

# Przez młodzież dla młodzieży - innowacyjne działania profilaktyczne

Iwona Kowalewska



Program  
Wsparcia  
Rówieśniczego

# Zaczęto się od ....



rozmów z młodzieżą



obserwacji młodzieży ich  
zachowań i funkcjonowania



Młodzież napotyka na różne trudności z którymi sobie nie radzi (problemy wieku dojrzewania, rodzinne, z nauką w relacjach z rówieśnikami) to może prowadzić do podejmowania przez młodzież różnych zachowań ryzykownych



Grupa rówieśnicza obok rodziny pełni ważną rolę w życiu młodego człowieka. Może wywierać wpływ negatywny albo pozytywny



Pozytywne relacje rówieśnicze mogą zostać wykorzystane w organizowaniu konstruktywnych działań pomocowych na terenie szkoły (działania te mogą spełniać funkcje profilaktyczną)

# CEL



wspieranie uczniów w pokonywaniu indywidualnych trudności edukacyjnych, adaptacyjnych i w relacjach z innymi



zmniejszenie poczucia osamotnienia w pokonywaniu trudności, zwiększenie potrzeby poszukiwania pomocy i korzystania z niej



rozwijanie u młodzieży różnych umiejętności i poczucia kompetencji w zakresie funkcjonowania społecznego, interpersonalnego i intrapsychnicznego



podwyższenie kompetencji uczniów w zakresie pomagania, wspierania rówieśników

## O programie słów kilka

- ▶ Program działa od 9 lat
- ▶ Grupa ok. 20 uczniów z kl. II i III, pod opieką 2 opiekunów
- ▶ Rekrutacja pod koniec roku (początek czerwca) - wybór po 2 osoby z klasy
- ▶ Wyjazd grupy do Pliszczyna na szkolenie (piątek i sobota ostatni weekend września)
- ▶ Grupowe spotkania z opiekunami - raz na miesiąc, lub konsultacje indywidualne

# Szkolenie w Pliszczynie

- ▶ II dni - piątek - sobota
- ▶ Warsztaty - integracja, współpraca, komunikacja, asertywność, kreatywność, organizacja pomocy,
- ▶ Plakat
- ▶ Harmonogram działań

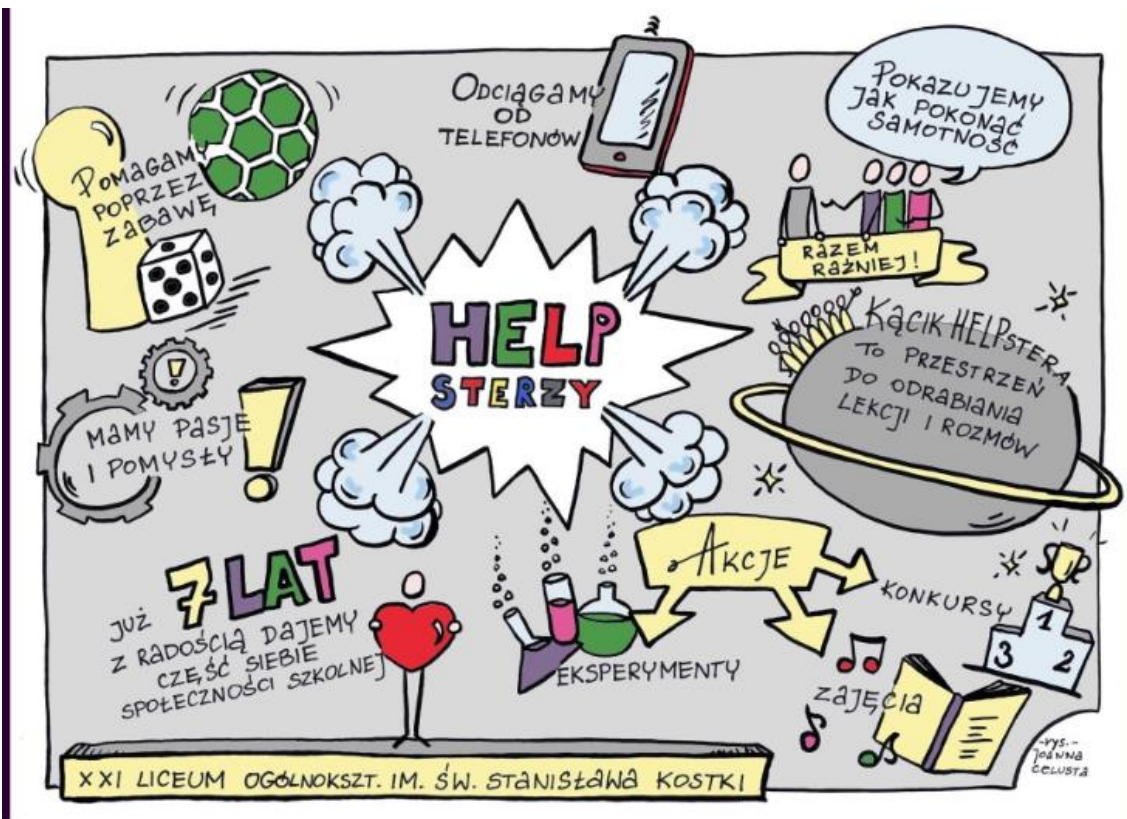


# Warsztaty

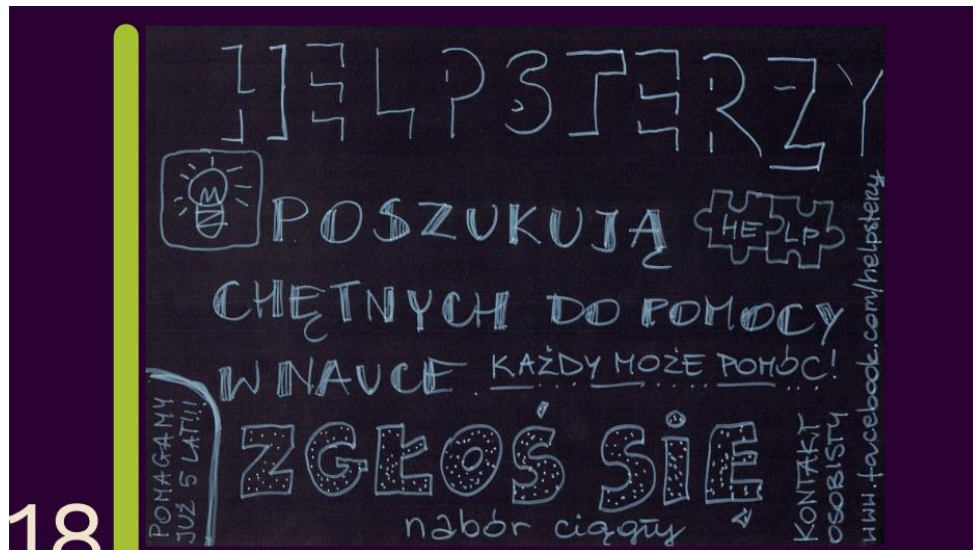




# Działania



- ▶ Pomoc w nauce
- ▶ Kącik helpstera
- ▶ Dzień życzliwości „Free Hugs Day”
- ▶ Akcje charytatywne i nie tylko (pójdź ze mną na maturę)
- ▶ Godziny wychowawcze
- ▶ Bisqon
- ▶ Gry helpsterskie - „Zagraj z nami Helpsterami”
- ▶ Dni Profilaktyczno-Psychologiczne „ProPsy”



## Pomoc w nauce

- ▶ Rekrutacja - ogłoszenie przez helpsterów w klasach lub na fb (uczący nie muszą wchodzić w skład 20)
- ▶ Uczniowie lepiej radzący sobie z przedmiotów pomagają w nauce tym, którzy mają trudności
- ▶ Nauka w systemie jeden na jeden po lekcjach



## Kącik HELPstera

Potrzebujesz wsparcia?

Chcesz się wygadać?

Szukasz zrozumienia i porady?

| HELPstery | Doświadczenie | Poniedziałek | Wtorek | Środa                    | Czwartek    | Piątek      |
|-----------|---------------|--------------|--------|--------------------------|-------------|-------------|
| Ania      | 13:25-13:45   |              |        |                          | 10:35-10:50 |             |
| Marta     | 14:00-14:15   |              |        |                          | 10:35-10:50 |             |
| Magda     | 14:45-15:00   |              |        |                          |             |             |
| Maja      |               |              |        | 8:00-8:15<br>10:35-10:50 |             |             |
| Patrycja  |               |              |        |                          |             | 14:30-15:00 |
| Mikolaj   |               |              |        |                          |             | 13:25-14:00 |

# Kącik Helpstera



## Dzień życzliwości / akcje charytatywne





*Czas na przerwę?  
To czas na zabawę!*

**Zapraszamy na  
Gry Czwartkowe!**

Gdzie? Aula!  
Kiedy? Czwartki,  
przerwa obiadowa!



# Zagraj z nami Helpsterami

# Propsy czyli Dni Profilaktyczno - Psychologiczne

- ▶ Działanie: profilaktyczne wymyślone i realizowane przez młodzież dla młodzieży
- ▶ Tematy: zebrane od uczniów szkoły (akceptacja, budowanie poczucia własnej wartości, komunikacja z innymi, rozwiązywanie konfliktów, współpraca, integracja, budowanie pozytywnych relacji interpersonalnych, uzależnienia, motywacja, szacunek i tolerancja, bezpieczeństwo w internecie)
- ▶ Termin realizacji: Pod koniec I półrocza
- ▶ Czas trwania: dwa dni
- ▶ I dzień - wykład, przedstawienie, pantomima, spotkania z ludźmi dającymi świadectwo
- ▶ II dzień - warsztaty

**PROPSY VI DNI**  
PSYCHOLOGICZNO - PROFILAKTYCZNE  
**WYRAŻAM SIEBIE, WIĘC JESTEM**

**ŚRODA 24.01**  
**11:45-12:30** (AULA) - SZCZERE WYRAŻENIE  
SIEBIE - PRAWDA CZY ILUZJA?  
O MAGICZNYM ŻYCIU **MICHAŁA ZAORSKIEGO**

**12:40 - 13:25** (AULA) - OD NIEŚMIAŁEJ  
DZIEWCZYNY DO ODWAŻNEJ ARTYSTKI-  
**MONIKA KOWALCZYK** O TYM, JAK  
W DZISIEJSZYM ŚWIECIE WYRAŻAĆ SIEBIE,  
BY WCIAŻ POZOSTAĆ SOBĄ

13:30 - 15:30 (S.323) - SKETCHNOTING NA LEKCJI  
(WARSZTAT) - P. JOANNA WÓJTOWICZ (BISKUPIAK)

**CZWARTEK 25.01**  
**10:15 - 12:15 WARSZTATY**

1. JAK ODKRYĆ SWOJE SUPERMOCE? BUDOWANIE  
WEWNĘTRZNEJ SIŁY - P. DOROTA MĄCZKA  
WWW.ART-PRESTI.PL) - S.107

# Efekty



uzupełnienie istniejących działań profilaktycznych w szkole i koncentrowanie się na realnych potrzebach młodzieży



rozwijanie pomocy rówieśniczej



uczestniczenie w działaniach konstruktywnych zarówno dla samej młodzieży pomagającej, jak i dla ich rówieśników



doświadczanie poczucia odpowiedzialności za siebie, swoje działania a także za innych



tworzenie pozytywnego klimatu w szkole



poszerzanie sieci osób pomagających o osoby identyfikujące się z ideą programu i chcące zaangażować się w działania



wyposażenie młodzieży w wiedzę i umiejętności, które będą mogli wykorzystać w przyszłości (w życiu dorosłym)

# Aby działania przynosiły korzyści ...



Dorośli opiekunowie - którzy swoim entuzjazmem i identyfikacją z ideami programu motywują młodzież oraz pomagają w realizowaniu zamierzonych działań



Systematyczność podejmowanych działań, aby utrzymać poziom zaangażowania młodzieży



Dorosły opiekun nie powinien narzucać działań i przyjmować całkowitej odpowiedzialności za ich realizację, lecz wspierać na tyle na ile jest to konieczne



Istotne jest odpowiednie przeszkolenie uczniów, tak aby pomoc nie polegała na wyręczaniu innych (np. w odrabianiu lekcji, rozwiązywaniu problemów, ale wspieraniu w podejmowaniu trudu nauki i poszukiwaniu rozwiązań



Dobrze opracowany plan działań na cały rok szkolny i osoby odpowiedzialne



## Sposoby upowszechniania

- ▶ plakaty, ulotki, tablica
- ▶ publikowanie działań na stronie internetowej szkoły  
[www.biskupiak.pl](http://www.biskupiak.pl)
- ▶ stworzenie na portalu społecznościowym Facebook własnej strony propagującej działania grupy  
[www.facebook.com/helpsterzy](http://www.facebook.com/helpsterzy)
- ▶ informowanie rodziców na zebraniach o funkcjonowaniu grupy i jej działaniach, zwłaszcza rówieśniczej pomocy w nauce

# Wspomnienia

► Moje Helpsterskie wspomnienia to przede wszystkim nauka pomocy innym ze wspaniałymi ludźmi w świetnej atmosferze. Wiedza wyniesiona ze spotkań przydaje mi się nawet dzisiaj bo przede wszystkim Kocham pomagać. Jestem dumny z bycia Helpsterem!

► Marcin P.

► Helpsterzy dali mi bardzo wiele. Dzięki nim mogłam poznać siebie, nabrać nowych doświadczeń, odkryć swoje zainteresowania i nauczyć się słuchać siebie jak i innych. Cały okres działalności w Helpsterach był bardzo owocny. Helpsterzy dali mi jednak coś jeszcze bardzo ważnego. Przyjaciół, którzy wiem, że są w każdym momencie chętni, aby nieść pomoc

► Dominika G.

Dziękuję za uwagę