

Zakończenie realizacji Programu Profilaktyki Uniwersalnej „Kompas Emocji”

W pierwszym półroczu roku szkolnym 2025/2026 w naszej szkole został zrealizowany Program Profilaktyki Uniwersalnej „**Kompas Emocji**”, skierowany do uczniów klas 6–7. Program ten stanowił odpowiedź na aktualne potrzeby młodych ludzi w zakresie rozwoju emocjonalnego i społecznego oraz wspierał ich w radzeniu sobie z wyzwaniami, jakie niesie codzienne funkcjonowanie w środowisku szkolnym i rówieśniczym.

„Kompas Emocji” to nowoczesny program profilaktyczny, oparty na podejściu systemowym, uwzględniającym rolę ucznia, rodziny oraz szkoły w kształtowaniu dobrostanu psychicznego dzieci i młodzieży. Jego realizacja w naszej placówce obejmowała cykl zajęć warsztatowych dla uczniów, a także szkolenia oraz konsultacje ze specjalistami dla rodziców i nauczycieli, co pozwoliło na spójne i świadome wspieranie młodych ludzi na różnych etapach ich rozwoju.

Podczas zajęć uczniowie mieli możliwość rozwijania kluczowych kompetencji emocjonalno-społecznych, takich jak:

- rozpoznawanie i nazywanie własnych emocji oraz emocji innych osób,
- radzenie sobie ze stresem, napięciem i trudnymi sytuacjami,
- wyrażanie potrzeb i opinii w sposób asertywny i szanujący innych,
- budowanie empatycznych, opartych na współpracy relacji rówieśniczych,
- kształtowanie postaw otwartości, tolerancji i akceptacji wobec osób doświadczających trudności emocjonalnych.

Zajęcia były dostosowane do wieku i możliwości rozwojowych uczniów oraz prowadzone w formie sprzyjającej aktywnemu uczestnictwu, refleksji i praktycznemu wykorzystaniu zdobytej wiedzy w codziennym życiu szkolnym.

Istotnym elementem programu były również szkolenia oraz konsultacje prowadzone przez specjalistów, skierowane do rodziców i nauczycieli. Spotkania te umożliwiły pogłębienie wiedzy na temat rozwoju emocjonalnego dzieci i młodzieży, rozpoznawania sygnałów trudności oraz adekwatnego reagowania w sytuacjach wymagających wsparcia. Była to także przestrzeń do wymiany doświadczeń, zadawania pytań oraz budowania wspólnego, spójnego podejścia wychowawczego, opartego na uważności, zrozumieniu i współpracy.

Program w naszej szkole realizowany był przez zespół nauczycieli:

- **Małgorzata Szura - wychowawca klasy 6a**
- **Aleksandra Knop-Kmieć - wychowawca klasy 6b**
- **Patrick Riemann - wychowawca klasy 6c**
- **Małgorzata Dziewulska-Stefan - wychowawca klasy 7a**
- **Marzena Wolicka-Mazurkiewicz - wychowawca klasy 7b**
- **Paulina Juraszek - wychowawca klasy 7c**

Koordynatorem programu była Helena Hapyn, psycholog szkolny, odpowiedzialna za organizację oraz spójność podejmowanych działań.

Zakończenie realizacji programu zostało potwierdzone otrzymaniem CERTYFIKATU udziału w Programie Profilaktyki Uniwersalnej „Kompas Emocji”. Certyfikat ten stanowi **dowód docenienia** działań podejmowanych na rzecz wspierania zdrowia psychicznego uczniów oraz budowania świadomej i odpowiedzialnej społeczności szkolnej.

Mamy nadzieję, że umiejętności i doświadczenia zdobyte podczas realizacji programu będą realnym wsparciem dla uczniów w ich dalszym rozwoju – zarówno w środowisku szkolnym, jak i poza nim. Wypracowane strategie radzenia sobie z emocjami, stresem i trudnymi sytuacjami mogą pomóc młodym ludziom w codziennym funkcjonowaniu, budowaniu relacji oraz podejmowaniu świadomych i odpowiedzialnych decyzji. Wierzimy również, że połączenie działań skierowanych do uczniów z równoległym wsparciem rodziców i nauczycieli przyczynia się do tworzenia bezpiecznego, wspierającego środowiska, sprzyjającego harmonijnemu rozwojowi młodych ludzi.



Zespół psychologiczno-pedagogiczny Szkoły PS3 w Ozimku

Ogromne brawa należą się także Koordynatorce programu, **Pani Helenie Hapyn**, Psycholog Szkolnej, za profesjonalizm, zaangażowanie i spójność działań.