

Ekspert Niedoskonały: demontaż syndromu oszusta w pracy nowoczesnego nauczyciela

Grzegorz Grzegorzczuk

Uniwersytet Gdański

e-mail: grzegorz.grzegorzczuk@ug.edu.pl

Czy Twój profesjonalizm jest wyrazem rzetelności, czy może tylko perfekcyjnie odegraną rolę, założoną maską, którą boisz się kiedyś porzucić?

Jako nauczyciele akademicki i tutorzy codziennie wchodzimy „na scenę”. Operujemy wiedzą, oceniamy, wspieramy, mozolnie budujemy autorytet i wiarygodność wobec osób, które uczyliśmy i którym prezentujemy eksperckie treści (np. na konferencjach). A jednak bywa, że pod płaszczem profesjonalisty i maską dydaktycznej pewności siebie ukrywa się cichy pasażer na gapę: syndrom oszusta.

Ten "pasażer" uporczywie przekonanie, że Twoje sukcesy są jedynie efektem szczęśliwego zbiegu okoliczności, a kolejna hospitalizacja, trudne pytanie czy krytyczna uwaga w końcu obnażą naszą rzekomą niekompetencję. Paradoks polega na tym, że im bardziej jesteśmy sumienni, odpowiedzialni i zaangażowani, tym donośniej odzywa się wewnętrzny krytyk, podważając naszą „ekspertkę”.

Jeśli rozpoznajesz w tym siebie zapisz się na ten warsztat.

Podczas spotkania przyjrzymy się mechanizmom, które sprawiają, że nawet wybitni edukatorzy i naukowcy czują się jak intruzi we salach wykładowych i w aulach konferencyjnych. Wspólnie wypracujemy strategie radzenia sobie z momentami, gdy powraca głos mówiący o Twojej niedoskonłości, niewystarczalności, nieprofesjonalizmie, nierzetelności, nieprzygotowaniu czy niedouczeniu.

To nie będzie trening „pewności siebie”. To będzie praca nad odzyskaniem wewnętrznej zgody na bycie kompetentnym, bez poczucia winy i przymusu bycia doskonałym.

Nauczysz się rozpoznawać i oswajać ten mechanizm, do momentu, gdy przestanie Cię ograniczać, a w zamian za to, zaczniesz pracować na Twoją rzecz. I wtedy, być może, zamiast wewnętrznego kurczenia się pojawi się przestrzeń: na swobodę, autentyczność i spokojne, świadome bycie nauczycielem/nauczycielką i naukowczynią/ naukowcem, która/ który nie musi już niczego udowadniać.

Ten warsztat nie jest dla Ciebie, jeśli:

WARSZTATY / WORKSHOPS

- Jesteś osobą święcie przekonaną o własnej nieomyślności i nigdy, nawet przez sekundę, nie zwątpiłeś ani nie zwątpiłaś w swoją eksperckość.
- Szukasz gotowych recept na to, jak jeszcze skuteczniej „grać” pewnością siebie i podrasować swój wizerunek profesjonalisty czy profesjonalistki.
- Oczekujesz prostego zestawu trików, które magicznie wyłączą Twoje emocje i zamienią Cię w niewzruszony automat do dydaktyki i nauki.
- Uważasz, że syndrom oszusta to wymysł, a jedynym sposobem na sukces jest jeszcze cięższa praca i dążenie do pełnej doskonałości.
- Nie masz w sobie gotowości, by na chwilę poluzować krawat lub odpiąć ciasny kołnierzyk i przyznać, że bycie naukowcem czy naukowczynią to czasem także zgoda na niepewność.
- Mimo kolejnych publikacji i świetnych ankiet od studentów oraz studentek, wciąż czujesz ten charakterystyczny ucisk w gardle, gdy ktoś zadaje „trudne” pytanie.
- Masz dość noszenia maski eksperckiej, która coraz bardziej Cię uwiera i zabiera radość z dzielenia się wiedzą.
- Czujesz zmęczenie ciągłym udowadnianiem – głównie sobie – że naprawdę zasługujesz na miejsce, w którym się znajdujesz.
- Chcesz sprawdzić, co się stanie, gdy zamiast walczyć z wewnętrznym krytykiem, po prostu nauczysz się z nim negocjować.
- Marzysz o tym, by wejść na salę wykładową z poczuciem, że Twoja kompetencja i rzetelność są wystarczające i nie muszą być stale podpierane morderczym perfekcjonizmem.

Ten warsztat być może jest dla Ciebie, jeśli: