

Opis warsztatów w Szkole Podstawowej Nr 20 w Gdyni

W II semestrze 2023/2024 roku szkolnego w Szkole Podstawowej nr 20, odbyły się warsztaty psychologiczne, współfinansowane z budżetu Rady Rodziców.

Cykl dwugodzinnych warsztatów dedykowanych klasom 4-7 miał charakter przede wszystkim psychoedukacyjny, ale też dawał przestrzeń na osobistą autorefleksję i wgląd. Scenariusze poszczególnych spotkań odpowiadały zasugerowanym wcześniej potrzebom konkretnych klas i poruszały tematykę: poczucia własnej wartości, emocji, potrzeb i empatii oraz myślenia krytycznego. Zadania były tak zaplanowane, aby uczniowie mieli szansę przyglądać się swoim umiejętnościom, predyspozycjom, talentom, odkrywać swoje mocne strony, ale też „zmierzyć się” z tym, jak sami siebie widzą, jak ważne są dla nich relacje i zastanowić się, jakie mają marzenia i w jakim stopniu są one motorem ich działań. W wybranych klasach w plan warsztatów wkomponowane było ćwiczenie rozwijające krytyczne myślenie z zakresu technik TOC, a mianowicie „gałązka logicznego myślenia”. W obu klasach czwartych i klasie VIc uczniowie mieli możliwość rozpoznawać potrzeby swoje oraz innych, a także uczucia, które wskazują na stopień zaspokojenia potrzeb. Uczniowie byli zaproszeni do poszerzania swojej empatii poprzez rozstrzygnięcie dylematów w opowiadanych im historiach. Przy użyciu „gałązki logicznej” - narzędzia TOC uczniowie poznali co to dylemat wewnętrzny i próbowali rozpoznawać strategie, którymi zaspokajają swoje potrzeby.

Warsztaty te z racji ograniczeń czasowych, były zaledwie „szczyptą” spojrzenia psychologicznego na siebie i świat wewnętrznych zasobów oraz kontaktów interpersonalnych. Jednak ufamy, że nawet to minimum było z korzyścią dla uczestników, ponieważ młodzież w tym wieku niezmiernie potrzebuje poruszania kwestii przeżywanych emocji i uświadamiania sobie własnych potrzeb, a także wzbudzania wrażliwości na potrzeby innych. Nasza wiedza i doświadczenie przemawia za tym, że wskazane jest wsparcie także tych obszarów, ponieważ ewentualne zakłócenia w poczuciu własnej wartości, czy w relacjach (np. w klasie), rzutują na funkcjonowanie dziecka w społeczności klasowej, w rodzinie, wpływają na proces edukacyjny i satysfakcję z własnych osiągnięć.

Warsztaty miały lekką formę i zabawową formułę dlatego wierzymy, że nie były obciążające dla młodzieży.

Uchwycone podczas warsztatów poważniejsze problemy, które w naszej opinii wymagałyby psychologicznego i wychowawczego zaopiekowania – przekazałyśmy szkolnemu zespołowi PPP.

22 maja br. warsztaty poprowadziły dr Maria Marcińczuk, nauczycielka, psychoterapeutka poznawczo-behawioralna, trenerka narzędzi TOC oraz Marta Piernikowska-Hewelt, nauczycielka, tutorka, trenerka narzędzi TOC, mediatorka. Warsztaty odbyły się zgodnie z poniższą rozpiską, na terenie szkoły SP20 w Gdyni.

ŚRODA 22.05.2024r.

- 1.grupa - kl.IV c 1-2 lekcja -> temat - uczucia, potrzeby, empatia
- 2.grupa - kl.IV a 3-4 lekcja -> temat - uczucia, potrzeby, empatia
- 3.grupa - kl.VI c 5-6 lekcja -> temat - uczucia, potrzeby, empatia

Kolejne dwa cykle warsztatów wraz Marią Marcińczuk poprowadziła Joanna Mańkowska - psycholożka, psychoterapeutka w treningu w nurcie humanistycznym, mediatorka, trenerka myślenia twórczego, doświadczona w prowadzeniu zajęć wykorzystujących narzędzia TOC.

ŚRODA 29.05.2024r.

- 1.grupa - kl.V a 1-2 lekcja -> temat - poczucie własnej wartości
- 2.grupa - kl.V b 3-4 lekcja -> temat - poczucie własnej wartości
- 3.grupa - kl.V c 5-6 lekcja -> temat - myślenie krytyczne

ŚRODA 05.06.2024r.

- 1.grupa - kl.VII b 1-2 lekcja -> temat - poczucie własnej wartości
- 2.grupa - kl.VI a 3-4 lekcja -> temat - uczucia, potrzeby, empatia
- 3.grupa - kl.VI b 5-6 lekcja -> temat - myślenie krytyczne

* Krótko czym są narzędzia TOC - to narzędzia wykorzystywane w edukacji. Celem ich stosowania jest wspieranie uczniów w umiejętności myślenia krytycznego, czyli takiego, które szuka logicznych przesłanek potwierdzających prawdziwość informacji. Wybrane grupy poznały jedno z narzędzi - chmurkę konfliktu lub gałązkę logicznego myślenia - opartą na wnioskowaniu sokratejskim.