

PROGRAM WYCHOWAWCZO-PROFILAKTYCZNY MŁODZIEŻOWY OŚRODEK SOCJOTERAPII W RYSZEWKU

Zgodnie z art.26 ustawy z dnia 14 grudnia 2016r. Prawo oświatowe (Dz.U. z 2017r. poz.59) szkoła podstawowa od 1 września 2017r. realizuje program wychowawczo-profilaktyczny obejmujący:

- 1) treści i działania o charakterze wychowawczym skierowane do uczniów, oraz
- 2) treści i działania o charakterze profilaktycznym dostosowane do potrzeb rozwojowych uczniów, przygotowane w oparciu o przeprowadzoną diagnozę potrzeb i problemów występujących w danej społeczności szkolnej, skierowane do uczniów, nauczycieli i rodziców.



Wprowadzenie do programu.

Zadania wychowawcze placówki są podporządkowane nadrzędnemu celowi, jakim jest wszechstronny rozwój Ucznia w wymiarze emocjonalnym, społecznym, intelektualnym, kulturowym, moralnym, ekologicznym i zdrowotnym.

MOS Ryszewko jako środowisko wychowawcze ma za zadanie: oferować wszechstronną pomoc rozwojową uczniom; kształtować odpowiednie postawy do siebie, do innych, do życia, korygować deficyty, uzupełniać umiejętności i kompetencje oraz zapobiegać zagrożeniom poprzez profilaktykę, przeciwdziałanie istniejącym zagrożeniom i wsparcie uczniów w trudnych sytuacjach.

Program powstał w oparciu o wyniki ewaluacji dotychczas podejmowanych działań, obserwacji wychowanków, wnioski z rozmów i konsultacji z rodzicami, nauczycielami, pedagogiem i psychologiem oraz przedstawicielami Rady Samorządu Uczniowskiego.

NASZA MISJA I WIZJA

Jesteśmy placówką dla uczniów z orzeczeniami o potrzebie kształcenia specjalnego ze względu na zagrożenie niedostosowaniem społecznym, która tworzy warunki dla poprawy losów wychowanków poprzez: (1) rekonstrukcję ich doświadczeń życiowych i edukacyjnych oraz (2) budowanie środowiska wielostronnego rozwoju, aby mogli rozwinąć skrzydła i śmiało kreować swoje dalsze życie w oparciu o posiadane zdolności, talenty, z poczuciem własnej wartości i odpowiedzialności za własne życie.

Uważamy, że edukacja to inwestycja:

(1) w teraźniejszość ucznia, aby coraz lepiej rozumiał świat, innych i siebie samego; inwestycja w jego rozwój intelektualny, emocjonalny, społeczny oraz umożliwienie mu samorealizacji zgodnie z jego potrzebami i możliwościami czy potencjałem oraz
(2) w przyszłość ucznia, czyli w tę czasoprzestrzeń gdzie uczeń spędzi swoje życie, jako dorosły, samodzielny i odpowiedzialny człowiek, między innymi na rynku pracy.

Los każdego z nas kształtuje się w marzeniach i momentach podejmowania decyzji o sobie i swoim życiu – dlatego chcemy dostarczyć wychowankom wiele wartościowych i konstruktywnych doświadczeń w tym względzie.

Los każdego z nas kształtuje się także w wyniku otrzymywania wsparcia z zewnątrz, wiary innych w nas i otrzymywanej pomocy – dlatego chcemy oferować każdą możliwą pomoc wychowankom, która przywróci im wiarę w siebie, innych ludzi i świat.

Kluczową rolę w tak rozumianym procesie wspierania ucznia w rozwoju spełniają nauczyciele i wychowawcy, działający we współpracy, w zintegrowany sposób, dostarczający wzorców zachowań w odniesieniu do ustawionych celów edukacyjnych i sylwetki absolwenta. Działający z poczuciem odpowiedzialności i respektowaniem zawodowych norm, stale podnoszący swoje umiejętności i kompetencje.



W tym celu w Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii w Ryszewku :

1. budujemy Szkolną Przestrzeń Rozwoju i tworzymy warunki do realizacji potencjału rozwojowego wszystkich członków społeczności szkolnej: uczniów, nauczycieli, rodziców. W **Szkolnej Przestrzeni Rozwoju** dbamy o wspieranie potencjału ludzkiego całej społeczności szkolnej.

Uczniom zapewniamy warunki do rozwoju zainteresowań, zdolności i talentów poprzez dostosowane do potrzeb uczniów spersonalizowane innowacyjne programy i projekty oraz zróżnicowane zajęcia pozalekcyjne dostosowane do potrzeb i propozycji uczniów oraz zróżnicowane zajęcia pozalekcyjne (np. zajęcia jednorazowe, zajęcia cykliczne, zdarzenia doroczne np. Szkolny Festiwal Talentów, zajęcia sportowe, artystyczne, naukowe, biznesowe, psychologiczne, rękodzieło, warsztaty, plenery).

W ramach Szkolnej Przestrzeni Rozwoju działa ponadto:

1. Doradztwo edukacyjno-zawodowe dla uczniów
2. Tutoring dla uczniów zdolnych lub mających problemy z opanowaniem umiejętności i kompetencji w jakimś zakresie.
3. Tutoriale koleżeńskie - realizowane przez uczniów dla uczniów.
4. Mentoring dla uczniów zdolnych.
5. Grupa wsparcia dla rodziców
6. Superwizje dla nauczycieli
7. Doskonalenie wewnętrzne i zewnętrzne dla nauczycieli

2. Inicjujemy powstanie Pracowni Uczenia się, aby uczniowie poznali swój potencjał i indywidualne preferencje w zakresie uczenia się. Stosujemy innowacyjne metody wspierania rozwoju uczniów w aspekcie poznawczym, społecznym i osobistym z wykorzystaniem podejścia spersonalizowanego, dostosowanego do zdiagnozowanych

potrzeb i potencjału rozwojowego uczniów (coaching, asystenturę, tutoring) oraz stosujemy innowacyjny system oceniania uczniów – elementy oceniania kształtującego oraz rozpoznanie typu motywacji uczniów (podejście wg Stevena Reissa).

- 3. Budujemy odpowiedzialną społeczność** wychowawców, nauczycieli, pracowników, wychowanków/uczniów i rodziców, którzy jak najlepiej wykonują swoje działania w oparciu o wartości takie jak: szacunek, współpraca, zaradność, optymizm, uczciwość, rozwój i szeroko rozumiane dobro jednostki oraz ogółu. Promujemy wartości ogólnoludzkie, chrześcijańskie, kształtujemy umiejętności i kompetencje kluczowe, kreujemy postawy twórcze i aktywne.

WYCHOWANIE I OPIEKA

- Stwarzamy atmosferę przyjazną każdemu wychowankowi, wolną od przemocy, używek i agresji, stosując wyraźnie określone zasady współistnienia w społeczności szkoły. Aby kształtować odpowiedzialność stosujemy umowy społeczne (kontrakty), traktując je jako drogowskazy pożądaných zachowań i lekcje konsekwencji, pamiętając, że nikt nie jest doskonały, a porażka jest traktowana jako pretekst rozwojowy.
- Wdrażamy programy profilaktyczne dostosowane do zdiagnozowanych potrzeb wychowanków, ze szczególnym uwzględnieniem profilaktyki wykluczenia społecznego, budowania zaradności życiowej i edukacyjnej, optymizmu i wzmacniania poczucia własnej wartości. Człowiek, który zna swoją wartość nie musi jej potwierdzać poprzez zachowania przemocowe, rywalizacyjne.
- Prowadzimy oddziaływania wychowawcze na rzecz włączania dzieci z niekorzystnymi doświadczeniami życiowymi do przestrzeni sukcesów edukacyjnych, społecznych i osobistych. Dostarczamy doświadczeń, które budują zaradność edukacyjną, poznanie samego siebie, zaufanie i odpowiedzialność.
- Wzmacniamy u wychowanków siłę i odporność psychiczną oraz poczucie własnej wartości jako kluczowy element zdrowej osobowości i podstawę zdrowego funkcjonowania .
- Stosujemy zasadę indywidualizacji procesu wychowania i opieki, diagnozując potrzeby wychowanków i dostosowując do nich oddziaływania (tutoring, coaching, doradztwo edukacyjno-zawodowe, projekty).
- Współpracujemy z rodzicami wychowanków, wspieramy ich kompetencje rodzicielskie poprzez różne formy edukacji rodziców (grupy wsparcia, warsztaty, festyny, czasopismo pn."Mam Dziecko w Szkole".
- Respektujemy zasadę demokratycznego funkcjonowania społeczności uczniowskiej. W szkole działa samorząd uczniowski, **uczniowie mają głos w zakresie (o czym mogą decydować????)**

Zadania Programu Wychowawczo – Profilaktycznego.



1. Założenia ogólne.

Program wychowawczo-profilaktyczny w Młodzieżowym Ośrodku Socjoterapii w Ryszewku polega na prowadzeniu działań z zakresu promocji zdrowia oraz wspomaganie ucznia w jego rozwoju ukierunkowanym na osiągnięcie pełnej dojrzałości w sferze:

- 1) **fizycznej** - ukierunkowanej na zdobycie przez ucznia wiedzy i umiejętności pozwalających na prowadzenie zdrowego stylu życia i podejmowania zachowań prozdrowotnych;
- 2) **psychicznej** - ukierunkowanej na zbudowanie równowagi i harmonii psychicznej, ukształtowanie postaw sprzyjających wzmacnianiu zdrowia psychicznego własnego i innych ludzi, kształtowanie środowiska sprzyjającego rozwojowi zdrowia, osiągnięcie właściwego stosunku do świata, poczucia siły, chęci do życia i witalności oraz odpowiedzialności za siebie i innych;
- 3) **społecznej** - ukierunkowanej na kształtowanie postawy otwartości w życiu społecznym, opartej na umiejętności samodzielnej analizy wzorów i norm społecznych oraz ćwiczeniu umiejętności wypełniania ról społecznych w sposób dojrzały, odpowiedzialny i konstruktywny;
- 4) **aksjologicznej** - ukierunkowanej na zdobycie konstruktywnego i stabilnego systemu wartości, w tym poczucia własnej wartości, celu i sensu własnego istnienia, afirmacja życia, poczucie radości i szczęścia.

Ośrodek prowadzi systematyczną działalność wychowawczą, edukacyjną, informacyjną i profilaktyczną wśród uczniów, rodziców, nauczycieli i innych pracowników ośrodka. Działalność ta odbywać się będzie w formie pogadarek, zajęć warsztatowych, treningów umiejętności, debat, szkoleń, spektakli teatralnych, wyjazdów outdoorowych, festynów, a także w innych postaciach uwzględniających wykorzystywanie aktywnych metod pracy.

2. Zadania:

- 1) budowanie postawy prozdrowotnej i zdrowego stylu życia;
- 2) kształtowanie społecznie pożądanych hierarchii wartości i zachowań;
- 3) wzmacnianie więzi uczniów i wychowanków z Ośrodkiem oraz społecznością lokalną;
- 4) rozwijanie i wspieranie działalności wolontarystycznej;
- 5) kształtowanie przyjaznego klimatu w placówce, budowanie prawidłowych relacji rówieśniczych oraz relacji uczniów i nauczycieli, a także nauczycieli, wychowawców i rodziców lub opiekunów, w tym wzmacnianie więzi z rówieśnikami oraz nauczycielami i wychowawcami;

3. Model absolwenta.

Absolwent Młodzieżowego Ośrodka Socjoterapii w Ryszewku:

- Umie się uczyć, jest świadomy własnych potrzeb edukacyjnych, a przede wszystkim przygotowany do zdania egzaminu ósmoklasisty po zakończeniu nauki.
- Ma poczucie własnej wartości, jest odpowiedzialny, kreatywny, traktuje siebie i innych z szacunkiem.
- Potrafi wyrażać własne potrzeby, poglądy, jest asertywny ale także empatyczny i pomocny.
- Rozumie zasady współżycia społecznego i nie toleruje przemocy.
- Umie konstruktywnie radzić sobie ze stresem.
- Jest tolerancyjny wobec światopoglądu, orientacji politycznych, religijnych
- Odróżnia dobro od zła w oparciu o uniwersalne wartości, zna i stosuje w życiu hierarchię wartości ogólnoludzkich.
- Potrafi korzystać z najnowszych osiągnięć naukowo-technicznych.
- Jest nastawiony na samodoskonalenie się i rozwój.
- Umie wartościować informacje zawarte w książce, mediach i programach komputerowych.
- Promuje aktywny i zdrowy styl życia oraz respektuje proekologiczne działania.
- Jest aktywny i bierze udział w podejmowanych działaniach na rzecz klasy, grupy, szkoły, środowiska.
- Jest obowiązkowy, słowny, konsekwentny, punktualny.
- Zna przeszłość własnego narodu i regionu, w którym mieszka.
- Przejawia szacunek dla tradycji narodowej oraz przygotowany do świadomego i aktywnego uczestnictwa w życiu publicznym kraju, Europy i świata.

4. Diagnoza sytuacji wychowawczej

Każdego roku przeprowadzana jest diagnoza środowiska, analizuje się potrzeby i zasoby placówki z obszaru wychowania i profilaktyki na podstawie:

- 1) rozmów bezpośrednich przeprowadzonych z rodzicami na temat oczekiwań rodziców w realizacji treści profilaktycznych i wychowawczych,
- 2) spostrzeżeń wychowawcy na temat klasy i grupy wychowawczej,
- 3) analizy stanu procesu wychowawczego w szkole:
 - (-) obserwacji bieżących zachowań uczniów na terenie placówki, analiza uwag wpisanych do dziennika,
 - (-) sprawozdań półrocznych opracowanych przez wychowawcę, psychologa i pedagoga.

● **W wyniku diagnozy i ewaluacji programu wychowawczo -profilaktycznego wyłoniono następujące obszary problemowe:**

- a) brak motywacji do nauki;
- b) niskie potrzeby edukacyjne wychowanków,
- c) nieefektywna komunikacja interpersonalna w relacji uczeń – uczeń, uczeń – nauczyciel/wychowawca,
- d) w niektórych przypadkach nierespektowane są przez uczniów normy społeczne, w tym zachowania agresywne uczniów;
- e) niska frekwencja uczestnictwa rodziców w spotkaniach psychoedukacyjnych i wspierających proces wychowawczo - edukacyjny prowadzony przez specjalistów.

● **Proponowane działania:**

- a) zwiększyć kompetencje nauczycieli w zakresie efektywnych metod pracy i doboru odpowiednich metod pracy do problemów edukacyjnych ucznia,
- b) w tym diagnoza profilu motywacji
- c) zwiększyć kompetencje nauczycieli w zakresie komunikacji międzyludzkiej, porozumiewania się bez przemocy, stosowania oddziaływań coachingowych i tutejskich, kształtowanie optymizmu poznawczego
- d) rozszerzyć działania na rzecz profilaktyki uzależnień, przemocy (sposoby spostrzeżenia pedagoga, psychologa, wychowawców),
- e) rozwinąć kompetencje nauczycieli w zakresie rozpoznawania uzależnień i przemocy,
- f) rozwinąć kompetencje nauczycieli w zakresie umiejętności pracy z dziećmi doświadczającymi traumy,
- g) nadzorować proces wdrażania rozwiniętych kompetencji nauczycielskich,
- h) opracowywać niezbędne procedury do podniesienia jakości działań edukacyjnych i wychowawczych na rzecz ucznia.

5. Kryteria efektywności.

1. Wszyscy uczniowie naszego ośrodka są poddani oddziaływaniom tego programu.
2. Wszyscy nauczyciele i wychowawcy realizują Program Wychowawczo-Profilaktyczny, a w szczególności nauczyciele wychowawcy uwzględniają jego treści podczas planowania i realizacji klasowych planów pracy.
3. Rodzice uczniów naszego ośrodka znają i akceptują program oraz czynnie współpracują przy jego realizacji.

W ośrodku pamiętamy o tym, aby dawać uczniom zachętę, uczyć ich śmiałości, traktować z szacunkiem i modelować taką postawę. Uczniowie powinni słyszeć słowa uznania za każde osiągnięcie, nawet niewielkie. Wychowankowie mają poczucie bezpieczeństwa. Uczą się ufać sobie i innym. Otaczani rzetelnością i uczciwością uczą się, czym jest prawda i sprawiedliwość. Dzieciom, które mają trudności w nauce, potrzebne jest nasze zrozumienie i wsparcie.

7. Zadania i obowiązki podmiotów realizujących program.

1) Dyrektor ośrodka:

- a) dba o prawidłowe funkcjonowanie placówki, o poziom pracy wychowawczej i opiekuńczej szkoły, o kształtowanie twórczej atmosfery pracy w szkole,
- b) wspiera finansowo i organizacyjnie działania profilaktyczne w środowisku szkolnym,
- c) stwarza warunki do prawidłowej realizacji Konwencji Praw Dziecka oraz umożliwianie uczniom podtrzymywania poczucia tożsamości narodowej, etnicznej i religijnej,
- d) kontroluje wypełnianie przez uczniów obowiązku szkolnego,
- e) organizuje szkolenia dla nauczycieli i wychowawców,
- f) dba o zapewnienie bezpieczeństwa na terenie placówki;

2) Pedagog:

- a) ma obowiązek niesienia wszechstronnej pomocy dzieciom,
- b) ma obowiązek ścisłej współpracy z Policją, sądem dla nieletnich,
- c) diagnozuje problemy wychowawcze,
- d) poprzez działania wychowawcze kształtuje wśród uczniów i rodziców świadomość prawną w zakresie ponoszenia konsekwencji za popełniony czyn,
- e) doskonalili swoje kompetencje w zakresie wychowania i profilaktyki;

3) Psycholog/ terapeuta:

- a) organizuje pomoc psychologiczną dostosowaną do możliwości psychofizycznych ucznia, b)
- b) udziela wychowankom pomocy psychologicznej,
- c) prowadzi grupowe i indywidualne zajęcia terapeutyczne;
- d) prowadzi doradztwo z zakresu psychologii dla nauczycieli, wychowawców i rodziców;

- e) organizuje doskonalenie zawodowe dla pracowników w zakresie pracy terapeutycznej.

4) Nauczyciel/ wychowawca:

- a) ma obowiązek reagowania na przejawy u dzieci niedostosowania społecznego,
- b) wspiera swoją postawą i działaniami pedagogicznymi rozwój psychofizyczny uczniów,
- c) udziela pomocy w przezwyciężaniu niepowodzeń szkolnych, w oparciu o rozpoznane potrzeby uczniów,
- d) odpowiada za życie, zdrowie i bezpieczeństwo dzieci podczas pobytu w ośrodku i poza jego terenem,
- e) świadczy pomoc psychologiczno - pedagogiczną w bieżącej pracy z uczniem;

5) Wychowawca klasy:

- a) prowadzi we współdziałaniu z pedagogiem szkolnym i psychologiem szkolenia i konsultacje dla rodziców,
- b) dąży w swojej pracy do integracji zespołu klasowego, sprawuje opiekę wychowawczą nad powierzonymi mu uczniami szkoły poprzez tworzenie warunków wspomagających ich rozwój i przygotowują uczniów do życia w rodzinie i w społeczeństwie,
- c) poznają warunki życia i nauki swoich wychowanków,
- d) uczą optymizmu poznawczego, zaradności, poczucia własnej wartości,
- e) realizują w toku pracy wychowawczej treści i cele programowe programu wychowawczo-profilaktycznego szkoły,
- f) koordynują pomoc psychologiczno-pedagogiczną w swojej klasie;

6) Rodzice:

- a) współdziałają z nauczycielami, wychowawcami i wychowawcą klasy w sprawach wychowania i kształcenia dzieci,
- b) dbają o właściwą formę spędzania czasu wolnego swoich dzieci z zachowaniem prozdrowotnych wzorców

Treści i działania o charakterze wychowawczo –profilaktycznym dla uczniów szkoły podstawowej

Zadania o charakterze wychowawczo-profilaktycznym	Sposoby realizacji zadań	Działania	Termin realizacji	Odpowiedzialni
Rozwój osobowości ucznia.	1. Wspomaganie umiejętności samopoznania: 1.1. wykorzystywanie sytuacji szkolnych do treningu rozpoznawania własnych emocji, uczuć, predyspozycji i deficytów, 1.2. wdrażanie do autorefleksji 2. Stymulowanie rozwoju samoakceptacji i samokontroli: 2.1. kształtowanie umiejętności kontrolowania zachowania i panowania nad emocjami i kreowania własnego wizerunku, 2.2. wdrażanie do samooceny, 3. Umiejętność wykorzystania własnego potencjału: 3.1. motywowanie do nauki szkolnej, 3.2. rozbudzanie i poszerzanie zainteresowań uczniów 3.3. stwarzanie warunków do realizowania działań wynikających z zainteresowań,	Pracownia uczenia się: warsztaty z uczenia się Szkolna Przestrzeń Rozwoju: Warsztaty z inteligencji emocjonalnej Doradztwo edukacyjno-zawodowe Tutoring dla uczniów zdolnych Tutoring dla uczniów z trudnościami w uczeniu się Coaching Zajęcia pozalekcyjne Projekty Kontrakty Pogadanki Symulacje zachowań Trening zastępowania agresji ART. Wyjazdy outdoorowe Koła zainteresowań	Cały rok szkolny	Psycholog, pedagog, trenerzy ART., trenerzy outdoor,

	<p>3.4. rozwijanie zdolności twórczego myślenia, 3.5. kreowanie warunków dla rozwoju indywidualnych talentów i uzdolnień, 3.6. pomoc w radzeniu sobie z własnymi niedoskonałościami, 3.7. kształtowanie hierarchii wartości, 3.8. praca z uczniem zdolnym, 3.9. praca z uczniem o specyficznych potrzebach edukacyjnych; 4. Uczestnictwo w zajęciach pozalekcyjnych.</p>			
<p>Wyposażenie ucznia w umiejętności niezbędne do współdziałania w zespole.</p>	<p>1. Zapoznanie uczniów z normami współżycia społecznego poprzez: 1.1. promowanie zasad bezpiecznego i kulturalnego zachowania się, 1.2. poszanowanie praw i potrzeb innych, 2. Doskonalenie kompetencji emocjonalnych i społecznych poprzez: 2.1. wdrażanie do empatii, 2.2. współpraca w zespołach, 2.3. realizacja projektów, 2.4. kształtowanie umiejętności efektywnego zachowania się w sytuacjach trudnych, konfliktowych, ryzykownych, 3. Eliminowanie zachowań</p>	<p>Kontrakty Warsztaty z inteligencji emocjonalnej Trening Zastępowania Agresji Warsztaty Original Play Projekty Tutoring dla uczniów z problemami w zachowaniu Prowadzenie kół zainteresowań Wyjazdy outdoorowe, Realizacja projektów</p>	<p>Cały rok szkolny</p>	<p>Wychowawcy, trenerzy outdoor, tutorzy, trenerzy, specjaliści Original Play</p>

	<p>agresywnych poprzez: 3.1. kształtowanie umiejętności nieagresywnego rozwiązania konfliktów i zachowania się w sytuacji problemowej, 3.2. rozpoznawanie i nazywanie zachowań agresywnych.</p>			
<p>Przygotowanie do podejmowania i pełnienia ról społecznych i obywatelskich.</p>	<p>1. Zapoznanie uczniów z dokumentami szkoły (Statut, regulaminy, procedury). 2. Wytworzenie potrzeby aktywnego udziału w życiu szkoły, stymulowanie postaw prospołecznych poprzez: 2.1. zachęcanie do aktywnego udziału w życiu szkoły, 2.2. poszanowanie mienia szkoły, 2.3. tworzenie zwyczajów i tradycji szkoły.</p>	<p>Działalność Samorządu Szkolnego Powołani Dni Świąt Uczniowskich Lekcje wychowawcze, Organizowanie spotkań tematycznych i uroczystości Organizowanie imprez we współpracy z lokalną społecznością</p>	<p>Cały rok szkolny</p>	<p>Wychowawcy klas</p>
<p>Kształtowanie postaw patriotycznych</p>	<p>1. Zapoznanie uczniów z historią miasta i rejonu, znaczenie jego herbu, zabytkami, kulturą, itp. 2. Uczestnictwo w akademii, apelu przygotowanym przez uczniów. 3. Kształtowanie tożsamości narodowej przy jednoczesnym otwarciu na wartości kultury innych krajów. 4. Wykonanie okazjonalnych gazetek</p>	<p>Warsztaty Apele Gazetki szkolne Czytanie prasy Oglądanie programów informacyjnych</p>	<p>Cały rok szkolny</p>	<p>Nauczyciele, wychowawcy</p>

	na holu szkoły.			
Kształtowanie postaw i nawyków proekologicznych.	1.Zajęcia na lekcjach biologii, chemii, fizyki. 2.Uczestnictwo w konkursach związanych z tematyką ekologiczną. 3.Działania ekologiczne: „Sprzątanie świata”, „Dzień wody”.	Edukacja proekologiczna na lekcjach Konkursy dla uczniów szkolne, regionalne, ogólnopolskie Działania ekologiczne w szkole	Cały rok szkolny	Nauczyciele, wychowawcy
Likwidacja deficytów rozwojowych, w szczególności u dzieci ze specyficznymi potrzebami edukacyjnym.	1.Organizacja zajęć dydaktyczno – wyrównawczych, zajęć korekcyjno - kompensacyjnych, logopedycznych, socjoterapeutycznych. 2. Indywidualne rozmowy z pedagogiem szkolnym i psychologiem. 3. Współpraca z poradnią psychologiczno - pedagogiczną.	Diagnozy uczniów Tutoring dla uczniów z trudnościami w uczeniu się i problemami w zachowaniu Coaching Terapia pedagogiczna Zajęcia logopedyczne Zajęcia wyrównawcze grupowe i indywidualne Indywidualne rozmowy z pedagogiem szkolnym i psychologiem	Cały rok szkolny	Psycholog Pedagog Logopeda, Tutorzy Coach
Pomoc materialna dzieciom z rodzin o niskim statusie materialnym.	1.Współpraca z MOPS. 2. Pozyskanie sponsorów.	Poszukiwanie sponsorów i projektów edukacyjnych wspierających kierunki rozwoju Placówki. Spotkania z pracownikami OPS, rozmowy telefoniczne	Cały rok szkolny	Pedagog Wychowawcy odpowiedzialni za przygotowywanie wniosków projektowych

<p>Pomoc rodzicom, nauczycielom w rozwiązywaniu problemów wychowawczych.</p>	<p>1. Bieżące informowanie rodziców o sytuacji dziecka w ośrodku i poza nim. 2. Indywidualne rozmowy z uczniem i rodzicem. 3. Konsultacje dla rodziców. 4. Zapoznanie rodziców z Konwencją o Prawach Dziecka, Statutem Szkoły i regulaminami, programami. 5. Doskonalenie kompetencji nauczycieli i wychowawców w zakresie profilaktyki używania niebezpiecznych środków i substancji, a także norm rozwojowych i zaburzeń zdrowia psychicznego wieku rozwojowego poprzez uczestnictwo w formach doskonalenia: kursach, szkoleniach. 6. Dostarczenie aktualnych informacji rodzicom, nauczycielom, opiekunom na temat skutecznych sposobów prowadzenia działań wychowawczych i profilaktycznych poprzez spotkania ze specjalistami.</p>	<p>Warsztaty typu Pęk Kluczy podnoszące kompetencje wychowawcze z obszaru komunikacji, efektywnych oddziaływań wychowawczych, porozumiewania się bez przemocy, problemów rozwojowych, superwizje, grupy wsparcia, rozmowy indywidualne, warsztaty dla rodziców</p> <p>czasopismo „Mam Dziecko w Szkole”</p>	<p>Cały rok szkolny</p>	<p>Psycholog, Pedagog Koordynator ds. dydaktycznych, Trenerzy Tutorzy Coach</p>
<p>Integrowanie działań wychowawczych ośrodka i rodziny.</p>	<p>1. Spotkania rodziców z wychowawcami na zebraniach i indywidualne konsultacje.</p>	<p>Zebrania z rodzicami Indywidualne konsultacje Warsztaty Pogadanki</p>	<p>Cały rok szkolny</p>	<p>Psycholog, Pedagog, Wychowawcy klas, Wychowawcy wiodący grupy</p>

<p>Zdrowy styl życia.</p>	<p>1.Pogadanki na tematy zdrowia i zdrowego trybu życia na godzinach wychowawczych i zajęciach edukacyjnych. 2.Wdrażanie informacji o higienie ciała, racjonalnym odżywianiu się. 3.Rozwijanie tężyzny fizycznej szczególnie na lekcjach wychowania fizycznego. 6.Dbałość o czystość, ład i estetykę otoczenia - konkurs na „Najładniejszą klasę”. 7. Organizacja konkursów wiedzy, plastycznych dotyczących promocji zdrowia. 9.Doskonalenie kompetencji nauczycieli i wychowawców w zakresie profilaktyki uzależnień w formie szkoleń i kursów.</p>	<p>Pogadanki Zajęcia sportowe i rekreacyjne Konkursy Szkolenia Warsztaty</p>	<p>Cały rok szkolny</p>	<p>Wychowawcy klas, psycholog, pielęgniarka</p>
<p>Profilaktyka zagrożeń.</p>	<p>1.Środki i substancje psychoaktywne: 1.1. diagnoza środowiska ucznia, 1.2. wyposażenie uczniów, rodziców i nauczycieli w wiedzę o uzależnieniach i możliwościach szukania pomocy w sytuacji sięgania po narkotyki, dopalacze, alkohol, nikotynę, 1.3. konkursy wiedzy na temat używek dla uczniów,</p>	<p>Warsztaty dla rodziców i nauczycieli dot. uzależnień Konkursy dla uczniów Warsztaty dla uczniów Kontrakty Współpraca z Policją i innymi</p>	<p>Cały rok szkolny</p>	<p>Psycholog, Terapeuta, Pedagog,</p>

	<ul style="list-style-type: none">- gazetki ścienne,- bieżące informowanie rodziców/ prawnych opiekunów o widocznej zmianie w zachowaniu dziecka, o swoich sugestiach i spostrzeżeniach. <p>2. Agresja, przemoc psychiczna, zachowanie dyskryminacyjne, cyberprzemoc:</p> <ul style="list-style-type: none">- systematyczna edukacja uczniów w zakresie radzenia sobie z własnymi trudnymi uczuciami oraz w zakresie ochrony przed agresją, przemocą,- zapoznanie uczniów ze zbiorem zasad i norm obowiązujących w szkole- pogadanki, lekcje wychowawcze,- stała współpraca z pracownikami ośrodka w zakresie zaobserwowanych negatywnych zachowań uczniów,- reagowanie na wszystkie niepożądane zachowania ucznia,- spotkania z przedstawicielami Policji dotyczące odpowiedzialności nieletnich. <p>3. Ukształtowanie pożądaných społecznie postaw wobec zagrożeń cywilizacyjnych poprzez:</p> <ul style="list-style-type: none">- propagowanie wiadomości	instytucjami		
--	--	--------------	--	--

	<p>dotyczących zagrożeń cywilizacyjnych (terroryzm, głód, choroby),</p> <ul style="list-style-type: none"> - jak sobie radzić i gdzie szukać pomocy, - omawianie zagrożeń związanych z korzystaniem z Internetu, ujawnienia danych osobowych. 			
Przeciwdziałanie przemocy w rodzinie.	<p>1. Diagnoza środowiska:</p> <ul style="list-style-type: none"> 1.1. wczesne wykrywanie form przemocy wśród uczniów, 1.2. ochrona ofiar przemocy: rozmowy z uczniem, konsultacje z rodzicami, w razie konieczności wszczęcie procedury „Niebieskiej Karty”. <p>2. Współpraca z instytucjami udzielającymi pomocy i Wsparcia.</p> <p>3. Pogłębianie wiedzy pedagogicznej w zakresie problematyki przemocy, uczestnictwo w szkoleniach</p>	<p>Rozmowy indywidualne Zajęcia warsztatowe Uczestnictwo w szkoleniach</p>	Cały rok szkolny	Psycholog, Pedagog, Terapeuta

Ewaluacja programu.

Przebieg pracy wychowawczo - profilaktycznej i jej efekty poddawane są systematycznej obserwacji i ocenie. Informacje zwrotne pochodzące od uczniów, rodziców i nauczycieli/wychowawców służą doskonaleniu pracy i stanowią podstawę do planowania zamierzeń wychowawczych w kolejnym roku szkolnym.

Analizujemy na bieżąco czynniki ryzyka i czynniki chroniące związane z ryzykownymi i problemowymi zachowaniami młodzieży.

Czynniki ryzyka to właściwości indywidualne lub cechy środowiska społecznego: które wiążą się z wysokim prawdopodobieństwem wystąpienia, większym nasileniem i dłuższym czasem trwania istotnych problemów dotyczących zdrowia psychicznego.

Czynniki chroniące definiowane są jako: właściwości indywidualne, relacje z bliskimi osobami, cechy środowiska rodzinnego i pozarodzinnego, które mogą neutralizować lub kompensować negatywne działanie czynników ryzyka, zwiększając ogólną odporność jednostki, wyzwalać energię i procesy odwrotne do tych, które prowadzą do choroby, zaburzenia lub nieprzystosowania. Czynniki chroniące redukują ryzyko wśród dzieci narażonych na przeciwności losu

Czynniki dobrostanu pełnią funkcje ochronne w przypadku działania czynników ryzyka, ale zarazem służą wspieraniu zdrowego rozwoju i dobrego przystosowania dzieci i młodzieży nieobciążonych szczególnym ryzykiem rozwoju problemów w przyszłości.

Dzieci, które mają ograniczone szanse odniesienia sukcesów w szkole, są bardziej narażone na rozwój zachowań problemowych w przyszłości.

Do indywidualnych czynników chroniących należą także posiadanie umiejętności społecznych, pozytywny obraz siebie i motywacja do osiągnięć, czyli aspiracje, posiadanie celów życiowych i planów na przyszłość. Wśród cech związanych w temperamentem wymienia się towarzyskie usposobienie, zdolności adaptacyjne oraz mechanizmy samokontroli, które umożliwiają radzenie sobie z negatywnymi emocjami oraz kontrolę własnych impulsów. Na rodzinne czynniki chroniące składają się przede wszystkim podstawowa więź rodzica z dzieckiem oraz okazywanie mu wsparcia, zainteresowania, dobre porozumiewanie się z dzieckiem oraz zaangażowanie w jego sprawy, w tym w naukę.

Czynnikiem chroniącym młodzież jest nawiązywanie przyjaźni z konstruktywnymi rówieśnikami, czyli młodymi ludźmi, którzy swoim zachowaniem dają wyraz akceptacji dla norm społecznych, posiadają aspiracje edukacyjne oraz wykazują postawy prospołeczne, np. angażują się w działania na rzecz innych. Bardzo ważną rolę dla pozytywnego rozwoju dzieci i młodzieży, których rodzice nie radzą sobie z wypełnianiem swoich ról rodzicielskich – pełnią nieformalni mentorzy. Są nimi osoby dorosłe spoza rodziny, np. trenerzy, nauczyciele, księża, służące nastolatkom wsparciem, poradą, czuwające nad ich prawidłowym rozwojem. Szkoła jako instytucja służąca edukacji i socjalizacji pełni niezmiernie istotną funkcję jako czynnik chroniący młodzież przed niepożądanymi zachowaniami. Ogromne znaczenie ma

klimat szkoły oraz wsparcia ze strony nauczycieli. Klimat szkoły tworzą również sprzyjające bezpieczeństwu zasady i normy szkolne oraz konsekwentne ich przestrzeganie. Wsparcie ze strony nauczycieli odnosi się do procesu edukacji oraz zapewnienia uczniom bezpieczeństwa. W zakresie edukacji polega to na tworzeniu warunków sprzyjających osiągnięciu sukcesów w nauce oraz nagradzaniu tych osiągnięć, a także docenianiu samodzielnego myślenia i zaangażowania uczniów. Zapewnieniu bezpieczeństwa, poza wspomnianymi normami i zasadami, służą także zapobieganie agresji rówieśniczej, dyskryminacji i nietolerancji, budowanie wzajemnego zaufania oraz zaangażowanie nauczycieli w rozwiązywanie konfliktów pomiędzy uczniami.

Czynniki ryzyka mają kumulatywny charakter. Oznacza to, że tworzą ścieżki wzajemnie powiązanych relacji i wpływów. Z tego względu ważne jest, by dostrzegać w życiu dziecka występowanie czynników sprzyjających zachowaniom problemowym, oraz reagować i tym samym zapobiegać dalszemu kumulowaniu się ryzyka.



Nauczanie i wychowanie to spójny proces komunikacji i przekazywania wartości – dlatego w realizacji programu ważna jest współpraca wszystkich nauczycieli i wychowawców dla budowania dobrej przyszłości wychowanków – tej najbliższej i tej dalszej.

Aneks

Potrzeby ludzi w szkole

Na użytek tego opracowania będziemy posługiwać się pojęciem „potrzeby szkoły”, mając na uwadze: potrzeby ludzi, którzy w szkole lub na jej rzecz działają.

Po pierwsze: potrzeby mogą być nieuświadomione i uświadomione.

a) nieuświadomione

- a1) przez szkołę, a uświadomione przez innych
- a2) przez szkołę i nieuświadomione przez innych

b) uświadamiane

- b1) przez szkołę i przez innych
- b2) przez szkołę, a nieuświadomione przez innych

Po drugie: w ramach potrzeb uświadamianych, mogą występować:

a) potrzeby OD, czyli **potrzeby uwolnienia się** od pewnego stanu odczuwanego jako brak komfortu fizycznego bądź psychicznego. W ramach tej kategorii potrzeb szkoła chce się czegoś pozbyć, coś zmniejszyć, zlikwidować (np. zlikwidować zachowania typu mobbing, obniżyć /zlikwidować stres na lekcjach).

b) potrzeby DO, czyli **potrzeby osiągnięcia wyższych jakości** w zakresie funkcjonowania; wzrost poziomu rozumień i wykonań¹, wzrost umiejętności i kompetencji, wzrost poczucia celu, sensu, poczucie samorealizacji. W ramach tej kategorii potrzeb szkoła chce coś wzmocnić, powiększyć, uzyskać (np. Wzmocnić poziom integracji w zespołach czy w ogóle szkole, wzmocnić więź rodziców ze szkołą).

Po trzecie: potrzeby mają swoją hierarchię

Tu wykorzystamy znaną hierarchię potrzeb według Abrahama Masłowa².

¹ Określenie prof. M. Gogacza

² Abraham Maslow (1908 – 1970) wielki przedstawiciel szkoły humanistycznej w psychologii, sformułował opisany wyżej model struktury potrzeb człowieka, w postaci piramidy. Cały czas aktualnej.



Z kolei do potrzeb wyższego rzędu ma zastosowanie prawo wzmocnienia. Według tego prawa zaspokojenie wyższych potrzeb nie powoduje ich zaniku, lecz wręcz przeciwnie, człowiek odczuwa je jako przyjemne i będzie dążył do ich wzmocnienia. Czyli muszą być zaspokojone przede wszystkim potrzeby niższego rzędu, aby było możliwe zaspokojenie potrzeb wyższego rzędu.

Jak dana potrzeba może się manifestować w szkole i jakie **obszary** należy poddać analizie, aby zebrać dane na ten temat.

Nazwa potrzeby

1. **fizjologiczne:** pożywienia, snu, powietrza, wypoczynku (braku aktywności), ruchu, aktywności, ciszy, brak obciążeń typu fizycznego.

BIOS

Pozytywnie odczuwane jako:

1. **poczucie zdrowia i wygody, fizyczny dobrostan, energia, dobre samopoczucie**

Respektowanie potrzeb fizjologicznych jest fundamentalne dla realizacji innych (wyższych potrzeb). Dzieci z deprivacjami potrzeb w tym zakresie osiągają gorsze wyniki w uczeniu się i „gorzej” się zachowują – mają trudności z koncentracją uwagi, przejawiają nadpobudliwość psychoruchową lub przeciwnie – są ospałe i nisko zmotywowane do nauki.

Do analizy np:

- kondycja fizyczna i stan zdrowia dzieci i nauczycieli
- stan parametrów dot. higieny pracy umysłowej (woda i ruch w czasie nauki, także na lekcjach, możliwość odpoczynku, stan odżywiania i dożywiania uczniów, układ przedmiotów nauczania w planach lekcji)
- dostosowanie ławek do wzrostu dzieci
- dostosowanie ciężaru tornistrów do parametrów fizycznych uczniów
- programy dot. profilaktyki zdrowia dla uczniów i ich rodziców
- zajęcia pozalekcyjne wspierające kondycję fizyczną uczniów

Komentarz:

Jak wynika z raportów medycznych (krajowych i światowych) kondycja fizyczna współczesnych dzieci i młodzieży jest coraz słabsza. Jest to efekt cywilizacyjny - współczesnych warunków życia, (paradoksalnie) postępów medycyny i nisko wartościowego odżywiania. Coraz więcej dzieci przejawia zaburzenia integracji sensorycznej; nadpobudliwość itd. Dzieci są zmęczone, śpią zbyt krótko, za mało się ruszają (co powoduje niedotlenienie i osłabienie pracy układów i systemów odpowiedzialnych za uczenie się) – co ma istotny związek z ich funkcjonowaniem w szkole.

Także ten wymiar jest szczególnie istotny w kontekście edukacji włączającej – organizowania pracy z dziećmi z różnymi niepełnosprawnościami, przewlekle chorych itd.

2. **bezpieczeństwa:**
potrzeba stabilizacji,
stałości, opieki,
nienaruszalności
fizycznej

FUNDAMENT

2. **poczucie bezpieczeństwa fizycznego, oparcia emocjonalnego, „życiowego”, pewna przewidywalność funkcjonowania**

Respektowanie potrzeb z tego obszaru ma także znaczenie podstawowe. Poczucie bezpieczeństwa jest fundamentalnym prawem każdego człowieka. Znaczny brak poczucia bezpieczeństwa uruchamia reakcję przetrwania co istotnie obniża jakość funkcjonowania człowieka w aspekcie rozwojowym.

Do analizy np.:

- stan infrastruktury szkoły zapewniającej bezpieczeństwo
- ocena bezpieczeństwa okolicy szkoły
- programy profilaktyki dot. przeciwdziałaniu przemocy i zachowaniom typu mobbing, fala itp.; negocjacje i mediacje szkolne, trening zastępowania agresji, treningi siły i odporności psychicznej
- znajomość zasad pierwszej pomocy,
- znajomość zasad zachowania się w sytuacjach kryzysowych - procedury szkolne
- programy opieki nad dziećmi z rodzin niewydolnych wychowawczo

Komentarz:

Jak wynika z raportów socjologicznych (krajowych i światowych) w szkole mniej niż połowa uczniów czuje się bezpiecznie, a zjawisko agresji młodocianych zatacza coraz większe kręgi i przestaje dotyczyć tylko dzieci z rodzin niewydolnych wychowawczo. Agresja jest silnie modelowana w mediach, grach komputerowych, obserwuje się zjawisko podwyższania tolerancji dla zachowań agresywnych, niektóre z nich nie uznaje się za przejaw agresji (np. lekceważące uwagi na forum klasy).

Pojawiają się nowe formy agresji jak mobbing w internecie, przez telefon komórkowy.

W wielu rodzinach agresja jest na porządku dziennym – ponad połowa rodziców nie uważa, że klapsy i krzyk są przejawami agresji.

Przed agresywnymi zachowaniami uczniów nauczycieli nie chroni już autorytet. Także tej grupie należy się doskonalenie np. w postaci treningu siły i odporności psychicznej.

3. **przynależności:**
potrzeba
uzyskiwania
aprobaty, akceptacji,
przyjaźni, określenia
własnej tożsamości

WIĘŹ

3. poczucie pozytywnego klimatu współpracy, poczucie więzi i wpływu, uczestnictwo w życiu grupy, bycie włączonym
poczucie znaczenia: klimat wzmacniający wiarę w siebie,
poczucie sprawiedliwego oceniania, otrzymywania uznania

Respektowanie potrzeb z tego obszaru manifestuje się poprzez poczucie integracji całego zespołu szkolnego, pozytywne i przyjazne relacje panujące w społeczności szkolnej, otwartą komunikację, klimat współpracy i odczuwaniem przyjemności z faktu „bycia razem”.
Deprywacja potrzeb z tego wymiaru przejawia się izolacją, niechęcią do pracy zespołowej, rywalizacją i słabą motywacją (lub jej brakiem) do pracy; brakiem identyfikacji z grupą, jej celami i działaniem jako systemu.

Do analizy np:

- poczucie integracji: uczniów, nauczycieli i rodziców,
- formy integracji uczniów, nauczycieli i rodziców
- szkolne pomysły na włączanie do społeczności nowych uczniów i ich rodziców
- poziom współpracy w zespołach szkolnych
- szkolny system oceniania

- szkolny system kontroli

Komentarz:

Potrzeba więzi, akceptacji, przyjaznego środowiska potrzeba „bycia włączonym” , pojawiają się nowe formy agresji jak mobbing w internecie, przez telefon komórkowy.

W wielu rodzinach agresja jest na porządku dziennym – ponad połowa rodziców nie uważa, że klapsy i krzyk są przejawami agresji.

Przed agresywnymi zachowaniami uczniów nauczycieli nie chroni już autorytet. Także tej grupie należy się doskonalenie np. w postaci treningu siły i odporności psychicznej.

4. **uznania:** potrzeba
znaczenia, uznania u
innych
i u siebie samego,
niezależności.
samorealizacji:
potrzeba rozwijania
swego potencjału,
zdolności, talentów,
zainteresowań

4. poczucie realizacji swego potencjału rozwojowego, poczucie rozwoju, satysfakcji, psychologiczny dobrostan
(do analizy np: wyniki nauczania, programy realizacji specjalnych potrzeb, zdolności i talentów, programy zajęć pozalekcyjnych, programy orientacji zawodowej, . A także – manifestacje rozumienia różnic międzyludzkich np. programy edukacja skonfigurowanej!)

**poziom najwyższy to
poziom**

5. misji: potrzeba bycia
połączonym z większą
całością

5. poczucie odnalezienia swego kierunku życiowego i ulokowania siebie w jakiejś większej perspektywie; **poczucie celu i sensu swojego życia.**
(do analizy np: zadowolenie uczniów i rodziców oraz nauczycieli z bycia i działania w tej właśnie szkole, poczucie rozwoju, sensu i celu pracy)

Lekceważone lub ignorowane potrzeby manifestować się mogą – w wyniku ich skumulowania – w małej lub dużej skali, nawet mogą przybrać postać kryzysową (np. kryzysu osobistego dziecka/ucznia, kryzysu wychowawczego, dydaktycznego, konfliktu z rodzicami w skali klasy lub szkoły lub kryzysu osobistego nauczyciela)

MENTORING COACHING TUTORING

MENTORING, CZYLI SPOTKANIA Z MISTRZEM

Jedną z efektywnych form uczenia się jest mentoring, który ma wielowiekowe i bogate tradycje zwłaszcza w rzemiośle. Aktualnie mentoring jest intensywnie wykorzystywany w firmach i wielu szkołach wyższych, wpleciony w programy edukacyjne. Sam termin pochodzi od imienia Mentor, które nosił słynny nauczyciel Telemacha, syna Odysusza, wychowujący go w zastępstwie ojca, gdy ten wyruszył pod Troję. Historię tę doskonale znamy z mitologii greckiej.

Mentor przedstawiany jest w niej jako dobry nauczyciel, mądry doradca i osoba godna zaufania.

Mentoring to relacja między dwoma osobami zajmującymi różne pozycje zawodowe. Jedną z nich jest zawsze ktoś starszy, doświadczony, zwany mentorem (np. opiekunem stażu), a drugą – osoba, która się uczy arkanów jakiegoś zawodu, fachu lub funkcjonowania na określonej pozycji zawodowej np. jako menadżer. Relację tę cechuje szczerłość, wzajemne zaufanie i otwarta komunikacja. Relacje te mają ponadto charakter formalny i wynikają z jakiegoś umocowania (np. oddania przez ojca syna pod opiekę jak w przypadku Telemacha). We współczesnych czasach takim umocowaniem są albo przepisy prawne (z taką sytuacją mamy do czynienia w odniesieniu do opiekuna stażu w szkołach i placówkach oświatowych), albo regulacje wewnętrzne w danej instytucji.

Uwaga: okazjonalną pomoc świadczoną przez bardziej doświadczonego pracownika nowicjuszowi, która wynika z jego dobrej woli nie nazywamy mentoringiem.

- **Pomoc świadczona przez mentora jest ukierunkowana na potrzeby podopiecznego i przez to ma charakter zindywidualizowany**, jednostkowy, niepowtarzalny, zupełnie inny niż podczas zajęć grupowych, kursach czy warsztatach.
- Proces mentoringu trwa zwykle od kilku miesięcy do nawet do kilku lat.
- Proces mentoringu może obejmować różne sprawy związane z przygotowaniem do wykonywania zawodu lub określonej pracy (zadań) i może być realizowany w bardzo

różny sposób. W definicjach mentoringu najczęściej pojawiają się takie określenia jak: wspomaganie, wspieranie, doradzanie, instruowanie, ułatwianie, uczenie własnym przykładem, inspirowanie, motywowanie, prowadzenie. W konkretnych sytuacjach zawodowych obejmuje to np.:

- wprowadzenie w różne aspekty pracy instytucji, w tym także w panujące w niej zwyczaje oraz wartości/kulturę;
- wspomaganie przy aplikacji wiedzy teoretycznej do praktyki;
- ułatwienie nabycia biegłości w wykonywaniu określonych czynności zawodowych/naukowych;
- przyspieszenie adaptacji na nowym stanowisku pracy.

Mentoring jest stosowany na różnych etapach kariery zawodowej. U nas występuje najczęściej w odniesieniu do osoby nowo zatrudnionej. Z taką sytuacją mamy obecnie do czynienia w szkołach i placówkach oświatowych. Nowo powołanym nauczycielom – stażystom i kontraktowym – udzielana jest pomoc na starcie ich kariery zawodowej przez bardziej doświadczonych kolegów, zwykle nauczycieli z dłuższym stażem pracy i cieszących się opinią dobrych specjalistów.

W wielu krajach Europy Zachodniej (np. w Szwecji, Islandii, Wielkiej Brytanii) mentoring jest powszechnie stosowany w odniesieniu do studentów studiów pedagogicznych. Np. w Wielkiej Brytanii 2/3 czasu przeznaczanego na przygotowanie do zawodu przyszli nauczyciele spędzają w szkole pod opieką mentora (a tylko 1/3 na uczelni). Mają wówczas możliwość poznania pracy pedagogicznej „od podszewki” uczestnicząc w rozwiązywaniu wielu różnych problemów dydaktycznych, wychowawczych i opiekuńczych, asystując mentorowi w trakcie wykonywania zadań lub osobiście realizując niektóre z nich pod jego opieką. W Wielkiej Brytanii mentoring znajduje również zastosowanie w przygotowaniu dyrektorów szkół. Przyszli dyrektorzy otrzymują wsparcie mentora w okresie pierwszych dwóch lat pracy kierowniczej. Jest to traktowane jako alternatywa dla naszych kursów kwalifikacyjnych.

Podsumowując – mentoring jest przywarsztatową formą uczenia się odpowiednich kwalifikacji (np. zawodowych). Jest procesem długotrwałym (od kilku miesięcy do kilku lat). Polega na udzielaniu pomocy przez osobę bardziej doświadczoną podejmującemu nowe role

oraz zadania. W praktyce funkcjonują różne modele mentoringu. Z każdym z modeli wiąże się inny sposób podejścia do sprawowania opieki, a w konsekwencji odmienne postrzeganie ról i zadań mentora i podopiecznego: **model naśladowczy** przydatny jest zwłaszcza w początkowym okresie przygotowania do zawodu. Tu mentor jest wzorem osobowym i przewodnikiem; **model kompetencyjny** - już po zorientowaniu w jego rolach i zadaniach. Mentor działa jako doradca i wspieracz emocjonalny, zwłaszcza w okresach przeżywania "szoku zawodowego" oraz **model refleksyjny**, wymagający umiejętności spojrzenia z dystansu na wykonywane czynności jest przydatny po osiągnięciu elementarnej biegłości. Mentor jest krytycznym przyjacielem i coachem.

W literaturze podanych jest znacznie więcej ról mentora, które dobrze pasują do wspierania rozwoju uczniów w szkole – wśród nich odkrywca zdolności i talentów, trener, rzecznik zmian, życzliwy przyjaciel, krytyczny przyjaciel i ... anioł stróż. Ktoś, kto ma dużą wiedzę, jest usłużny, mądry, przygotowany do niesienia pomocy na drogach i bezdrożach kariery zawodowej, poprowadzi za rękę, byś nie wpadł do kałuży, podtrzyma, gdy się potkniesz, a w końcu odda ci skrzydła, abyś sam mógł latać.

TUTORING, CZYLI ROZMOWY ISTOTNE

Tutoring jest jedną z metod edukacji spersonalizowanej. Przestrzenią edukacyjną jest tutorial – odpowiednio zaprojektowana lekcja, a w zasadzie seria lekcji; którą prowadzi tutor, czyli nauczyciel. Tutee, czyli podopieczny bierze udział w tutoringu, który jest najczęściej długofalowym procesem współpracy, nakierowanym na jego integralny rozwój (obejmujący wiedzę, umiejętności i postawy).

Istotą tutoringu są indywidualne spotkania, na których w atmosferze dialogu, szacunku i wzajemnej uwagi tutor pracuje z podopiecznym, aby ten zgłębił określony obszar wiedzy, rozwinął umiejętność samodzielnego jej zdobywania oraz rozpoznał lepiej własne talenty. Tutor wzmacnia poszukiwania ucznia, służąc radą i wyznaczając drogę poszukiwań.

Tutoring ma za zadanie prowadzić podopiecznego do mądrości i dojrzałości. Potrzeba na to czasu, uwagi i regularności kontaktów.

Głównym narzędziem tutoringingu jest rozmowa pomiędzy tutorem i uczniem, do której uczeń przygotowuje się m.in. poprzez wykonywanie uzgodnionych z tutorem zadań, lektury, samodzielne pisanie oraz recenzowane i omawiane w trakcie spotkań z tutorem eseje.

Praca indywidualna jest podstawową formą pracy tutorskiej. W ramach tutoringingu, możliwa jest także praca z dwoma, trzema podopiecznymi równocześnie, zwłaszcza w początkowej fazie współpracy. Forma pracy tutora zależy w dużym stopniu od tego z kim pracuje oraz miejsca w którym wykonuje swoją pracę. Na przykład, tutor, który wspiera rozwój osobisty ucznia (w tradycji anglosaskiej tzw. *moral tutor*) spotyka się ze swoim podopiecznym nie rzadziej niż raz w miesiącu na ok. 45 min. tutorial i przynajmniej raz w tygodniu na 10-15 min. Tutor, który zajmuje się rozwojem naukowym ucznia/studenta spotyka się z nim raz na tydzień na ok. 45 minut.

- Tutoriale są wcześniej starannie planowane razem z podopiecznym i przygotowywane, w ustalonym kontrakcie ustalana jest liczba spotkań, terminy, określony cel i zadania
- Tutoriale odbywają się w zasadzie w szkole lub na uniwersytecie, ale możliwe są spotkania poza szkołą, czy uczelnią.
- Podopieczny powinien mieć wpływ na wybór swojego tutora.

Tutoring zakłada cztery etapy współpracy:

- (1) poznanie podopiecznego (jego talentów, mocnych i słabych stron, preferowanych stylów uczenia się, wartości, planów życiowych),
- (2) wspólne wyznaczenie celów edukacyjnych i zaplanowanie działań zmierzających do ich osiągnięcia,
- (3) realizację przyjętego planu współpracy,
- (4) podsumowanie efektów współpracy tutorskiej.

W swojej pracy tutor korzysta z narzędzi coachingowych, takich jak: umiejętne zadawanie pytań, uważne słuchanie, udzielanie informacji zwrotnej, wyznaczanie celów i planowanie drogi do ich osiągnięcia, motywowanie, monitorowanie i rozliczanie z wykonanych zadań. Jednym z ważniejszych zadań tutora jest zmiana przekonań blokujących rozwój podopiecznego. Tutor pomaga poznać podopiecznemu jego mocne i słabe strony. Wzmacnia te pierwsze i pomaga kompensować te drugie.

- Podstawowa kompetencja tutorską to umiejętność koncentrowania się na mocnych stronach podopiecznego.
- Tutor nie zajmuje się pracą terapeutyczną! W razie potrzeby może odwołać się do pomocy innych specjalistów (psychologa, pedagoga, psychiatry, prawnika...).

Aktualnie na całym świecie w ramach systemu edukacji – niezależnie od poziomu nauczania, poszukiwane są nowe możliwości podniesienia jakości kształcenia dzieci, młodzieży, studentów. Ma to oczywisty związek z nowoczesnymi badaniami nad procesami uczenia się, kontekstem zmieniających się potrzeb osób uczących się i wyzwaniem rynku pracy. Ten kompleks czynników powoduje, że pojawia się pilna konieczność wypracowania ścieżek kształcenia młodych ludzi/studentów, zaprojektowania nowych możliwości jako przeciwwagi do edukacji masowej, mało zindywidualizowanej. Zwłaszcza dla tych klientów systemu edukacji, którzy chcą czegoś więcej...

Pośród postulatów nowoczesnej szkoły, nowoczesnej uczelni wyższej wymienia się między innymi tutoring jako metodę budowania nowej przestrzeni uczenia się, wymiany doświadczeń międzypokoleniowych i spotkań ludzi w drodze rozwoju.

Tutoring jest wysoko ceniony i uznany w *Deklaracji bolońskiej*, w której silnie podkreślona jest potrzeba radykalnej zmiany metod nauczania i strategii uczenia się w szkolnictwie wyższym. Co interesujące, to m.in. w tej metodzie nauczania – a raczej, lepiej powiedzieć, relacji edukacyjnej, upatruje się sposobu na wdrożenie edukacji bardziej wymagającej, formującej, oddziałującej kompleksowo na osoby uczące się, ale z pełnym poszanowaniem ich potrzeb, możliwości i talentów.

W pełnym sensie tutoring przywraca podstawowe znaczenie edukacji. Warto mieć świadomość, że pojęcie to powstało na bazie łacińskiego *educere*, czyli „wyzwolić, wydobywać”, nie zaś – przelewać, dawać gotowe. Najwyższym celem edukacji jest wsparcie osoby w drodze rozwoju w dotarciu do samego siebie, odkrycie w pełni swego potencjału rozwojowego, manifestacja talentów i doskonalenie umiejętności i kompetencji, które jako ważne tło owym zdolnościom i talentom umożliwią pełny rozkwit. W życiu osobistym i oczywiście także zawodowym. Wiedza, umiejętności i kompetencje, wartości i cele, kiedy są

spójne i prawdziwe dają w efekcie obraz człowieka, który funkcjonuje w harmonii i – zaryzykujemy takie nienaukowe określenie, w szczęściu. W zasadzie nie ma innej drogi budowania kapitału ludzkiego!

Jak widać zmienia to radykalnie rolę nauczyciela, który jako tutor działa na rzecz rozwoju drugiego człowieka. W tej nowej roli nauczyciel nadal pełni ważne dydaktyczne funkcje, ale ta rola je zawiera i przekracza. Nauczanie zamienia w relację osobową, relację osób w drodze rozwoju, z których każda z nich otrzymuje gratyfikacje i buduje obszary satysfakcji, nie tylko zawodowej.

W Polsce tutoring jako specyficzna relacja edukacyjna jest w zasadzie nowością, jakkolwiek różne modele tutoringu pojawiają się już w polskich przedszkolach, szkołach i na uczelniach.

Na świecie tutoring zwłaszcza w USA i krajach zachodnioeuropejskich jest dobrze znaną metodą współdziałania z uczniem czy studentem, ma wiele odmian i bogatą literaturę przedmiotu.

Główne rodzaje tutoringu:

- tutoring szkolny, zwany inaczej dziecięcym lub tutoringiem rówieśniczym i tutoring z udziałem nauczyciela (osoby dorosłej) i ucznia;
- tutoring rozwojowy, realizowany np. w placówkach opiekuńczo-wychowawczych;
- tutoring akademicki, spotykany na niektórych uczelniach wyższych;
- tutoring zawodowy, realizowany w urzędach, organizacjach pozarządowych i innych miejscach pracy;
- tutoring kursowy, spotykany na kursach i szkoleniach - niewielkie grupy studentów pracują nad rozwiązaniem konkretnych problemów pod opieką nauczyciela-tutora.

Kompetencje tutora

1. wiedza merytoryczna tutora
2. umiejętność rozwoju zainteresowań i talentów ucznia/studenta;
3. budowanie osobowej relacji i umiejętności komunikacyjne, takie jak np. słuchanie, empatia, mówienie, obserwacja, udzielanie wsparcia.
4. umiejętność bycia przewodnikiem i umiejętność nagradzania

5. umiejętność tworzenia przestrzeni dla autentycznego dialogu i budowanie partnerstwa
6. elastyczność i umiejętność inspirowania ucznia dla katalizowania zmian.
7. budowanie planu rozwojowego i zaprojektowania doświadczeń, aby zamienić przeczuwane talenty w autentycznie **mocne strony**. Do tego potrzebna jest ciężka praca – zarówno studenta, który szlifuje swój talent, ale i tutora, który dba o właściwą formację, pomaga w zdobyciu doświadczenia i w odpowiedzi na pytanie: jak wykorzystać talent, który student ma w sobie.

Każdy człowiek posiada (większe lub mniejsze) talenty, ale wiele osób nie robi nic, aby zamienić je na mocne strony. Z tego powodu przed podopiecznym i tutorem stoi poważne wyzwanie – to gra o wykorzystanie talentów jako jeden z mocnych gwarantów szczęśliwego życia człowieka!

Tutor powinien cechować się mieć wysoką **inteligencję interpersonalną i emocjonalną oraz wyobraźnią i intuicją pedagogiczną**, działa jak czarodziej – **pomagając swemu podopiecznemu w odkrywaniu jego Żywiołu** i uzupełnieniu brakujących umiejętności/kompetencji, aby naturalne zasoby zmanifestowały się w pełnym blasku.

Nawiązując do klasyfikacji talentów M. Buckingham i D. Clinton, którzy opisali 34 rodzaje talentów), **tutor powinien posiadać przede wszystkim takie talenty jak:**

- **talent rozwijania innych**, a więc umiejętność widzenia potencjału w innych osobach, chęć jego rozwoju, wspierania w działaniach. Siłą do podejmowania następnych dążeń jest satysfakcja z dotychczasowego działania;
- **intelekt**, czyli czerpanie radości z aktywności intelektualnej, stawiania pytań i poszukiwania odpowiedzi;
- **talent uczenia się**, czyli czerpania radości z samego procesu uczenia się i zwiększania wiedzy, kompetencji i umiejętności;
- **talent empatii**, a więc umiejętności rozumienia wyborów i zachowania innych osób, wczuwania się w ich sytuacje i emocje oraz zdolność „porozumiewania się bez słów”;
- **indywidualizacja**, czyli fascynowanie się niepowtarzalnością i indywidualnością każdej osoby, dostrzeganie wyjątkowości każdej z nich.

(Marta Gębska „Profil kompetencyjny tutora” w: *Tutoring Akademicki*, praca zbiorowa, Taraszkiewicz M. red. i wstęp, Wyd. WSP TWP, Warszawa, 2012)

COACHING, CZYLI JAK URUCHOMIC ZASOBY I WYJŚĆ ZE STREFY KOMFORTU

Termin coach pochodzi od średniowiecznego słowa *coche*, oznaczający wóz podróżny, powóz. Coach jest takim wehikułem, który przenosi osobę czy grupę z aktualnego miejsca do miejsca w lepszej rzeczywistości. Na początku coaching bardziej koncentrował się na zmianie behawioralnej poprzez dostarczanie konkretnych wskazówek jak dane zachowania poprawić, aby były bardziej skuteczne (np. coach przemawiania czy rzucania piłki do kosza). Obecnie coaching ma charakter bardziej nacelowany na rozwój i dotyczy takich problemów jak: generowanie możliwości, dokonywanie wyborów, ustalanie (precyzowanie) oczekiwań, uczenie się na błędach czy harmonizowanie życia zawodowego i osobistego.

Można mówić o coachingu:

- przez małe „c” – wtedy jest skoncentrowany tylko na zmianie zachowań
- i przez duże „C” – wtedy dotyczy integralnej zmiany na wielu poziomach osobowości: środowiska i przeszkód z tego poziomu; zachowań i stylu działania, umiejętności, przekonań i wartości, tożsamości jako własnej misji. W tym przypadku narzędzia pracy coacha wymagają ogromnej wiedzy na temat komunikacji i bardzo złożonych umiejętności prowadzenia osoby „wehikułem rozwoju”. (za (Dilts R. „Od przewodnika do inspiratora” Wyd. PINLP, Warszawa, 2006).

Literatura do tematu „badania, diagnoza, doskonalenie”:

- Babbie E. „Badania społeczne w praktyce”, Wyd. Naukowe PWN, W-wa 2004r.
- Brzeziński J. „Metodologia badań psychologicznych”, Wyd. Naukowe PWN, W-wa 1996r.
- Denzin N., Lincoln Y. „Metody badań jakościowych” t. I-II, Wyd. Naukowe PWN, W-wa 2009r.
- Elsner D., Knafel K. „Jak organizować Wewnątrzszkolne Doskonalenie Nauczycieli?”, Wyd. Mentor, Chorzów 2000r.
- Janowski A. „Poznanie uczniów. Zdobywanie informacji w pracy wychowawczej”, wyd. V (rozszerz.), Fraszka Edukacyjna, W-wa 2002r.
- Jarosz E., Wysocka E. „Diagnoza psychopedagogiczna. Podstawowe problemy i rozwiązania”, Wyd. Żak, W-wa 2006r.
- Klus-Stańska D. „Konstruowanie wiedzy o szkole”, Wyd. UW-M, Olsztyn 2002r.
- Konarzewski K. „Jak uprawiać badania oświatowe. Metodologia praktyczna”, WSiP, W-wa 2000r.
- Korporowicz L. (red.) „Ewaluacja w edukacji”, Oficyna Naukowa, W-wa 1997r.
- Krzychała S., Zamorska B. „Dokumentarna ewaluacja szkolnej codzienności”, Wyd. DSW, Wrocław 2008r.
- MacBeath J. i inni „Czy nasza szkoła jest dobra?”, WSiP, W-wa 2003r.
- Mazurkiewicz G.. (red.) „Ewaluacja w nadzorze pedagogicznym. Konteksty”, Wyd. UJ, Kraków, 2010r.
- Mazurkiewicz G.. (red.) „Ewaluacja w nadzorze pedagogicznym. Odpowiedzialność”, Wyd. UJ, Kraków 2010r.
- Miles M., Huberman A. „Analiza danych jakościowych”, Trans Humana, Białystok 2000r.
- Mizerek H. (red.) „Ewaluacja w szkole. Wybór tekstów”, M / G, Olsztyn 1997r.
- Niemierko B. „Diagnostyka edukacyjna”, Wyd. Naukowe PWN, W-wa 2009r.
- Okoń W. „Dziesięć szkół alternatywnych”, WSiP, W-wa 1997r.
- Ornstein A., Hunkins F. „Program szkolny. Założenia, zasady, problematyka”, WSiP, W-wa 1998r.
- Paluchowski W. J. „Diagnoza psychologiczna. Proces-narzędzia-standardy”, WAiP, W-wa 2007r.
- Silverman D. „Prowadzenie badań jakościowych”, Wyd. Naukowe PWN, W-wa 2009r.
- Silverman D. „Interpretacja danych jakościowych”, Wyd. Naukowe PWN, W-wa 2009r.
- Tołwińska-Królikowska E. (red.) „Autoewaluacja w szkole”, Wyd. III, ORE, W-wa 2010r.
- Touhy D. „Dusza szkoły. O tym co sprzyja zmianie i rozwojowi”, Wyd. Naukowe PWN, W-wa 2002r.
- Wragg E. „Co i jak obserwować w klasie?”, Wyd. Akademickie „Żak”, W-wa 2001r.
- Ziemski Z. „Problemy dobrej diagnozy”, Wiedza Powszechna, W-wa 1972r.

Literatura do inspiracji w zakresie nowoczesnego nauczania i wspierania rozwoju

- Beaver D. Jak uaktywnić umysł. NLP dla uczących się. Wyd. MEDIUM, Warszawa, 1999.
- Berne E. W co grają ludzie. Psychologia stosunków międzyludzkich. PWN, Warszawa, 1994.
- de Bono E. Atlas myślenia dla menedżera. Wyd. MEDIUM, Warszawa 1998.
- de Bono E. Naucz swoje dziecko myśleć. Nieodzowny podręcznik dla wszystkich rodziców. Wydawnictwo Prima, Warszawa 1994.
- de Bono E. Naucz się myśleć kreatywnie. Podręcznik twórczego myślenia dla dorosłych i dla dzieci. Wydawnictwo Prima, Warszawa 1995.
- de Bono, E. Sześć myślowych kapeluszy, czyli sześć sposobów myślenia. Wyd. MEDIUM, Warszawa 1996.

- de Bono E. Atlas myślenia dla menedżera. Wyd. MEDIUM, Warszawa 1998.
- de Bono E. Mieć piękny umysł Wyd. Studio Emka, Warszawa, 2009
- Brześkiewicz, Z.W. Superumysł. Jak uczyć się trzy razy szybciej. Agencja Wyd. Comes, Warszawa 1995
- Buzan T. Use both side of your brain. Dutton, New York 1976.
- Buzan T. Make the most of your brain. Linden Press, New York 1984.
- Buzan T., Buzan B. The mind map book. BBC Books, London 1993.
- Buzan T. Use Your Head. BBC Books, 1995.
- Buzan T., Keene R. Księga geniuszu. Materiały programu TERM, Wyd. MEN, Warszawa 1997.
- Cialdini, R. Wywieranie wpływu na ludzi. Teoria i praktyka. Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 1999.
- Dennison P. I G. Brain Gym.
- Dudley G.A. Jak podwoić skuteczność uczenia się. Techniki sprawnego zapamiętywania i przywoływania informacji. Wyd. MEDIUM, Warszawa 1994.
- Dryden, G., Vos, J. Rewolucja w uczeniu. Wyd. Moderski i ska, Poznań 2000.
- Fleetham M. Multiple Intelligences in practice, 2006
- Gardner, H., Kornhaber M. L., Wake W. K. Inteligencja: wielorakie perspektywy. WSiP, Warszawa 2001.
- Goleman, D. Inteligencja emocjonalna w praktyce. Wyd. Media Rodzina, Poznań 1999.
- Gozdek-Michaelis, K. Rozwiń swój genialny umysł. Zanim zaczniesz uczyć się trzy razy szybciej. Wyd. J&BF, Warszawa 1997b.
- Kolb, D. Learning Style Inventory. Wyd. McBer & Co, Massachusetts 1976.
- Lazear D. Multiple Intelligence Approaches to Assessment Crwown House Publishing Limited, 1999
- Pietrasiński A. Sztuka uczenia się WP, Warszawa, 1990
- Programowanie Neurolingwistyczne. Nowa technologia osiągania sukcesów. Wyd. MEDIUM, Warszawa 1996;
- Raifenschneider D. Techniki trenowania umysłu Muza SA Warszawa 1999
- Smith A. Przyspieszone uczenie się w klasie wyd. WOM Katowice, 1998
- Szurawski Pamięć. Trening interaktywny Wydawnictwo RAVI, Łódź 2004
- Taraszkiewicz M. Jak uczyć lepiej, czyli refleksyjny praktyk. Wyd. CODN, 1996.
- Taraszkiewicz M. Jak uczyć jeszcze lepiej, czyli szkoła pełna ludzi. Wyd. ARKA, 2002.
- Taraszkiewicz M. Stawianie celów – co warto o tym wiedzieć Wyd. CKE, 2006
- Taraszkiewicz M. Siła i odporność psychiczna (poradnik dla nauczycieli) WSiP, 2009 w druku

- Taraszkiewicz M. (red.) Skuteczne zarządzanie szkołą podstawową i gimnazjum. Wydawnictwo Verlag Dashofer, 2000 -2002 (segregator z dodawanymi materiałami)
- Taraszkiewicz M. , Elsner D. Opiekun stażu jako refleksyjny praktyk. Wyd. MENTOR, 2002
- Taraszkiewicz M. , Rose C. Atlas efektywnego uczenia się Wyd. TL, 2005
- Taraszkiewicz M. , Karpa A. Nauczanie Wielozmysłowe Materiały dla nauczycieli klas I-III. WSiP, Warszawa, 2010
- Taraszkiewicz M. , Plewka Cz. Uczyć się uczenia Poradnik dla studentów i wykładowców Szczecin, 2010
- Taraszkiewicz M. (red.) „Skuteczne metody pracy w szkole” Wyd. Verlag Dashofer, 2001 – 2002 (segregator z dodawanymi materiałami)
- Taraszkiewicz M. (red.) Bezpieczeństwo w szkole Wyd. Verlag Dashofer, 2003 – 2004 (segregator z dodawanymi materiałami)
- Taraszkiewicz M. (red.) Sytuacje kryzysowe w szkole Wyd. CODN, 2006
- Taraszkiewicz M., Kordziński J. Bezpieczna i przyjazna szkoła Wyd. WSiP, 2009
- Taraszkiewicz M. (red.) Metody wspierające rozwój ucznia. Niezbędnik Dyrektora Wyd. Wolters Kluwer 2009
- Taraszkiewicz M.(red.) Jak wspierać dziecko w nauce? Niezbędnik Aktywnego Rodzica Wyd. Wolters Kluwer 2009
- Taraszkiewicz M., Karpa A. Jak wspierać zdolnego ucznia? Wyd. WSiP, 2009
- Tomaszewski T. (red.) Psychologia Warszawa, 1975
- Tkaczyk L. Komunikacja niewerbalna. Postawa. Mimika. Gest. Wyd. ASTRUM, Wrocław 1996.
- Zimbardo P.G., Ruch F.L. Psychologia i życie. PWN, Warszawa 1988.