




Instrukcja użycia modelu

Holistyczny model dbania o dobrostan psychiczny uczniów, nauczycieli i rodziców poprzez budowanie nowych relacji oraz dbania o istniejące z wykorzystaniem grywalizacji, oraz aktywnych metod warsztatowych.



Oddajemy w Państwa ręce holistyczny, angażujący zarówno uczniów, jak i nauczycieli oraz rodziców model pogłębiania istniejących i budowania nowych relacji – zarówno w ramach każdej z ww. grup, jak i między nimi – wykorzystujący grywalizację oraz aktywne metody warsztatowe jako przystępną i angażującą formę pracy. Jego celem jest zbudowanie przez uczniów sieci relacji, która jest najlepszym czynnikiem chroniącym przed kryzysem, załamaniem czy depresją, które dodatkowo mogą być pogłębione przez okoliczności związane z pandemią COVID-19 oraz negatywne skutki nauczania zdalnego.

Naszym głównym celem było stworzenie sieci relacji, które będą w stanie zneutralizować spustoszenia, jakie w psychice młodych ludzi poczyniły pandemia oraz nauczanie zdalne. Najważniejszym czynnikiem chroniącym zdrowie psychiczne uczniów jest rozległość, jakość i dostępność sieci wsparcia. Stąd naszym celem jest zintegrowanie klasy tak, by zacieśnić istniejące relacje. Ponadto chcemy sprawić, by powstały nowe więzi między osobami, które dotąd nie utrzymywały ze sobą kontaktów, mimo że uczęszczały do jednej klasy.

Nasilone stany depresyjne, częściej odczuwane poczucie osamotnienia, irytacji i braku energii, a także większa liczba problemów z nauką zdalną i silniejsze przeżywanie stresu szkolnego – to tylko nieliczne z problemów, których doświadczają obecnie uczniowie. Mamy świadomość, że zbudowanie relacji nie sprawi, iż problemy znikną. Mając wsparcie, jesteśmy jednak w stanie sobie z nimi lepiej poradzić.

Zależy nam również na uświadomieniu nauczycielom znaczenia relacji w procesie wychowawczym. Obecnie często stawia się na jakość pomocy dydaktycznych (projektor, tablica multimedialna, coraz to nowe podręczniki), a gubi się sedno wychowania i dydaktyki – relacje z uczniem.

Chcemy zintegrować także grono pedagogiczne. Mówiąc metaforycznie, im gęstsza sieć relacji, tym większa szansa na wsparcie, „złapanie w sieć bezpieczeństwa” młodego człowieka w sytuacji trudności czy kryzysu. Stąd nasz pomysł na zajęcia nie tylko dla uczniów, ale również dla nauczycieli.

Autorzy modelu

Joanna i Arkadiusz Nepelscy

Ogólny zarys modelu

W skład modelu wchodzi narzędzia przeznaczone dla trzech grup: uczniów, ich rodziców oraz nauczycieli.

- ◆ Dla nauczycieli przygotowaliśmy zajęcia dotyczące budowania i pogłębiania relacji między członkami rady pedagogicznej.
- ◆ Podobne zajęcia dotyczące budowania i pogłębiania relacji przygotowaliśmy również dla rodziców uczniów, którzy wezmą udział w zajęciach.

Oba zajęcia przeprowadzi według przygotowanych przez nas skryptów pedagog szkolny.

- ◆ Z kolei dla uczniów przygotowaliśmy trzy zajęcia prowadzone podczas lekcji wychowawczych, które odbędą się w tygodniowych odstępach. Zajęcia na podstawie przygotowanych przez nas materiałów przeprowadzi wychowawca. Podczas zajęć uczniowie skupią się na wzajemnym poznawaniu się oraz budowaniu relacji.
- ◆ Ponadto po pierwszych zajęciach uczniowie rozpoczną 14-dniowy cykl wyzwań. Każdego dnia będą mieli do wykonania trzy zadania, dzięki którym pogłębią istniejące i zbudują nowe relacje z osobami w swoim otoczeniu (rodzicami, rodzeństwem, koleżankami i kolegami ze szkoły i spoza szkoły). Po każdym dniu za wykonane zadania otrzymają nagrody oraz zaznaczą swoje postępy w karcie postępu.

Elementy składowe modelu

Na model składają się następujące elementy:

- Niniejsza instrukcja użycia modelu.

Materiały dla pedagoga szkolnego:

- Skrypt szkoleniowej rady pedagogicznej prowadzonej przez pedagoga szkolnego.
- Nagranie objaśniające szczegóły prowadzenia szkoleniowej rady pedagogicznej przez pedagoga szkolnego.
- Skrypt zajęć dla rodziców prowadzonych przez pedagoga szkolnego.
- Nagranie objaśniające szczegóły prowadzenia zajęć dla rodziców przez pedagoga szkolnego.

Materiały dla wychowawcy:

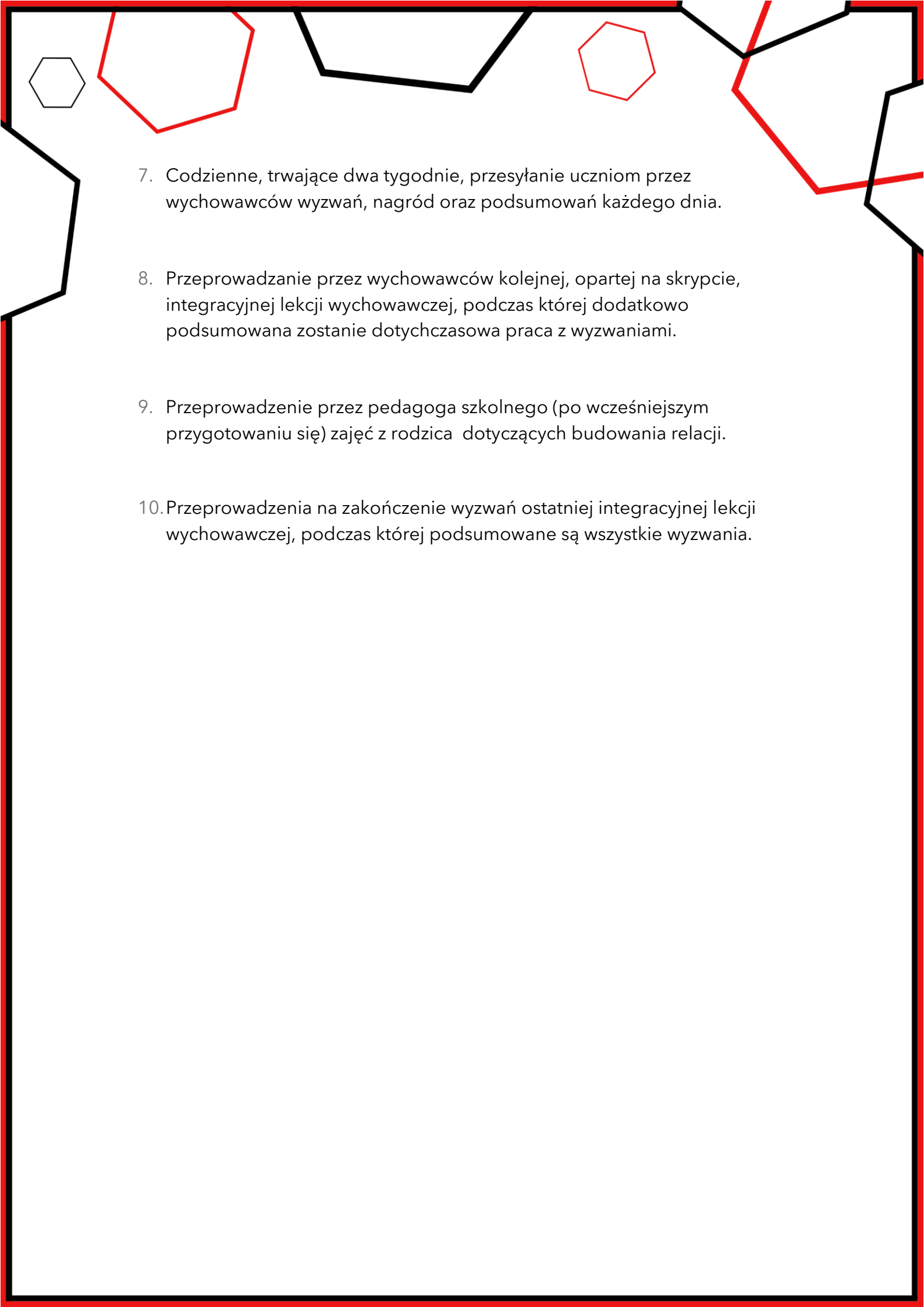
- Trzy skrypty lekcji wychowawczych prowadzonych przez wychowawcę.
- Trzy nagrania objaśniające szczegóły prowadzenia lekcji wychowawczych w ramach naszego modelu.
- Przewodnik po wyzwaniach dla wychowawcy.
- Przewodnik w formie nagrania po wyzwaniach dla wychowawcy.
- 14 zestawów wyzwań (po 3 wyzwania w każdym).
- 14 zestawów nagród (po 3 nagrody w każdym).
- 14 nagrań omawiających uczniom każdy zestaw wyzwań.
- Karty Postępu dla graczy.

Etapy wdrażania modelu

Celem modelu jest zadbanie o relacje w dobie pandemii oraz ich odbudowanie. Zależy nam także na stworzeniu nowych relacji – zarówno między nauczycielami, jak i uczniami i ich rodzicami. Do osiągnięcia celu doprowadzi przejście – we wskazanej kolejności – następujących etapów:

1. Wdrożenie modelu rozpoczęte przekazaniem pedagogowi szkolnemu instrukcji użycia modelu wraz ze wszystkimi materiałami dydaktycznymi.
2. Zapoznanie się przez pedagoga z całością modelu oraz przygotowanie się do przeprowadzenia zajęć podczas szkoleniowej rady pedagogicznej.
3. Przeprowadzenie zajęć integracyjnych z nauczycielami, przy okazji prezentując założenia modelu.
4. Przekazanie po zajęciach materiałów dydaktycznych wychowawcom chętnym do przetestowania modelu w swojej klasie. W przypadku braku chętnych pozostają nam działania alternatywne.¹
5. Przygotowanie się przez wychowawców do przeprowadzenia lekcji wychowawczych zgodnie ze skryptem zajęć.
6. Przeprowadzenie przez wychowawców zajęć integracyjnych z ich klasami. Jednoczesne wprowadzenie młodzieży w pracę podczas 2-tygodniowego etapu wyzwań.

¹ W przypadku, jeśli nie będzie wychowawców chętnych do wprowadzenia modelu w swojej klasie, możemy po zakończeniu szkoleniowej rady pedagogicznej indywidualnie porozmawiać z wychowawcami o ich obiekcjach i zastrzeżeniach. Jeśli po tym wciąż nie będziemy mieć chętnych, pozostaje nam zawiesić projekt do czasu, aż ktoś z wychowawców wyrazi chęć przeprowadzenia jego dalszej części w klasie. Jednocześnie nic nie stoi na przeszkodzie, by przeprowadzić zajęcia integracyjne dla rodziców.

- 
7. Codzienne, trwające dwa tygodnie, przesyłanie uczniom przez wychowawców wyzwań, nagród oraz podsumowań każdego dnia.
 8. Przeprowadzanie przez wychowawców kolejnej, opartej na skrypcie, integracyjnej lekcji wychowawczej, podczas której dodatkowo podsumowana zostanie dotychczasowa praca z wyzwaniami.
 9. Przeprowadzenie przez pedagoga szkolnego (po wcześniejszym przygotowaniu się) zajęć z rodzica dotyczących budowania relacji.
 10. Przeprowadzenia na zakończenie wyzwań ostatniej integracyjnej lekcji wychowawczej, podczas której podsumowane są wszystkie wyzwania.

Dwa główne elementy modelu

Model można podzielić na dwa główne elementy: warsztaty (z uczniami, rodzicami, nauczycielami) oraz zgrywalizowane wyzwania.

Celem warsztatów jest integracja poszczególnych grup.

Źródłem decyzji o wprowadzeniu 2-tygodniowego etapu wyzwań była obserwacja tego, jak pogarsza się jakość relacji młodych ludzi w dobie wszechobecnej technicyzacji oraz nauczania zdalnego i pandemii. Dlatego uznaliśmy, że chcemy zachęcić młodzież do wchodzenia w relacje z innymi i do rozmowy. Nasz pomysł na to jest następujący: każdego dnia przez dwa tygodnie uczniowie mają do wykonania zadania, które pomogą im zbudować relacje z osobami z ich otoczenia: kolegami i koleżankami z klasy, znajomymi i członkami rodziny. Zadania te są identyczne od pierwszego do ostatniego dnia:

- refleksja nad tematem dnia,
- rozmowa z innymi na temat tematu dnia,
- podzielenie się swoimi wnioskami z rozmów i pierwszego zadania na facebookowej grupie stworzonej specjalnie na potrzeby projektu.

Tematy poszczególnych dni:

1. **Moje marzenie**

Uczniowie wypisują swoje marzenia. Dzięki temu poddają je refleksji, by następnie porozmawiać o swoich marzeniach z innymi i dowiedzieć się, jakie marzenia mają ich koledzy i koleżanki.

2. **Pieniądze**

Uczniowie zastanawiają się, na co wydaliby nieograniczone zasoby finansowe. Następnie rozmawiają z osobami ze swojego otoczenia o tym, co one by kupiły, gdyby miały ogromną sumę pieniędzy.

3. **Moje ulubione wspomnienie**

Uczniowie zapisują swoje najciekawsze wspomnienia i dzielą się nimi z innymi.

4. **Boję się**

W tym dniu uczniowie zastanawiają się, co budzi ich strach, a następnie rozmawiają o lęku z najbliższymi osobami.

5. **Cieszy mnie**

W tym dniu uczniowie zapisują rzeczy, które lubią robić i porównują swoje zapiski z odpowiedziami kolegów i koleżanek z klasy.

6. **Złości mnie**

Uczniowie tworzą listę rzeczy, które ich złością. Sprawdzają też, co złości innych.

7. **To, czego o mnie nie wiesz**

Uczniowie starają się zapisać fakty o sobie, które nie są znane osobom z ich otoczenia, a następnie dzielą się nimi z innymi.

8. **3x3 (miejsca, aktywności, osoby)**

W tym dniu uczniowie wypisują po trzy miejsca, aktywności i osoby, które darzą szczególną sympatią, a następnie pytają o te rzeczy innych.

9. **To, co dla mnie ważne**

Ten dzień skupiony jest wokół wartości ważnych dla uczniów i rozmów o nich z ich bliskimi.

10. **Podróże**

W tym dniu uczniowie zastanawiają się, gdzie wybraliby się, gdyby mogli polecieć w dowolne miejsce na świecie. Następnie zestawiają swoje odpowiedzi z odpowiedziami znajomych.

11. **Odwaga**

Uczniowie zapisują sytuacje, w których chcieliby dysponować większą odwagą. Rozmawiają też o odwadze z kolegami i koleżankami z klasy.

12. **Praca**

Refleksji zostaje poddany temat przyszłości zawodowej, zainteresowań, preferencji i wartości. Temat jest jednocześnie zaproszeniem do rozmowy.

13. **Pytania**

W tym dniu uczniowie zapisują pytania, które chcieliby zadać osobom ze swojego otoczenia. Następnie wyruszają „w teren” i szukają odpowiedzi na swoje pytania.

14. **Ja**

Ostatniego dnia uczniowie starają się opisać siebie pojedynczymi słowami, które - niczym mozaika - stworzą ich obraz. Następnie rozmawiają o próbie zawarcia siebie w słowach z innymi.

Na koniec każdego dnia uczniowie otrzymują nagrody za wykonanie poszczególnych zadań: zapisanie swoich przemyśleń, rozmowy z innymi oraz opublikowanie postu na grupie facebookowej.


Zadania osadzone są w konwencji podróży po magicznych, średniowiecznych krainach - to świat, na który składają się zamki, smoki, księżniczki i magowie.

Nagrodami są części gry planszowej, której realia są tożsame z realiami zadań. Dzięki grze uczniowie będą mogli kontynuować nawiązywanie relacji z innymi.

Uczniowie swoje postępy zapisują na Karcie Postępu dla gracza:

Kronika fantastycznych czynów Bohaterki/Bohatera

Dzień 1		+		+		=	
Dzień 2		+		+		=	
Dzień 3		+		+		=	
Dzień 4		+		+		=	
Dzień 5		+		+		=	
Dzień 6		+		+		=	
Dzień 7		+		+		=	
Dzień 8		+		+		=	
Dzień 9		+		+		=	
Dzień 10		+		+		=	
Dzień 11		+		+		=	
Dzień 12		+		+		=	
Dzień 13		+		+		=	
Dzień 14		+		+		=	




zaś w nagrodę otrzymują elementy gry planszowej:



planszę

karty postaci

Sensei Shinobi



Za każdym razem gdy wyrzucisz **...** najbogatszy z graczy oddaje Ci 3 Dublony, jeśli jednak to Ty masz najwięcej pieniędzy oddajesz każdemu z graczy po 1 Dublonie

Będąc w swoim królestwie za wykonanie zadania dostajesz 2x więcej Dublonów

Królestwo Luster

Robot Szukający Samego Siebie



Moc specjalna: W swoim ruchu możesz użyć mocy dowolnego gracza!

Nieustraszony Kot DartaMiau




Otrzymujesz dodatkowo 1 Dublon za każde wykonane zadanie

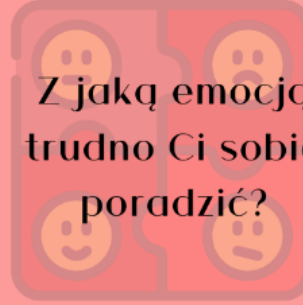
Będąc w swoim królestwie za wykonanie zadania dostajesz 2x więcej Dublonów

Królestwo Wyzwań

karty zadań



Jak sobie radzisz z silnymi emocjami?



Z jaką emocją trudno Ci sobie poradzić?

oraz pionki



Zadania wychowawcy

Twoim zadaniem jako wychowawcy jest:

- przez trzy kolejne tygodnie poprowadzić lekcje wychowawcze zgodnie ze skryptami i - tym samym - wprowadzić uczniów w model,
- podzielić uczniów na cztery (w miarę równoliczne) zespoły i rozdać każdemu karty postępu,
- poprosić przewodniczącego klasy o utworzenie grupy na Facebooku i dodanie do niej wszystkich uczniów z klasy,
- poczynając od pierwszego dnia, wysłać na grupie facebookowej zadania uczniom,
- każdego dnia po wysłaniu zadań wysłać uczniom na grupie facebookowej nagrody za poprzedni dzień,
- razem z nagrodą za dany dzień umieścić na grupie podsumowanie danego zestawu zadań w formie nagrania.