



# **EWALUACJA PROGRAMU**

## **“SZKOŁA Z DOBRYM KLIMATEM”**

**w Szkole Podstawowej nr 255 w Warszawie**



## W ramach programu “Szkoła z Dobrym Klimatem” odbyły się następujące działania:

- 1) Psychoedukacyjne warsztaty profilaktyczne dla dzieci z trzech klas II szkoły podstawowej (4 spotkania 3-godzinne).
- 2) Konsultacje z wychowawcami klas i przekazanie rekomendacji po warsztatach.
- 3) Warsztaty dla rodziców z każdej klasy (trzy 2-godzinne spotkania dla rodziców).
- 4) Warsztaty dla nauczycieli (jedno 2-godzinne spotkanie).



**Cel główny programu** to rozwijanie kompetencji emocjonalno-społecznych, które sprzyjają rozwiązywaniu konfliktów bez przemocy, stanowią profilaktykę zachowań związanych z uzależnieniem od komputera i bezpieczeństwem w Internecie i zwiększają bezpieczeństwo w danej placówce.



## Cele szczegółowe:

1. **Poprawa społecznego funkcjonowania dzieci biorących udział w programie poprzez:**
  - a) rozwój umiejętności rozpoznawania i wyrażania emocji,
  - b) wzrost umiejętności współpracy,
  - c) rozwój umiejętności komunikacji bez przemocy (wg koncepcji Rosenberga język żyrafy, tzw. komunikat JA),
4. **Zwiększenie poczucia bezpieczeństwa i poziomu integracji w klasie.**
5. **Zwiększenie wiedzy i umiejętności z zakresie bezpiecznego korzystania z Internetu i profilaktyki zachowań ryzykownych.**
6. **Wzrost wiedzy rodziców na temat konstruktywnych sposobów wyrażania emocji przez ich dzieci oraz rozwój umiejętności komunikacji z dziećmi.**
7. **Wzrost wiedzy nauczycieli na temat profilaktyki zachowań ryzykownych oraz wspierania dzieci w radzeniu sobie z emocjami i komunikowaniu się bez przemocy.**



**Warsztaty dla uczniów ewaluowane były** przy pomocy ankiet pre i post test, wywiadów częściowo ustrukturyzowanych z uczniami oraz ankiet i wywiadów z wychowawcami.

**Warsztaty z rodzicami ewaluowane były** poprzez ankiety oraz wywiady częściowo ustrukturyzowane.

**Warsztaty z nauczycielami ewaluowane były** przy pomocy ankiet.

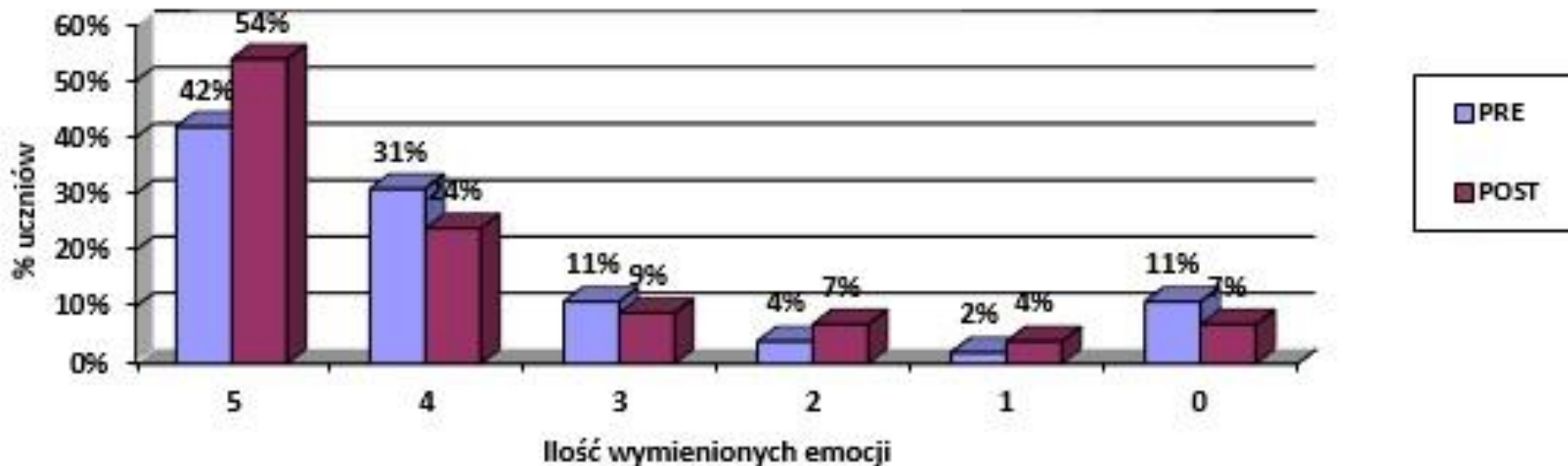
Łącznie w badaniu **udział wzięło 55 uczniów, wychowawcy oraz nauczyciele** z tej szkoły. Na podstawie odpowiedzi pisemnych oraz ustnych wymienionych osób wysunięto wnioski o realizacji rezultatów programu.



## Pierwszym celem postawionym w stosunku do uczniów był rozwój umiejętności rozpoznawania i wyrażania emocji.

Cel ten został osiągnięty. Odpowiedzi uczniów oraz wypowiedzi trenerek wskazują na to, że uczniowie rozwinęli swoje umiejętności rozpoznawania i wyrażania emocji.

### Wymień 5 emocji.



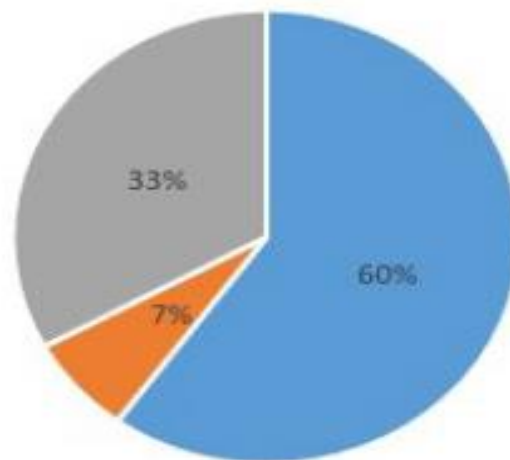
Po warsztatach wzrosła liczba osób, które wymieniły 5 emocji (z 42% na 54%) oraz zmniejszyła się liczba osób, które nie wymieniły ani jednej emocji (z 11% na 7%).



Wywiady z trenerkami potwierdzają te wyniki. Padały wypowiedzi, iż uczniowie dobrze radzili sobie z odgadywaniem emocji ze zdjęć, a także z mimiki innych dzieci, jednak niekiedy miały trudności z nazywaniem ich. Trudność ta widoczna jest również w ankietach, w których uczniowie wymieniali zachowania zamiast emocji (np. skakanie, wrzeszczenie). W ankiecie pre pojawiło się 41 nie-emocji, zaś w ankiecie post już tylko 23.

Trenerki zwracały również uwagę na fakt, iż uczniowie już w czasie drugich warsztatów zaczęli komunikować swoje emocje (np. mówiąc do kolegi o swojej złości). 60% uczniów stwierdziło, że po warsztatach częściej wyraża swoje emocje.

Czy po warsztatach częściej wyrażasz swoje emocje?



■ TAK ■ NIE ■ Nie wiem





W wywiadzie, na pytanie **Czego dowiedzieliście się o emocjach?** uczniowie dzielili się sposobami na radzenie sobie z emocjami : (że jak się jest złym, to można walnąć w poduszkę; można wyjść z pokoju, można tupnąć nogą, można wytrzepać z siebie złość przez ręce i nogi ).

Również analiza ankiet wychowawców wykazała, że **według wychowawców wzrosła umiejętność wyrażania emocji nieprzyjemnych** (2 wychowawców oceniła wzrost na 5 na skali 5-stopniowej, jeden na 4) **oraz wiedza na temat rozumienia i nazywania emocji** (3 wychowawców oceniła wzrost na 5 na skali 5-stopniowej).



## Drugim spośród postawionych celów był wzrost umiejętności współpracy.

Cel ten został osiągnięty. W wywiadach z uczniami padały stwierdzenia świadczące o wzroście współpracy takie jak *bawimy się w większej grupie czy na przerwach częściej robimy coś razem*.

Również trenerki zauważyły, że w czasie trwania warsztatów uczniowie coraz lepiej radzili sobie z ćwiczeniami wymagającymi współdziałania całej klasy lub mniejszej grupki.

Również analiza ankiet wychowawców wykazała, że według wychowawców wzrosła umiejętność współpracy w grupie (2 wychowawców oceniła wzrost na 5 na skali 5-stopniowej, jeden na 4).

64% uczniów stwierdziło, że po warsztatach lepiej pracuje im się w grupie.



## Kolejnym celem był rozwój umiejętności komunikacji bez przemocy (wg koncepcji Rosenberga język żyrafy).

Cel ten również został osiągnięty. Wzrosła liczba osób, która deklaruje, że zna język Porozumienia bez Przemocy z 18% na 91%. Wzrosła również liczba poprawnych przyporządkowań cech do odpowiedniego rodzaju języka – początkowo **żaden z uczniów** nie znał 8 cech obu języków, po warsztatach **aż 58%** uczniów potrafiło to zrobić. Z **96%** uczniów, którzy nie przyporządkowali żadnej cechy, po warsztatach odsetek ten zmalał do **11%**.

Jest to spójne z wypowiedziami trenerek, które podkreślały, że temat ten bardzo zainteresował uczniów i dzięki opowiedzianej bajce, w której poznali szakala i żyrafę, łatwo zapamiętali cechy obu języków. Uczniowie w czasie warsztatów mówili także o tym, że chcieliby porozumiewać się językiem serca, językiem żyrafy.



W wywiadzie z ewaluatorem uczniowie na pytanie o to, czego nauczyli się o porozumiewaniu się między sobą odwoływali się do poznanego modelu komunikacji, mówiąc że: *Język żyrafy jest miły, super, życzliwy, spokojny oraz że język szakala jest denerwujący, zły, warczący, złośliwy, niemiły, to przezywanie, przerywanie, namawianie na złe rzeczy, jest wkurzający, ponury, wkurzający.*

Również analiza ankiet wychowawców wykazała, że wzrosła *umiejętność komunikacji bez przemocy* (2 wychowawców oceniła wzrost na 4 na skali 5-stopniowej, jeden na 5) oraz *umiejętność odróżniania języka szakala i żyrafy* (2 wychowawców oceniła wzrost na 5 na skali 5-stopniowej, jeden na 4). W anonimowych ankietach **60%** uczniów stwierdziło, że potrafi mówić do innych językiem żyrafy.

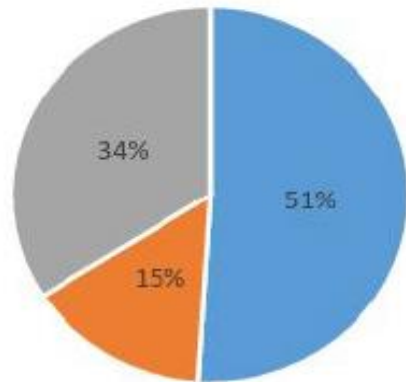


Poznanie i nabycie umiejętności stosowania języka Porozumienia bez Przemocy niewątpliwie przekłada się również na **kolejny cel, jakim jest zwiększenie poczucia bezpieczeństwa i poziomu integracji w klasie.**

**51%** uczniów uznało, że po warsztatach lepiej czuje się w klasie, również **51%** stwierdziło, że wie więcej o osobach z klasy, co świadczy o większej integracji.

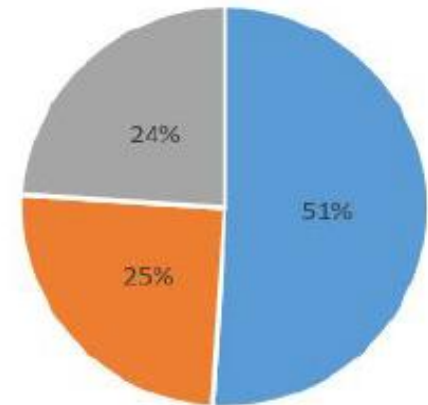


Czy po warsztatach lepiej czujesz się w klasie?



■ TAK ■ NIE ■ Nie wiem

Czy wiesz więcej o innych osobach w Twojej klasie?



■ TAK ■ NIE ■ Nie wiem

W wywiadach trenerki podkreślały, że na kolejnych spotkaniach uczniowie byli **coraz bardziej aktywni i otwarci** w swoich wypowiedziach (np. dzielili się już nie tylko tym, w co bawili się poprzedniego dnia, ale również tym, czego się boją, wstydzą, co ich stresuje). Może to świadczyć o **zwiększeniu poczucia bezpieczeństwa w klasie**.

W wywiadach uczniowie z kolei zapytani o to, co zmieniło się po warsztatach mówią: *jesteśmy bardziej koleżeńscy, jesteśmy trochę grzeczniejsi, więcej osób chce się bawić, bawimy się w większej grupie*. Odpowiedzi te świadczą zarówno o **podwyższeniu poczucia bezpieczeństwa**, jak i o **większej integracji**. Pojawiła się również jedna odpowiedź gorzej się pracuje oraz jedna nic (się nie zmieniło)



Uczniowie mówili również o tym, w jaki sposób starają się budować **lepszą atmosferę w klasie** (zapraszamy osoby do zabawy i nie odrzucamy, nie używamy przemocy, nie wrzeszczymy innym do uszu, podnosimy rękę).

Wychowawcy ocenili **wzrost poczucia bezpieczeństwa** w grupie po warsztatach bardzo wysoko - 3 wychowawców określiła wzrost na 5 na 5-stopniowej skali.

Istotne dla poczucia bezpieczeństwa są takie wskaźniki jak **szacunek do innych** (wzrost wychowawcy ocenili średnio na 4,6 na 5-stopniowej skali), **akceptacja różnic między ludźmi** (wzrost wychowawcy ocenili średnio na 4,6 na 5-stopniowej skali) oraz **kontrola impulsów** (wzrost wychowawcy ocenili średnio na 4,3 na 5-stopniowej skali).



## Cel dotyczący zwiększenia wiedzy i umiejętności w zakresie bezpiecznego korzystania z Internetu i profilaktyki zachowań ryzykownych wśród uczniów .

Został w dużej mierze osiągnięty. Po warsztatach 51% uczniów potrafiło wymienić 2 lub 3 zagrożenia wynikające z korzystania z Internetu – dla porównania przed warsztatami było to 8% uczniów. Warto jednak zwrócić uwagę, że niemal 1/3 uczniów (29%) po warsztatach nadal nie potrafiła wymienić żadnego zagrożenia.

### Wymień 3 zagrożenia wynikające z korzystania z Internetu.





W czasie wywiadów trenerki zwracały uwagę na to, że klasy są **zróżnicowane** pod względem stopnia korzystania z Internetu (**niektórzy nie korzystają jeszcze w ogóle, inni bardzo często**). Potwierdziły to również warsztaty z rodzicami, w czasie których okazało się, że jest to kwestia indywidualna. Również **świadomość zagrożeń** oraz **korzyści** wynikających z korzystania z Internetu była bardzo **różna**.

Z obserwacji trenerek wynika, że mimo dużego zainteresowania tematem i zaangażowania w dyskusję było sporo uczniów (jak pokazała ankieta - **29%** ), którzy mieli **trudność** z odpowiedzią na pytania o **zagrożenia** w Internecie.

Wynikać to może właśnie z faktu, że był to dla nich temat zupełnie nowy. Rodzice osób niekorzystających z Internetu wyrażali w czasie warsztatów zadowolenie z faktu, że ich dzieci już wcześniej dowiedziały się o czyhających w sieci zagrożeniach.



## Celem odnoszącym się do rodziców był wzrost wiedzy na temat konstruktywnych sposobów wyrażania emocji przez ich dzieci oraz rozwój umiejętności komunikacji z dziećmi.

Ankiety jakościowe przeprowadzone wśród rodziców pokazały, że ważne było dla nich: *radzenie sobie z emocjami, wspieranie komunikacji, że każda emocja jest ważna, jak pomóc dziecku wyrażać emocje, jak wspierać dziecko, nowe sposoby na rozładowanie emocji, przykłady pozytywnej komunikacji.*

Odpowiedzi rodziców koncentrowały się na zagadnieniach **komunikacji oraz emocji**. Również na pytanie o to, co było dla nich nowe, najczęstsze pojawiające się odpowiedzi dotyczyły sposobu komunikacji bez przemocy oraz modelu wspierania dziecka opartego na zrozumieniu.



## Wśród wymienionych przez rodziców czynników wpływających na ułatwienie komunikacji wystąpiły:

Zaakceptowanie uczuć dziecka, częsty kontakt, nazwanie uczuć, wspólne rozwiązywanie problemu, rozmowa o ważnych sprawach, bycie blisko, poczucie że zawsze zostanie wysłuchany, obserwacja, rozmowa, empatia, wytłumaczenie, język szakala i żyrafy, zasada OOPP, zaspokojenie potrzeb dziecka, rozmowa o emocjach, dialog, słuchanie, jasne zasady. Wymienione przez rodziców czynniki są esencją tego, co umożliwia komunikację i porozumienie.

## Wśród metod wspierania konstruktywnego wyrażania emocji rodzice wymieniali:

Zasada OOPP, towarzyszenie, przytulenie, zrozumienie, uważne wysłuchanie, pozwolenie na odreagowanie, nazwanie emocji, wsparcie w zrozumieniu emocji, ciepło i poczucie bezpieczeństwa. Odpowiedzi rodziców pokazują, że ich wiedza dotycząca tego, jak udzielać wsparcia emocjonalnego dziecku wzrosła i pogłębiła się.



**Wywiady z rodzicami pokazują, że** najistotniejsze dla nich było poznanie innego punktu widzenia dziecięcych emocji. Nowe i wartościowe było dla nich podejście oparte na zrozumieniu, wysłuchaniu, wczuciu się w świat i emocje dziecka, nazywaniu ich emocji. W wywiadach odwoływali się również do sposobu komunikacji bez przemocy, nowy był dla nich język szakala i żyrafy, oceniali go jako praktyczne narzędzie do komunikacji z dzieckiem.

**Rodzice okazali się bardzo zainteresowani tematem**, prosili trenerki o dodatkowe konsultacje oraz wyrażali chęć dalszego pogłębiania swojej wiedzy ( Czy w Internecie mogę na ten temat przeczytać więcej? Czy jest to ogólnodostępna metoda? Czy mogę zostać, żeby porozmawiać bezpośrednio o moim dziecku? ).



Ostatni cel dotyczył wzrostu wiedzy nauczycieli na temat profilaktyki zachowań ryzykownych oraz wspierania dzieci w radzeniu sobie z emocjami i komunikowaniu się bez przemocy.

Ankiety pokazały, że nowym dla nauczycieli zagadnieniem było: *model Mazlish i Faber, określenie komunikacji językiem szakala i żyrafy oraz model OOPP*. Odpowiedzi te dotyczą komunikacji oraz tego, jak udzielać dziecku wsparcia emocjonalnego. Nauczyciele nabyli więc nową wiedzę na powyższe tematy.

Wśród czynników pomocnych w radzeniu sobie z emocjami nauczyciele wymienili: *rozumienie, nazwania i zaakceptowanie przez dorosłego, rozmowę, wsparcie, sposoby na rozładowanie emocji, świadomość tego, że na prawo je wyrażać (szanując granice innych)*.



Wśród czynników dotyczących wspierającej komunikacji nauczyciele wymieniali: życzliwość, chęć zrozumienia Niedokończone zdanie Porozumienie bez Przemocy (język żyrafy) to dla mnie... nauczyciele dokańczali następująco: język potrzeb, bliskości i kontaktu, jedyne możliwe rozwiązanie każdej sytuacji konfliktowej, porozumiewanie się z innymi poprzez pozytywne przekazywanie emocji, sygnał do kontrolowania... (dalsza część nieczytelna), ciekawy sposób na rozwiązanie konfliktu.

Odpowiedzi w ankiecie o tym, czym jest komunikacja bez przemocy pokazują, że nauczyciele znają podstawy języka szakala i żyrafy oraz rozumieją jego sens. Ponadto mają pomysły na zastosowanie go w sytuacjach szkolnych. Ankiety i wywiady z nauczycielami pokazują więc, że pogłębiła się ich wiedza w tym zakresie.



## Podsumowując, wszystkie założone cele udało się osiągnąć.

- Szczególnie duży wzrost wiedzy i umiejętności u dzieci odnotowano w przypadku komunikacji bez przemocy oraz bezpieczeństwa w Internecie, ponieważ w dużej mierze były to tematy dla uczniów nowe (w ankietach pre nie mieli wiedzy na ten temat).
- Wychowawcy uczestniczący w warsztatach lub będący ich obserwatorami ocenili bardzo wysoko zarówno *przydatność przeprowadzonego programu dla tej grupy wiekowej (średnia 5 na 5-stopniowej skali)*, jak również *pozytywnie* wypowiedzieli się o kompetencjach trenerek i przygotowaniu programu.
- Ankiety oraz obserwacje trenerek i wychowawców, a także rozmowy z rodzicami pokazały, że w przyszłości warto byłoby popracować nad kontrolą impulsów wśród dzieci, a także nad wzmocnieniem i pogłębieniem tematu bezpieczeństwa w Internecie, który dzieciom w 2 klasie szkoły podstawowej jest stosunkowo mało znany.

