

---

## Call for Papers „Forum Oświatowe” nr 2/2021

### Relaksacja w edukacji – badania, teoria oraz wdrożone rozwiązania

Doświadczenie pokazuje, że rewolucja technologiczna w zakresie edukacji niesie za sobą wiele nowych wyzwań. Opanowanie nowych umiejętności w zdalnym nauczaniu, izolacja społeczna, konieczność samodzielnego mierzenia się z procesem uczenia się stają się obszarami wymagającym tworzenia takich warunków, aby mobilizować siebie oraz innych do nauki. Redukcja stresu, wsparcie psychologiczne oraz samoświadomość budowana w oparciu o techniki relaksacyjne mogą być rozwiązaniem wspomagających obszar edukacji. Ale czy jest?

Przez „relaksację”, dla potrzeb niniejszego opracowania, rozumiemy wszelkie metody i techniki ułatwiające nie tylko redukcję napięć, w obrębie fizycznego ciała (zarówno w sposób pasywny czy z wykorzystaniem ruchu), ale też, a może przede wszystkim te, które pozwalają na redukcję napięć psychicznych i emocjonalnych, związanych z ogólną sytuacją zagrożenia egzystencjalnego (w szczególności pandemicznego i ekologicznego).

Wśród znanych praktyk wylicza się:

- » Klasyczne techniki i metody relaksacyjne, np. Trening Autogenny Schultza, Technika Alexandra.
- » Tradycyjne i autorskie metody introspekcyjne, np. Medytacja, Trening Mindfulness.
- » Relaksacyjne ćwiczenia ekspresji ruchowej, np. Taniec relaksacyjny, Joga dynamiczna.
- » Kreatywne i autorskie techniki relaksacyjne, np. Praca z mandalą emocji, Techniki wizualizacji,

jednak zastosowanie ich, w obszarze pedagogicznym, wymagać może nowego spojrzenia, modyfikacji czy łączenia.

#### **Zapraszamy:**

- » **do zgłaszania tekstów** dotyczących przeglądu badań w zakresie relaksacji w szkole (całościowych spojrzeń, jak i omówienia poszczególnych technik) w edukacji polskiej oraz międzynarodowej (na różnych szczeblach);
- » omówienia własnych badań;
- » recenzji publikacji z tego zakresu.

W dziale *Z praktyki* zachęcamy do odważnych, **autorskich rozszerzeń poniższych zagadnień:**

- » jak włączać techniki relaksacyjne w proces edukacji?

- 
- » jakie metody i techniki są mają zastosowanie w edukacji w zależności od grupy wiekowej?
  - » jak można organizować wsparcie w tym zakresie dla nauczycieli i rodziców?
  - » jakie są przeszkody, problemy, blokady w praktycznym stosowaniu technik relaksacyjnych, pracy ze świadomością ciała w edukacji?

**Współpraca:**

Redaktorem tematycznym numeru jest Lesław Kulmatycki (dr hab.) pracownik Akademii Wychowania Fizycznego we Wrocławiu i Uniwersytetu Wrocławskiego oraz Magdalena Karciarz (dr) z Dolnośląskiej Szkoły Wyższej. Recenzentami będą polscy oraz zagraniczni eksperci prowadzący badania z zakresu wdrażania technik relaksacyjnych w edukacji oraz tworzenia programów promocji zdrowia.

**Terminy:**

Na teksty czekamy do 30.06.2021 – można je zgłosić poprzez system OJS FO (<https://forumoswiatowe.pl/index.php/czasopismo/information/authors>). Więcej informacji dla autorów/ek: <https://forumoswiatowe.pl/index.php/czasopismo/about/submissions>

**Pytania?**

[www.forumoswiatowe.pl](http://www.forumoswiatowe.pl)

mail: [forum.oswiatowe@dsw.edu.pl](mailto:forum.oswiatowe@dsw.edu.pl)