauk
Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Sygnały perfekcjonizmu i strategie wsparcia

Na jakie sygnały zwracać uwagę?

Nadmierna kontrola i trudność z domknięciem zadania

Uczeń wielokrotnie poprawia pracę, ma trudność z uznaniem jej za „wystarczająco dobrą". Oddawanie zadań może być opóźnione mimo ich wysokiej jakości.

Unikanie sytuacji oceny lub nowych wyzwań

Uczeń rezygnuje z udziału w konkursach, projektach lub zadaniach otwartych, jeśli nie ma pewności sukcesu. Może wybierać zadania poniżej swoich możliwości.

Dysproporcja między nakładem pracy a efektem

Uczeń inwestuje bardzo dużo czasu i energii w zadania, które obiektywnie nie wymagają aż takiego wysiłku. Towarzyszy temu zmęczenie i napięcie.

Silna reaktywność emocjonalna na błędy

Drobne niepowodzenia wywołują intensywne emocje: frustrację, wstyd, złość na siebie. Uczeń może długo „wracać" do błędu w myślach (ruminacje).

Prokrastynacja jako strategia radzenia sobie

Odkładanie zadań wynika z lęku przed niedoskonałym wykonaniem. Często pojawia się schemat: wysokie wymagania → napięcie → unikanie → presja czasu → przeciążenie.

Uzależnienie samooceny od wyników

Sukces prowadzi do chwilowej ulgi, a nie trwałej satysfakcji; porażka – do wyraźnego spadku poczucia własnej wartości.

Sztywność poznawcza i niska tolerancja niejednoznaczności

Uczeń preferuje zadania z jasnymi kryteriami, ma trudność w sytuacjach otwartych, gdzie nie ma jednego „poprawnego" rozwiązania.

Jak wspierać ucznia zdolnego?

- Różnicować standardy i wprowadzać kategorię „wystarczająco dobrze". Pomagać uczniowi określać, kiedy dalsze poprawianie nie zwiększa już jakości, a jedynie podtrzymuje napięcie.
- Wzmacniać orientację na proces. Doceniać strategie, wysiłek, próby i eksperymentowanie, a nie wyłącznie efekt końcowy. To zmniejsza koncentrację na ocenie i zwiększa gotowość do podejmowania wyzwań.
- Wprowadzać kontrolowane doświadczenia „niedoskonałości". Zadania z ograniczonym czasem, prace robocze, wersje „na brudno" – wszystko to pomaga oswajać fakt, że nie każda praca musi być dopracowana do maksimum
- Uczyć regulacji napięcia i zatrzymywania ruminacji. Techniki przerwania nadmiernego analizowania, praca nad elastycznością poznawczą, wprowadzanie przerw i granic czasowych dla pracy.
- Zmieniać znaczenie błędu. Pracować nad tym, by błąd był traktowany jako informacja zwrotna, a nie zagrożenie dla samooceny. Pomocne jest modelowanie przez dorosłych (np. mówienie o własnych błędach).
- Ograniczać warunkową samoocenę. W relacji z uczniem oddzielać jego wartość jako osoby od jego wyników. Wzmacniać bardziej stabilne, mniej zależne od osiągnięć poczucie własnej wartości.
- Pracować nad tolerancją niepewności. Stopniowo wprowadzać zadania otwarte, wymagające eksploracji i podejmowania decyzji bez pełnej kontroli nad wynikiem.
- Analizować funkcję perfekcjonizmu. Zastanawiać się wspólnie z uczniem, co perfekcjonizm „daje" (np. poczucie kontroli, unikanie krytyki) i szukać alternatywnych sposobów zaspokajania tych potrzeb.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK
Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Wnioski dla specjalistów

Perfekcjonizm wymaga różnicowania funkcjonalnego. Nie każda wysoka ambicja jest problemem. Kluczowe jest rozróżnienie między perfekcjonizmem adaptacyjnym (sprzyjającym rozwojowi) a nieadaptacyjnym (opartym na lęku i unikaniu).

Należy diagnozować funkcję perfekcjonizmu. Zachowanie perfekcjonistyczne może pełnić różne funkcje: regulować lęk, chronić samoocenę, dawać poczucie kontroli. Bez ich rozpoznania interwencje mogą być nieskuteczne.

Wysokie wyniki nie wykluczają trudności. Uczeń perfekcjonistyczny może funkcjonować bardzo dobrze w sensie osiągnięć, a jednocześnie doświadczać dużego napięcia, przeciążenia i obniżonego dobrostanu.

Perfekcjonizm może maskować unikanie rozwoju. Uczeń może wybierać zadania bezpieczne, by utrzymać wysoki poziom wykonania. W efekcie rozwój jest ograniczony mimo wysokiego potencjału.

Kluczowe jest odróżnienie dążenia do jakości od lęku przed błędem. To rozróżnienie powinno kierować zarówno diagnozą, jak i planowaniem wsparcia.

Środowisko edukacyjne może wzmacniać perfekcjonizm. Nadmierne skupienie na ocenach, porównaniach i bezbłędności sprzyja utrwalaniu nieadaptacyjnych wzorców funkcjonowania.

Warto analizować związek perfekcjonizmu z motywacją. Perfekcjonizm często wiąże się z motywacją kontrolowaną (presja, lęk przed oceną), co zwiększa ryzyko przeciążenia i wypalenia.

Interwencja powinna obejmować poziom poznawczy i emocjonalny. Zmiana strategii pracy (np. ograniczanie poprawiania) bez pracy nad lękiem i samooceną jest zwykle niewystarczająca.

Istotna jest praca nad tolerancją błędu i niepewności. To jedne z kluczowych kompetencji rozwojowych, szczególnie u uczniów zdolnych funkcjonujących w środowisku wysokich oczekiwań.

Perfekcjonizm często ujawnia się w momentach przejściowych. Zmiana szkoły, wyższy poziom wymagań, nowe środowisko – to sytuacje, w których wcześniejsze strategie przestają być skuteczne.

Współpraca z rodzicami ma duże znaczenie. Przekazy rodzinne dotyczące sukcesu, błędu i wartości mogą wzmacniać lub osłabiać tendencje perfekcjonistyczne.

ⓘ Celem wsparcia nie jest „obniżenie standardów", lecz zwiększenie elastyczności. Uczeń nie musi przestać dążyć do wysokiej jakości – ważne, by potrafił regulować swoje standardy adekwatnie do sytuacji i zasobów.

Wybrane źródła naukowe i metodyczne

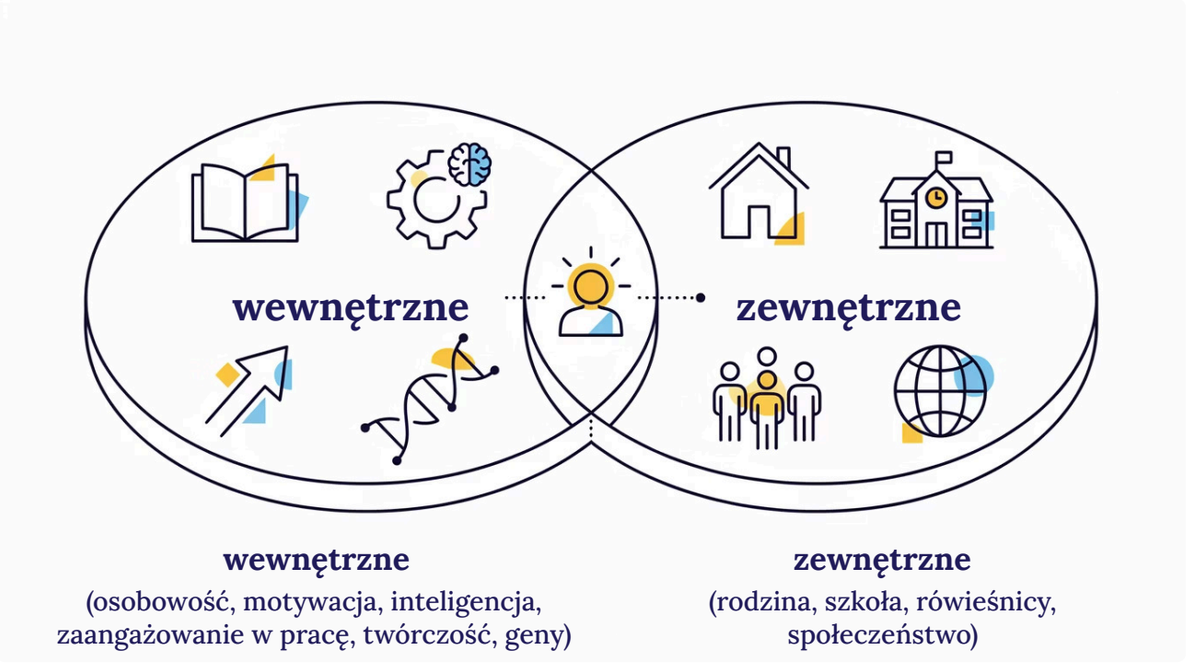
Grugan, M. C., Hill, A. P., Madigan, D. J., Donachie, T. C., Olsson, L. F., & Etherson, M. E. (2021). Perfectionism in academically gifted students: A systematic review. Educational Psychology Review, 33(4), 1631-1673. | Fletcher, K. L., & Speirs Neumeister, K. L. (2012). Research on perfectionism and achievement motivation: Implications for gifted students. Psychology in the Schools, 49(7), 668-677. | Mofield, E., & Parker Peters, M. (2019). Understanding underachievement: Mindset, perfectionism, and achievement attitudes among gifted students. Journal for the Education of the Gifted, 42(2), 107-134. | Pufal-Struzik, I. (2016). Dysproporcje w rozwoju poznawczym i emocjonalno-społecznym a potrzeby uczniów zdolnych. Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, sectio J–Paedagogia Psychologia, 29(3). | Speirs Neumeister, K. (2007). Perfectionism in gifted students: An overview of current research. Gifted Education International, 23(3), 254-263.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Uczniowie zdolni – wsparcie rodziny

Rodzina to podstawowe środowisko wychowawczo-edukacyjne, w którym rozwija się jednostka. Procesy, jakie w niej zachodzą, mają wpływ na indywidualny rozwój człowieka – emocjonalny, poznawczy i społeczny. Rodzina to podstawowe środowisko, w którym kształtuje się osobowość dziecka. Liczne badania wskazują, że czynniki środowiskowe mają duży a niejednokrotnie decydujący wpływ na osiągnięcia. Do predyktorów wysokich osiągnięć szkolnych zaliczyć można inteligencję i osobowość, lecz często bywa tak, że jednym z najważniejszych czynników staje się środowisko rodzinne.

Czynniki kształtujące zdolności:



Relacje i postawy rodzicielskie

> Relacje rodzinne można opisać za pomocą takich wymiarów, jak: komunikacja, spójność, autonomia–kontrola oraz tożsamość. Komunikacja to gotowość i chęć do tego, aby zrozumieć drugą osobę w rodzinie, by być otwartym i elastycznym w relacji z nią. Spójność określa jakość i poziom więzi emocjonalnych, współpracę i wzajemne udzielanie sobie wsparcia. Poziom autonomii–kontroli mówi o tym, jak bardzo rodzina jest plastyczna bądź sztywna. Świadczy to o satysfakcji z poziomu kontroli w systemie, czyli zachowaniu równowagi pomiędzy tolerancją dla indywidualizmu i akceptacji prywatności przy jednoczesnym respektowaniu ograniczeń. Tożsamość rodziny określa kreowanie zgodnego obrazu rodziny, poszanowanie wartości i odpowiednie granice pomiędzy systemem rodzinnym a światem zewnętrznym oraz granice międzysystemowe (Plopa, Połomski, 2010).

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK
Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Postawy rodzicielskie – na co zwracać uwagę?

- komunikacja – jeden z najważniejszych elementów poprawnie funkcjonującej rodziny, otwarta rozmowa, wymiana myśli
- tożsamość rodzinna – tradycje rodzinne, obchodzenie wspólnych świąt i uroczystości
- autonomia–kontrola – poziom swobody i kontroli rodzicielskich musi być stosowny do wieku dziecka
- spójność–równowaga, granice w rodzinie
- akceptacja–odrzucenie – okazywanie miłości i szacunku
- nadmierne wymaganie/a – postawa blokująca osiągnięcia, zbyt wygórowane oczekiwania wobec dziecka
- nadmierne ochranianie – ograniczanie samodzielności, „rozpieszczanie" dziecka
- niekonsekwencja – jedna z najbardziej destrukcyjnych postaw rodzica, dziecko nie wie, jakiej reakcji może się spodziewać

Jak wspierać rodzinę?

wielowymiarowe wsparcie ucznia i jego rodziny	pogłębienie wiedzy i umiejętności wychowawczych rodziców
integracja środowisk	partnerskie relacje rodzica i nauczyciela
jasne, jednolite oddziaływania wychowawcze	wzmocnienie autorytetu nauczyciela
szkoła i poradnia jako placówka edukacyjno-wychowawcza otwarta na pomoc rodzinie	zadbanie o dobrostan rodziny

Placówki oświatowe często dysponują specjalistami, którzy skupieni są jedynie na pomocy uczniom, ignorując przy tym rodzinę. Wiele problemów wychowawczych jest zbyt złożonych i wynikających z problemów w systemie rodzinnym. Warto organizować bezpłatne konsultacje psychologa i pedagoga szkolnego oraz innych dostępnych specjalistów, które byłyby skierowane nie tylko do uczniów, ale także ich rodzin. **Wspierając jednostkę, a nie system (jakim jest rodzina), nie osiągniemy tak dobrych rezultatów**.

Wnioski dla specjalistów

Uczniowie zdolni należą do uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi – informuj o tym nauczycieli i rodziców	Nie tylko dziecko, ale i rodzice potrzebują wsparcia
Wytłumacz, dlaczego warto zdiagnozować ucznia zdolnego	Pokaż rodzicom, gdzie mogą uzyskać pomoc – wsparcie finansowe, psychologiczne

> Wspomaganie środowiska rodzinnego leży w gestii wielu jednostek organizacyjnych, takich jak organizacje rządowe i pozarządowe, placówki edukacyjne i wychowawcze oraz różnorodne poradnie – lekarskie, psychologiczne czy pedagogiczne. Wsparcie udzielane rodzicom w wychowaniu ich dzieci powinno odbywać się kompleksowo i wielopoziomowo. Bardzo ważną kwestią jest umiejętna współpraca różnych środowisk na rzecz pomocy i wsparcia rodzin. Zintegrowane działania ukierunkowane dla dobra systemów rodzinnych bezpośrednio przyczyniają się do kształtowania lepszej przyszłości dzieci i młodzieży (Gwiazdowska-Stańczak, Sękowski, 2018).

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Jak postępować z dzieckiem zdolnym?

Dla rodzica / opiekuna

- Akceptuj swoje dziecko, takim jakie jest
- Dużo rozmawiajcie w domu
- Nie stawiaj mu nadmiernych wymagań
- Nie wyręczaj dziecka
- Zachęcaj do samodzielności i odkrywania świata
- Poświęcaj czas na intelektualne rozrywki (teatr, łamigłówki, podróże)
- Wspieraj w rozwijaniu zainteresowań i pasji
- Bądź konsekwentny w decyzjach i zasadach
- Daj dziecku swobodę w twórczych działaniach (niech majsterkuje, eksperymentuje)

Dla nauczyciela

- Pamiętaj, że uczeń zdolny potrzebuje tak samo twojej pomocy i uwagi jak uczeń słaby (to stereotyp, że zdolny uczeń ze wszystkim sobie poradzi i nie potrzebuje nauczyciela)
- Zachęcaj do dyskusji na różne tematy
- Nie wyręczaj ucznia
- Zachęcaj do samodzielności i odkrywania świata
- Obserwuj ucznia czy ma jakieś problemy
- Zachęcaj do prac grupowych
- Angażuj go w pomoc słabszym uczniom
- Wspieraj w rozwijaniu zainteresowań
- Daj uczniowi swobodę w twórczych działaniach - niech opracowuje własne metody rozwiązań problemów i zadań

Wybrane źródła naukowe i metodyczne

Braun-Gałkowska, M. (2008). Psychologia domowa. Lublin: Wydawnictwo KUL. | Gwiazdowska-Stańczak, S., Sękowski, A. E. (2018). Rodzina uczniów zdolnych. Warszawa: Difin. | Gwiazdowska-Stańczak, S. (2024). Czy można pogodzić nauczycieli z rodzicami? Wspólne warsztaty dla nauczycieli i rodziców prowadzone przez psychologa szkolnego. [w:] Gaś, Z. B. (red.). Psycholog w szkole: Koncepcje. Lublin: Innovatio press Wydawnictwo Naukowe Lubelskiej Akademii WSEI, s. 101-111. | Plopa, M. (2011). Psychologia rodziny: teoria i badania. Kraków: Impuls.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Techniki uczenia wspierające rozwój zdolności

Uczenie się wspierające rozwój zdolności definiowane może być jako *umiejętność* samodzielnego, konsekwentnego i wytrwałego zarządzania własnym procesem uczenia się oraz jako *kompetencja* odnosząca się do świadomości indywidualnych potrzeb rozwojowych i dostępnych możliwości ich zaspokajania, a także gotowość do pokonywania trudności napotkanych w procesie uczenia się. Tak rozumiana zdolność uczenia się stanowi jedną z najcenniejszych kompetencji współczesnego świata, pozwalającą na sprostanie adaptacyjnym wyzwaniom podyktowanym przez szybkie tempo zmian i postępu cywilizacyjnego.

Co warto wiedzieć o uczeniu się uczniów zdolnych?

- Uczeń zdolny włączony jest do grupy uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych (zgodnie z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 9 sierpnia 2017 w sprawie zasad organizacji i udzielania pomocy psychologiczno-pedagogicznej w publicznych przedszkolach, szkołach i placówkach; Dz.U.2020, poz. 1280 ze zm.). Nakłada to na jednostki systemu oświaty obowiązek wspierania rozwoju tych uczniów, zarówno w kontekście kształtowania ich uzdolnień i talentów, jak i pokonywania trudności i barier rozwojowych, do których należeć może m.in. brak umiejętności skutecznego uczenia się.
- W procesie uczenia się uczniowie – w tym uczniowie zdolni – często korzystają z nieskutecznych metod pamięciowych (takich jak mechaniczne, bezrefleksyjne powtarzanie), angażujących głównie pamięć krótkotrwałą, dających „złudzenie wiedzy" (w efekcie torowania percepcyjnego) i przez to nie przynoszących – szczególnie na dłuższą metę – oczekiwanych rezultatów.
- Nieznajomość efektywnych metod uczenia się może narazić ucznia zdolnego na doświadczanie wielu uporczywych trudności, takich jak frustracja, niezadowolenie z siebie, spadek motywacji i satysfakcji, a nawet wypalenie poznawcze.

⚠ Uczniowie zdolni często korzystają z **nieskutecznych metod pamięciowych** (mechaniczne, bezrefleksyjne powtarzanie), dających „złudzenie wiedzy" i nie przynoszących oczekiwanych rezultatów na dłuższą metę.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK
Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Dlaczego temat nieskutecznych metod uczenia się bywa przeoczony u uczniów zdolnych?

- Dążenie do zrealizowania podstawy programowej często koncentruje uwagę nauczycieli na tym jaką wiedzę muszą przekazać uczniom, rzadziej zaś na tym, w jaki sposób uczniowie ją przyswoją.
- Uczniowie zdolni często postrzegani są przez otoczenie (w tym rodziców i nauczycieli) jako jednostki niedoświadczające trudności w uczeniu się, osiągające wysokie lub zadowalające wyniki szkolne. Jednakże, uczniowie zdolni, szczególnie ci przejawiający zdolności kierunkowe, również mogą borykać się z trudnościami w nauce.
- W przypadku uczniów zdolnych deficyt umiejętności i kompetencji związanych z uczeniem się długo może stanowić problem utajony. Brak wiedzy na temat tego jak się uczyć może być skutecznie kompensowany przez inne cechy ucznia zdolnego, w tym jego wysoką motywację wewnętrzną (przekładającą się na samodyscyplinę, sumienność i upór w dążeniu do celów), czy też ponadprzeciętne zdolności poznawcze (w tym doskonałą pamięć roboczą).
- Gdy osiągnięcia ucznia zdolnego są nieadekwatne w stosunku do jego potencjału, zyskać może łatkę „zdolnego, ale leniwego". Zakłada się przy tym, iż to on ponosi winę za tę sytuację oraz że jest w stanie samodzielnie ją zmienić. Jest to błąd polegający na bardzo powierzchownym rozumieniu problemu. Aby go uniknąć warto jest skoncentrować się na poszukaniu przyczyn nieadekwatnych osiągnięć. Jednym z nich może być właśnie brak wiedzy ucznia na temat jego stylu uczenia się i skutecznych metod nauki.

Na jakie sygnały zwracać uwagę?

Niska efektywność nauki mimo zaangażowania – uzyskiwane wyniki nie są adekwatne dla czasu i wysiłku włożonego w naukę.

Postawa amotywacji wobec nauki lub podejmowanie jej z uwagi na czynniki zewnętrzne (m.in. oceny, pochwały). Może przejawiać się to bierną postawą wobec nauki, niskim zaangażowaniem i utratą przyjemności z całego procesu uczenia się.

Prokrastynacja – nasilające się trudności w podejmowaniu zadań, organizowaniu i planowaniu pracy lub tendencja do zostawiania jej na ostatnią chwilę.

Stosowanie monotonnych, szablonowych metod nauki – mechaniczne powtarzanie, bezstrukturalne notowanie, brak planowania sesji, brak wykorzystywania narzędzi wspierających zrozumienie (mapy, schematy, pytania).

Trudności w uczeniu się niektórych dziedzin – zaobserwowane problemy z konkretnymi przedmiotami lub rodzajami pracy (np. pisanie, czytanie ze zrozumieniem, obliczenia, nauka języka), mimo ogólnie wysokich zdolności poznawczych.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK
Fundacja Oddziału w Lublinie

Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"

CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Wnioski dla specjalistów

Ucznia zdolnego należy postrzegać nie tylko jako osobę z dużym potencjałem, ale także jako ucznia o specjalnych potrzebach edukacyjnych, który może wymagać wsparcia w uczeniu się, samoregulacji i planowaniu pracy.

Diagnoza ucznia zdolnego obejmować powinna nie tylko poziom możliwości poznawczych, lecz także sposób uczenia się, motywację, styl pracy, emocje związane z nauką oraz ewentualne trudności maskowane przez wysoki potencjał.

Rola mentora ukazującego sposób rozumienia nauki, sensu oraz sposobów uczenia się jest kluczowym – szczególnie na początkowym etapie kształcenia - czynnikiem wpływającym na postawę uczniów wobec nauki.

Zamiast zakładać, że uczeń „poradzi sobie sam", uczyć go konkretnych strategii: planowania, monitorowania postępów, robienia notatek, korzystania z map myśli, pytań pomocniczych i analizy błędów.

W pracy z uczniem zdolnym należy stwarzać zadania rozwijające, wykraczające poza mechaniczne opanowanie treści, tak aby uczeń mógł korzystać z myślenia twórczego, lateralnego i krytycznego oraz doświadczać sensu uczenia się.

Reagować na sygnały przeciążenia, prokrastynacji, frustracji lub spadku motywacji, ponieważ mogą one świadczyć nie o braku zdolności, lecz o trudnościach w organizacji i jakości uczenia się.

Wybrane źródła naukowe i metodyczne

De Bono, E. (2009). Umysł kreatywny. Wydawnictwo StudioEmka | Filipak, E., Lemańska-Lewandowska, E. (2015). Możliwości rozwijania myślenia i uczenia się dzieci poprzez stawianie zadań rozwojowych. W: E. Filipiak (red.). Nauczanie rozwijające we wczesnej edukacji według Lwa S. Wygotskiego. Od teorii do zmiany w praktyce (s. 129-140). Agencja Reklamowo-Wydawnicza ArtStudio. | Kotarski, R. (2017). Włam się do mózgu. Altenberg | Raoof, K., Shokri, O., Fathabadi, J. (2024). Unpacking the underachievement of gifted students: A systematic review of internal and external factors. Heliyon 10 (17), e36908. | Reis, S. M., & McCoach, D. B. (2000). The Underachievement of Gifted Students: What Do We Know and Where Do We Go? Gifted Child Quarterly, 44(3), 152-170. | Zimbardo, P.G., Johnson, R.L., McCann, V. (2017). Psychologia kluczowe koncepcje. Motywacja i uczenie się. Wydawnictwo Naukowe PWN

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN Polska Akademia Nauk
Fundacja Oddziału w Lublinie

Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"

CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Efektywne techniki myślenia i uczenia się

Myślenie lateralne

Rozwiązywanie problemu poprzez analizowanie go z różnych perspektyw. Techniki: burza mózgów, metoda sześciu kapeluszy myślowych Edwarda de Bono, formułowanie hipotez.

Myślenie krytyczne

Analizowanie i obiektywne weryfikowanie założeń i argumentów. Techniki: metoda SWOT, dyskusja, analiza źródeł, pytania sokratejskie, poszukiwanie wyjątku od reguły.

Myślenie twórcze

Aktywnego eksplorowanie tematów, poszukiwanie związków pomiędzy nauczanymi zagadnieniami oraz analizowanie ich złożoności. Techniki: metoda design thinking, metoda zadawania pytań, tworzenie map myśli, metoda pałacu pamięci

Równowaga nauka–odpoczynek

Systematyczne uczenie się nie oznacza uczenia się ciągłego, lecz mądrze zaplanowanego i rozłożonego w czasie, gdzie sesje nauki oddzielone są odpoczynkiem.

Błędy mogą stanowić doskonałą okazję do uczenia się, a formułowane na ich podstawie wnioski stanowią cenniejszą lekcję od wiedzy, która jest „dana na tacy". Warto oswajać uczniów z myślą o popełnianiu błędów.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK
Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Jak wspierać umiejętności uczenia się u ucznia zdolnego?

Poznać możliwości i potrzeby. Ważnym, pierwszym krokiem jest przeprowadzenie kompleksowej diagnozy psychologiczno-pedagogicznej, mającej na celu zidentyfikowanie możliwości i potrzeb ucznia zdolnego. Diagnoza konstatująca, stanowiąca punkt wyjścia w projektowaniu dalszego procesu, obejmować powinna poznanie kluczowych obszarów funkcjonowania ucznia, w tym: jego zdolności poznawcze, dobrostan psychologiczny, motywację (jej poziom i charakter), temperament oraz poziom myślenia twórczego.

Wykorzystywać różne modele i koncepcje uczenia się na różnych etapach edukacji. Stosowane metody powinny odpowiadać indywidualnym i rozwojowym potrzebom oraz predyspozycjom uczniów. W początkowym etapie edukacji uczenie się może być silniej kierowane przez nauczyciela, z biegiem czasu zaś stawać się procesem coraz bardziej autonomicznym i samodzielnym.

Wspierać rozwój kreatywności i twórczego myślenia. Zdolność do generowania nowych i wartościowych pomysłów, rozwiązań lub tworzenia oryginalnych idei uznaje się współcześnie za ważniejszą umiejętność od biernego, pamięciowego przyswajania wiedzy teoretycznej. Wiedza teoretyczna powinna stanowić uzupełnienie treści zdobytych w oparciu o metody dające możliwość aktywnego eksplorowania tematów, poszukiwania związków pomiędzy nauczanymi zagadnieniami oraz analizowania ich złożoności. Przykładowe techniki: metoda design thinking, metoda zadawania pytań, tworzenie map myśli, metoda pałacu pamięci.

Stwarzać okazje do myślenia lateralnego. Myślenie lateralne, w odróżnieniu od wertykalnego, pozwala na rozwiązywanie problemu poprzez analizowanie go z różnych perspektyw, testowanie nowych, alternatywnych działań, odrzucanie szablonowych, oczywistych odpowiedzi. Może tym samym być cennym narzędziem pozwalającym radzić sobie ze złożonymi, interdyscyplinarnymi problemami, wprowadzającym innowacje i usprawnienia dla istniejących już, ale mało skutecznych rozwiązań. Przykładowe techniki: metoda zadawania pytań i formułowania hipotez, burza mózgów, metoda sześciu kapeluszy myślowych Edwarda de Bono.

Uczyć niezależności poznawczej i myślenia krytycznego. Myślenie krytyczne daje możliwość analizowana i obiektywnego weryfikowania założeń, informacji i argumentów. Współcześnie wartość myślenia krytycznego jest nieoceniona, ponieważ pozwala na odnalezienie się w szumie informacyjnym oraz zachowanie rozsądnej, niezależnej i odpornej na manipulacje postawy „ostrożnego badacza". Wymaga jednak odwagi i samodzielności poznawczej, pohamowania impulsywności i uważności w wyłapywaniu sztywnych schematów poznawczych. Przykładowe techniki wykorzystujące myślenie krytyczne: metoda SWOT, dyskusja, analiza źródeł, pytania sokratejskie, poszukiwanie wyjątku od reguły.

Uczyć przez doświadczenie, z wykorzystaniem emocji i humoru. Nauczanie, w którym uczenie się powiązane jest z aktualnymi i przeszłymi doświadczeniami daje okazję do samodzielnej refleksji, analizowania i wnioskowania. Pozwala zatem na pełniejsze i trwalsze zapoznanie się z nauczanymi zagadnieniami. Przekazując wiedzę warto również wykorzystywać humor (żarty, zabawne anegdoty i przykłady) w myśl zasady, iż zaangażowanie emocjonalne wspiera proces zapamiętywania treści.

Oswajać z myślą o popełnianiu błędów i podkreślać ich znaczenie w toku nauki. Iteracyjny charakter nauki zakłada podejmowanie samodzielnych prób wypracowania rozwiązań, testowania ich i wyciągania wniosków na bazie otrzymanych wyników. Warto przy tym pamiętać, iż błędy mogą stanowić doskonałą okazję do uczenia się, a formułowane na ich podstawie wnioski stanowią cenniejszą lekcję od wiedzy, która jest „dana na tacy".

Pomagać w znalezieniu równowagi pomiędzy uczeniem się i odpoczynkiem. Systematyczne uczenie się nie oznacza uczenia się ciągłego lecz mądrze zaplanowanego i rozłożonego w czasie, gdzie sesje nauki oddzielone są odpoczynkiem. Odnalezienie równowagi pomiędzy nauką a czasem wolnym stanowi wyraz dbałości o dobrostan psychiczny i motywację do nauki.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Uczeń zdolny i jego relacje ze światem

Zagadnienie relacji społecznych ucznia zdolnego odnosi się do sposobu, w jaki uczeń ten interpretuje i przetwarza bodźce społeczne, buduje więzi z innymi, radzi sobie z emocjami. Te same cechy, które stanowią podłoże zdolności — takie jak np. wysoki poziom wrażliwości emocjonalnej i sensorycznej, ponadprzeciętne funkcjonowanie poznawcze — w przypadku jednego ucznia zdolnego mogą być bazą jego dobrego przystosowania społecznego (wysoka empatia, głębokie zrozumienie innych), a w przypadku innego wzmacniać ryzyko trudności (izolacja, nieśmiałość, przeciążenie bodźcami). Znaczenie ma tutaj dynamiczna interakcja między poszczególnymi cechami dziecka a czynnikami środowiskowymi: wpływem rodziców, szkoły i rówieśników.

Wysoka wrażliwość

Czyni uczniów bardziej uważnymi na subtelności, wzmacnia intuicję i empatię, ale może narażać na przeciążenie (*overstimulation*) i silne, długotrwałe emocje

Nieśmiałość i perfekcjonizm

Wysoka wrażliwość i potrzeba kontroli mogą łączyć się z problemem nieśmiałości – trudności w adaptacji, asertywności, autoprezentacji i poczucie zakłopotania

Ryzyko odrzucenia

Wysoka motywacja osiągnięć, nonkonformizm, perfekcjonizm i odmienność zainteresowań mogą narazić na trudności we współpracy i odrzucenie przez rówieśników

Co warto wiedzieć o funkcjonowaniu społecznym uczniów zdolnych?

Funkcjonowanie społeczne uczniów zdolnych jest bardzo złożonym tematem, wymagającym indywidualnego podejścia. Zrozumienie sytuacji społecznej ucznia zdolnego wymaga pogłębionej diagnozy, obejmującej również inne obszary jego funkcjonowania (poznawczego, emocjonalnego, motywacyjnego).

Rozwój uczniów zdolnych może mieć charakter nieharmonijny – wysokie zdolności poznawcze mogą współwystępować z obniżonymi umiejętnościami społeczno-emocjonalnymi.

Uczniowie zdolni – szczególnie ci, cechujący się wysoką kreatywnością lub przejawiający zdolności kierunkowe, w tym artystyczne i społeczne, często wykazują symptomy wysokiej wrażliwości. Z jednej strony, wysoka wrażliwość czyni ich bardziej uważnymi na dostrzeganie różnorodnych subtelności i niejednoznaczności, wzmacnia ich intuicję, empatię, pogłębia rozumienie analizowanych problemów. Z drugiej zaś wysoka wrażliwość może narażać na uleganie przeciążeniu (*overstimulation*), przejawiającym się np. tendencją do wycofywania się z interakcji społecznych, czy też do doświadczania silnych i długotrwałych emocji.

Wysoka wrażliwość, a także nasilony perfekcjonizm i potrzeba kontroli łączyć się mogą również z problemem nieśmiałości. Uczniowie nieśmiali mogą przejawiać duże trudności w adaptowaniu się do nowych miejsc i ludzi, wypracowaniu asertywnej (zamiast uległej) postawy, często czuć się zakłopotanymi lub niepewnymi a także mają kłopot we właściwej autoprezentacji.

Wysoka motywacja osiągnięć, nonkonformistyczna i niezależna postawa, perfekcjonizm, czy odmienność zainteresowań niektórych uczniów zdolnych mogą ich narazić na trudności we współpracy, odrzucenie przez rówieśników i niezaspokojenie potrzeby przynależności. Uczeń może mieć poczucie, że „nie pasuje" do grupy lub być nastawiony wobec rówieśników bardzo rywalizacyjnie.

Ponadprzeciętne zdolności intelektualne, znaczące osiągnięcia (naukowe, sportowe, artystyczne) oraz pozytywna postawa nauczycieli może być również przyczyną otrzymania łatki „odmieńca", „kujona", „ulubieńca nauczycieli". Skutkować to może wykluczeniem z grupy rówieśniczej lub czynić łatwym celem ataków.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN Polska Akademia Nauk
Fundacja Oddziału w Lublinie

Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"

CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Dlaczego trudności społeczne uczniów zdolnych bywają przeoczone?

- Skupienie na potencjale poznawczym oraz na powiązanych z nim sukcesach naukowych nasilać może ryzyko przeoczenia przez rodziców i nauczycieli trudności społeczno-emocjonalnych dziecka. Wysoki potencjał intelektualny często traktuje się jako czynnik gwarantujący dobre przystosowanie społeczne.
- W sytuacji asynchroniczności rozwojowej (z przewagą funkcji poznawczych) dziecko może maskować niektóre trudności społeczno-emocjonalne. Deficyt wiedzy i umiejętności społecznych może jednak skutkować powierzchownym rozumieniem problemów i reakcji innych ludzi, małą elastycznością zachowania i tendencją do dystansowania się wobec grupy.
- W przypadku części uczniów zdolnych – szczególnie tych wysoko wrażliwych i nieśmiałych – doświadczane przez nich trudności mogą nie manifestować się bezpośrednio w zachowaniu, lecz w postaci trudności internalizacyjnych, w tym zaburzeń lękowych, obniżonego nastroju czy poczucia własnej wartości, a także problemów z motywacją. Tego typu trudności mogą być łatwo przeoczone lub bagatelizowane (szczególnie w środowisku szkolnym).

Na jakie sygnały zwracać uwagę?

Wycofanie i izolacja – unika grupy, woli pracować indywidualnie.

Łatwo ulega przeciążeniu sensorycznemu – drażliwość, potrzeba samotności.

Ma bardzo małe grono znajomych lub brakuje mu bliskich relacji mimo prób kontaktu. Posiadane relacje (ich ilość i jakość) nie zaspokajają jego potrzeby przynależności, afiliacji, „zakotwiczenia się".

Silnie i długotrwale reaguje na sytuacje społeczne, nadmiernie „przeżywa" i analizuje to, co się stało, co zostało powiedziane i jakie wrażenie mogło to wywołać na innych. Niekiedy zachowania tego typu mogą przybierać postać ruminacji, czyli natrętnych, negatywnych myślach koncentrujących się na przykrych doświadczeniach, nasilających lęk, niepokój, wyrzuty sumienia.

Nadmierna wrażliwość na krytykę i ocenę: niewielka uwaga ze strony innych wywołuje silną reakcję emocjonalną, poczucie wstydu lub wycofanie.

Przejawia oznaki nieśmiałości: zahamowanie (mała spontaniczność reakcji, powstrzymywanie się od działania w sytuacji oceny i ekspozycji społecznej oraz towarzyszący temu dyskomfort), bierność (brak inicjatywy, unikanie pracy w grupie) i wycofanie (rezygnowanie z kontaktów międzyludzkich). Silna nieśmiałość może również manifestować się w sferze samoorientacyjnej, czyli w poczuciu niższości, braku wiary w siebie, obawami przed kompromitacją i porażką.

Jest obiektem ataków (werbalnych i niewerbalnych) ze strony innych uczniów – jest wyśmiewany, poniżany, separowany od grupy.

W sytuacji, gdy grupa negatywnie reaguje na jego uzdolnienia, uczeń zdolny może celowo ukrywać swój potencjał: obniża poziom odpowiedzi, nie pokazuje pełni możliwości, aby nie wyróżniać się w grupie.

Ma trudności w pracy zespołowej: z negocjowaniem, pójściem na kompromis, dzieleniem zadań i podporządkowaniem się decyzji grupy. Może mieć skłonność do dominowania i krytykowania pracy rówieśników.

Uczniowie z deficytem umiejętności społeczno-emocjonalnych mogą mieć problemy z rozumieniem intencji innych osób, odczytywaniem subtelnych sygnałów społecznych: nie zawsze trafnie rozpoznaje ironię, aluzję, żart, nieszczerość czy niepisane zasady relacyjne.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Jak wspierać umiejętności społeczne ucznia zdolnego?

- **Zrozumieć istotę i uwarunkowania przejawianych trudności społecznych**. Dostrzegane trudności mogą mieć złożoną etiologię, wymagającą oceny temperamentu, motywacji, kompetencji społeczno-emocjonalnych, a także sposobu, w jaki uczeń spostrzega środowisko szkolne i domowe.
- **Kształtować pozytywny klimat w szkole**. Dążyć do budowania pozytywnej, bezpiecznej atmosfery w szkole i klasie poprzez: ustalenie jednych i zrozumiałych procedur szkolnych, dawanie klarownych instrukcji (dotyczących m.in. sposobów oceniania uczniów), okazywanie szacunku, życzliwości i troski w relacjach uczeń–nauczyciel, pomoc w integrowaniu się uczniów.
- **Wesprzeć w poszukiwaniu grup odniesienia dla osób zdolnych**. Pomóc w poszukiwaniu grup (w środowisku szkolnym i pozaszkolnym) o podobnych uzdolnieniach i zainteresowaniach, celem osiągnięcia efektu stymulacji poznawczej, a także interpersonalnej.
- **Identyfikować obszary definiujące wspólnotowość grupy**. Zajęcia, w czasie których uczniowie mogliby pochwalić się swoimi talentami, trenować współpracę i pracę w zespołach mogą pomóc w integracji i pogłębianiu się więzi między uczniami.
- **Przeciwdziałać konfliktom i pomagać w ich rozwiązywaniu**. Budowanie zasad zachowania się w kontaktach między uczniami, wychwytywanie napięć między uczniami i pierwszych detektorów konfliktu, uczenie sposobów rozwiązywania sporów (technika przeciwnych racji, metoda wspólnej sprawy, analiza konfliktu przy pomocy „metody cebuli", burza mózgów, sześć kapeluszy myślowych Edwarda de Bono).
- **Rozwijać wiedzę na temat emocji**. Uświadamiać znaczenie poszczególnych emocji, ich podłoże neurobiologiczne oraz związek z funkcjonowaniem poznawczym (zależność między tym co czuję a tym co myślę). Uczyć akceptowanych sposobów okazywania emocji, zarówno tych służących budowaniu bliskości i wspólnoty (radość, ekscytacja, podziw), jak i tych, pozwalających budować autonomię i niezależność (złość, dumę, żal).
- **Uczyć asertywności**. Asertywność, rozumiana jako umiejętność pełnego wyrażania siebie w kontakcie z innymi osobami pozwala na bezpośrednie, uczciwe i stanowcze wyrażanie swoich uczuć, postaw, opinii lub pragnień w sposób respektujący uczucia, postawy, opinie, prawa i pragnienia drugiej osoby.
- **Ćwiczyć umiejętności komunikacji i wyrażania siebie**. Uświadamiać znaczenie szumów i barier komunikacyjnych, mowy werbalnej i niewerbalnej w procesie nadawania i odbierania przekazów. Uczyć zasad konstruktywnej komunikacji oraz technik parafrazy, klaryfikacji, odzwierciedlenia uczuć. Doskonalić sztukę autoprezentacji uświadamiając znaczenie kontaktu wzrokowego, gestów, mimiki, prozodii mowy w budowaniu pozytywnego wizerunku.
- **Wprowadzić mentoring rówieśniczy**. Parowanie uczniów przejawiających różne zdolności może stworzyć okazję do udzielania sobie wsparcia i dzielenia się wiedzą podczas rozwiązywania problemów interdyscyplinarnych i przygotowywania projektów. Jest to również okazja do docenienia różnic indywidualnych i odmiennych perspektyw.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Wnioski dla specjalistów

Uczeń zdolny wymaga holistycznego wsparcia — wysoka wrażliwość i zdolności poznawcze to dar, ale bez pracy nad relacjami społecznymi prowadzą do izolacji i złożonych trudności emocjonalnych.

Wszechstronna diagnoza ucznia zdolnego jest konieczna dla wyłapania ewentualnej nieharmonijności funkcjonalnej i identyfikacji barier rozwojowych — konieczne jest ocenianie nie tylko IQ i uzdolnień, ale także temperamentu, kompetencji emocjonalnych, empatii, kompetencji społecznych.

Budowa bezpiecznego środowiska i pozytywnego klimatu pozwala minimalizować przeciążenie sensoryczne, przeciwdziałać konfliktom i wykluczeniu oraz dawać okazję do zdobywania pozytywnych doświadczeń społecznych.

Pokonywanie trudności społecznych wymaga pracy zarówno nad sferą samoorientacyjną (przepracowywania dysfunkcyjnych założeń na temat siebie i innych, wspieranie wiary w siebie i samooceny) oraz nauki praktycznych strategii — asertywności, technik komunikacji werbalnej i niewerbalnej, rozwiązywania konfliktów i współpracy.

Systemowa współpraca środowiska (szkoła–rodzice–specjaliści) umożliwia kompleksowe wsparcie – rodzice budują samoakceptację w domu, szkoła tworzy bezpieczne warunki, a poradnia monitoruje dobrostan emocjonalny i interweniuje w kryzysach.

Wybrane źródła naukowe i metodyczne

Cross, T. L. (2015). Social/Emotional Issues, Underachievement, and Counseling of Gifted and Talented Students. Corwin Press. | Gwiazdowska-Stańczak, S. (2022). Jak zaangażować uczniów w naukę i zbudować dobry klimat w szkole. Poradnik dla nauczycieli. | Neihart, M., Reis, S. M., Robinson, N. M., & Moon, S. M. (Eds.). (2002). The social and emotional development of gifted children: What do we know? Prufrock Press Inc. | Tasca, I., Guidi, M., Turriziani, P., Mento, G., Tarantino, V. (2022). Behavioral and Socio-Emotional Disorders in Intellectual Giftedness: A Systematic Review. Child Psychiatry and Human Development 55(3), 768-789 | Wrótniak, J. (2019). Trudności ucznia nieśmiałego. Lubelski Rocznik Pedagogiczny 38, 143-154.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK
Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Wypalenie poznawcze uczniów zdolnych

Wypalenie poznawcze ucznia zdolnego to stan długotrwałego przeciążenia szkolnego, w którym wysoki potencjał poznawczy nie chroni przed *wyczerpaniem umysłowym* (często też emocjonalnym), spadkiem satysfakcji z uczenia się, narastającym dystansem wobec szkoły i poczuciem, że wysiłek nie przynosi proporcjonalnych efektów. U uczniów zdolnych zjawisko to często rozwija się po cichu, ponieważ dobre wyniki, silna odpowiedzialność i umiejętność kompensowania trudności długo maskują koszt psychiczny funkcjonowania na tak wysokim poziomie.

⚠ Wypalenie poznawcze często rozwija się **po cichu** – dobre wyniki, silna odpowiedzialność i umiejętność kompensowania trudności długo maskują koszt psychiczny funkcjonowania na wysokim poziomie.

Co warto wiedzieć o mechanizmie tego zjawiska?

- Uczeń zdolny może przez długi czas funkcjonować na wysokim poziomie mimo zmęczenia, ponieważ szybko się uczy, ma rozwinięte strategie poznawcze i często stawia sobie bardzo wysokie wymagania. To sprawia, że sygnały przeciążenia bywają zauważane późno.
- Wypalenie poznawcze nie oznacza braku zdolności. Często jest raczej skutkiem długotrwałej presji osiągnięć, nadmiaru zadań, perfekcjonizmu, chronicznego napięcia oraz niedopasowania szkoły do tempa, głębokości i stylu uczenia się ucznia zdolnego.
- W literaturze dotyczącej tego zjawiska podkreśla się trzy szczególnie ważne wymiary: wyczerpanie, dystans wobec szkoły oraz poczucie nieadekwatności. U części uczniów zdolnych objawy te współwystępują z lękiem przed porażką, przesadzonym samokrytycyzmem i ukrytym spadkiem motywacji.

Dlaczego ten problem bywa przeoczony?

- Uczeń zdolny często pozostaje „w normie szkolnej" (zgodnie z oczekiwaniami społecznymi): nadal uzyskuje dobre oceny, oddaje zadania na czas i sprawia wrażenie samodzielnego, z inicjatywą. Nauczyciele i rodzice mogą więc widzieć głównie wynik, a nie koszt poznawczy i emocjonalny, który za tym stoi.
- Trudność sprawia także kulturowy stereotyp, że wysoka zdolność oznacza automatyczną odporność psychiczną. Tymczasem zdolność nie usuwa przeciążenia; czasem wręcz zwiększa ryzyko nadmiernego inwestowania w zadania, ruminacji ("fiksowania się" na aktywności) i perfekcjonistycznej samokontroli.
- Przeoczeniu sprzyja również zjawisko *underachievement* (syndrom zaniżonych osiągnięć). Gdy spada zaangażowanie, uczeń bywa postrzegany jako leniwy, zdemotywowany albo roszczeniowy, chociaż rzeczywistym problemem może być długotrwałe wyczerpanie i utrata sensu uczenia się.

- U części uczniów objawy są niespecyficzne: rozdrażnienie, wycofanie, prokrastynacja, przeciążenie sensoryczne, trudności ze snem lub somatyzacja. Bez uważnej diagnozy łatwo przypisać je wyłącznie „trudnemu charakterowi" albo okresowi dojrzewania.

Na jakie sygnały zwracać uwagę?

Wyraźny spadek poznawczej biegłości: uczeń szybciej się męczy, trudniej mu utrzymać uwagę, częściej odkłada zadania, ma poczucie „pustki w głowie" mimo wcześniej wysokiej sprawności intelektualnej.

Zmiana jakości uczenia się: mniej ciekawości poznawczej, unikanie wyzwań, mechaniczne wykonywanie poleceń, rezygnacja z pogłębiania tematów, wzrost niechęci wobec szkoły lub konkretnych przedmiotów.

Nasilony perfekcjonizm i lęk przed błędem: bardzo długie poprawianie prac, trudność z rozpoczęciem zadania, nieproporcjonalne reagowanie na ocenę, duża zależność samooceny od sukcesu.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego
NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA
PAN POLSKA AKADEMIA NAUK Fundacja Oddziału w Lublinie
Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"
CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO

Jak wspierać ucznia z wypaleniem poznawczym?

Jak wspierać ucznia zdolnego?

- Prowadzić diagnozę wieloźródłową: rozmawiać z uczniem, rodzicami i nauczycielami, analizować nie tylko wyniki, lecz także nakład czasu, poziom napięcia, styl pracy, sen, regenerację i subiektywne poczucie przeciążenia.
- Ograniczać chroniczne przeciążenie, a nie tylko „motywować bardziej". Pomocne bywa porządkowanie priorytetów, redukcja nadmiaru aktywności, uczenie odpoczynku, planowania i samoregulacji oraz wzmacnianie prawa do błędu i niedoskonałości.
- Dbać o adekwatne wyzwania. Uczeń zdolny może wypalać się zarówno od nadmiaru presji, jak i od nudy, powtarzalności i braku sensu. Wsparcie powinno więc łączyć ochronę dobrostanu z zadaniami pogłębionymi, twórczymi i znaczącymi dla ucznia (zgodnie z jego potrzebą kompetencji).
- Wzmacniać relacje i bezpieczeństwo psychiczne. Uczniowie zdolni lepiej funkcjonują wtedy, gdy mogą ujawniać trudność bez lęku przed utratą opinii „najlepszego", a dorośli reagują rozumieniem zamiast wyłącznie oceną efektywności.

Wnioski dla specjalistów

Wypalenie poznawcze **nie przeczy zdolnościom** – ujawnia koszt długotrwałego funkcjonowania ponad zasoby regeneracyjne.

Należy na nowo przemyśleć **dynamikę i zadania wczesnej stymulacji rozwoju dziecka** – tak, aby oparta ona była na w większym stopniu na zabawie i swobodnym eksplorowaniu różnych zainteresowań i aktywności bez nastawienia na trening i szybkie osiągnięcia.

Najbardziej użyteczne jest podejście, które **równocześnie chroni dobrostan**, **rozpoznaje czynniki ryzyka i podtrzymuje rozwój potencjału**, zamiast redukować ucznia do samych jego wyników (tego, co jest najłatwiej mierzalne).

W planowaniu pomocy trzeba **odróżniać** chwilowy spadek zaangażowania od utrwalonego wyczerpania. To wymaga obserwacji procesu uczenia się, nie tylko ocen końcowych.

Wybrane źródła naukowe i metodyczne

Knopik, T. (2022). *Sztuka wspomagania rozwoju uczniów zdolnych. Poradnik dla nauczycieli i rodziców.* IBE. | May, R. W., Bauer, K. N., & Fincham, F. D. (2015). School burnout: Diminished academic and cognitive performance. *Learning and Individual Differences*, 42, 126–13. | Raoof, K., Shokri, O., Fathabadi, J., & Panaghi, L. (2024). Unpacking the underachievement of gifted students. Heliyon, 10(17), e36908.

Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego

NAUKA DLA SPOŁECZEŃSTWA

PAN Polska Akademia Nauk Fundacja Oddziału w Lublinie

Projekt „TalentON 2 - opracowanie standardu diagnozy psychologiczno-pedagogicznej ucznia zdolnego" jest dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Nauka dla Społeczeństwa II"

CENTRUM DIAGNOZY UCZNIA ZDOLNEGO