



DOBRE PRAKTYKI

E-book

“Szkola bez przemocy - razem dla zdrowia!
Wspieranie zdrowia psychicznego poprzez
przeciwdziałanie przemocy rówieśniczej”

DOBRE PRAKTYKI

w ramach projektu "Szkoła bez przemocy - razem dla zdrowia!"
we współpracy ze szkołami z całej Polski, ekspertami i Fundacją Edukacji
Obywatelskiej OliEdu.

Wstęp

Przemoc rówieśnicza w środowisku szkolnym stanowi jedno z najpoważniejszych wyzwań współczesnej profilaktyki zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży. Jest zjawiskiem złożonym, dynamicznym i wieloczynnikowym, które nie tylko narusza poczucie bezpieczeństwa uczniów, ale również istotnie wpływa na ich rozwój emocjonalny, społeczny i poznawczy.

W ostatnich latach obserwuje się wyraźny wzrost nasilenia zachowań przemocowych, zarówno w formie:

- bezpośredniej (fizycznej i werbalnej),
- pośredniej – relacyjnej,
- cyberprzemocy.

Szkoła, jako jedno z kluczowych środowisk socjalizacyjnych, staje się przestrzenią, w której te zjawiska ujawniają się szczególnie wyraźnie.

Z perspektywy psychologicznej przemoc rówieśnicza nie jest jedynie problemem „trudnych zachowań” czy „braku dyscypliny”. Jest ona często objawem głębszych trudności emocjonalnych, deficytów w zakresie regulacji emocji, niskiego poczucia własnej wartości, a także nieskutecznych wzorców radzenia sobie ze stresem i frustracją. Dzieci i młodzież, które stosują przemoc, bardzo często same doświadczają przeciążenia psychicznego, poczucia bezradności, odrzucenia lub braku realnego wsparcia w swoim najbliższym otoczeniu.

Źródła przemocy rówieśniczej są wielowymiarowe. Z jednej strony obejmują czynniki indywidualne, takie jak:

- impulsywność,
- trudności w rozpoznawaniu i wyrażaniu emocji,
- niski poziom empatii,
- doświadczenia własnej krzywdy.

Z drugiej strony istotną rolę odgrywają czynniki rodzinne:

- konflikty,
- brak stabilności emocjonalnej,
- niewystarczająca dostępność rodziców,
- przemoc domowa,
- chroniczny stres związany z sytuacją ekonomiczną i społeczną rodziny.

Dziecko, które nie znajduje bezpiecznej przestrzeni do przeżywania i odreagowywania emocji w domu, może przenosić nagromadzone napięcie do relacji rówieśniczych, gdzie agresja staje się formą regulacji emocjonalnej.

DOBRE PRAKTYKI

w ramach projektu "Szkoła bez przemocy - razem dla zdrowia!"
we współpracy ze szkołami z całej Polski, ekspertami i Fundacją Edukacji
Obywatelskiej OliEdu.

Wstęp

Współczesnym czynnikiem istotnie nasilającym problem przemocy rówieśniczej są media społecznościowe i środowisko cyfrowe.

Paradoksalnie, mimo nieustannego bycia „w kontakcie”, wielu młodych ludzi doświadcza głębokiego poczucia samotności, izolacji emocjonalnej i braku autentycznych relacji. Porównywanie się z innymi, presja wizerunkowa, hejt, wykluczenie online oraz nieustanna ekspozycja na ocenę prowadzą do obniżenia dobrostanu psychicznego, wzrostu frustracji i napięcia. W takich warunkach agresja – zarówno w świecie realnym, jak i wirtualnym – bywa traktowana jako sposób odzyskiwania kontroli, znaczenia lub chwilowego rozładowania emocji.

Szkoła, w której uczniowie spędzają znaczną część dnia, staje się miejscem, gdzie krzyżują się różnorodne trudne doświadczenia, potrzeby i deficyty. Brak odpowiednich mechanizmów reagowania na przemoc, niewystarczające kompetencje w zakresie profilaktyki oraz ograniczone możliwości współpracy pomiędzy nauczycielami, rodzicami i specjalistami mogą prowadzić do utrwalania się destrukcyjnych wzorców relacji. Dlatego tak istotne jest systemowe i konsekwentne podejście do przeciwdziałania przemocy rówieśniczej, oparte na wiedzy psychologicznej i sprawdzonych rozwiązaniach praktycznych.

Projekt „Szkoła bez Przemocy – Razem dla Zdrowia! Wspieranie zdrowia psychicznego poprzez przeciwdziałanie przemocy rówieśniczej” odpowiada na te wyzwania, stawiając w centrum dobrostan psychiczny całej społeczności szkolnej. Jego znaczenie jest kluczowe zarówno dla nauczycieli, uczniów, jak i rodziców.

Nauczyciele otrzymują narzędzia do wczesnego rozpoznawania sygnałów przemocy, lepszego rozumienia mechanizmów zachowań agresywnych oraz skutecznego reagowania w sytuacjach kryzysowych.

Uczniowie zyskują przestrzeń do uczenia się bezpiecznych relacji, empatii, asertywności i konstruktywnego radzenia sobie z emocjami.

Rodzice natomiast zostają włączeni w proces budowania spójnego systemu wsparcia, który wzmacnia dzieci zarówno w domu, jak i w szkole.

Przeciwdziałanie przemocy rówieśniczej nie jest zadaniem jednostkowym ani doraźnym. Wymaga współpracy, wspólnej odpowiedzialności oraz konsekwentnego promowania dobrych praktyk – takich, które wzmacniają relacje, sprzyjają otwartej komunikacji i budują kulturę szacunku. Tylko działając razem, możemy skutecznie zapobiegać zjawisku przemocy, które niestety w ostatnich latach przybiera na sile.

Promowanie dobrych praktyk w szkołach to inwestycja w zdrowie psychiczne dzieci i młodzieży, ale także w przyszłość całego społeczeństwa. Każde działanie profilaktyczne, każda rozmowa, każde świadome wsparcie przyczyniają się do ograniczenia skali przemocy i tworzenia środowiska, w którym młody człowiek może rozwijać się w poczuciu bezpieczeństwa, akceptacji i godności.

Dzięki wspólnym wysiłkom możemy realnie zmniejszyć zjawisko przemocy rówieśniczej i budować szkołę, która rzeczywiście sprzyja zdrowiu – psychicznemu i społecznemu. Zatem edukujmy i przeciwdziałajmy zjawisku przemocy rówieśniczej.

Autorka: Iwona A. Wiśniewska - Dyrektorka Specjalistycznego Ośrodka Wsparcia dla Osób Doznających Przemocy Domowej w Krakowie

DOBRE PRAKTYKI

w ramach projektu „Szkoła bez przemocy - razem dla zdrowia!”
we współpracy ze szkołami z całej Polski, ekspertami i Fundacją Edukacji
Obywatelskiej OliEdu.

Dzięki realizacji zadania z zakresu zdrowia publicznego dla Ministerstwa Edukacji Narodowej wypracowaliśmy 20 Dobrych Praktyk Przeciwdziałania Przemocy Rówieśniczej!

Fundacja Edukacji Obywatelskiej OliEdu realizując projekt pod nazwą „Szkoła bez Przemocy – Razem dla Zdrowia! Wspieranie zdrowia psychicznego poprzez przeciwdziałanie przemocy rówieśniczej” zebrała Dobre Praktyki Przeciwdziałania Przemocy Rówieśniczej ze szkół podstawowych i ponadpodstawowych z całej Polski.

Głównym celem takich działań jest:

- zapobieganie przemocy rówieśniczej poprzez promowanie dobrych praktyk,
- a także różnorodne działania edukacyjne i wspólna wymiana doświadczeń.

Dzięki otrzymanym opisom dobrych praktyk od placówek edukacyjno - oświatowych zespół ekspertów z obszaru pedagogiki, psychologii, socjologii, prawa i zdrowia przystąpił do opisywania ich oraz wyróżniania najlepszych praktyk w kontekście przeciwdziałania przemocy rówieśniczej jako działań: skutecznych, trwałych i innowacyjnych, które promują bezpieczne relacje oraz ograniczają agresję wśród uczniów.

Uzyskane opisy Dobrych Praktyk Przeciwdziałania Przemocy Rówieśniczej pozwoliły na wyszczególnienie 20 poniższych przykładów.

Podział ten:

- porządkuje różnorodne działania w spójny system,
- pokazuje, że przeciwdziałanie przemocy to proces wielopoziomowy,
- ułatwia przypisanie praktyk do programów wychowawczo-profilaktycznych,
- jest zgodny z podejściem whole-school / cała szkoła.

DOBRE PRAKTYKI

w ramach projektu “Szkoła bez przemocy - razem dla zdrowia!”
we współpracy ze szkołami z całej Polski, ekspertami i Fundacją Edukacji
Obywatelskiej OliEdu.

Podział Dobrych Praktyk Przeciwdziałania Przemocy Rówieśniczej:

I. Budowanie pozytywnego klimatu szkoły i relacji rówieśniczych

Działania wzmacniające empatię, życzliwość, poczucie przynależności i bezpieczeństwa:

- Drzewo Szczęścia
- Dzień Życzliwości
- Tydzień przeciwdziałania przemocy rówieśniczej
- Aktywnie i w ruchu przeciw przemocy rówieśniczej
- Kreatywnie przeciw przemocy

Cel: wzmacnianie postaw prospołecznych i zapobieganie przemocy poprzez pozytywne doświadczenia wspólnotowe.

II. Profilaktyka i edukacja społeczno-emocjonalna uczniów

Systematyczne działania edukacyjne rozwijające kompetencje emocjonalne i społeczne:

- Programy profilaktyki przemocy rówieśniczej
- Ogólnopolskie kampanie przeciwdziałania przemocy rówieśniczej
- Działania i warsztaty z zakresu psychoedukacji
- Działania multiprzedmiotowe
- Przedstawienia profilaktyczne

Cel: zwiększanie świadomości uczniów, uczenie rozpoznawania przemocy i konstruktywnych reakcji.

III. Wsparcie psychologiczne i bezpieczne przestrzenie w szkole

Rozwiązania umożliwiające uczniom szukanie pomocy i regulację emocji:

- Skrzyneczka Zaufania
- „Strefa Ciszy”
- Spotkania z przedstawicielami poradni psychologiczno-pedagogicznych

Cel: wczesne reagowanie, obniżanie napięcia emocjonalnego, dostępność wsparcia.

IV. Wsparcie rówieśnicze i metody naprawcze

Działania oparte na dialogu i odpowiedzialności społecznej uczniów:

- Wsparcie rówieśnicze i mediacje

Cel: rozwiązywanie konfliktów bez eskalacji, wzmacnianie odpowiedzialności i empatii.

V. Współpraca z instytucjami i specjalistami zewnętrznymi

Działania zwiększające skuteczność profilaktyki poprzez wsparcie ekspertów:

- Spotkania profilaktyczne z Policją
- Współpraca szkoły z prawnikiem
- Współpraca z fundacjami i stowarzyszeniami

Cel: poszerzanie perspektywy uczniów, wzmacnianie odpowiedzialności prawnej i społecznej.

VI. Zaangażowanie rodziców i środowiska lokalnego

Działania wspierające spójność oddziaływań wychowawczych:

- Szkolenia i warsztaty dla rodziców

Cel: budowanie wspólnej strategii reagowania na przemoc.

VII. Aktywność społeczna, partycypacja i dialog

Formy angażujące uczniów i społeczność szkolną w refleksję i działanie:

- Konferencje i debaty
- Organizacja konkursów

Cel: wzmacnianie głosu uczniów i kultury dialogu.



DOBRE PRAKTYKI

w ramach projektu “Szkoła bez przemocy - razem dla zdrowia!”
we współpracy ze szkołami z całej Polski, ekspertami i Fundacją Edukacji
Obywatelskiej OliEdu.

I. BUDOWANIE POZYTYWNEGO KLIMATU SZKOŁY I RELACJI RÓWIEŚNICZYCH

Drzewo Szczęścia

Opracowanie opisu praktyki:

Ilona Obrączka- psycholog

Opis dobrej praktyki

Na szkolnym korytarzu, w miejscu ogólnodostępnym dla uczniów i nauczycieli, ale także dla rodziców, stanęła makieta drzewa szczęścia - drzewa "zbudowanego" z wdzięczności, drobnych gestów życzliwości, codziennych radości oraz wielkich powodów do szczęścia. Każdy mógł przyłączyć się do jego współtworzenia poprzez powieszenie na drzewie liścia / liści, na których zapisał to, co sprawia że czuje się szczęśliwy - były to codzienne gesty dobroci, oznaki życzliwości ze strony innych, małe i duże życiowe radości. Znalazły się wśród nich sprawy wielkie jak rodzina, przyjaciele czy ukochany pupil, ale także drobne wydarzenia, które zmieniają codzienność na lepsze jak: rozmowa, ciepła herbata, uśmiech czy życzliwe słowo. Drzewo stało na szkolnym korytarzu przez okres dwóch miesięcy stając się w tym czasie swoistym symbolem wspólnoty w szkolnej społeczności i znaczenia drobnych gestów dla budowania bezpiecznego, pozbawionego przemocy środowiska. Drzewo stało się uniwersalnym narzędziem edukacji emocjonalnej i społecznej. Zmieniło szkolną rzeczywistość w przestrzeń otwartą na dobre i bezpieczne relacje, wzajemne zrozumienie i empatię oraz codzienny wyraz sprzeciwu wobec zachowań przemocowych. Efektem projektu był wzrost poczucia własnej wartości u uczniów i ich identyfikacji ze szkolną społecznością jako środowiskiem zapewniającym wsparcie i poczucie bezpieczeństwa, a przede wszystkim poprawa dobrostanu psychicznego i jakości relacji rówieśniczych.

Cel dobrej praktyki:

Celem praktyki DRZEWO SZCZĘŚCIA jest szeroko rozumiana profilaktyka zdrowia psychicznego, zarówno dzieci, młodzieży, dorosłych: nauczycieli i rodziców, poprzez wspieranie poczucia dobrostanu psychicznego, zwiększanie samoświadomości oraz zdolności do odczuwania wdzięczności w codziennym życiu, co pozytywnie wpływa na wzrost samooceny, ogólne poczucie zadowolenia z życia, a także obniża ryzyko wystąpienia zaburzeń nastroju o charakterze depresji. Praktyka rozwija także zdolność do wyrażania życzliwości w stosunku do siebie i do innych oraz integruje społeczność szkolną, zmniejszając tym samym ryzyko pojawienia się zachowań o charakterze przemocowym i wspierając rozwijanie satysfakcjonujących relacji rówieśniczych.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
uczniowie	<ul style="list-style-type: none">• tworzą materiały• uczestniczą w projekcie• są współodpowiedzialni za realizację projektu
nauczyciele i pracownicy szkoły	<ul style="list-style-type: none">• uczestniczą w projekcie• koordynują działania• czuwają nad bezpieczeństwem• prowadzą warsztaty, lekcje wychowawcze
rodzice/ opiekunowie prawni uczniów	<ul style="list-style-type: none">• uczestniczą w projekcie

Drzewo Szczęścia

Opracowanie opisu praktyki:

Ilona Obrączka- psycholog

Przewidywane efekty i mocne strony (STRENGTHS)

- wzrost poczucia bezpieczeństwa uczniów
- poprawa klimatu szkoły
- wzrost poczucia przynależności do społeczności szkolnej
- spadek zachowań przemocowych wśród uczniów
- wzrost poczucia dobrostanu psychicznego
- oddziaływanie na wiele grup: uczniowie, nauczyciele i pracownicy, rodzice
- profilaktyka zdrowia psychicznego
- profilaktyka przemocy rówieśniczej
- wzrost samoświadomości
- projekt dostosowany do uczniów w każdym wieku

Słabości praktyki (WEAKNESS)

- np. jednorazowość
- brak zaangażowania ze strony niektórych lub wszystkich uczniów
- projekt może być potraktowany przez uczniów powierzchownie - jako zabawa
- zapobiega przemocy rówieśniczej pośrednio

Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)

- możliwość dostosowania czasu ekspozycji drzewa do potrzeb i / lub możliwości szkoły
- możliwość rozszerzenia graficznego projektu o dodatkowe elementy np. dla młodszych klas (kwiaty, zwierzęta, ptaki)
- możliwość rozszerzenia projektu o dodatkowe działania, np. warsztaty czy scenariusze lekcji z wychowawcą powiązane tematycznie z projektem
- możliwość rozszerzenia projektu o szereg działań "wokół" projektu, np. gra terenowa, gra planszowa, ruchowe zabawy integracyjne
- możliwość modyfikacji projektu zależnie od potrzeb i możliwości uczniów, np. zamiana na indywidualne projekty drzewa wykonywane przez uczniów i eksponowane w widocznym miejscu w szkole czy zmiana tematyki na związaną z przyjaźnią czy szeroko rozumianymi relacjami

Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)

- brak ogólnodostępnego miejsca do umieszczenia drzewa, tak by dostęp do niego mieli także rodzice (w większości szkół rodzice nie mają możliwości wstępu na teren placówki)
- brak umiejętności i / lub zasobów do przygotowania projektu od strony technicznej
- brak zaangażowania się w projekt ze strony, np. nauczycieli, pracowników, rodziców

Dzień Życzliwości

Opracowanie opisu praktyki:

Ilona Obrączka- psycholog

Opis dobrej praktyki

DZIEŃ ŻYCZLIWOŚCI jest projektem uniwersalnym, który może zostać zrealizowany w każdej placówce edukacyjnej w sposób dostosowany do jej potrzeb i możliwości. Praktyka ta zakłada zorganizowanie na terenie placówki dnia, w którym zadaniem uczniów, ale także nauczycieli i innych pracowników, będzie budowanie atmosfery życzliwości i wsparcia. Może się to odbywać w dowolny sposób wybrany przez daną placówkę zgodnie z rozpoznanymi potrzebami i posiadanymi zasobami. Wśród proponowanych form realizacji tej praktyki są takie jak:

- poczta życzliwości - uczniowie piszą liściki z pozytywnymi wiadomościami, które są wrzucane do skrzynki, a następnie dostarczane do adresatów - skrzynka może znajdować się w ogólnodostępnym miejscu na terenie szkoły lub liściki mogą być do niej zbierane przez np. uczniów z Samorządu Uczniowskiego. Również Samorząd Uczniowski warto zaangażować do dystrybucji poczty wśród adresatów;
- zrywki życzliwości - na szkolnych korytarzach zostały rozwieszane kartki ze zrywkami zawierającymi słowa wsparcia, otuchy, pozytywne afirmacje, które każdy chętny mógł oderwać i zabrać ze sobą lub przekazać innej osobie;
- kartka z dobrym słowem - rozdawanie przez uczniów np. ze Szkolnego Koła Wolontariatu kolorowych kartek z pozytywnym przesłaniem, każdy uczeń czy pracownik szkoły został obdarowany takim wzmacniającym prezentem;
- życzliwe wyzwanie - umieszczenie w ogólnodostępnym miejscu listy wyzwań, które uczniowie mogą zrealizować w danym dniu, wyzwania mogą to być umieszczone w skrzynce lub pudełku do wylosowania lub zawieszane na tablicy do samodzielnego wyboru;
- łańcuch życzliwości - przygotowanie przez każde dziecko we współpracy z rodzicami pracy plastycznej, przedstawiającej sytuację, w której ostatnio okazali komuś szacunek lub sprawili, że ktoś się uśmiechnął. Prace te są łączone ze sobą w jeden długi łańcuch życzliwości, którym w jednej z placówek udało się opleść całe przedszkole. Pokazało to w symboliczny sposób, że każdy jeden gest czy uczynek ma znaczenie i wpływa na tworzenie atmosfery życzliwości, bezpieczeństwa i wsparcia.

Praktyka ta uczy, że każdy nawet najdrobniejszy gest życzliwości ma znaczenie i może okazać się ważnym wyrazem wsparcia dla drugiej osoby, a tym samym wpływa pozytywnie na budowanie wzajemnych relacji i profilaktykę przemocy rówieśniczej.

Uwaga: Światowy Dzień Życzliwości przypada 21 listopada. Opisana praktyka może, ale nie musi być realizowana w powiązaniu z tą datą.

Cel dobrej praktyki:

Celem praktyki DZIEŃ ŻYCZLIWOŚCI jest budowanie relacji opartych na wzajemnym szacunku, umiejętności kierowania do innych gestów sympatii, wrażliwości na emocje i potrzeby ludzi wokół nas oraz empatii. Takie zachowania obecne w codziennym funkcjonowaniu przyczyniają się do tworzenia bezpiecznej i wspierającej atmosfery w szkole, co w konsekwencji prowadzi do zmniejszenia się zachowań o charakterze przemocy rówieśniczej. Eliminując postawy negatywne i promując przekonanie, że każdy nawet najdrobniejszy gest życzliwości ma znaczenie praktyka wpływa na obniżanie poziomu nieufności społecznej, przełamywanie stereotypów i tworzenie relacji opartych na wzajemnej akceptacji i wsparciu.

Dzień Życzliwości

Opracowanie opisu praktyki:

Ilona Obrączka- psycholog

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
uczniowie szkół podstawowych i ponadpodstawowych nauczyciele i pracownicy rodzice	<ul style="list-style-type: none">• biorą udział w akcji• biorą aktywny udział w podejmowanych działaniach - mogą być ich uczestnikami, ale także inicjatorami i współorganizatorami

<p>Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)</p> <ul style="list-style-type: none">• wzrost atmosfery i wzajemnego wsparcia wśród uczniów• poprawa klimatu szkoły• wzrost poczucia dobrostanu psychicznego u uczniów• profilaktyka zdrowia psychicznego• profilaktyka przemocy rówieśniczej• ogólna dostępność dla każdego ucznia• projekt dostosowany do uczniów w każdym wieku• duża elastyczność praktyki• możliwość oddziaływania na wiele grup docelowych• rozwija kreatywność - daje możliwości dostosowania do potrzeb i możliwości placówki	<p>Słabości praktyki (WEAKNESS)</p> <ul style="list-style-type: none">• ograniczenie się do zaproponowanych działań i nie tworzenie własnych inicjatyw w ramach praktyki• możliwość "zniknięcia" dnia w natłoku różnych inicjatyw realizowanych przez placówkę
<p>Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)</p> <ul style="list-style-type: none">• możliwość rozszerzenia działań na dłuższy okres czasu (tydzień, miesiąc)• możliwość realizowania w ramach praktyki własnych inicjatyw, wymyślonych przez uczniów / nauczycieli / rodziców• możliwość rozszerzenia działań w ramach praktyki na społeczność lokalną lub dedykowaną grupę odbiorców np. pensjonariuszy DPS czy Domu Seniora	<p>Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)</p> <ul style="list-style-type: none">• brak zaangażowania ze strony uczniów / nauczycieli / rodziców• brak zasobów do realizacji działań• trywializowanie działań przez uczniów i / lub nauczycieli

Tydzień Przeciwdziałania Przemocy Rówieśniczej

Opracowanie opisu praktyki:
Anna Kwaśniewska - pedagog

Opis dobrej praktyki

Tydzień Przeciwdziałania Przemocy Rówieśniczej to pięciodniowy cykl działań profilaktycznych, ukierunkowanych na nabycie umiejętności interwencyjnych w sytuacji pojawienia się zachowań przemocowych. W ramach Tygodnia cała społeczność szkolna uczniowie, nauczyciele, rodzice i kadra niepedagogiczna wspólnie organizują, realizują i uczestniczą w różnorodnych działaniach obejmujących: warsztaty, lekcje, akcje informacyjne, zajęcia wychowawcze i inne wydarzenia.

Cel dobrej praktyki:

Cel ogólny w obszarze profilaktyki:

- nabywanie wiedzy z zakresu "Czym jest przemoc, jakie są jej formy, jak można jej zapobiegać?",
- budowanie i doskonalenie relacji oraz współpracy uczniów, nauczycieli, rodziców, kadry niepedagogicznej na rzecz budowania życzliwego, wspierającego środowiska szkolnego zapobiegającego pojawianiu się przemocy rówieśniczej,
- budowanie środowiska włączającego szkoły dostępczej dla każdego ucznia, promowanie różnorodności jako zasobu szkoły, klasy, środowiska,
- promowanie postawy szacunku i empatii jako fundamentu współpracy w szkole.
- nabywanie wiedzy, umiejętności i postaw z zakresu rozpoznawania symptomów i zachowań przemocy fizycznej, werbalnej, psychicznej, relacyjnej, cyberprzemocy oraz odpowiedniego reagowania w sytuacji przemocy.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
Uczniowie szkół podstawowych i/lub ponadpodstawowych	<ul style="list-style-type: none">• uczestniczą w warsztatach, np. poprzez podawanie przykładów zachowań przemocowych,• dyskutują: co to jest przemoc?, jakie zachowanie jest przemocą (praca w grupach: wskaż kilka sposobów reagowania na to zachowanie, wybierz zachowanie mające znamiona przemocy),• odgrywają scenki np. na temat przeciwdziałania przemocy,• uczestniczą w akcjach i są współodpowiedzialni za klimat szkoły.• współtworzą materiały, np. plakaty promujące bezpieczne korzystanie z Internetu oraz AI
Kadra pedagogiczna (nauczyciele, wychowawcy, specjaliści)	<ul style="list-style-type: none">• przygotowują i koordynują działania w ramach dobrej praktyki, prowadzą warsztaty, czuwają nad bezpieczeństwem i atmosferą pracy.
Rodzice	<ul style="list-style-type: none">• w ramach informacji lub krótkich mini warsztatów mogą, np. pełnić rolę uczestników, rolę wspierającą lub promocyjną.
Pracownicy	<ul style="list-style-type: none">• są zaangażowani organizacyjnie w podejmowane w szkole działania, nabywają wiedzę i umiejętności z zakresu dostrzegania zachowań przemocowych, agresywnych oraz nabywają umiejętności reagowania na tego typu sytuacje, np. zgłaszanie dyrektorowi, osobom odpowiedzialnym wystąpienia sytuacji problemowych.

Tydzień Przeciwdziałania Przemocy Rówieśniczej

Opracowanie opisu praktyki:
Anna Kwaśniewska - pedagog

Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)

- Większa świadomość i wiedza uczniów, nauczycieli, rodziców, specjalistów, pracowników niepedagogicznych w zakresie obszaru przemocy i jej rodzajów (przemoc: fizyczna, psychiczna, relacyjna, werbalna, cyberprzemoc).
- Nabycie umiejętności reagowania w różnorodnych sytuacjach przemocowych, a w sytuacjach bycia świadkiem przemocy jak zareagować tu i teraz, kiedy, gdzie i do kogo się zgłosić (pedagog, psycholog, wychowawca, rodzic, Dziecięcy Telefon Zaufania Rzecznika Praw Dziecka itp.).
- Wzmacniające i chroniące środowisko szkolne, przyjazne otoczenie, doskonalsze relacje w szkole chroniące przed przemocą.
- Zaangażowanie i współpraca całej społeczności szkolnej w przygotowywanie, organizowanie i realizowanie dobrej praktyki, co samo w sobie jest czynnikiem chroniącym, wzmacniającym i poprawiającym relacje.
- Budowanie pozytywnego klimatu szkoły.

Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)

- Możliwość wydłużenia praktyki do miesiąca bądź roku szkolnego pod hasłem przeciwdziałania przemocy.
- Możliwość dostosowanie działań podejmowanych podczas realizacji praktyki do wieku uczniów.
- Możliwość podjęcia współpracy podczas realizacji praktyki ze środowiskiem zewnętrznym, np. z inną szkołą (wspólne happeningi, akcje promocyjne), stowarzyszeniem (pozyskanie specjalistów do prowadzenia warsztatów z młodzieżą bądź kadrą pedagogiczną), pedagogiczną biblioteką (zajęcia z arteterapii i inne), placówką doskonalenia nauczycieli (warsztaty, szkolenia dla kadry pedagogicznej), ośrodkiem kultury, policją i innymi służbami itp

Słabości praktyki (WEAKNESS)

- Jednorazowa akcyjność praktyki, brak kontynuacji i przełożenia na codzienne życie szkoły działań i założeń wypracowanych podczas realizacji praktyki.
- Zaangażowanie tylko wybranych nauczycieli, uczniów, rodziców, powierzchowność realizacji bez głębszych refleksji ze względu na ograniczony czas.
- Narzucenie uczniom odgórnie działań przez nauczycieli co zmniejsza zaangażowanie się całej społeczności szkolnej i przejęcie odpowiedzialności za realizację działań i ich efekty.

Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)

- Zbyt mała ilość czasu na dogłębne zrealizowanie i omówienie działań, wyciągnięcie wniosków i refleksji z podejmowanych działań.
- Ograniczone umiejętności nauczycieli, specjalistów do właściwego prowadzenia działań.

Aktywnie i w ruchu przeciw przemocy rówieśniczej

Opracowanie opisu praktyki:
Anna Zasada-Chorab - socjolog

Opis dobrej praktyki

To praktyka łącząca profilaktykę z aktywnością fizyczną i integracją uczniów. Poprzez gry zespołowe, zajęcia sportowe i zabawy ruchowe młodzież uczy się współpracy, komunikacji i rozwiązywania konfliktów w bezpiecznym środowisku. Takie inicjatywy pomagają zmniejszać napięcia między uczniami, rozwijają umiejętność radzenia sobie z emocjami i wzmacniają więzi rówieśnicze, promując kulturę wzajemnego szacunku i przeciwdziałania agresji

Cel dobrej praktyki:

Celem jest rozwijanie umiejętności współpracy, komunikacji i rozwiązywania konfliktów wśród uczniów poprzez aktywność fizyczną. Inicjatywy te mają wspierać budowanie pozytywnych relacji rówieśniczych, zmniejszać napięcia i agresję oraz wzmacniać poczucie przynależności do grupy. Poprzez zabawę i sport uczniowie uczą się empatii, wzajemnego szacunku i odpowiedzialnego reagowania na sytuacje konfliktowe, przyczyniając się do tworzenia bezpiecznego i przyjaznego środowiska szkolnego.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
Uczniowie szkół podstawowych i/lub ponadpodstawowych	<ul style="list-style-type: none">uczestniczą aktywnie w wydarzeniu, promują je, uczestniczą w doborze narzędzi wdrażania, tworzą materiały, plakaty, tworzą i udostępniają bezpieczne treści w media społecznościowych, promują zapobieganie agresji i przemocy rówieśniczej
Pedagodzy szkolni i psychologowie, nauczyciele i wychowawcy, nauczyciele wf	<ul style="list-style-type: none">wspierają uczniów w realizacji projektów, współtworzą atmosferę sprzyjającą integracji, są jedną z grup uczestniczących w wydarzeniu.Koordynują akcję i doradzają uczniom.Wartością dodaną jest możliwość wykorzystania wytworzonych materiałów przez uczestników akcji w realizacji działań profilaktycznych w szkole.
Lokalni partnerzy i instytucje, jak ngo zajmujące się przeciwdziałaniem przemocy	<ul style="list-style-type: none">mogą wspierać wydarzenie merytorycznie, promocyjnie lub nagrodami.

Aktywnie i w ruchu przeciw przemocy rówieśniczej

Opracowanie opisu praktyki:
Anna Zasada-Chorab - socjolog

<p>Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)</p> <p>Udział w wydarzeniu sprzyja rozwojowi kompetencji społeczno-emocjonalnych, dodatkowo uczestnictwo wymaga refleksji nad własnymi i innych osób zachowaniami i emocjami, tworzenie wspólnych działań sprzyja rozwijaniu empatii i mobilizuje do współpracy, uczniowie uczą się asertywnego reagowania na przemoc lub konflikty w klasie. Przygotowując równe formy oddziaływań, uczniowie poznają różnorodne formy przemocy oraz ich konsekwencje. Działanie wzmacnia integrację klasy poprzez współdziałanie zamiast rywalizacji, wspólny cel mobilizuje. Inicjatywa stwarza przestrzeń do rozwijania oddziaływań profilaktycznych o charakterze profilaktyki uniwersalnej.</p>	<p>Słabości praktyki (WEAKNESS)</p> <p>Słabość praktyki wynika z tego, że wymaga przestrzeni i odpowiedniej organizacji logistyki, potrzebna większa liczba dorosłych do nadzoru stacji lub zadań, nie zastępuje skutecznych oddziaływań profilaktycznych, przy dużych grupach wymaga utrzymania dyscypliny i pełnego zaangażowania. Dzieje się w przestrzeni, z udziałem wielu interesariuszy, więc istnieje ryzyko zaburzenia ważności celu działania jakim jest zwrócenie uwagi na problem przemocy rówieśniczej w grupie uczniów, na rzecz rywalizacji.</p>
<p>Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)</p> <ul style="list-style-type: none">• Inicjatywę można łatwo dostosować do wieku uczestników poprzez zmianę stopnia trudności zadań. Inicjatywę można przeprowadzić w różnej przestrzeni: na sali gimnastycznej, na boisku, w korytarzach i przestrzeni szkolnej (gra terenowa), w świetlicy lub mniejszych pomieszczeniach (wersja mini-stacji), na świeżym powietrzu, w parku, na szkolnym placu, niezależnie od infrastruktury szkoły.• Inicjatywa może być realizowana w różnej skali, na poziomie jednej klasy, całej szkoły, między kilkoma szkołami, jako projekt gminny wspierający polityki przeciwdziałania przemocy.• Działania mogą stanowić ponadto, jedno duże wydarzenie, cykl krótkich aktywności, element lekcji wychowawczej, część większego programu profilaktycznego – przygotowanego w oparciu o standardy oddziaływań profilaktycznych. Realizację działań można rozszerzyć na poziom lokalny, poprzez współpracę z lokalnymi ngo.	<p>Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)</p> <ul style="list-style-type: none">• Jednorazowe wydarzenie może nie przynieść długotrwałych zmian, jeśli nie będzie powiązane z dalszymi działaniami profilaktycznymi. Pomimo tego, że inicjatywa promuje pozytywne postawy, jej bezpośredni wpływ na zmniejszenie przemocy w szkole jest trudny do oceny. Uczniowie mogą realizować nieprawidłowe wzorce zachowań, jeśli nie utrzyma pracy nad świadomością, relacjami i komunikacją.• Dodatkowo, brak odpowiedniej przestrzeni (sala gimnastyczna, boisko, teren wokół szkoły) może utrudnić realizację działań ruchowych, duża liczba uczniów wymaga odpowiedniej liczby opiekunów i koordynatorów, aby zapewnić bezpieczeństwo. Niepogoda może wykluczyć część aktywności terenowych, jeśli inicjatywa planowana jest na zewnątrz.

Kreatywnie przeciw przemocy

Opracowanie opisu praktyki:
Anna Zasada-Chorab - socjolog

Opis dobrej praktyki

To praktyka polegająca na angażowaniu uczniów w twórcze projekty, takie jak prace plastyczne, filmiki, teatr czy muzyka, które poruszają temat agresji i relacji rówieśniczych. Poprzez ekspresję artystyczną uczniowie mogą wyrazić swoje emocje, refleksje i doświadczenia związane z przemocą, a także promować pozytywne wzorce zachowań. Takie inicjatywy wspierają empatię, integrację grupy i budowanie bezpiecznego, przyjaznego środowiska szkolnego.

Cel dobrej praktyki:

Celem kreatywnych działań przeciw przemocy rówieśniczej w szkole jest rozwijanie świadomości uczniów na temat agresji oraz promowanie postaw opartych na szacunku, empatii i współpracy. Poprzez twórcze projekty uczniowie mają możliwość wyrażania emocji i refleksji w bezpieczny sposób, uczą się rozumienia konsekwencji przemocy i wspierania rówieśników. Działania te wzmacniają więzi w grupie, integrują społeczność szkolną i przyczyniają się do budowania przyjaznego i bezpiecznego środowiska nauki.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
Uczniowie szkół podstawowych i/lub ponadpodstawowych	<ul style="list-style-type: none">• biorą udział w warsztatach, współtworzą materiały, plakaty, scenki;• biorą udział w akcjach i są współodpowiedzialni za klimat szkoły.
Pedagog szkolny, psycholog, wychowawcy, również trenerzy komunikacji, edukatorzy, profilaktycy, przedstawiciele podmiotów zajmujących się przeciwdziałaniem przemocy, mediatorzy rówieśniczy bądź sędziowie.	<ul style="list-style-type: none">• Ich rolą będzie prowadzenie dodatkowych warsztatów tematycznych, wniesienie świeżych strategii i sprawdzonych narzędzi pracy z grupą, wzmocnienie kompetencji kadry szkolnej.
Dyrekcja i grono pedagogiczne	<ul style="list-style-type: none">• zapewnia warunki organizacyjne i wspiera realizację warsztatów, uwzględnia prowadzenia warsztatów w planie lekcji, udostępnia przestrzeń i zasoby lokalowe oraz osobowe, czuwa nad prawidłowością realizacji, umożliwia wdrażanie dobrych praktyk do dokumentów szkolnych (np. programu wychowawczo-profilaktycznego).• Ponadto, obecność wychowawcy podczas warsztatów zwiększa ich realizm i stanowi przyczynek do trwałości efektów, z uwagi na to, że bierze on udział w życiu codziennym uczniów kontynuując działania profilaktyczne w codziennej pracy z klasą.

Kreatywnie przeciw przemocy

Opracowanie opisu praktyki:
Anna Zasada-Chorab - socjolog

<p>Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)</p> <ul style="list-style-type: none">• Przewidywane efekty to przede wszystkim lepsze rozumienie emocji swoje i innych, umiejętność komunikacji w sposób bardziej jasny i nieagresywny, integracja społeczności szkolnej, zwiększona gotowość do rozwiązywania konfliktów bez przemocy, umiejętność rozpoznawania zachowań przemocowych, łagodzenia konfliktów rówieśniczych.• Oczekiwany rezultat jest także ograniczenie zachowań agresywnych i przemocy rówieśniczej, zbudowanie bezpiecznego klimatu szkoły opartego na szacunku i zrozumieniu, ukształtowanie postaw uczniów sprzyjających empatii i odpowiedzialności społecznej, sprzyjanie kształtowaniu relacji rówieśniczych uczniów poza szkołą.	<p>Słabości praktyki (WEAKNESS)</p> <ul style="list-style-type: none">• Główną słabością praktyki jest to, że jej skuteczność w dużym stopniu zależy od zaangażowania i kompetencji osób prowadzących oraz od systematycznego wzmacniania zdobytych umiejętności przez wychowawców i innych nauczycieli. Po zakończeniu cyklu warsztatów zaleca się kontynuację czynności utrwalających nabyte treści (np. regularnego przypominania zasad, utrwalania komunikacji bez przemocy czy rozwiązywania konfliktów według wypracowanego modelu), gdyż bez tego efekty mogą być krótkotrwałe lub mniej widoczne w codziennym funkcjonowaniu klasy.
<p>Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)</p> <ul style="list-style-type: none">• Warsztaty są elastyczne, co oznacza, że prowadzący może modyfikować treści, czas i poziom trudności. Może je dostosować również do potrzeb grupy. Materiały i formy pracy są atrakcyjne, dostosowane do wieku i obszaru problematycznego, dzięki czemu uczniowie chętnie uczestniczą w zajęciach. Realizację warsztatów można rozszerzyć na poziom lokalny, poprzez współpracę z lokalnymi ngo czy policją.	<p>Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)</p> <ul style="list-style-type: none">• Cykl wymaga kilku/kilkunastu spotkań, co może być trudne do wkomponowania w plan lekcji. Wymaga zaangażowania w jego realizację. Skuteczność zależy od gotowości nauczycieli i wychowawców do współpracy oraz utrwalania nabytych umiejętności na co dzień. Ograniczone zasoby szkoły, czyli brak odpowiednich sal, materiałów, czasu i możliwości organizacyjnych może utrudnić realizację



DOBRE PRAKTYKI

w ramach projektu “Szkoła bez przemocy - razem dla zdrowia!”
we współpracy ze szkołami z całej Polski, ekspertami i Fundacją Edukacji
Obywatelskiej OliEdu.

II. PROFILAKTYKA I EDUKACJA SPOŁECZNO-EMOCJONALNA UCZNIÓW

Programy profilaktyki przemocy rówieśniczej

Opracowanie opisu praktyki:
Anna Kwaśniewska - pedagog

Opis dobrej praktyki

Młodzież może doświadczać różnych form przemocy, tj. przemoc psychiczna, fizyczna, ale również przemocy związanej z rozwojem nowych technologii, tzw. cyberprzemocy. W ramach programów profilaktyki przemocy rówieśniczej kadra pedagogiczna organizuje działania obejmujące: lekcje, warsztaty, zajęcia wychowawcze, akcje informacyjne, spotkania ze specjalistami, prelekcje z zaproszonymi gośćmi i inne wydarzenia.

Cel dobrej praktyki:

Cel ogólny w obszarze profilaktyki:

- nabycie wiedzy dotyczących zjawisk przemocy rówieśniczej w świecie realnym i cyberprzestrzeni;
- poznanie rodzajów przemocy wśród młodzieży;
- umiejętność rozpoznawania sytuacji przemocowych wśród młodzieży.

Cel ogólny w obszarze interwencji:

- nabycie wiedzy na temat możliwości pomocy, z której mogą skorzystać osoby doświadczające przemocy;
- poszerzenie wiadomości z obszaru pomocy osobom dotkniętym przemocą rówieśniczą lub będących jej świadkami;
- nabycie wiedzy dotyczącej konsekwencji prawnych w zakresie stosowania przemocy rówieśniczej;
- nabycie przez uczniów umiejętności reagowania na przemoc rówieśniczą.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
uczniowie szkół ponadpodstawowych oraz nauczyciel	<ul style="list-style-type: none">• zaangażowanie społeczności szkolnej w przeciwdziałanie przemocy rówieśniczej (fizycznej, psychicznej, cyberprzemocy)

Programy profilaktyki przemocy rówieśniczej

Opracowanie opisu praktyki:
Anna Kwaśniewska - pedagog

<p>Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)</p> <ul style="list-style-type: none">• Uczniowie nabywają wiedzę dotyczącą zjawisk przemocy rówieśniczej występującej w świecie realnym i cyberprzestrzeni. Poznają rodzaje przemocy oraz rozpoznawania jej w sytuacjach szkolnych. Ponadto młodzież zdobywa wiedzę na temat źródeł pomocy oraz sposobów reagowania na przemoc rówieśniczą. Uczniowie są świadomi konsekwencji prawnych w zakresie stosowania przemocy rówieśniczej.	<p>Słabości praktyki (WEAKNESS)</p> <ul style="list-style-type: none">• Istnieje ryzyko w dużych placówkach szkolnych niezrealizowania wszystkich zaplanowanych celów. Może to być związane z prowadzeniem przez nauczycieli innych, dodatkowych zajęć edukacyjnych w szkole. Zbyt duża liczba spotkań w zakresie realizacji programu może zakłócić proces nauczania.
<p>Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)</p> <ul style="list-style-type: none">• Możliwość wydłużenia praktyki do całego roku szkolnego. Możliwość dostosowania realizacji programu do indywidualnych potrzeb danej klasy. Możliwość podjęcia współpracy podczas realizacji praktyki ze środowiskiem zewnętrznym, np. poradnia psychologiczno-pedagogiczna, biblioteka pedagogiczna, placówka doskonalenia nauczycieli, fundacja lub stowarzyszenie i inne.	<p>Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)</p> <ul style="list-style-type: none">• Liczne klasy w szkole ponadpodstawowej niosą ryzyko mniejszego zaangażowania wszystkich uczniów w realizację programu. Pojawia się także problem dotarcia do każdego ucznia indywidualnie. Nauczyciele nie zawsze czują się specjalistami w zakresie działania przemocy rówieśniczej, co może powodować ich niechęć do prowadzenia zajęć lub powierzchną ich realizację.

Ogólnopolskie Kampanie Przeciwdziałania Przemocy Rówieśniczej

Opracowanie opisu praktyki:
Anna Kwaśniewska - pedagog

Opis dobrej praktyki

W ramach ogólnopolskich kampanii odbywają się w szkole lekcje, warsztaty, akcje informacyjne, zajęcia wychowawcze i inne wydarzenia oraz pikniki, prelekcje, spotkania plenerowe z ekspertami w tym temacie, a także kampanie społeczne i medialne np. przed seansami filmowymi, spoty reklamowe w mediach społecznościowych, TV, radio, w Internecie.

Cel dobrej praktyki:

- dotarcie do jak największej liczby odbiorców,
- uświadomienie problemów związanych z przemocą rówieśniczą ze wskazaniem, gdzie szukać pomocy,
- stworzenie słowniczka przydatnych pojęć związanych z przemocą (rówieśniczą),
- zredagowanie informatorów z przydatnymi wskazówkami, adresami, telefonami, gdzie szukać pomocy i jaki rodzaj problemu, gdzie można go skutecznie rozwiązać,
- budowanie i doskonalenie relacji oraz współpracy uczniów, nauczycieli, rodziców, kadry niepedagogicznej na rzecz budowania życzliwego, wspierającego środowiska szkolnego i pozaszkolnego, zapobiegającego pojawianiu się przemocy rówieśniczej,
- pedagogizacja osób dorosłych, w tym także rodziców/prawnych opiekunów, aby zapobiegać "efektowi domina",
- promowanie postawy szacunku i empatii jako fundamentu współpracy nie tylko w szkole,
- budowanie środowiska włączającego szkoły dostępczej dla każdego ucznia, promowanie różnorodności jako zasobu szkoły, klasy, środowiska.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
Kadra ekspertów złożona z psychologów, pedagogów, nauczycieli, wychowawców i innych specjalistów	<ul style="list-style-type: none">• przygotowuje i koordynuje działania w ramach dobrej praktyki, prowadzą m.in. warsztaty, szkolenia, wykłady. Dobra praktyka skierowana jest do całego społeczeństwa, w tym środowiska szkolnego: uczniów, rodziców, pracowników niepedagogicznych i innych pracowników skupionych wokół otoczenia szkolnego.
Uczniowieszkoł podstawowych i/lub ponadpodstawowych	<ul style="list-style-type: none">• uczestniczą w warsztatach, biorą udział w dyskusjach, debatach, odgrywają scenki, współtworzą materiały, uczestniczą w akcjach profilaktycznych i w ten sposób budują bezpieczną atmosferę szkoły.
Rodzice	<ul style="list-style-type: none">• biorą udział w warsztatach i prelekcjach stacjonarnych i zdalnych.
Pracownicy niepedagogiczni	<ul style="list-style-type: none">• angażują się w działania podejmowane w szkole, nabywają wiedzę i umiejętności z zakresu dostrzegania zachowań przemocowych, agresywnych oraz reagowania na tego typu sytuacje.
Inni pracownicy skupieni wokół otoczenia szkolnego	<ul style="list-style-type: none">• współpracują ze szkołą lub działają w jej otoczeniu, mają wpływ na klimat społeczny albo wspierają proces wychowawczo-profilaktyczny. Ich rola polega na wsparciu szkoły w działaniach profilaktycznych, społecznym i środowiskowym wzmacnianiu młodych ludzi oraz w upowszechnianiu dobrych praktyk.

Ogólnopolskie Kampanie Przeciwdziałania Przemocy Rówieśniczej

Opracowanie opisu praktyki:
Anna Kwaśniewska - pedagog

<p>Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)</p> <ul style="list-style-type: none">Przewidywanym efektem całorocznej kampanii skierowanej na działania w cyberprzestrzeni i poza nią, byłoby dotarcie do jak największej liczby odbiorców, którzy zyskaliby umiejętności reagowania w sytuacjach przemocowych. <p>Zalety/mocne strony</p> <ul style="list-style-type: none">budowanie prawidłowych wzorców, relacji, opartych na szacunku i empatii,zapobieganie sytuacjom przemocowym, w tym przemocy rówieśniczej, skuteczne edukowanie całego społeczeństwa,angażowanie wszystkich ludzi i instytucji w aktualne problemy wychowawcze i opiekuńcze,prowadzenie kampanii w języku polskim oraz w językach obcych m.in. angielskim i ukraińskim - nauka języków obcych.	<p>Słabości praktyki (WEAKNESS)</p> <ul style="list-style-type: none">wygasające (ograniczone) zasoby finansowe,nadmiar informacji i proponowanych działań,problemy organizacyjne, administracyjne, techniczne, cyfrowe, związane z zasobami ludzkimi, presja czasu – deadline, brak kontynuacji działań,znudzenie powtarzającymi się formami przekazu i przymus uczestnictwa w działaniach.
<p>Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)</p> <ul style="list-style-type: none">Możliwość wykorzystania odpowiednich narzędzi edukacyjnych do monitorowania kolejnych etapów działań, dokonywanie comiesięcznej ewaluacji i wyciąganie wniosków do dalszej pracy. Możliwość adaptacji do nieprzewidzianych sytuacji mających wpływ na powodzeniei skuteczność zaplanowanej kampanii ogólnopolskiej. Możliwość skalowania krajowych działań zmierzających do podjęcia współpracy międzynarodowej.	<p>Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)</p> <ul style="list-style-type: none">Ograniczenia w zasobach ludzkich, czasowych, technicznych, finansowych, cyfrowych, administracyjnych. Ryzyko polegające na angażowaniu zbyt wielu osób.

Działania i warsztaty z zakresu psychoedukacji i edukacji emocjonalnej

Opracowanie opisu praktyki:
dr Agnieszka Kostempska - psycholog

Opis dobrej praktyki

Praktyka z zakresu psychoedukacji oraz edukacji emocjonalnej zakłada zaangażowanie nauczycieli, uczniów i rodziców oraz specjalistów (psychologów, pedagogów) w akcje, których celem jest rozpoznawanie emocji i umiejętne zarządzanie nimi, a także rozwijanie empatii i umiejętności społecznych. Takie działania są niezwykle istotne do wszechstronnego rozwoju uczniów, wpływając na ich lepsze funkcjonowanie w otoczeniu szkolnym, a także lepsze relacje oraz samopoczucie.

Praktyka powinna być dostosowana do potrzeb uczniów w różnym wieku:

- Grupa 1 (Klasy 1-4)
- Grupa 2 (Klasy 5-8)
- Grupa 3 (Szkoły ponadpodstawowe)

Podział programu na trzy grupy wynika z konieczności dostosowania metod pracy i treści do etapu rozwoju uczniów. może przyjąć różne formy takie jak:

- Organizacja warsztatów, szkoleń, gier dla uczniów (dostosowanych do odpowiednich grup wiekowych).
- Formy zajęć (stacjonarne, hybrydowe, cyfrowe narzędzia do monitorowania stanów emocjonalnych np. quizy, ankiety).
- Przeprowadzenie kampanii w szkole przez uczniów.
- Bajkoterapia/filmoterapia (oglądanie i dyskusja na temat filmów ukazujących trudności emocjonalne młodych ludzi).
- Trening uważności.
- Trening relaksacji.
- Powołanie do życia grup wsparcia.
- Arteterapia (plastykoterapia, muzykoterapia, teatroterapia, choreoterapia).
- Muzykoterapia.
- Stymulacja sensoryczna (wykorzystanie naturalnych bodźców np. terapia lasem).

Cel dobrej praktyki:

W dzisiejszym świecie presja na uczniów oraz presja pomiędzy nimi jest coraz większa, co przekłada się na większą ilość występujących problemów z zakresu zdrowia psychicznego. Często towarzyszące młodym ludziom uczucie osamotnienia, izolacji buduje stany lękowe, depresyjne i prowadzi do wyłączenia się z życia rówieśniczego w życiu prywatnym, rodzinnym, szkolnym, a w przyszłości do izolacji społecznej. Szkoła odgrywa kluczową rolę w kształtowaniu środowiska sprzyjającego dobrostanowi psychicznemu młodych ludzi. Wspieranie uczniów w emocjonalnych zmaganiach to duże wyzwanie, które wymaga zaangażowania nie tylko nauczycieli i całej społeczności szkolnej, ale także rodziców.

Celem praktyki jest wzmacnianie zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży poprzez uczenie ich rozpoznawania emocji, potrzeb oraz sposobów radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Program pomaga młodym ludziom budować poczucie własnej wartości, stawiać zdrowe granice i uczyć się prosić o pomoc. Dodatkowo wspiera szkoły oraz nauczycieli, dostarczając im narzędzi do prowadzenia edukacji emocjonalno-społecznej. Takie kompetencje to inwestycja w relacje międzyludzkie oparte w głównej mierze na dostarczeniu dzieciom i młodzieży narzędzi, które ułatwią im radzenie sobie ze stresem i negatywnymi emocjami takimi jak: lęk, strach, złość, gniew, a także pozwolą w sposób świadomy budować relacje pomiędzy uczniami oraz prawidłowo funkcjonować zarówno w szkole, domu rodzinnym oraz życiu dorosłym. Bardzo ważne jest zrozumienie, że emocje ucznia w szkole zależą nie tylko od panujących relacji pomiędzy uczniami w szkole, ale także od postawy dorosłych w tym wypadku rodziców i nauczycieli. Rozwinięte w sposób prawidłowy umiejętności emocjonalne przekładają się na wyższe osiągnięcia akademickie, a uczniowie potrafiący zarządzać swoimi emocjami wykazują zwiększoną motywację do zaangażowania się w naukę, lepszą koncentrację oraz wytrwałość i zdolność do pokonywania trudności i dążenia do celu.

Działania i warsztaty z zakresu psychoedukacji i edukacji emocjonalnej

Opracowanie opisu praktyki:
dr Agnieszka Kostempska - psycholog

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

Uczniowie szkół podstawowych oraz ponadpodstawowych.

Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)

- Samoregulacja i poprawa funkcjonowania ucznia w szkole, domu, życiu dorosłym – nabycie kompetencji emocjonalnych pozwala zredukować lęk przed oceną, stresem i ryzykownymi zachowaniami.
- Wzmocnienie empatii, umiejętności współpracy, konstruktywnego rozwiązywania konfliktów, budowania zdrowych postaw.
- Wzrost motywacji i zaangażowania w
- Poprawa atmosfery i zmniejszenie przypadków agresji.
- Widoczne zaangażowanie w życie szkoły oraz wzmocnienie relacji pomiędzy uczniami.
- Wykrywanie problemów przez nauczycieli i rodziców.
- Lepsze zrozumienie potrzeb uczniów.
- Zwiększenie poczucia bezpieczeństwa.
- Budowanie więzi, akceptacji i tolerancji.
- Pobudzanie kreatywności i pewność siebie
- Budowanie poczucia stabilizacji i poczucia bezpieczeństwa.
- Nabywanie umiejętności słuchania i zrozumienia innego punktu widzenia.
- Redukcja lęku przed oceną.
- Tworzenie bezpiecznego środowiska z udziałem uczniów eliminuje konflikty wpływające na zaangażowanie uczniów.
- Lepsze wyniki w nauce.
- Mniejsze ryzyko wystąpienia agresji.
- Zwiększona motywacja uczniów.
- Lepsza koncentracja.
- Lepsze zrozumienie mechanizmów działających w grupie szkolnej na uczniów.
- Umiejętność poszukiwania wspólnych rozwiązań (rodzic-nauczyciel-uczeń-klasa).
- Lepsze rozpoznawanie emocji przenoszonych przez uczniów ze szkoły do domu i na odwrót.
- Większa świadomość w zakresie akceptacji emocji, w szczególności tych trudnych

Słabości praktyki (WEAKNESS)

- Ograniczone zasoby kadrowe.
- Brak ekspertów posiadających kompetencje miękkie i odpowiednie umiejętności społeczne oraz interpersonalne, pozwalające na skuteczne realizowanie działań i dotarcie do dzieci i młodzieży.
- Możliwość niewystarczającego dopasowania treści do różnego poziomu dojrzałości uczniów.
- Duże grupy uczestników mogą utrudniać indywidualną rozmowę i analizę emocji.
- Czas trwania warsztatów/zajęć może być zbyt krótki, by całościowo omówić wszystkie zagadnienia związane z emocjami i ich przeżywaniem.
- Jednorazowy charakter (brak cykliczności) zajęć może ograniczać długotrwały wpływ edukacyjny.
- Brak chęci zaangażowania w program rodziców i nauczycieli.

Działania i warsztaty z zakresu psychoedukacji i edukacji emocjonalnej

Opracowanie opisu praktyki:
dr Agnieszka Kostempska - psycholog

Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)

- Włączenie znanych osób angażujących się w kampanie dot. przeciwdziałania przemocy rówieśniczej, a także nowych partnerów, np. organizacji pozarządowych, instytucji zajmujących się przeciwdziałaniem zjawiska, jak i jego skutkami.
- Opracowanie materiałów profilaktycznych online, filmów, webinarów dla szkół.
- Opracowanie dostosowanych do wieku uczniów scenariuszy lekcji, na podstawie, których nauczyciele mogliby prowadzić lekcje wzmacniające przedmiotowe działania.
- Rozszerzenie kampanii na szerszy teren.
- Stworzenie modułów tematycznych dopasowanych do danego odbiorcy, tj. uczniów, rodziców, nauczycieli oraz pracowników instytucji, których celem będzie informowanie, uświadamianie, wzmacnianie empatii i pozytywnych postaw społecznych, jak również podnoszenie kwalifikacji zawodowych partnerów i zacieśnianie współpracy.
- Opracowanie scenariuszy lekcji, które mogą realizować sami pedagodzy.

Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)

- Zastosowanie niewłaściwych narzędzi.
- Brak współpracy i zaangażowania nauczycieli i rodziców może ograniczyć skuteczność działań.
- Narzucona presja czasowa wynikająca z określonych godzin lekcyjnych, bądź zleconych dodatkowych zadań służbowych wymagających pilnej realizacji może ograniczyć ilość i jakość przekazywanych treści.
- Niewłaściwe zachowania i reakcje uczniów mogą obniżyć powagę prowadzonych zajęć.

Działania multiprzedmiotowe

Opracowanie opisu praktyki:

Agnieszka Korcz - psycholog i psychoterapeuta

Opis dobrej praktyki

Cykl może trwać tydzień, dwa tygodnie lub być rozłożony w czasie. Każdy nauczyciel chcący wziąć udział w projekcie realizuje własny moduł tematyczny, który łączy z pozostałymi wcześniej ustalonymi.

Przykładowy przebieg tygodnia z „STOP PRZEMOCY”.

!Ważne, aby w jednym dniu treści były poruszane tylko na jednym przedmiocie.!

Dzień 1- Historia: Jak zmieniło się postrzeganie przemocy?

- analiza przykładów przemocy w dziejach ludzkości,
- omówienie, jak ewaluowały prawa człowieka i normy społeczne,
- dyskusja o tym, jak dawniej usprawiedliwiano przemoc i co się zmieniło.

Dzień 2 – BIZ/WOS: przemoc w aspektach ekonomicznych, psychicznych i fizycznych

- omówienie przemocy ekonomicznej i mechanizmów zależności,
- film edukacyjny i dyskusja o prawach człowieka oraz instytucjach wspierających,
- ćwiczenia rozpoznawania sygnałów przemocy psychicznej.

Dzień 3 – Spotkanie z psychologiem/pedagogiem szkolnym

- ćwiczenia oparte na komunikacji bez przemocy i rozwiązywaniu konfliktów bez przemocy (np. Gordon),
- trening radzenia sobie z emocjami w sytuacji konfliktu i przemocy,
- podkreślenie roli obserwatora przemocy – przełamanie stereotypu informatora, gdy komuś dzieje się krzywda,
- rozmowa o tym gdzie i jak szukać pomocy.

Dzień 4 – Geografia: Różnica kulturowe a przemoc

- mini wykład o normach społecznych w różnych krajach,
- dyskusja dotycząca wpływu kultury na tolerancję przemocy,
- rozmowa o stereotypach kulturowych mogących prowadzić do dyskryminacji.

Dzień 5 – Godzina wychowawcza – lub cykl zajęć z wychowawcą – „STOP PRZEMOCY

- tworzenie gazetki tematycznej, plakatów,
- nagrywanie krótkich filmików przez uczniów do zamieszczenia na stronie internetowej szkoły,
- warsztaty dotyczące stawiania granic i asertywności,
- tworzenie – w wyznaczonym miejscu w szkole - „Kącika prawnego” z informacjami dotyczącymi odpowiedzialności prawnej i karnej nieletnich,

Dzień 6 – Zajęcia z doradcą zawodowym: Mobbing w pracy osób młodocianych

- omówienie praw i przykładowych obowiązków w miejscu pracy,
- przykłady zachowań mobbingowych,
- opracowanie strategii reagowania w sytuacjach zagrożenia,
- nauka asertywnych i bezpiecznych reakcji.

Cykl kończy się podsumowaniem poprzez wspólne świętowanie, wystawę prac, prezentację filmów i gazetek.

Cel dobrej praktyki:

- kształtowanie świadomości czym jest przemoc i jakie może przyjmować formy,
- rozwijanie kompetencji społecznych i umiejętności reagowania na przemoc,
- wzmacnianie empatii, wrażliwości,
- pokazanie zjawiska przemocy jako złożonego – historycznego, społecznego, ekonomicznego i psychologicznego
- pomoc uczniom w umiejętności poszukiwania wsparcia,
- nauka strategii radzenia sobie w sytuacjach trudnych (np. mobbing w przyszłym środowisku pracy)

Działania multiprzedmiotowe

Opracowanie opisu praktyki:

Agnieszka Korcz - psycholog i psychoterapeuta

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
Uczniowie (szkoła podstawowa –klasy IV –VIII lub ponadpodstawowa)	<ul style="list-style-type: none">• uczestniczą w zajęciach na różnych przedmiotach,• angażują się w dyskusje, debaty i projekty,• tworzą materiały edukacyjne (plakaty, filmiki, scenki), także dla rodziców,• tworzą kącik prawny –z informacjami dotyczącymi odpowiedzialności prawnej i karnej nieletnich,• współtworzą klimat szkoły jako miejsca bez przemocy.
Nauczycieli i wychowawcy	<ul style="list-style-type: none">• przygotowują treści przedmiotowe i prowadzą lekcje tematyczne,• koordynują wspólne działania,• reagują na sygnały niepokojących zachowań uczniów.
Specjaliści szkolni (psycholog, pedagog szkolny, doradca zawodowy)	<ul style="list-style-type: none">• prowadzą warsztaty z uczniami,• wskazują formy pomocy,• edukują w kontekście kompetencji radzenia sobie w sytuacjach trudnych.
Rodzice	<ul style="list-style-type: none">• wspierają nauczycieli, specjalistów oraz uczniów w działaniach profilaktycznych,• uczestniczą w spotkaniach, webinarach lub warsztatach,• otrzymują materiały edukacyjne stworzone przez dzieci.

Możliwość rozszerzenia:

- włączenie w działania lokalnych instytucji – np. MOPS, Policja.

Działania multiprzedmiotowe

Opracowanie opisu praktyki:

Agnieszka Korcz - psycholog i psychoterapeuta

<p>Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)</p> <ul style="list-style-type: none">• integracja działań szkoły wokół jednego celu,• wzrost świadomości prawnej, historycznej, kulturowej i społecznej u uczniów,• lepsze rozumienie złożoności problematyki dzięki różnym perspektywom,• wzbudzenie większej wrażliwości na krzywdę oraz empatii,• poprawa relacji rówieśniczych,• podkreślenie roli obserwatora w procesie konfliktu i jego działań zmierzających do jego rozwiązania,• rozwój kompetencji obywatelskich oraz strategii reagowania na przemoc.	<p>Słabości praktyki (WEAKNESS)</p> <ul style="list-style-type: none">• wymaga dużej motywacji i współpracy między nauczycielami,• ryzyko fragmentaryzacji treści bez ustalenia wspólnego programu,• ryzyko przeciążenia psychicznego dzieci nadmiarem treści o przemocy,• ryzyko nagromadzenia treści programowych z danego przedmiotu lub brak możliwości zrealizowania treści programowych.
<p>Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)</p> <ul style="list-style-type: none">• skrócenie programu lub rozszerzenie na cały miesiąc, semestr,• dostosowanie treści do wieku odbiorców,• rozszerzenie o współpracę z lokalnymi instytucjami,• połączenie z kampaniami profilaktycznymi np. „Światowy Dzień Życzliwości”,• włączenie rodziców w warsztaty, podsumowanie projektu.	<p>Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)</p> <ul style="list-style-type: none">• brak czasu w planie lekcji,• obciążenie uczniów nadmiarem projektów i aktywności,• możliwe trudności w ocenie efektów długofalowych.

Przedstawienia profilaktyczne

Opracowanie opisu praktyki:
Katarzyna Miedzak - pedagog

Opis dobrej praktyki

W ramach takich przedstawień realizowana jest skuteczna forma edukacji, która pomaga przeciwdziałać przemocy. Wykorzystując teatr, ruch i emocje, spektakle można pokazać uczniom, czym jest przemoc, jakie są jej konsekwencje oraz gdzie szukać pomocy. Dzięki angażującej formie młodzież łatwiej identyfikuje niepokojące zachowania i uczy się reagować w sytuacjach zagrożenia. Przedstawienia wspierają także budowanie empatii, promują postawy oparte na szacunku i bezpieczeństwie oraz wzmacniają działania szkoły w zakresie profilaktyki i wczesnego reagowania. Wspomagają także umiejętności pracy w grupie.

Cel dobrej praktyki:

Celem przedstawień profilaktycznych w szkołach jest zwiększenie świadomości uczniów na temat przemocy rówieśniczej oraz wyposażenie ich w umiejętności rozpoznawania i reagowania na takie zachowania. Dzięki atrakcyjnej, angażującej formie teatralnej spektakle pomagają uczniom lepiej zrozumieć emocje i konsekwencje związane z agresją, budują empatię oraz promują postawy oparte na szacunku i współpracy. Przedstawienia wspierają także szkołę w tworzeniu bezpiecznego środowiska, zachęcając młodych ludzi do zgłaszania problemów i szukania pomocy.

Przedstawienia profilaktyczne

Opracowanie opisu praktyki:

Katarzyna Miedzak - pedagog

Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)

- Atrakcyjna forma przekazu – teatr angażuje emocje i uwagę uczniów, dzięki czemu przekazywane treści są lepiej zapamiętywane.
- Rozwijanie empatii – poprzez obserwowanie historii bohaterów uczniowie łatwiej rozumieją konsekwencje przemocy i uczą się współodczuwania.
- Bezpieczne modelowanie zachowań – spektakle pokazują zarówno negatywne, jak i właściwe reakcje, dając młodzieży konkretne wzorce postępowania.
- Wzmacnianie postaw prospołecznych – przedstawienia promują szacunek, współpracę i odpowiedzialność, wspierając kulturę szkoły wolną od agresji.
- Ułatwienie rozmowy o trudnych tematach – po spektaklach łatwiej rozpocząć dyskusję o przemocy, jej skutkach i sposobach szukania pomocy.

Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)

- Wzmacnianie edukacji emocjonalno-społecznej – spektakle mogą stać się punktem wyjścia do zajęć o empatii, komunikacji i radzeniu sobie z konfliktami.
- Inicjowanie dialogu w społeczności szkolnej – przedstawienia mogą zachęcać uczniów, nauczycieli i rodziców do rozmowy o przemocy i sposobach jej ograniczania.
- Łączenie profilaktyki z innymi programami – mogą być elementem szerszych działań, takich jak programy antyprzemocowe czy zajęcia wychowawcze, wzmacniając ich efekty.
- Budowanie kultury reagowania – spektakle mogą uczyć świadków przemocy, jak bezpiecznie reagować i gdzie szukać wsparcia.
- Zwiększanie dostępności wiedzy – przedstawienia pozwalają dotrzeć do szerokiej grupy uczniów w przystępny i angażujący sposób, także tam, gdzie inne formy profilaktyki są trudniejsze do zrealizowania.

Słabości praktyki (WEAKNESS)

- Krótki czas oddziaływania – pojedynczy spektakl może nie wystarczyć do trwałej zmiany postaw, jeśli nie jest częścią szerszego programu profilaktycznego.
- Różny poziom zaangażowania uczniów – nie wszyscy uczniowie reagują równie aktywnie na formę teatralną; część może pozostać bierna lub niechętna.
- Ograniczona możliwość indywidualizacji – przedstawienie jest kierowane do całej grupy, więc trudniej odnieść przekaz do konkretnych doświadczeń uczniów.
- Ryzyko uproszczeń – spektakle często przedstawiają problem w skróconej formie, co może nie oddawać złożoności przemocy rówieśniczej.
- Uzależnienie od jakości realizacji – skuteczność zależy od profesjonalizmu aktorów, scenariusza i sposobu prowadzenia rozmowy po spektaklu; słabsze wykonanie zmniejsza efekt edukacyjny.

Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)

- Powierzchny odbiór treści – uczniowie mogą potraktować spektakl jako rozrywkę, co zmniejsza jego wpływ na zmianę postaw i zachowań.
- Brak kontynuacji działań – jeśli przedstawienie nie jest uzupełnione rozmową, warsztatami lub dalszą edukacją, jego efekt może być krótkotrwały.
- Możliwość niezamierzonego wywołania trudnych emocji – poruszane treści mogą uruchomić u niektórych uczniów silne reakcje, zwłaszcza jeśli sami doświadczają przemocy, a szkoła nie zapewni odpowiedniego wsparcia.



DOBRE PRAKTYKI

w ramach projektu “Szkoła bez przemocy - razem dla zdrowia!”
we współpracy ze szkołami z całej Polski, ekspertami i Fundacją Edukacji
Obywatelskiej OliEdu.

III. WSPARCIE PSYCHOLOGICZNE I BEZPIECZNE PRZESTRZENIE W SZKOLE

Skrzyneczka Zaufania

Opracowanie opisu praktyki:

Ilona Obrączka- psycholog

Opis dobrej praktyki

SKRZYNECZKA ZAUFANIA jest projektem który zakłada stworzenie uczniom bezpiecznej i dyskretnej możliwości zgłaszania doświadczanych trudności. Zazwyczaj przyjmuje ona postać tradycyjnej skrzynki, wykonanej z kartonowego pudełka lub drewna, która umieszczana jest w dyskretnym miejscu w ogólnodostępnej dla uczniów przestrzeni szkoły. Zazwyczaj jest to bliskie sąsiedztwo gabinetu pedagoga lub psychologa szkolnego, ponieważ często - ze względu na charakter pracy tych specjalistów - są one w szkołach zlokalizowane na uboczu, z dala od głównych arterii komunikacyjnych. Jeżeli tak nie jest to warto zadbać, aby skrzyneczka została zlokalizowana właśnie w takim "ustronnym" miejscu - nie na widoku wszystkich przemieszczających się po korytarzach uczniów i pracowników szkoły, ponieważ celem skrzyneczki jest między innymi zapewnienie dyskrecji oraz anonimowości uczniom, którzy z różnych przyczyn nie są w stanie zgłosić się po pomoc do pedagoga czy psychologa osobiście. U uruchomienie skrzyneczki powinno zostać poprzedzone akcją informacyjną na terenie szkoły w postaci plakatów, ulotek czy broszur oraz na mediach społecznościowych szkoły (posty, banery), a także informacją przekazaną do wszystkich uczniów za pośrednictwem wychowawców klas. Akcja taka ma na celu uświadomienie uczniom, że w sytuacji gdy czują się zagubieni, przytłoczeni czy też osamotnieni mogą zwrócić się o pomoc wrzucając wiadomość do skrzyneczki. W takiej wiadomości mogą opisać trudności, z którymi się zmagają, doświadczenia które są ich udziałem lub po prostu zgłosić, że potrzebują wsparcia i rozmowy ze strony psychologa lub pedagoga szkolnego. Wiadomości nie muszą być podpisane przez ucznia - ci, którzy chcą mogą zachować anonimowość. Jeżeli jednak uczeń oczekuje wsparcia ze strony specjalistów szkolnych musi podpisać wiadomość swoim imieniem i nazwiskiem oraz klasą, do której uczęszcza. Skrzyneczka jest otwierana raz w tygodniu, w ustalony wcześniej dzień tygodnia i po wyjęciu z niej wszystkich wrzuconych wiadomości psycholog i pedagog zapoznają się z ich treścią i ustalają plan pomocy dla osób, które zgłosiły potrzebę otrzymania wsparcia. Wiadomości te są poufne, a ich treść jest dostępna wyłącznie dla specjalistów szkolnych, udzielających uczniom wsparcia.

Cel dobrej praktyki:

Celem praktyki SKRZYNECZKA ZAUFANIA jest stworzenie uczniom przestrzeni, w której w poczuciu bezpieczeństwa i zachowania dyskrecji mogą zgłosić trudności, z którymi się zmagają czy to w zakresie własnego dobrostanu psychicznego czy też relacji rówieśniczych lub domowych. Skrzyneczka zaufania daje każdemu uczniowi możliwość zwrócenia się o pomoc do specjalisty bez wiedzy innych uczniów czy nauczycieli, a przez to zwiększa szansę na zgłoszenie się osób, które nie potrafią, nie są w stanie lub obawiają się zwrócić o pomoc wprost. Dzięki temu działaniu specjaliści szkolni zyskują szansę na szybsze dotarcie do uczniów potrzebujących wsparcia i możliwość udzielenia im skutecznego wsparcia. W ten sposób wzrasta ogólne poczucie dobrostanu psychicznego uczniów oraz ich poczucie bezpieczeństwa na terenie szkoły.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
uczniowie klas I-VIII uczniowie szkół ponadpodstawowych	<ul style="list-style-type: none">zgłaszają trudności, doświadczenia, problemy z którymi się borykają i / lub które wpływają niekorzystnie na ich poczucie dobrostanu psychicznego

Skrzyneczka Zaufania

Opracowanie opisu praktyki:

Ilona Obrączka- psycholog

<p>Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)</p> <ul style="list-style-type: none">• wzrost poczucia bezpieczeństwa wśród uczniów• poprawa klimatu szkoły poprzez promowanie kultury otwartości• wzrost poczucia dobrostanu psychicznego u uczniów• profilaktyka zdrowia psychicznego• profilaktyka przemocy rówieśniczej• ogólna dostępność dla każdego ucznia• wzrost ilości zgłoszeń o zdarzeniach / sytuacjach, wymagających interwencji specjalistów szkolnych• projekt dostosowany do uczniów w każdym wieku• długofalowość - projekt realizowany przez cały rok szkolny	<p>Słabości praktyki (WEAKNESS)</p> <ul style="list-style-type: none">• anonimowość zgłoszeń• otwieranie skrzyneczki raz na tydzień - wydłużony czas reakcji w przypadku sytuacji nagłych, kryzysowych, wymagających natychmiastowej interwencji
<p>Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)</p> <ul style="list-style-type: none">• otwieranie skrzyneczki częściej niż raz na tydzień np. codziennie lub co drugi dzień• zastąpienie tradycyjnej skrzyneczki wersją elektroniczną w postaci "bezpiecznego" maila odczytywanego tylko przez pedagoga i psychologa szkolnego	<p>Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)</p> <ul style="list-style-type: none">• umieszczenie skrzyneczki w miejscu mało dyskretnym, nie zapewniającym poczucia bezpieczeństwa zgłaszającym• brak możliwości podjęcia interwencji w przypadku zgłoszeń anonimowych• anonimowe zgłaszanie przez uczniów sytuacji nieprawdziwych, zmyślonych• nie wrzucanie przez uczniów wiadomości wynikające z przekonania, że nie zostanie przez specjalistów szkolnych zachowana dyskrecja lub że dostęp do skrzyneczki mają też inni pracownicy szkoły

„Przerwa szansą na integrację” „Strefa Ciszy”

Opracowanie opisu praktyki:

Agnieszka Korcz - psycholog i psychoterapeuta

Opis dobrej praktyki

Działania polegają na organizacji przestrzeni oraz aktywności, które pomogą uczniom konstruktywnie i spokojnie spędzić przerwę, integrować się oraz regulować emocje.

W jednej z sal podczas długiej przerwy lub przed lekcjami lub po lekcjach organizowana jest przestrzeń do wyciszenia. Uczniowie mogą tam wejść dobrowolnie i skorzystać z przyciemnionego oświetlenia, delikatnej, wyciszającej muzyki, aromaterapii (łagodne, wyciszające zapachy), wygodnych puf, piłek antystresowych, koców obciążeniowych, poduszek, koców.

Strefa wyciszenia to stała przestrzeń wyznaczona na końcu korytarza lub w osobnej sali – miejsce w którym uczniowie mogą chwilę odpocząć, побыć w ciszy, uspokoić emocje, wyrównać oddech (np. z pomocą kart uważnościowych). Bardzo pomocna dla dzieci nadwrażliwych słuchowo i emocjonalnie oraz silnie reagujących na tłok.

Zakłada kształtowanie umiejętności samoregulacji oraz redukcję hałasu.

Uczniowie uczą się tu technik wyciszania – poprzez techniki uważnościowe, wprowadzane są także sygnały wizualne lub dźwiękowe przypominające o ustalonej ciszy. Uczniowie wspólnie ustalają zasady cichych przerw i odpowiedzialności za ich przestrzeganie.

Cel dobrej praktyki:

- zmniejszenie napięć i konfliktów, które zwykle pojawiają się w przerwach między lekcjami,
- stworzenie uczniom warunków do odpoczynku sensorycznego i emocjonalnego,
- promowanie współpracy, empatii i współodpowiedzialności za klimat szkoły.
- wsparcie samoregulacji i redukcji przebodźcowania,
- rozwijanie kompetencji i umiejętności społecznych
- ograniczenie zachowań przemocowych, agresywnych, które często są efektem napięcia emocjonalnego i hałasu,
- zapewnienie bezpiecznego miejsca w którym uczniowie będą mogli w sytuacji silnych emocji odpocząć i uspokoić się.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
Uczniowie klas 0-III oraz IV – VIII	<ul style="list-style-type: none">• młodszy uczestniczą w integracyjnych aktywnościach, pozwala im to na pozbycie się nadmiaru emocji i przystąpienie z uwagą do lekcji,• starsi wzmacniają poczucie własnej wartości poprzez organizację działań i pełnienie funkcji liderów i opiekunów,• wszyscy, zgodnie z potrzebami korzystają ze strefy wyciszenia,• poprzez współtworzenie zasad ciszy biorą odpowiedzialność za swoje działania i zachowania.
Nauczyciele	<ul style="list-style-type: none">• nadzorują bezpieczeństwo podczas przerw,• wspierają starszych uczniów w organizacji działań,• dbają o przestrzeganie ustalonych zasad w „Strefie Ciszy” i podczas „Zmysłoczułych Przerw”.
Rodzice	<ul style="list-style-type: none">• uczestniczą w warsztatach dotyczących regulacji emocji dzieci,• wypracowują wraz z nauczycielami wspólny system nawyków uspokajających także w domu.

„Przerwa szansą na integrację”

„Strefa Ciszy”

Opracowanie opisu praktyki:

Agnieszka Korcz - psycholog i psychoterapeuta

<p>Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)</p> <ul style="list-style-type: none">• poprawa relacji pomiędzy grupami wiekowymi,• wzrost empatii i poczucia odpowiedzialności u starszych uczniów,• lepsza gotowość do pracy na kolejnych lekcjach,• budowanie przyjaznego i pozytywnego klimatu szkoły,• stworzenie bezpiecznej przestrzeni do odpoczynku i regulacji emocji,• ograniczenie przebodźcowania i stresu poprzez stworzenie przestrzeni do odpoczynku i regulacji emocji,• zmniejszenie ilości konfliktów i sytuacji przemocowych.	<p>Słabości praktyki (WEAKNESS)</p> <ul style="list-style-type: none">• trudności w zapewnieniu odpowiednich warunków lokalowych,• w przypadku „Zmysłoczułych Przerw” konieczność odpowiedniego wyposażenia i regularnego doposażania Sali,• konieczność stałego nadzoru i koordynacji działań, aby w jednym czasie nie przebywało np. w Cichym Zakątku wielu uczniów i nie panował tam hałas.
<p>Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)</p> <ul style="list-style-type: none">• dostosowanie działań do uczniów starszych – także szkoła ponadpodstawowa,• stworzenie kilku rodzajów stref (ciszy, kreatywnej, relaksacyjnej),• wprowadzenie rotacyjnych dyżurów uczniowskich,• realizacja innowacji wraz z innymi projektami prozdrowotnymi,• współpraca z ośrodkami w zakresie zabawy i well-being,	<p>Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)</p> <ul style="list-style-type: none">• brak czasu kadry do nadzoru,• trudności do utrzymania ciszy w miejscach ogólnodostępnych,• możliwe konflikty, gdy zasady nie są przestrzegane,• przeciążenie przerw liczbą inicjatyw,• brak motywacji uczniów do udziału w inicjatywach,• traktowanie inicjatyw jako pretekstu do unikania brania udziału w zajęciach lekcyjnych,• bez stałego nadzoru: nadużywanie inicjatyw – także podczas lekcji, które są trudne dla uczniów.

Spotkania dla uczniów z przedstawicielami poradni psychologiczno – pedagogicznych

Opracowanie opisu praktyki:

Agnieszka Korcz - psycholog i psychoterapeuta

Opis dobrej praktyki

Praktyka polega na organizacji regularnych spotkań, np. raz – dwa razy w miesiącu z poszczególnymi klasami i pracownikami poradni.

- Może przebiegać poprzez udział uczniów w warsztatach intergracyjno – profilaktycznych dotyczących konstruktywnej komunikacji, asertywności, rozpoznawania emocji i uczuć, a także empatii i tolerancji dla inności. Uczniowie poprzez aktywny udział rozwijają umiejętności i kompetencje społeczne – odgrywają scenki, analizują sytuacje problemowe, ćwiczą komunikat „ja”, mają wiedzę dotyczącą barier komunikacyjnych, itp.
- Spotkanie takie może także polegać na rozmowie, pogadance, wymianie informacji na temat form przemocy – fizycznej, słownej, cyberprzemocy. Uczniowie analizując case study uczą się odróżniać konflikt, który jest naturalny, od przemocy, a także poznają skutki krzywdzenia innych.
- Specjaliści poradni mogą być także dostępni dla uczniów w wyznaczonym miejscu i czasie w szkole. Mogą tam przyjść i zgłosić swoje trudności anonimowo, poprosić o informację, indywidualnie porozmawiać ze specjalistą spoza szkoły.
- Wśród działań pracowników poradni może być zaproponowanie uczniom pracy kreatywnej, grupowej podczas której wspólnie przygotowują hasła, plakaty dotyczące przeciwdziałania przemocy.

Cel dobrej praktyki:

Głównym celem tej praktyki jest profilaktyka przemocy rówieśniczej – cyfrowej, psychicznej i fizycznej. Spotkania mają:

- uczyć uczniów rozpoznawania zachowań przemocowych,
- rozwijać empatię oraz umiejętność konstruktywnego rozwiązywania konfliktów,
- przekazać informację o możliwości uzyskania pomocy w sytuacji doświadczania lub bycia świadkiem wszelkiego rodzaju przemocy,
- budować atmosferę bezpieczeństwa i otwartości w środowisku szkolnym.

Praktyka ta może także spełniać aspekt interwencyjny – podczas spotkań dzieci i młodzież mogą zgłaszać swoje trudności.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
Uczniowie szkoły podstawowej/ ponadpodstawowej	<ul style="list-style-type: none">• Aktywnie uczestniczą w warsztatach dostosowanych do ich grupy wiekowej i konsultacjach,• Czynnie współtworzą materiały edukacyjne dla swojej społeczności szkolnej• Dzielą się aktywnie swoimi doświadczeniami, ale też zgłaszają swoje potrzeby w zakresie bezpieczeństwa• Mają realny wpływ na klimat klasy i szkoły
Kadra pedagogiczna	<ul style="list-style-type: none">• Identyfikuje uczniów wymagających wsparcia• Współpracuje z przedstawicielami poradni• Monitoruje sytuacje konfliktowe
Rodzice	<ul style="list-style-type: none">• Mogą uczestniczyć w szkoleniach i konsultacjach z pracownikami poradni• Wspierają działania szkoły• Od pracowników poradni otrzymują informację, gdzie mogą w razie potrzeby zgłosić się po pomoc

Spotkania dla uczniów z przedstawicielami poradni psychologiczno – pedagogicznych

Opracowanie opisu praktyki:

Agnieszka Korcz - psycholog i psychoterapeuta

<p>Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)</p> <ul style="list-style-type: none">• wzrost świadomości wśród uczniów, wychowawców i rodziców czym jest przemoc i jakie są jej konsekwencje,• poprawa relacji rówieśniczych poprzez stosowanie zachowań asertywnych oraz empatii,• budowanie kultury dialogu i otwartości,• lepsze rozpoznawanie sygnałów ostrzegawczych przez nauczycieli i rodziców, a także uczniów,• większe poczucie bezpieczeństwa wśród uczniów,	<p>Słabości praktyki (WEAKNESS)</p> <ul style="list-style-type: none">• rzadkie spotkania mogą nie wystarczyć do trwałej zmiany postaw,• ryzyko, że warsztaty będą potraktowane jako przerwa od zajęć, a nie realna chęć specjalistów do wzmocnienia kompetencji uczniów,
<p>Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)</p> <ul style="list-style-type: none">• dostosowanie treści do wielu uczestników (np. bajkoterapia w klasach młodszych, case study w starszych),• zaplanowanie cyklu na jeden tydzień lub miesiąc tematyczny, zamiast rozbijania go na poszczególne miesiące,• włączenie rodziców poprzez warsztaty, konsultacje, webinary,• rozszerzenie współpracy o bibliotekę, policję organizacje pozarządowe, ośrodki kultury	<p>Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)</p> <ul style="list-style-type: none">• trudnością jest brak możliwości dotarcia do dużej grupy odbiorców ze względu na ograniczenia czasowe specjalistów poradni – mała ilość możliwych spotkań,• brak miejsca zapewniającego poufność konsultacji,• ograniczenia czasowe ze względu na plan lekcji,• przeciążenie uczniów i nauczycieli dodatkowymi działaniami,• opór dzieci i młodzieży przed udziałem w proponowanych ćwiczeniach,

DOBRE PRAKTYKI

w ramach projektu “Szkoła bez przemocy - razem dla zdrowia!”
we współpracy ze szkołami z całej Polski, ekspertami i Fundacją Edukacji
Obywatelskiej OliEdu.

IV. WSPARCIE RÓWIEŚNICZE I METODY NAPRAWCZE

Wsparcie rówieśnicze i mediacje

Opracowanie opisu praktyki:
dr Agnieszka Kostempska - psycholog

Opis dobrej praktyki

W ramach mediacji podejmuje się szereg działań, które mają zachęcić uczniów do patrzenia na konflikty w nowy, bardziej spokojny i partnerski sposób. Uczniowie uczyli się, jak rozmawiać, kiedy emocje biorą górę, jak służyć drugiej stronie i jak szukać kompromisu. W praktycznych ćwiczeniach uczniowie wcielają się w role mediatorów i osób uczestniczących w sporach. Dla wielu bywa to pierwsze doświadczenie pokazujące, że mediacja może być nie tylko skuteczna, ale też naprawdę budująca.

Dzięki wszystkim tym działaniom w szkole można stworzyć atmosferę sprzyjającą rozmowie, wzajemnemu zrozumieniu i szukaniu pokojowych rozwiązań – a uczniowie przekonują się, że konflikt nie musi dzielić, jeśli tylko znajdzie się przestrzeń na dialog.

Celem mediacji rówieśniczych jest nauczenie młodzieży, że sytuacje konfliktowe się zdarzają, ale zawsze można je rozwiązać w sposób gwarantujący szacunek każdej ze stron. Nauka kontroli emocji oraz pozytywnej komunikacji to podstawa dobrego funkcjonowania w domu, szkole a w przyszłości w pracy. Podobnie z wrażliwością i uważnością na słabości innych, która ma nauczyć uczniów, że nie we wszystkim każdy jest dobry i że swoimi kompetencjami możemy się dzielić.

Cel dobrej praktyki:

Celem jest wyposażenie dzieci i młodzieży w kompetencje emocjonalne oraz komunikacyjne, pozwalające rozwiązywać konflikty pomiędzy uczniami oraz stworzenie w szkole bezpiecznej przestrzeni, w której skonfliktowane strony mogły przedstawić swój problem. Ciach: „Mediacje jako sposób rozwiązywania sporów”. Założeniem jest pokazanie uczniom, jak zachować obiektywizm i spojrzeć na powstały problem z innej perspektywy, a tym samym przedstawienie różnych możliwości jego rozwiązania.

Kolejnym celem jest zaangażowanie uczniów w wsparcie tych, którzy mają problemy pojawiające się na płaszczyźnie edukacji, emocji czy środowiska rodzinnego. Zarówno w przypadku konfliktu (mediacji) jak i wsparcia rówieśnicy mają większą wiarygodność i często większą wiedzę na temat panujących w klasie, czy w szkole stosunków. W związku z czym ich propozycje i wypracowane stanowisko będą bardziej wiarygodne niż nauczycieli (wychowawców), którzy często takiej wiedzy nie posiadają lub którym ciężko jest rozstrzygnąć powstały konflikt w sposób obiektywny.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

Uczniowie szkół podstawowych oraz ponadpodstawowych.

Wsparcie rówieśnicze i mediacje

Opracowanie opisu praktyki:
dr Agnieszka Kostempska - psycholog

Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)

- Zwiększenie świadomości uczniów na temat:
- kompetencji werbalnych (słowa, język)
- kompetencji niewerbalnych (gesty, mimika, ton głosu)
- umiejętności słuchania
- umiejętności empatii i odczytywania emocji
- umiejętności prowadzenia dialogu i negocjacji
- dopasowanie komunikatu do odbiorcy
- radzenie sobie z emocjami w konflikcie
- budowanie relacji podczas rozmowy/dyskusji
- nauka mowy ciała
- zwrócenie uwagi na konieczność zachowywania dystansu fizycznego, mimikę twarzy i kontakt wzrokowy

Zalety i mocne strony praktyki

- Nawiązywanie współpracy pomiędzy uczniami w sytuacjach trudnych lub konfliktowych
- Nauka współpracy
- Nauka obserwacji tego, co się dzieje w szkole w klasie – barak obojętności
- Możliwość organizowania spotkań i prelekcji z ekspertami z zakresu komunikacji i rozwiązywania problemów a także psychologami
- Zaangażowanie uczniów poprzez prowadzenie warsztatów, dyskusji, quizów oraz analizy przypadków wzbogacają zajęcia.
- Zachęcanie uczniów do przekazywania informacji o niepokojących incydentach, trudnościach lub konfliktach.

Słabości praktyki (WEAKNESS)

- Braki lokalowe uniemożliwiające stworzenie bezpiecznej i komfortowej przestrzeni.

Wsparcie rówieśnicze i mediacje

Opracowanie opisu praktyki:
dr Agnieszka Kostempska - psycholog

Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)

- Opracowanie materiałów online, filmów, webinarów dla uczniów.
- Opracowanie dostosowanych do wieku uczniów scenariuszy rozwiązywania konfliktów, na podstawie, których mogliby rozwiązywać konflikty.
- Rozszerzenie kampanii na teren kilku klas, szkół, a także zaproszenie rodziców do udziału w programie.

Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)

- Problem z zachowaniem tajemnicy dotyczącej procesu rozwiązywania problemu.
- Brak współpracy pomiędzy uczniami i opór nauczycieli.
- Zaangażowanie rodziców skonfliktowanych stron może ograniczyć skuteczność działań.
- Brak zaufania uczniów do nauczycieli.
- Niewłaściwe zachowania i reakcje uczniów mogą obniżyć powagę działań oraz godność i autorytet powołanych organów uczniowskich.
- Brak zaangażowania uczniów w wsparcie słabszych.



DOBRE PRAKTYKI

w ramach projektu “Szkoła bez przemocy - razem dla zdrowia!”
we współpracy ze szkołami z całej Polski, ekspertami i Fundacją Edukacji
Obywatelskiej OliEdu.

V. WSPÓŁPRACA Z INSTYTUCJAMI I SPECJALISTAMI ZEWNĘTRZNYMI

Spotkania profilaktyczne z Policją

Opracowanie opisu praktyki:

Katarzyna Miedzak

Opis dobrej praktyki

Spotkania organizowane dla uczniów szkół podstawowych oraz ponadpodstawowych realizowane są przez funkcjonariuszy Policji, których kompetencje i doświadczenie zawodowe pozwalają na właściwe przekazywanie informacji zgodnie z programem prelekcji, celem lepszego dotarcia do odbiorcy. Rozmowy dotyczą pojęć związanych z przemocą rówieśniczą, manipulacją, sposobów jej przeciwdziałania, jak również możliwości dot. otrzymania pomocy i wsparcia. Do spotkań zapraszani są również przedstawiciele innych instytucji zajmujących się przeciwdziałaniem przemocy rówieśniczej oraz szeroko pojętego bezpieczeństwa. Ponadto jednym z głównych zadań działania prewencyjnego realizowanego przez Policję jest informowanie i uświadamianie uczniów o ich odpowiedzialności karnej za popełnione czyny, co może mieć wpływ na zmniejszenie niepożądanych zachowań.

Cel dobrej praktyki:

Celem spotkań profilaktycznych z udziałem uczniów szkół podstawowych oraz ponadpodstawowych jest realizacja profilaktyki społecznej dotyczącej przeciwdziałania przemocy rówieśniczej, edukacja uczniów, wzmacnianie kompetencji i radzenia sobie w sytuacjach trudnych, jak również podejmowanie działań interwencyjnych w chwili ujawnienia zdarzenia. Powyższe działania mają na celu zapobieganie przestępczości, co należy do fundamentalnych zadań Policji.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
uczniowie	<ul style="list-style-type: none">• biorą udział w spotkaniach
nauczyciele i pracownicy szkoły	<ul style="list-style-type: none">• uczestniczą w projekcie• koordynują działania• czuwają nad bezpieczeństwem
rodzice/ opiekunowie prawni uczniów	<ul style="list-style-type: none">• uczestniczą w spotkaniach

Spotkania profilaktyczne z Policją

Opracowanie opisu praktyki:

Katarzyna Miedzak

Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)

- Zwiększenie świadomości uczniów na temat przemocy rówieśniczej, poznanie podstawowych pojęć, jej rodzajów.
- Rozpoznawanie form przemocy, a także mechanizmów manipulacji
- Wyczulenie na sygnały mogące świadczyć o występowaniu przemocy.
- Budowanie więzi, zaufania między szkołą a Policją, jako instytucji wspierających i promujących bezpieczne zachowania.
- Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa.
- Poznanie przez uczniów konsekwencji związanych ze stosowaniem przemocy rówieśniczej.
- Interesujące treści

Słabości praktyki (WEAKNESS)

- Ograniczone zasoby kadrowe.
- Duże grupy uczestników mogą utrudniać indywidualną rozmowę i analizę problemów.
- Czas trwania warsztatów może być zbyt krótki, by całościowo omówić wszystkie zagadnienia.
- Jednorazowy charakter zajęć może ograniczać długotrwały wpływ edukacyjny.

Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)

- Włączenie znanych osób angażujących się w kampanie dot. przeciwdziałania przemocy rówieśniczej, a także nowych partnerów, np. organizacji pozarządowych, instytucji zajmujących się przeciwdziałaniem zjawiska, jak i jego skutkami.
- Opracowanie materiałów profilaktycznych online, filmów, webinarów dla szkół.
- Opracowanie dostosowanych do wieku uczniów scenariuszy lekcji, na podstawie, których nauczyciele mogliby prowadzić lekcje wzmacniające przedmiotowe działania.
- Rozszerzenie kampanii na szerszy teren.
- Stworzenie modułów tematycznych dopasowanych do danego odbiorcy, tj. uczniów, rodziców, nauczycieli
- Opracowanie scenariuszy lekcji, które mogą realizować sami pedagodzy.

Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)

- Brak dostosowania środków przekazu do istniejących technologii i trendów może obniżyć efektywność przekazywanych treści.
- Narzucona presja czasowa wynikająca z określonych godzin lekcyjnych, bądź zleconych dodatkowych zadań służbowych wymagających pilnej realizacji może ograniczyć ilość i jakość przekazywanych treści, a także wychwycić istniejący w grupie rówieśniczej problem.
- Zbyt małe środki finansowe ograniczają możliwość dojazdów placówek oświatowych oddalonych od Komendy Policji oraz wydruk i dystrybucję materiałów profilaktycznych/edukacyjnych, mogących wzmocnić przekaz.
- Niewłaściwe zachowania i reakcje uczniów mogą obniżyć powagę działań oraz godność i autorytet funkcjonariusza Policji.
- Niewłaściwe dostosowanie, przekazywanie treści do wieku może dotyczyć wrażliwszych odbiorców i wywołać u nich stres bądź stany lękowe.
- Zbyt rygorystyczna postawa funkcjonariusza może w przyszłości powodować niechęć do współpracy z Policją.

Współpraca szkoły z prawnikiem

Opracowanie opisu praktyki:

dr Karol Zawiaślak - prawnik

Opis dobrej praktyki

Praktyka może polegać na:

- Spotkaniach (jednorazowych lub cyklicznych) uczniów z prawnikiem – w formie prelekcji, warsztatów;
- Spotkaniach (jednorazowych lub cyklicznych) pracowników i nauczycieli z prawnikiem – w formie prelekcji, warsztatów;
- Spotkaniach (jednorazowych lub cyklicznych) rodziców z prawnikiem – w formie prelekcji, warsztatów;
- Spotkań konsultacyjnych prawnika z dyrekcją szkoły – podczas których omawiane będą bieżące, faktycznie występujące problemy, formułowane i przedstawiane opinie prawne.
- Spotkaniach konsultacyjnych prawnika z uczniami i ich rodzicami – podczas których omawiane będą bieżące, faktycznie występujące problemy, formułowane i przedstawiane opinie prawne.

Cel dobrej praktyki:

Głównym celem dobrej praktyki jest stworzenie możliwości kreowania i pogłębiania świadomości prawnej zarówno wśród dzieci – uczniów, uczęszczających do szkoły, jak i pracowników szkoły, w szczególności wśród nauczycieli.

Spotkania mają:

- Dawać możliwość zdobycia wiedzy o prawnych aspektach problemu;
- Pomagać w rozwiązywaniu problemów, które pojawiły się w danej placówce;
- Dawać możliwość opiniowania i/lub wsparcia merytorycznego w działaniach podejmowanych przez dyrekcję szkoły i poszczególnych nauczycieli.

Cele praktyki mają charakter zarówno profilaktyczny, jak i interwencyjny.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
Uczniowie szkoły	<ul style="list-style-type: none">• Aktywnie uczestniczą w spotkaniach (prelekcjach, warsztatach) dostosowanych do ich grupy wiekowej;• Dzielą się swoimi uwagami, doświadczeniami, przedstawiają swoje postrzeganie znaczenia przepisów obowiązującego prawa i możliwego ich zastosowania.
Kadra pedagogiczna	<ul style="list-style-type: none">• Identyfikuje uczniów wymagających wsparcia;• Identyfikuje pojawiające się problemy;• Przedstawia prawnikowi stan faktyczny, uwarunkowania niezbędne dla przedstawienia opinii o danym zdarzeniu;
Rodzice	<ul style="list-style-type: none">• Mogą uczestniczyć w spotkaniach (zarówno warsztatach, jak i spotkaniach konsultacyjnych)• Wspierają działania szkoły

Współpraca szkoły z prawnikiem

Opracowanie opisu praktyki:

dr Karol Zawiaślak - prawnik

<p>Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)</p> <ul style="list-style-type: none">• Wzrost świadomości prawnej wśród uczniów, wychowawców, nauczycieli, dyrekcji i rodziców odnoszącej się do prawnych aspektów przemocy;• Wzmacnianie funkcji prewencyjnej prawa – poprzez wzmacnianie świadomości możliwości wystąpienia sankcji, ale też innego rodzaju skutków prawnych zdarzeń przemocowych – zapobieganie ich występowaniu.	<p>Słabości praktyki (WEAKNESS)</p> <ul style="list-style-type: none">• Rzadkie spotkania mogą być niewystarczające do wytworzenia odpowiedniej świadomości prawnej u uczniów;• Ryzyko, że język prawny, sposób przedstawiania zagadnienia przez prawnika, może być nieadekwatny do zdolności percepcyjnych uczniów;• Ryzyko, że informacje o sankcjach czy skutkach prawnych zdarzeń mogą być zbyt abstrakcyjne, zwłaszcza dla młodszych uczniów, by zrealizować cel prewencyjny.
<p>Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)</p> <ul style="list-style-type: none">• Możliwość (konieczność) dostosowania formy, sposobu prezentacji treści dla różnych grup wiekowych;• zainteresowanie rodziców poprzez warsztaty, konsultacje;• rozszerzenie współpracy o organy wymiaru sprawiedliwości (możliwość spotkań z sędziami, prokuratorami, funkcjonariuszami policji)	<p>Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)</p> <ul style="list-style-type: none">• Ograniczenia czasowe – zarówno związane z organizacją planu zajęć uczniów, jak i pozostałych osób zaangażowanych.

Współpraca z fundacjami i stowarzyszeniami

Opracowanie opisu praktyki:
Katarzyna Miedzak - pedagog

Opis dobrej praktyki

Takie działania pozwalają korzystać z wiedzy i doświadczenia specjalistów zewnętrznych. Dzięki partnerstwom szkoła może organizować warsztaty, szkolenia, prelekcje i programy profilaktyczne, które wzbogacają ofertę edukacyjną i wychowawczą. Współpraca taka wspiera rozwój kompetencji społecznych uczniów, budowanie empatii, umiejętności rozwiązywania konfliktów oraz promowanie bezpiecznych i pozytywnych relacji w społeczności szkolnej.

Cel dobrej praktyki:

Celem współpracy z fundacjami i stowarzyszeniami w szkole jest przede wszystkim zwiększenie skuteczności działań profilaktycznych przeciw przemocy rówieśniczej. Dzięki partnerstwu z organizacjami pozarządowymi szkoła może korzystać z doświadczenia specjalistów w zakresie psychologii, pedagogiki i interwencji kryzysowej. Celem jest również poszerzenie wiedzy uczniów, nauczycieli i rodziców na temat rozpoznawania agresji i reagowania na nią. Współpraca umożliwia wprowadzanie różnorodnych programów edukacyjnych i warsztatów, które wspierają rozwój kompetencji społecznych młodzieży. Kolejnym celem jest promowanie postaw opartych na empatii, szacunku i współpracy w relacjach rówieśniczych. Organizacje pozarządowe pomagają też budować w szkole kulturę bezpieczeństwa i wzajemnego wsparcia. Partnerstwa te umożliwiają szkołom kierowanie uczniów i rodziców do odpowiedniego wsparcia w trudnych sytuacjach. Współpraca wspiera również nauczycieli w rozwijaniu ich kompetencji w zakresie przeciwdziałania przemocy. Kolejnym celem jest integrowanie całej społeczności szkolnej wokół działań profilaktycznych. Ostatecznie współpraca z fundacjami i stowarzyszeniami ma na celu tworzenie środowiska szkolnego wolnego od przemocy, w którym uczniowie czują się bezpiecznie i są gotowi wspierać siebie nawzajem.

Współpraca z fundacjami i stowarzyszeniami

Opracowanie opisu praktyki:
Katarzyna Miedzak - pedagog

Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)

Bliska współpraca z NGO pozwala na:

- Dostęp do specjalistycznej wiedzy i doświadczenia – organizacje pozarządowe oferują ekspertów z zakresu profilaktyki, psychologii i pedagogiki, którzy wzbogacają działania szkoły.
- Różnorodność form wsparcia – możliwość organizowania warsztatów, szkoleń, prelekcji czy programów edukacyjnych dostosowanych do potrzeb uczniów.
- Wzmacnianie działań profilaktycznych – współpraca pozwala na realizację programów, które szkoła sama trudno byłaby wdrożyć ze względu na ograniczone zasoby.
- Budowanie sieci wsparcia – szkoła zyskuje partnerów, do których można kierować uczniów i rodziców w trudnych sytuacjach, zwiększając skuteczność interwencji.
- Promowanie kultury bezpieczeństwa i zaangażowania społecznego – udział w programach zewnętrznych uczy uczniów odpowiedzialności, współpracy i wzajemnego szacunku.

Słabości praktyki (WEAKNESS)

- Uzależnienie od zewnętrznych partnerów – skuteczność działań może być ograniczona, jeśli organizacja nie jest dostępna lub ma ograniczone zasoby.
- Koszty i czas organizacji – niektóre programy wymagają finansowania lub dużego nakładu pracy ze strony szkoły i partnerów.
- Ograniczona trwałość efektów – pojedyncze działania realizowane przez zewnętrzne organizacje mogą nie prowadzić do trwałej zmiany postaw, jeśli nie są częścią szerszego programu.
- Ryzyko niedostosowania do indywidualnych potrzeb uczniów – ogólne programy mogą nie odpowiadać specyficznym problemom występującym w danej szkole lub grupie uczniów.

Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)

- Rozszerzenie oferty profilaktycznej – szkoła może wprowadzać różnorodne programy, warsztaty i szkolenia prowadzone przez specjalistów, które wzbogacają działania wychowawcze i edukacyjne.
- Wzmocnienie kompetencji społecznych uczniów i kadry – współpraca pozwala rozwijać umiejętności komunikacji, rozwiązywania konfliktów, empatii oraz reagowania na przemoc zarówno u uczniów, jak i nauczycieli.
- Tworzenie trwałej sieci wsparcia – szkoła zyskuje partnerów, do których można kierować uczniów i rodziców w trudnych sytuacjach, a także wspólnie realizować projekty promujące bezpieczeństwo i kulturę szacunku.

Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)

- Zależność od dostępności partnerów – szkoła może napotkać ograniczenia w realizacji działań profilaktycznych, jeśli organizacja zewnętrzna nie jest dostępna lub ma ograniczone zasoby czasowe i finansowe.



DOBRE PRAKTYKI

w ramach projektu “Szkoła bez przemocy - razem dla zdrowia!”
we współpracy ze szkołami z całej Polski, ekspertami i Fundacją Edukacji
Obywatelskiej OliEdu.

VI. ZAANGAŻOWANIE RODZICÓW I ŚRODOWISKA LOKALNEGO

Szkolenia i warsztaty dla rodziców

Opracowanie opisu praktyki:
dr Agnieszka Kostempska - psycholog

Opis dobrej praktyki

Podczas spotkań rodzice zdobywają wiedzę o współczesnych formach agresji – także tych występujących w sieci – oraz uczą się rozpoznawać wczesne sygnały, że dziecko może doświadczać przemocy lub ją stosować. Warsztaty rozwijają umiejętności komunikacyjne, wzmacniają kompetencje wychowawcze i pomagają budować otwarte, oparte na zaufaniu relacje z dziećmi. Dzięki temu rodzice stają się aktywnymi partnerami szkoły w tworzeniu bezpiecznego środowiska, szybciej reagują na trudne sytuacje i wspólnie z instytucjami podejmują działania wspierające oraz profilaktyczne.

Cel dobrej praktyki:

Celem praktyki jest poszerzenie wiedzy rodziców na temat tego czym jest przemoc rówieśnicza, jakie są jej rodzaje ze szczególnym naciskiem na cyberprzemoc i przemoc relacyjną. Spotkania pozwalają pokazać, jakie są prawdziwe emocje, przeżycia i stany ucznia, który jej doświadcza – w odróżnieniu od pozy „maski” którą często przybiera, aby ochronić swoje wewnętrzne „Ja”.

Uczestnicy, np. poznają formy przemocy szkolnej, tj:

- Bezpośrednia przemoc fizyczna – bicie, kopanie, plucie popychanie, szarpanie, wymuszanie pieniędzy, zabieranie przedmiotów, niszczenie własności, przezywanie, wyśmiewanie
- Bezpośrednia przemoc słowna i niewerbalna – dokuczanie, przezywanie, wyśmiewanie, wyszydzanie, obrażanie, ośmieszanie, grożenie, rozpowszechnianie plotek i oszczerstw (również poprzez sms-y i internet), pokazywanie nieprzyzwoitych gestów
- Pośrednie formy przemocy – namawianie innych do ataków fizycznych lub słownych, naznaczanie, wykluczanie i izolowanie z grupy

Rodzice poznają także rodzaje cyberprzemocy takich jak:

- Flaming – jest to wymiana pełnych agresji wiadomości za pośrednictwem komunikatora.
- Cyberprześladowanie – polega na nękanii ofiary w sposób ciągły i regularny poprzez wysyłanie jej uciążliwych wiadomości SMS, e-maili lub za pomocą innych komunikatorów. Tego typu zachowania mogą mieć miejsce również w różnego typu przestrzeniach wirtualnych, np. grach on-line. Do cyberprześladowania można zaliczyć również wysyłanie groźb czy też rozsyłanie wiadomości otrzymanych od ofiary, aby ją poniżyć.
- Maskarada – zjawisko to polega na tworzeniu nieprawdziwych kont na portalach internetowych w celu krzywdzenia ofiary.
- Trolling – ta forma przemocy polega na zamieszczaniu dużej liczby nieprzyjemnych komentarzy na temat ofiary. Trolling może przejawiać się również w zmienianiu zdjęć i informacji umieszczanych na profilach ofiary czy też umieszczanie w jej imieniu obraźliwych statusów.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

Uczniowie szkół podstawowych oraz ponadpodstawowych.

Szkolenia i warsztaty dla rodziców

Opracowanie opisu praktyki:
dr Agnieszka Kostempska - psycholog

Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)

- Zwiększenie świadomości uczniów na temat przemocy rówieśniczej, a także cyberprzemocy poznanie podstawowych pojęć, jej rodzajów.
- Rozpoznawanie form przemocy, a także mechanizmów manipulacji stosowanych przez osoby przemocowe.
- Wyczulenie rówieśników na sygnały mogące świadczyć o występowaniu problemu.
- Nabycie pewności siebie i umiejętności pozwalających na reagowanie w sytuacjach zagrożenia i wyrażania sprzeciwu wobec przemocy.
- Poznali instytucje, które pomagają w takich sytuacjach.
- Poznanie zagadnień prawnych, które chronią ich przed przemocą – także tą w sieci.
- Kształtowanie postaw odpowiedzialności, empatii a także wrażliwości społecznej.
- Budowanie więzi, zaufania między szkołą a Policją, jako instytucji wspierających i promujących bezpieczne zachowania.
- Zapewnienie poczucia bezpieczeństwa.
- Współpraca z innymi placówkami, organizacjami, realizującymi założenia programu przeciwdziałania przemocy rówieśniczej, jak również wsparcie wzajemne.
- Poznanie przez uczniów konsekwencji związanych ze stosowaniem przemocy rówieśniczej

Zalety i mocne strony praktyki

- Nawiązywanie współpracy pomiędzy szkołą a placówkami/organizacjami działającymi na rzecz zjawiska.
- Nagłaśnianie problemu ogranicza jego zasięg.
- Zajęcia prowadzone są przez ekspertów posiadających kompetencje, praktykę i wiedzę na temat występujących zagrożeń.
- Interesujące treści podnoszą skuteczność działań.
- Zróżnicowanie form pracy poprzez prowadzenie warsztatów, dyskusji, quizów oraz analizy przypadków wzbogacają zajęcia.
- Podejmowanie przedmiotowych działań oraz przekazywanie informacji dot. pojawiających się incydentów mają za zadanie zapobiegać ryzykownym zachowaniom młodych osób.

Słabości praktyki (WEAKNESS)

- Ograniczone zasoby kadrowe.
- Brak ekspertów posiadających kompetencje miękkie i odpowiednie umiejętności społeczne oraz interpersonalne, pozwalające na skuteczne realizowanie działań i dotarcie do młodzieży.
- Możliwość niewystarczającego dopasowania treści do różnego poziomu dojrzałości uczniów.
- Duże grupy uczestników mogą utrudniać indywidualną rozmowę i analizę problemów.
- Czas trwania warsztatów może być zbyt krótki, by całościowo omówić wszystkie zagadnienia.
- Jednorazowy charakter zajęć może ograniczać długotrwały wpływ edukacyjny.

Szkolenia i warsztaty dla rodziców

Opracowanie opisu praktyki:
dr Agnieszka Kostempska - psycholog

Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)

- Włączenie znanych osób angażujących się w kampanie dot. przeciwdziałania przemocy rówieśniczej, a także nowych partnerów, np. organizacji pozarządowych, instytucji zajmujących się przeciwdziałaniem zjawiska, jak i jego skutkami.
- Opracowanie materiałów profilaktycznych online, filmów, webinarów dla szkół.
- Opracowanie dostosowanych do wieku uczniów scenariuszy lekcji, na podstawie, których nauczyciele mogliby prowadzić lekcje wzmacniające przedmiotowe działania.
- Rozszerzenie kampanii na szerszy teren.
- Stworzenie modułów tematycznych dopasowanych do danego odbiorcy, tj. uczniów, rodziców, nauczycieli oraz pracowników instytucji, których celem będzie informowanie, uświadamianie, wzmacnianie empatii i pozytywnych postaw społecznych, jak również podnoszenie kwalifikacji zawodowych partnerów i zacieśnianie współpracy.
- Opracowanie scenariuszy lekcji, które mogą realizować sami pedagodzy.

Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)

- Brak dostosowania środków przekazu do istniejących technologii i trendów może obniżyć efektywność przekazywanych treści.
- Brak współpracy i zaangażowania nauczycieli i rodziców może ograniczyć skuteczność działań.
- Narzucona presja czasowa wynikająca z określonych godzin lekcyjnych, bądź zleconych dodatkowych zadań służbowych wymagających pilnej realizacji może ograniczyć ilość i jakość przekazywanych treści, a także wychwycić istniejący w grupie rówieśniczej problem.
- Zbyt małe środki finansowe ograniczają możliwość placówek oświatowych w zakresie wydruku i dystrybucji materiałów profilaktycznych/edukacyjnych, mogących wzmocnić przekaz.
- Niewłaściwe dostosowanie, przekazywanie treści do wieku może dotyczyć wrażliwszych odbiorców i wywołać u nich stres bądź stany lękowe.



DOBRE PRAKTYKI

w ramach projektu “Szkoła bez przemocy - razem dla zdrowia!”
we współpracy ze szkołami z całej Polski, ekspertami i Fundacją Edukacji
Obywatelskiej OliEdu.

VII. AKTYWNOŚĆ SPOŁECZNA, PARTYCYPACJA I DIALOG

Konferencje i debaty

Opracowanie opisu praktyki:

Bartłomiej Kocurek - pedagog

Opis dobrej praktyki

Organizacja konferencji i debat w szkole to cenna praktyka wspierająca przeciwdziałanie przemocy rówieśniczej. Takie wydarzenia tworzą przestrzeń do otwartej rozmowy o problemie, pozwalając uczniom, nauczycielom, specjalistom i rodzicom wspólnie analizować przyczyny agresji oraz szukać skutecznych rozwiązań. Debaty rozwijają umiejętność argumentacji, empatii i konstruktywnego dialogu, a konferencje umożliwiają wymianę wiedzy oraz dobrych praktyk. Dzięki temu społeczność szkolna wzmacnia swoje kompetencje w zakresie profilaktyki, reagowania i budowania bezpiecznego, wspierającego środowiska.

Cel dobrej praktyki:

Celem organizacji konferencji i debat w szkole jest zwiększenie świadomości całej społeczności szkolnej na temat przemocy rówieśniczej oraz wspólne wypracowanie sposobów jej zapobiegania. Wydarzenia te umożliwiają uczniom, nauczycielom i rodzicom otwartą rozmowę o problemach, wymianę doświadczeń oraz poznanie perspektyw innych osób. Dzięki analizie realnych sytuacji i prezentacji dobrych praktyk konferencje i debaty wzmacniają kompetencje uczestników w zakresie rozpoznawania, reagowania i zapobiegania agresji, budując kulturę szkoły opartą na szacunku i bezpieczeństwie.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
Uczniowie	<ul style="list-style-type: none">uczestniczą w warsztatach wprowadzających i debatach oksfordzkich jako mówcy i publiczność;współtworzą tezy debat, plakaty i materiały promujące kulturę dialogu;biorą współodpowiedzialność za przestrzeganie wypracowanych zasad w klasie i w szkole.
Kadra pedagogiczna szkoły	<ul style="list-style-type: none">identyfikuje klasy i sytuacje wymagające wsparcia;zgłasza klasy do udziału w działaniach prowadzonych z CM;współorganizuje debaty oraz wykorzystuje doświadczenia z programu na godzinach wychowawczych.
Nauczyciele Centrum Młodzieży	<ul style="list-style-type: none">planują i prowadzą warsztaty oraz debaty oksfordzkie;wspierają nauczycieli szkolnych w pracy z trudniejszymi klasami;proponują metody i materiały do dalszej pracy wychowawczej.
Rodzice	<ul style="list-style-type: none">są informowani o działaniach i ich celach;mogą być zapraszani jako publiczność na finał debat;otrzymują krótkie materiały o przemocy rówieśniczej i roli komunikacji w rodzinie.

Konferencje i debaty

Opracowanie opisu praktyki:

Bartłomiej Kocurek - pedagog

<p>Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)</p> <ul style="list-style-type: none">• Uczniowie uczą się kulturalnej dyskusji zamiast agresji oraz rozumieją, czym jest przemoc, hejt i rola świadka.• Poprawia się klimat w klasach objętych działaniami, a uczniowie częściej reagują na niewłaściwe zachowania.• Wzmacnia się samorządność i poczucie sprawczości młodzieży dzięki możliwości publicznego zabierania głosu.• Szkoła zyskuje stałą, uporządkowaną formę współpracy z miejską placówką pozaszkolną, którą można rozwijać i kontynuować w kolejnych latach.	<p>Słabości praktyki (WEAKNESS)</p> <ul style="list-style-type: none">• Praktyka wymaga czasu na przygotowanie warsztatów, debat oraz na logistykę (terminy, sale, opiekę).• Część uczniów może obawiać się wystąpień publicznych i niechętnie wchodzić w rolę mówców.• Jednorazowe wdrożenie, bez kontynuacji w kolejnych latach, może dawać tylko krótkotrwały efekt.
<p>Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)</p> <ul style="list-style-type: none">• W mniejszych szkołach program może obejmować jedną lub dwie debaty rocznie, w większych – cykl debat dla różnych roczników. Możliwe jest zorganizowanie międzyszkolnego konkursu debat oksfordzkich przez, np. lokalne Centrum Młodzieży z udziałem kilku szkół ponadpodstawowych. Tezy debat można elastycznie dobierać do aktualnych problemów danej szkoły, na przykład hejtu w internecie, trudności w integracji nowych uczniów lub konfliktów między klasami. Program można stopniowo rozszerzać na kolejne klasy i roczniki, budując tradycję debat oksfordzkich jako stałego elementu życia szkoły.	<p>Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)</p> <ul style="list-style-type: none">• Trudności z dopasowaniem terminów debat i warsztatów do planu lekcji oraz innych wydarzeń szkolnych.• Ograniczona liczba klas, które lokalne Centrum Młodzieży może objąć w jednym roku szkolnym.• Opór części uczniów przed mówieniem o trudnych doświadczeniach na forum klasy lub szkoły.• Ryzyko potraktowania debat wyłącznie jako konkursu wygrana–przegrana, a nie jako przestrzeni refleksji nad wartościami i zachowaniami.

Organizacja konkursów

Opracowanie opisu praktyki:
Anna Zasada-Chorab - socjolog

Opis dobrej praktyki

Organizacja konkursów w szkole to atrakcyjna praktyka wspierająca przeciwdziałanie przemocy rówieśniczej. Konkursy – plastyczne, literackie, filmowe czy wiedzy – zachęcają uczniów do refleksji nad konsekwencjami agresji oraz promują pozytywne wzorce zachowań. Uczestnicy mają okazję twórczo wyrazić swoje opinie, emocje i doświadczenia, co sprzyja budowaniu empatii oraz wzmacnianiu postaw prospołecznych. Dzięki szkolnym konkursom temat przemocy staje się bardziej widoczny i omawiany, a cała społeczność angażuje się w tworzenie bezpiecznego, przyjaznego środowiska.

Cel dobrej praktyki:

Celem organizacji konkursów w szkole jest zwiększenie świadomości uczniów na temat przemocy rówieśniczej oraz promowanie postaw opartych na szacunku, empatii i współpracy. Konkursy pozwalają uczniom twórczo wyrazić swoje refleksje i doświadczenia, rozwijają kompetencje społeczne oraz zachęcają do aktywnego uczestnictwa w działaniach profilaktycznych. Dzięki nim szkoła wzmacnia kulturę bezpieczeństwa i przeciwdziałania agresji poprzez angażowanie całej społeczności szkolnej w pozytywne działania.

Jaka jest grupa docelowa i jej rola?

GRUPA DOCELOWA	ROLA
Uczniowie szkół podstawowych i/lub ponadpodstawowych	<ul style="list-style-type: none">• biorą udział w konkursach, tworzą materiały, plakaty, scenki;• biorą udział w akcjach, tworzą i udostępniają bezpieczne treści w media społecznościowych, promują zapobieganie agresji i przemocy rówieśniczej
Pedagodzy szkolni i psychologowie, nauczyciele i wychowawcy	<ul style="list-style-type: none">• wspierają uczniów w przygotowaniu prac i realizacji projektów, współtworzą atmosferę sprzyjającą integracji.• Koordynują konkurs i doradzają uczniom.• Mogą wykorzystać wyniki konkursu w planowaniu działań profilaktycznych w szkole.
Samorządy uczniowskie i społeczność szkolna	<ul style="list-style-type: none">• mogą się angażować się w promocję konkursu, organizację finału i prezentację najlepszych prac.
Lokalni partnerzy i instytucje, jak ngo zajmujące się przeciwdziałaniem przemocy	<ul style="list-style-type: none">• mogą wspierać konkurs merytorycznie, promocyjnie lub nagrodami.

Organizacja konkursów

Opracowanie opisu praktyki:
Anna Zasada-Chorab - socjolog

Przewidywane efekty/zalety/mocne strony (STRENGTHS)

Udział w konkursie sprzyja rozwojowi kompetencji społeczno-emocjonalnych, ponieważ uczestnictwo w konkursie wymaga refleksji nad własnymi emocjami i emocjami rówieśników, tworzenie prac konkursowych sprzyja rozwijaniu empatii i zdolności do współpracy, uczniowie uczą się konstruktywnego wyrażania swoich opinii i potrzeb, a także asertywnego reagowania na przemoc lub konflikty w klasie. Przygotowując pracę, uczniowie poznają różne formy przemocy oraz ich konsekwencje. Konkurs skłania do poszukiwania rozwiązań zapobiegających agresji, sprzyjając profilaktyce. Dzięki udziałowi uczniowie mogą lepiej zrozumieć znaczenie pozytywnych relacji i zasad współpracy w grupie. Promuje kulturę szacunku, współpracy i wspólnego działania, zachęca do twórczego myślenia, angażuje uczniów w działania, które mają realny wpływ na środowisko szkolne. Konkurs stwarza przestrzeń do propagowania kultury dialogu i przeciwdziałania przemocy w dłuższej perspektywie.

Możliwości adaptacji i skalowania (OPPORTUNITIES)

Zasady konkursu mogą zostać przygotowane dość elastycznie, co oznacza, że organizator może modyfikować treści, czas i poziom trudności. Może je dostosować również do potrzeb grupy. Materiały i formy pracy mogą zostać dostosowane do wieku i obszaru problematycznego, dzięki czemu uczniowie chętnie uczestniczą w zajęciach. Realizację konkursu można rozszerzyć na poziom lokalny, poprzez współpracę z lokalnymi ngo czy policją.

Słabości praktyki (WEAKNESS)

Słabość praktyki wynika z tego, że sukces konkursu jest zależny od zaangażowania uczniów, niektórzy uczniowie mogą być niechętni do udziału w twórczych formach (plastycznych, literackich, multimedialnych) lub unikać/ nie chcieć poczynić refleksji nad problemem przemocy, bagatelizując go. Przygotowanie pracy konkursowej wymaga czasu zarówno od uczniów, jak i nauczycieli wspierających. Brak odpowiedniego koordynatora lub niewystarczające przygotowanie nauczycieli może ograniczyć jego oddziaływanie.

Potencjalne ryzyka i ograniczenia (THREATS)

Pomimo tego, że konkurs promuje pozytywne postawy, jego bezpośredni wpływ na zmniejszenie przemocy w szkole jest trudny do szybkiej oceny. Efekty w postaci poprawy relacji rówieśniczych i klimatu szkoły wymagają czasu i dalszych działań profilaktycznych.