

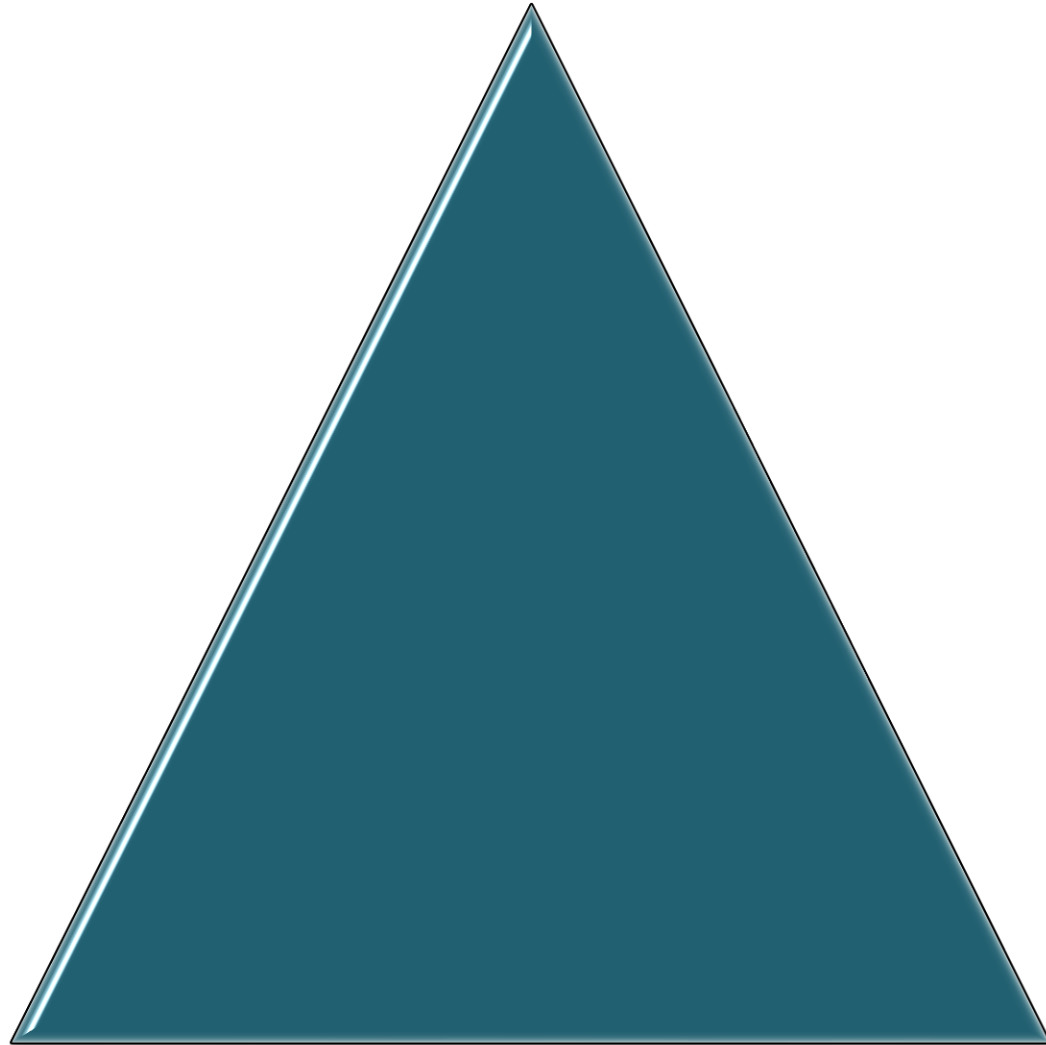
Potrzeby uczniów a planowanie pracy wychowawczo-profilaktycznej

Marta Senenko-Lichograj
konsultantka ds. pomocy psychologiczno pedagogicznej

Siedlce czerwiec 2021

Nauczycielem szkoła stoi...

Kluczową rolę
w budowaniu
środowiska
szkolnego
sprzyjającego
wychowaniu
i profilaktyce pełnią
nauczyciele



kompetencje

wiedza

umiejętności

postawy

doświadczenie i decyzje

autodiagnoza

- W jakiej jestem kondycji psychicznej?
- Jakie osobiste obciążenia/ straty przyniosła dla mnie pandemia?
- W jakich obszarach/zagadnieniach dotyczących pracy z uczniami potrzebuję poszerzyć swoje kompetencje?

W jakiej jestem kondycji psychicznej?

- Poziom lęku
- Odporność na stres
- Indywidualny sposób radzenia sobie w nowej sytuacji
- Rezyliencja - odporność psychiczna
- Uwaga
- Wrażliwość
- Sposób komunikacji
- Poczucie sprawczości

Na jakie formy wsparcia są przeznaczone dla nauczycieli?

- Sieci wsparcia
- Konsultacje z metodykami
- Nieformalne grupy wsparcia
- Profesjonalne grupy wsparcia
- Rozwój osobisty
- Treningi, warsztaty, kursy
- Indywidualne sposoby rozładowania stresu (10 tyś kroków)

**Nauczyciel nie pracuje w klasie
tylko w głowie ucznia.** Jasper Juul „Kryzys w szkole”

Co jest celem?

Jakie efekty chcemy uzyskać?

- Co warto zrobić w przyszłym roku szkolnym?
- Jakie nowe działania warto wdrożyć?
- Co jestem w stanie zrobić sam?
- Kto może mnie wesprzeć w nowych obszarach?

zawsze myśl o celu

program wychowawczo-profilaktyczny obejmuje:

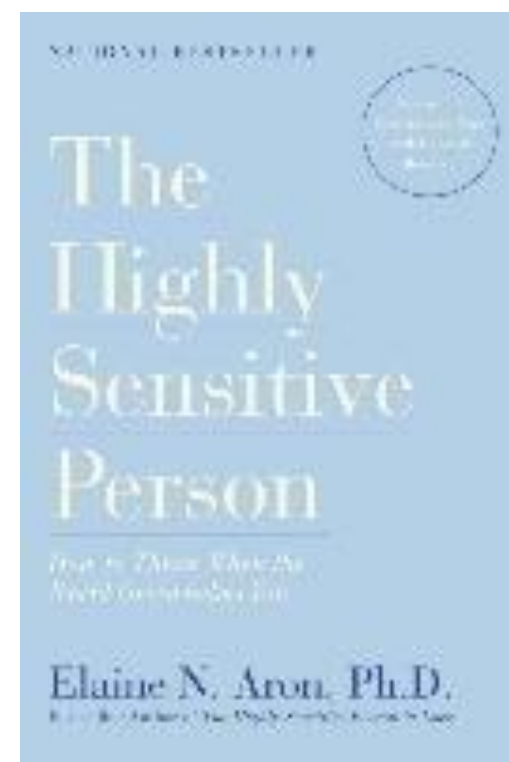
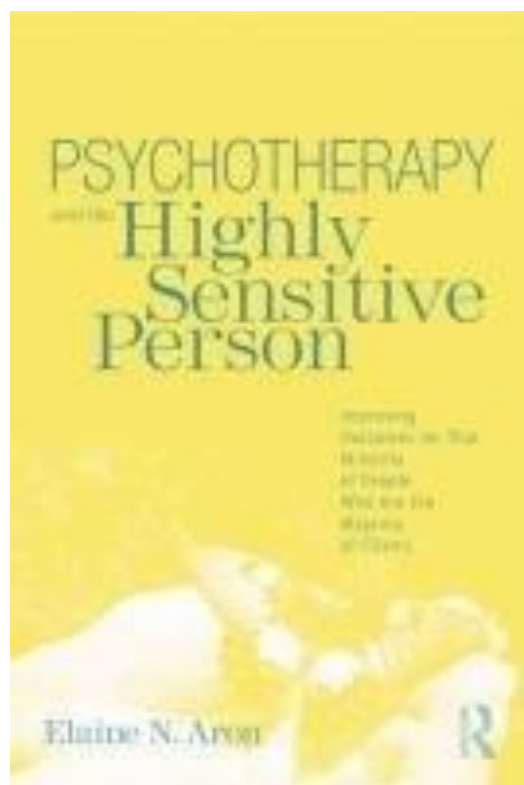
treści i działania **wychowawcze** skierowane do **uczniów**,

treści i działania **profilaktyczne** dostosowane do potrzeb rozwojowych uczniów, przygotowane w oparciu o diagnozę potrzeb i problemów występujących w danej społeczności szkolnej, skierowane do **uczniów, nauczycieli i rodziców**

Metody diagnozy

- Wywiad
- Obserwacja
- Burza mózgów on line (mentimeter, jamboard)
- Ankiety online (formularz google, forms)
- Analiza dokumentacji
- Grupy fokusowe
- Techniki grupowe: narysuj i opowiedz, tarcza strzelnicza, ruchoma tarcza
- **Skala wpływu COVID-19 i izolacji domowej na dzieci i młodzież** (Mireia Orgilés, Alexandra Morales & José Pedro Espada) w polskiej adaptacji Wiesława Poleszaka i Grzegorz Katy (2021)
- **Skala Highly Sensitive Child – Polish (HSC Polish Version)** Baryła-Matejczuk, M., Kata, G., & Poleszak, W. (2019, September). Wrażliwość środowiskowa a uzdolnienia uczniów szkół podstawowych – psychometryczne właściwości polskiej wersji skali Highly Sensitive Child (HSC). Paper presented at the Conference: 'Uwarunkowania i przykłady dobrej praktyki diagnostycznej', USWPS, Warszawa.
- **Kwestionariusz Klimatu Szkoły** Materiał dydaktyczny przygotowany w oparciu materiały trenerskie Polskiego Centrum Mediacji oraz literaturę przedmiotu.

źródło



Wysoka wrażliwość

HSP – *highly sensitive person*

WWO -wysoko wrażliwe osoba

Cecha występująca u około 10-20% populacji,
uwarunkowana genetycznie i środowiskowo.

- E. Aron zaznacza, że wrażliwość to nie to samo co **neurotyczność, nieśmiałość** czy **introwertyzm**: po pierwsze wrażliwość nie jest zaburzeniem, nie jest niczym złym (jak neurotyczność), nie jest sama w sobie źródłem cierpienia.
- może współwystępować z lękiem i depresją
- Może to oznaczać większą **kreatywność, wnikliwość, czy empatię** – ale niestety także **większą podatność na stres i przytłoczenie**.

- wysoko wrażliwa potrzebuje **dużo czasu na odpoczynek**, najlepiej w samotności
- osoba o wysokiej wrażliwości jest dużo bardziej czuła na nagłe głośne dźwięki, agresywne migające reklamy, czy wyjątkowo narzucające się zapachy
- osoby z wysoką wrażliwością mają bogaty świat wewnętrzny
- osoby takie wykazują **zwiększoną wrażliwość emocjonalną, silniejszą reaktywność** zarówno na bodźce zewnętrzne, jak i wewnętrzne

- **Zamartwianie się**
- **Częste przestymulowanie, przemęczenie i przytłoczenie**
- **Częste poczucie niezrozumienia i potrzeba izolacji**
- **Niska odporność na stres i nadmiar obowiązków**
- **Trudności w kontaktach międzyludzkich**
- **Kreatywność i wyobraźnia oraz wrażliwość na sztukę**
- **Głębokie przetwarzanie i rozgałęzione myślenie**

[źródło](#)

Jak wspierać?

- Wiedza
- Akceptacja
- Wrozumiałość

Główne sfery

- Zmiana emocjonalności –nadmierna lub ograniczona emocjonalność.
- Sprawność poznawcza –gwałtowne obniżenie wyników w nauce.
- Relacje rówieśnicze –wycofanie albo trudności w utrzymywaniu relacji.
- Zmiana zachowań.
- Objawy somatyczne, których wcześniej nie było.

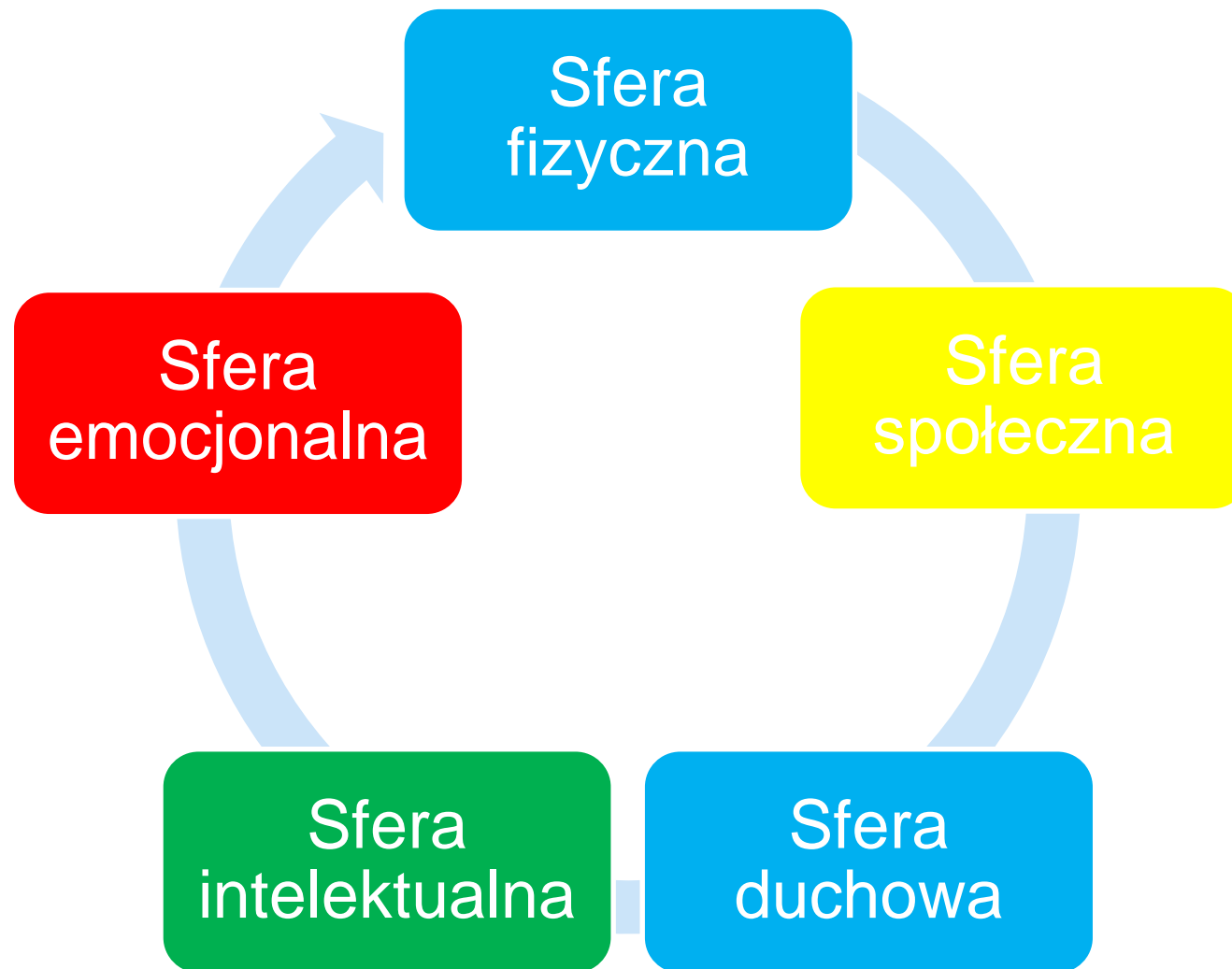
Nasilenie lęku w porównaniu z okresem przed pandemią:

- lęk przed wybranym przedmiotem lub przedmiotami,
- lęk przed nauczycielami (realny lub projekcyjny),
- lęk przed kontaktem z rówieśnikami (unikanie kontaktu, trzymanie się z daleka, wycofanie).

• Źródło: Wachowiak, 2021, ORE

Sfery dojrzałości

Treści wychowawczo-profilaktyczne



Rozmowa indywidualna

- Zapytaj o zgodę
- Czas
- Miejsce
- Nastawienie
- Szacunek

Dyskusja w kręgu

- Zapytaj o zgodę
- Ustal zasady (szanujemy się, mówimy o sobie, nie krytykujemy, można pytać)
- Wyznacz cel
- Pilnuj porządku

technika „narysuj i opowiedz”

Kluczowym punktem badania za pomocą techniki „Narysuj i opowiedz” jest **rozmowa** z dzieckiem, do której wstępem (przyczynkiem, pretekstem) jest jego **rysunek**.

- Metod przeznaczona dla dzieci młodszych – przedszkole

Źródło: Magdalena Woynarowska-Sołdan, Barbara Woynarowska Przedszkole promujące zdrowie

- Co mnie cieszy?
- Czego się obawiam?
- Co jest trudne w powrocie do szkoły?
- Co czujesz, gdy myślisz o szkole?
- Co czujesz, gdy myślisz o nauczaniu zdalnym?
- Narysuj siebie w czasie pandemii?

technika „narysuj i napisz”

Kluczowym punktem badania za pomocą techniki „**Narysuj i napisz**” jest **zapis** ucznia (lub innej osoby pod dyktando ucznia), do której wstępem (przyczynkiem, pretekstem) jest jego **rysunek**. Niektórym uczniom może pomóc nauczyciel w dokonaniu zapisu.

- Metod przeznaczona dla uczniów do 12 roku życia – klasy I-III

Źródło: Magdalena Woynarowska-Sołdan, Barbara Woynarowska Szkoła promujące zdrowie

Przykładowe polecenia

- Czego brakowało mi w nauczaniu zdalnym?
- Czego nauczyłem się w nauczaniu zdalnym?
- Jakie uczucia wywołuje u Ciebie powrót do szkoły?
- *Co lubiłem w nauczaniu zdalnym?*
- *Czego nie lubiłem w nauczaniu zdalnym?*
- *Z czym mam obecnie trudności?*
- *O czym chciałbym porozmawiać?*
- *Z kim chciałabym porozmawiać o „swoich sprawach”?*

Ćwiczenie „Ruchoma tarcza”

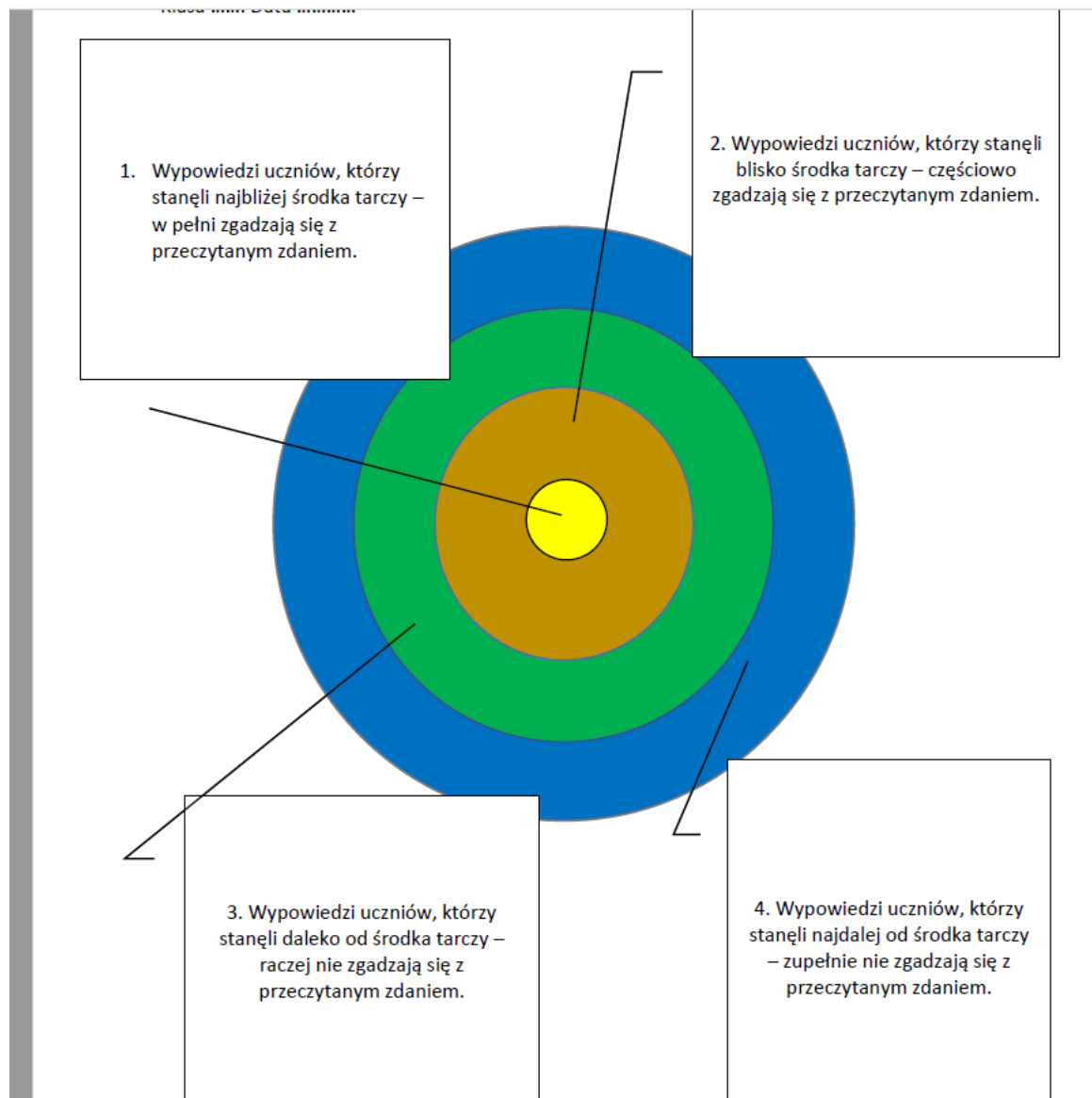
Celem badania jest poznanie sposobu w jaki uczniowie postrzegają sytuację w klasie, ich stosunku do szkoły i uczenia się.

Uczniowie ustawiają się w odległości do danego stwierdzenia, która obrazuje ich stosunek do tego stwierdzenia.

Przykładowe stwierdzenia:

Powrót do szkoły był dla mnie trudny
potrzebuje pomocy w uzupełnianiu wiedzy z matematyki

Źródło: Magdalena Woynarowska-Sołdan, Barbara Woynarowska Szkoła promująca zdrowie



twierdzenia (znajdujące się na kolejnych arkuszach do wydrukowania):

Lubię chodzić do szkoły

Lubię uczyć się on line

W szkole czuję się bezpiecznie

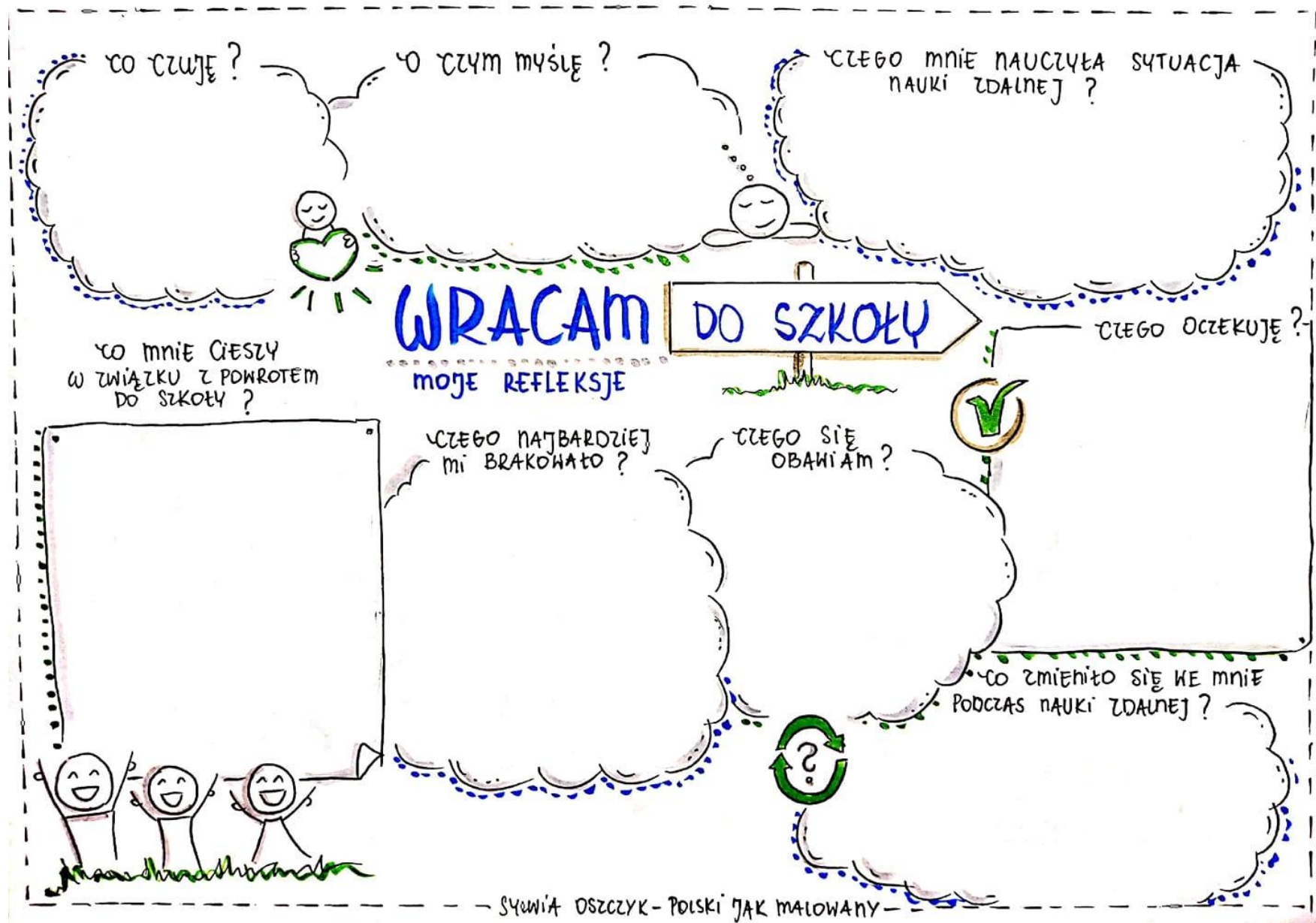
Lubię się uczyć

Lubię kolegów/koleżanki z mojej klasy

Lubię moich nauczycieli

Źródło: [Narzędzia do diagnozy zapotrzebowania na działania wychowawcze i profilaktyczne w środowisku szkoły](#)

źródło



źródło



Materiały źródłowe ORE:

Narzędzia do diagnozy zapotrzebowania
na działania wychowawcze i profilaktyczne
w środowisku szkoły

Dziękuję za uwagę

marta.senenko@mscdn.edu.pl