

CISZA TO SUPERMOC

Trener: Agnieszka Przygoda

PRZEBIEG AKCJI

Świętowanie miało postać „Wiosennego Rajdu” na Czantorię – starannie zaplanowanej wycieczki, która zawierała elementy edukacyjne, integracyjne oraz emocjonalne. Uczniowie: podróżowali wspólnie koleją do Ustronia, przeszli pieszo do Leśnego Parku Niespodzianek, następnie wjechali Koleją Linową na Czantorię, a po wspólnym spędzeniu czasu w przyrodzie, powrócili do Tychów.

Akcja była nie tylko nagrodą, ale i praktyczną okazją do zaobserwowania, jak dzieci stosują nowo nabyte umiejętności: samoregulację, uważność, współdziałanie i komunikację bez przemocy. Trenerka była odpowiedzialna nie tylko za logistykę wydarzenia, ale przede wszystkim za facylitację grupy, modelowanie postaw i przeprowadzenie refleksji z uczniami.

Wydarzenie było formalnym etapem egzaminacyjnym, potwierdzającym zdobycie przez trenerkę kompetencji zgodnych z wymaganiami Kids’ Skills, Skillful Group i programu Szkoły Umiejętności Społecznych (niemożliwego.pl). W toku wydarzenia wykazała się m.in.:

- umiejętnością stosowania modelu „15 kroków Kids’ Skills”,
- budowaniem atmosfery bezpieczeństwa psychologicznego,
- wspieraniem dzieci w rozpoznawaniu i nazywaniu emocji,
- zastosowaniem narzędzi służących rozwojowi współpracy, empatii i samoświadomości emocjonalnej,
- facylitacją grupy zgodnie z zasadami profilaktyki uniwersalnej.

Wymiar profilaktyczny i społeczny wydarzenia

Wydarzenie było realizacją działań w ramach profilaktyki uniwersalnej – skierowanej do wszystkich uczniów klasy, niezależnie od ich indywidualnych potrzeb. Miało ono na celu:

- wzmacnianie zasobów psychicznych dzieci,
- promowanie pozytywnych strategii radzenia sobie ze stresem,
- przeciwdziałanie wykluczeniu i wzmacnianie więzi rówieśniczych,
- budowanie motywacji wewnętrznej poprzez świętowanie sukcesów.

Dzięki udziałowi w rajdzie dzieci uczyły się planowania, samodyscypliny, cieszenia się z osiągnięcia celu oraz wspólnego celebrowania sukcesu grupy. Wszystko to wzmacniało poczucie wspólnoty oraz sprawczości.

AKCJA WSPIERAJĄCA PRĘŻNOŚĆ PSYCHICZNĄ

UZASADNIENIE

Budowanie kompetencji emocjonalnych:

- Dzieci miały okazję doświadczyć i wyrażać emocje w bezpiecznych warunkach. Uczyły się identyfikować napięcie, ekscytację, radość, zmęczenie, co jest podstawą inteligencji emocjonalnej.

Wzmacnianie zasobów społecznych:

- Wydarzenie wzmacniało relacje w grupie. Dzieci współpracowały, wspierały się i dzieliły obowiązkami (np. podczas marszu czy wspólnego posiłku), co zacieśniało więzi i rozwijało empatię.

Rozwijanie poczucia sprawczości:

- Uczniowie widzieli, że dzięki pracy nad sobą, osiągnęli konkretny cel – opanowali umiejętność i zostali za to docenieni, co wzmacniało ich wiarę we własne możliwości.

Integracja profilaktyki uniwersalnej:

- Działanie było przykładem profilaktyki pozytywnej – opartej na promowaniu zdrowia psychicznego i rozwijaniu kompetencji życiowych, a nie tylko zapobieganiu problemom.

Rola trenera jako facylitatora prężności:

- Trenerka pełniła rolę przewodnika, który nie narzucał rozwiązań, lecz pomagał dzieciom odkrywać ich własne zasoby i sposoby radzenia sobie z emocjami oraz trudnościami.

Podsumowanie: Trenerka z powodzeniem przeprowadziła uczniów przez proces Kids' Skills, potwierdzając znajomość metodologii i skuteczność pracy z grupą dzieci. Jej działania były zgodne z wartościami i podejściem opartym na rozwiązaniach. Stworzyła bezpieczną przestrzeń do rozwoju dziecięcych kompetencji psychospołecznych, zintegrowała wymiar emocjonalny, społeczny i wychowawczy w jednej akcji, a efekty jej pracy były wyraźnie widoczne w postawie dzieci podczas wydarzenia.



Narodowy Instytut Wolności
Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego



Akcję sfinansowano ze środków Narodowego Instytutu Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach rządowego programu Fundusz Inicjatyw Obywatelskich NOWEFIO na lata 2021-2023.

