



SKILLFUL
SCHOOL

NARZĘDZIA PRAKTYKA

Ben Furman

FUNDACJA
ulica

 **cmp**
im. dr. Bena Furmana

neo
Energy Group



Szkola to drugie, po domu, najważniejsze środowisko życia dziecka. To tutaj spędza ono 1/3 swojego życia, rozwija kompetencje, buduje relacje z rówieśnikami i dorosłymi, doświadcza sukcesów, ale i wyzwań. Właśnie dlatego szkoła ma ogromny wpływ na to, jak dziecko myśli o sobie, innych i świecie.

Dobrze funkcjonujące środowisko szkolne może **wzmacniać odporność psychiczną**, uczyć radzenia sobie ze stresem, rozwiązywania konfliktów i szukania wsparcia. Ale gdy coś w tym otoczeniu nie działa — może też osłabiać, zniechęcać, wywoływać napięcie.

To ćwiczenie pomaga zobaczyć szkołę oczami dziecka — jego potrzeby, odczucia i doświadczenia. Dzięki temu łatwiej jest wspólnie zadbać o przestrzeń, która wspiera rozwój, ciekawość i poczucie własnej wartości.



NEO ENERGY GROUP — PARTNER STRATEGICZNY FUNDACJI

Neo Energy Group, jako jeden z **czołowych deweloperów projektów OZE** (Odnawialnych Źródeł Energii), nieustannie kieruje swoje zaangażowanie w **zrównoważony rozwój**, wspierając inicjatywy społeczne, które nie tylko promują dobrostan dzieci i młodzieży, lecz także **rozwój odporności psychicznej** jako kluczowego czynnika warunkującego ich zdrowie i pomyślność.

Poprzez wsparcie działań Fundacji ULICA oraz jej Centrum, **Neo Energy Group aktywnie przyczynia się do rozwoju ekopsychologii oraz idei dr. Bena Furmana.**

Ta inspirująca koncepcja motywuje tworzenie innowacyjnych narzędzi, które **odbudowują i wzmacniają odporność psychiczną dzieci i młodzieży**. W rezultacie, zmienia się sposób postrzegania dziecięcych problemów, zamieniając je w procesy uczenia się nowych umiejętności. Nowe umiejętności nie tylko pomagają pokonać trudności, ale także inicjują proces pożądaną zmiany.

Dzięki zaangażowaniu Neo Energy Group, systemowe inicjatywy wspierające rozwój psychiczny młodego pokolenia, stają się dostępne również dla lokalnych społeczności.

01 INSTRUKCJA PRACY

JAK PRACUJEMY Z KLASĄ?

Podział na podzespoły

Ze względu na liczebność klasy i chęć aktywnego zaangażowania wszystkich uczniów, pracujemy w maksymalnie pięcioosobowych podzespołach. Dzięki temu każdy uczestnik ma przestrzeń do wypowiedzenia się, a cała klasa może skutecznie przejść przez proces refleksji.

ETAP I WYBÓR KART I PRZYPORZĄDKOWANIE ICH DO ODPOWIEDNIEGO POZIOMU

WYBÓR KART

Każdy zespół otrzymuje zestaw kart z hasłami dotyczącymi życia klasy – mogą one odnosić się do pozytywnych doświadczeń (np. wsparcie, śmiech, współpraca), ale też trudniejszych aspektów (np. hałas, presja, brak zrozumienia).

Zadaniem każdego zespołu jest wspólne wybranie spośród kart tych elementów, które:

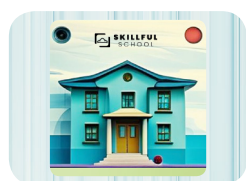
- są obecne w klasie i działają dobrze,
- są obecne, ale jest ich za dużo, co przeszkadza lub męczy,
- brakuje ich, ale zespół chciałby, by się pojawiły czy też są, ale uczniowie potrzebują ich więcej.

UMIESZCZANIE KART NA ILUSTRACJI SZKOŁY

Zespoły rozmieszczają wybrane przez siebie karty na ilustracji szkoły:

- **Piwnica** – elementów brakuje, a uczniowie chcieliby, by się pojawiły.
- **Pierwsze piętro** – coś jest obecne w klasie i działa wystarczająco dobrze.
- **Strych** – jest tego za dużo, przeszkadza lub męczy, jest ale chcieliby się tego pozbyć.

Zadaniem nauczyciela, wychowawcy jest dopilnowanie, by każdy zespół miał czas na rozmowę, wspólne decyzje i jasne umieszczenie kart na ilustracji. Można przygotować osobne plakaty dla każdego zespołu lub jeden wspólny plakat klasowy, gdzie zespoły dokleją swoje karty.



Po rozmieszczeniu kart na ilustracjach szkoły w poszczególnych grupach, możemy zaprezentować poszczególne plakaty, albo stworzyć wspólny, na którym naniesiemy pojawiające się elementy oraz te, które zostały zauważone przez poszczególne grupy.

Ważne, aby poszczególne grupy mogły zaprezentować efekty pracy – swoje szkoły. Szczegółowość prezentacji dopasowujemy do czasu, który przeznaczamy na realizację ćwiczenia.

1. ROZMOWA O ZNACZENIU KART

Zapraszamy zespoły do podzielenia się, co dla nich oznaczają poszczególne elementy umieszczone na plakacie. Podkreślamy, że każdy może rozumieć dane pojęcie inaczej – i że wszystkie interpretacje są ważne.

2. ODKRYWANIE POTRZEB UKRYTYCH ZA KARTAMI

Pytamy, co kryje się pod wybranymi elementami – jakie potrzeby uczniowie próbują wyrazić? Co chcieliby zmienić, by ich doświadczenie w klasie było lepsze?

3. PYTANIA RELACYJNE – JAK WPŁYWAMY NA SIEBIE NAWZAJEM

Rozmawiamy o tym, jak to, co się dzieje w klasie, wpływa na relacje między uczniami. Zachęcamy do myślenia o sobie nawzajem – co wzmacnia poczucie wspólnoty, co je osłabia.

Następnie przechodzimy do etapu pogłębionej refleksji. To czas, kiedy uczniowie całą klasą przyglądają się znaczeniom wybranych przez siebie elementów, próbując lepiej zrozumieć wspólne doświadczenie życia klasowego.

Pytania pomocnicze:

- „Jaką historię opowiadają wybrane przez Was karty?”
- „Jak rozumienie to, że inne zespoły wybrały bardzo podobne, kompletnie różne elementy?”
- „O czym ważnym mówią wasze wybory?”

Pytania pomocnicze:

- „Co by się zmieniło, gdyby tego było więcej?”
- „Czego potrzebujecie, żeby to się pojawiło lub zmniejszyło?”
- „O co możemy wspólnie zadbać jako klasa?”

Pytania pomocnicze:

- „Co by się zmieniło w naszej klasie, gdyby to (nazwa karty) się pojawiło/zmniejszyło?”
- „Jak się czujesz, kiedy widzisz, że inni też tego potrzebują?”
- „Co chciałbyś/chciałabyś, żeby usłyszała od ciebie cała klasa?”



4. ZAUWAŻANIE ZASOBÓW I WYJĄTKÓW

Skupiamy się na tym, co już działa dobrze. Zwracamy uwagę na mocne strony klasy i zachowania, które budują pozytywne środowisko.

Pytania pomocnicze:

- „Co nam już wychodzi jako klasie?”
- „Co pomaga wam czuć się dobrze razem?”
- „Za co możecie siebie nawzajem skomplementować?”
- To dobry moment na docenienie odwagi, gotowości do rozmowy, wrażliwości i zaangażowania uczniów.

5. CO MOŻEMY ZMIENIĆ, A CZEGO NIE – PLANOWANIE DZIAŁAŃ

Zastanawiamy się, co możemy wspólnie zrobić z tym, co się pojawiło podczas refleksji. Rozróżniamy:

PROBLEMY – To, co możemy zmienić, na co mamy wpływ – np. zasady, sposób współpracy, styl komunikacji. W tym przypadku formułujemy konkretne działania, które klasa może podjąć.

OGRANICZENIA To, czego nie możemy zmienić, coś co leży poza naszym wpływem np. struktura szkoły, oceny, zachowanie innych osób, np. innych nauczycieli – wtedy szukamy sposobów radzenia sobie i wspierania się nawzajem w ramach tego, co możliwe.

Pytania pomocnicze:

- „Na co mamy wpływ jako klasa?”
- „Co możemy zrobić inaczej?”
- „Jak chcemy sobie poradzić z tą sytuacją?”
- „Jak chcielibyście, żeby wyglądała nasza klasa za tydzień/miesiąc?”
- „Od czego zaczniemy?”
- „Jakiej umiejętności chcemy się nauczyć, by nasza sytuacja zmieniła się na lepszą?”



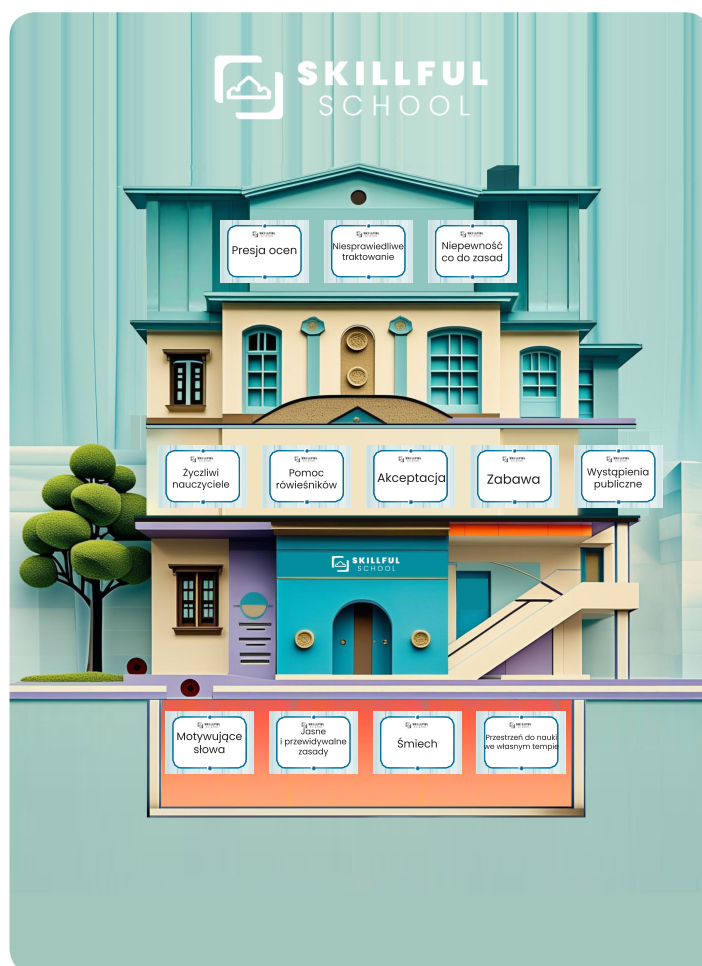
03 INSTRUKCJA DLA GRUP



Waszym zadaniem jest stworzenie obrazu naszej klasy za pomocą dostępnych kart. **Wybierzcie z zestawu te elementy, które według Was są obecne w naszej klasie** – zarówno te dobre (np. życzliwość, pomoc nauczyciela), jak i te trudne (np. hałas, konflikty).

Następnie unieście każdy element na odpowiednim poziomie szkoły na grafice przedstawiającej szkołę:

- ☐ **Poziom najwyższy (strych)** – jeśli czegoś jest za dużo, przeszkadza wam to lub nie chcecie, żeby to było obecne w szkole.
- ☐ **Poziom średni (I piętro)** – jeśli coś jest i działa dobrze, jest wystarczające.
- ☐ **Poziom piwnicy** – jeśli czegoś nie ma lub jest za mało, a uważacie, że powinno być więcej.





KIM JESTEŚMY?

FUNDACJA POMOCY DZIECIOM ULICA
DZIAŁA OD 2006.

Jej założyciel Adrian Kowalski pracuje z dziećmi i młodzieżą w trudnej sytuacji życiowej już od 1991 roku.

niemozliwego.pl

04

FUNDACJA ULICA POPRZEZ SWÓJ PROGRAM PROFILAKTYCZNO - MOTYWACYJNY DZIAŁA W CZTERECH WYMIARACH

PROFILAKTYKI

Prowadzimy zajęcia warsztatowe rozwijające odporność psychiczną poprzez zachęcanie dzieci i młodzieży do odkrywania poczucia sprawczości oraz budowania poczucia wspólnotowości.

ROZWOJU

Rozwijamy umiejętności, w tym umiejętności społeczne ułatwiając dzieciom i młodzieży start w dorosłe życie oraz kształcimy młodzieżowych liderów rówieśniczych.

EDUKACJI

Kształcimy profesjonalistów z metod dra Bena Furmana wspierających dzieci i młodzież w kryzysach behawioralnych i emocjonalnych KIDS' SKILL, MISSION POSSIBLE, SKILLFUL GROUP. Prowadzimy superwizje.

TERAPII

Pokazujemy, że nawet w poważnym kryzysie można skupić się na rozwiązaniach, przekuwając problemy w potrzeby i umiejętności, w nich odnajdując odpowiedzi inicjujące zmianę.

05

NASZĄ FILOZOFIĘ PRACY OPIERAMY NA PROGRAMIE

AMBASADORZY NIEMOŻLIWEGO

Zachęcamy dzieci, młodzież i dorosłych do odnalezienia w sobie Ambasadora nieMożliwego, czyli kogoś kto ma odwagę marzyć o lepszym życiu i lepszym świecie, a swoim zachowaniem pokazuje, że niezależnie od sytuacji w jakiej się znajduje podejmuje wysiłek, żeby ją zmienić.

Misją Fundacji Pomocy Dzieciom ULICA jest wspieranie dzieci, młodzieży oraz ich rodzin w budowaniu prężności psychicznej, poprzez rozbudzenie motywacji i szerokie działania profilaktyczne.

Fundacja opiera swoje programy na **autorskiej idei Ambasadorów nieMożliwego** oraz **idei i metodach dr. Bena Furmana**, światowego eksperta w dziedzinie psychologii pozytywnej i terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach, autora metody KIDS' SKILLS.

Kluczowym elementem działalności Fundacji jest rozwój powołanego przez nią Centrum Motywacyjno-Profilaktycznego im. dr Bena Furmana, które **bazując na idei budowania w dzieciach i młodzieży poczucia sprawczości i wspólnotowości – dba o ich zdrowie psychiczne,** uczy jak elastycznie reagować na pojawiające się trudności emocjonalne i życiowe kryzysy, wzmacnia więzi rodzinne, a także **kształci specjalistów z zakresu pracy metodami dr. Bena Furmana.**

REKOMENDACJE I NAGRODY



REKOMENDACJE DR. BENA FURMANA

W 2023 roku, powołane przez Fundację ULICA, Centrum Motywacyjno-Profilaktyczne otrzymało rekomendacje dr. Bena Furmana.

NAGRODA EBTA ZA DOSKONAŁOŚĆ W PRAKTYCE

W 2023 r. nasza praca została doceniona przez Europejskie Stowarzyszenie Terapii Krótkoterminowej (European Brief Therapy Association, EBTA). **Fundacja ULICA otrzymała prestiżową nagrodę za doskonałość w praktyce skoncentrowanej na rozwiązaniach.**

06

NASZE DOKONANIA I CELE

1991

Gdy Fundacja wkraczała na katowickie ulice, w mieście praktycznie nie istniał system wsparcia dla tzw. dzieci ulicy. Liderzy Fundacji założyli **jeden z pierwszych ośrodków dziennego wsparcia dla dzieci i młodzieży.**

2011

W 2011 i 2012 Fundacja zorganizowała **dwie międzynarodowe wyprawy w Himalaje i do Skandynawii,** których adresatami były dzieci wychowujące się w zmarginalizowanym środowisku.

2025

Na przestrzeni lat Fundacja **objęła swoją pomocą ponad 9500 dzieci,** realizując ponad 115 różnorodnych projektów i docierając ze swoim przesłaniem do ponad 60000 osób.

2030

W kolejnych 5 latach, za pośrednictwem działań CENTRUM MOTYWACYJNO-PROFILAKTYCZNEGO **chcemy dotrzeć z programem odporności psychicznej do dzieci i młodzieży na terenie całej Polski.**