

## ETAPY REALIZACJI PROJEKTU

### CZUJĘ, MYŚLĘ, DZIAŁAM – I JESTEM NA TAK

#### I etap realizacji:

Pierwszy etap dotyczył udziału dwóch nauczycieli-konsultantów (reprezentantów kadry pedagogicznej MSCDN) w kursach metodycznych: pt. „Mental health awareness for teachers and students”(30-godzinny) w dniach: 29.04.2024 r.-04.05.2024 r. i pt. „Happy schools: positive education for well-being and life-skills development”(30-godzinny) w dniach: 03.06.2024 r.-08.06.2024 r. Kursy te w swoich programach merytorycznych zawierały treści z zakresu psychologii pozytywnej oraz edukacji pozytywnej, mające zastosowanie w procesie oddziaływań: dydaktycznych, wychowawczych i psychologicznych<sup>1</sup>. Stworzyły także okazję do wymiany doświadczeń w tym obszarze zawodowym.

Wśród uczestników pierwszego szkolenia znaleźli się nauczyciele-dydaktycy, specjaliści współorganizujący proces kształcenia uczniów o specjalnych potrzebach edukacyjnych oraz psycholodzy – pracujący z placówkami edukacyjnymi na różnych etapach nauczania, pochodzący z Finlandii, Portugalii, Grecji, Włoch, Niemiec, Chorwacji oraz Polski (grupa 16-osobowa). Wśród uczestników drugiego szkolenia znaleźli się nauczyciele uczący danego przedmiotu, a także psycholodzy, pracujący z dziećmi i młodzieżą w placówkach edukacyjnych, reprezentujący takie kraje jak: Francja, Włochy, Niemcy, Słowacja i Polska (grupa 9-osobowa). Poniżej zostały zamieszczone zdjęcia uczestników.



*Uczestnicy kursu metodycznego pt. „Mental health awareness: teachers students” w Europass Teacher Academy w Madrycie*



*Uczestnicy kursu metodycznego pt. „Happy schools: for positive education for well-being and life-skills development” w Europass Teacher Academy w Barcelonie*

<sup>1</sup> Programy kursów metodycznych w Europass Teacher Academy dostępne pod linkami:  
<https://www.teacheracademy.eu/course/positive-education/> (kurs pt. „Happy schools: positive education for well-being and life-skills development”)  
<https://www.teacheracademy.eu/course/mental-health/> (kurs pt. „Mental health awareness for teachers and students”).

Organizacją przyjmującą była European Academy of Creativity, mająca lokalizację w placówkach Europass Teacher Academy na terenie państw Unii Europejskiej, między innymi w Hiszpanii - specjalizująca się w profesjonalnym doskonaleniu kadry pedagogicznej. Instytucja ta oferuje wyjątkową okazję do wymiany doświadczeń, osobistego rozwoju oraz poznawania innowacyjnych metod nauczania, a także uczenia się. Jej atutem jest organizowanie i prowadzenie szkoleń dotyczących między innymi: budowania pozytywnego środowiska pracy, zapobiegania wypaleniu zawodowemu, konstruktywnego rozwiązywania konfliktów, zwiększania poczucia własnej wartości i wydajności jednostek oraz zespołów. Problematyka kursów metodycznych ma wymiar zarówno teoretyczny jak i praktyczny, uwzględnia ona zróżnicowane potrzeby edukacyjne nauczycieli, pochodzących z różnych kultur oraz placówek oświatowych. European Academy of Creativity zatrudnia ekspertów w zakresie: edukacji (w tym: skutecznych oddziaływań dydaktycznych i wychowawczych) oraz psychologii (w tym: skutecznych oddziaływań terapeutycznych), mających wpływ na wzrost kompetencji zawodowych kadry pedagogicznej<sup>2</sup>.

## II etap realizacji:

Drugi etap uwzględniał dzielenie się zdobytą wiedzą i doświadczeniem przez nauczycieli konsultantów z doradcami metodycznymi oraz klientami MSCDN. W pierwszej kolejności dwaj nauczyciele konsultanci, którzy uczestniczyli w mobilnościach edukacyjnych, opracowali programy merytoryczne form doskonalenia zawodowego adresowane do doradców metodycznych. Autorką programu 10-godzinnego seminarium pt. „Edukacja pozytywna w praktyce szkolnej” i jednocześnie jego realizatorką była dr Alina Karaśkiewicz – nauczyciel konsultant ds. innowacji pedagogicznych i badań w edukacji. Natomiast autorką programu 15-godzinnego seminarium pt. „Psychologia pozytywna w praktyce szkolnej” i jego realizatorką była Jolanta Szymczyk – nauczyciel konsultant ds. psychologiczno-pedagogicznych. Przeszkolono łącznie 64 doradców metodycznych MSCDN w okresie od października 2024 r. do marca 2025 r. Uczestnicy seminariów przygotowali scenariusze zajęć dydaktycznych, wychowawczych dla uczniów i na ich podstawie przeprowadzili lekcje. Obserwatorem wybranych lekcji otwartych, oprócz zaproszonych nauczycieli, była Jolanta Szymczyk.

Poniżej przykład 45-minutowej lekcji otwartej pt. „Rozwijamy twórcze myślenie z wykorzystaniem elementów psychologii pozytywnej”, przeprowadzonej przez Adama Gardynę – doradcę metodycznego w zakresie geografii i podstaw przedsiębiorczości MSCDN, Wydział w Warszawie. Wśród adresatów lekcji otwartej znalazło się 22 uczniów Technikum Hotelarsko-Turystyczno-Gastronomicznego nr 21, mieszczącego się przy ul. Krasnołęckiej 3 w Warszawie. Lekcja otwarta odbyła się 11.04.25 r. w obecności nauczyciela języka angielskiego tejże szkoły. Cel obserwacji dotyczył zgodności prowadzonych zajęć dydaktycznych z założeniami psychologii pozytywnej. Dominującym aspektem zrealizowanych treści w zakresie psychologii pozytywnej był potencjał rozwojowy uczniów. Na szczególną uwagę zasługuje metodyka pracy z uczniami sprzyjająca rozwijaniu dywergencyjnego myślenia uczniów.



*Uczestnicy lekcji otwartej pt. „Rozwijamy twórcze myślenie z wykorzystaniem elementów psychologii pozytywnej”, tj. uczniowie II klasy Technikum Hotelarsko-Turystyczno-Gastronomicznego nr 21 w Warszawie, prowadzonej przez Adama Gardynę – doradcę metodycznego w obecności Magdaleny Wąglowskiej-Krzeciuk – nauczycielki języka angielskiego*

<sup>2</sup> Strona internetowa Europass Teacher Academy w Hiszpanii: [www.teacheracademy.eu](http://www.teacheracademy.eu)

Zostały także opracowane autorskie programy warsztatów metodycznych oraz seminariów przez w/w nauczycieli konsultantów, propagujące założenia edukacji pozytywnej oraz psychologii pozytywnej w oświacie. Programy te są umieszczone w bazie wszystkich form doskonalenia zawodowego MSCDN, na ich podstawie przeprowadzono szkolenia adresowane łącznie do 154 klientów MSCDN w okresie od października 2024 r. do maja 2025 r. Wśród odbiorców tychże form doskonalenia zawodowego znaleźli się zarówno nauczyciele dydaktycy, jak i nauczyciele wychowawcy, psychologzy szkół podstawowych i ponadpodstawowych oraz placówek oświatowych. Wszyscy uczestnicy ocenili bardzo wysoko jakość merytoryczną, metodyczną i organizacyjną szkoleń. Otrzymali zestaw materiałów dydaktycznych dotyczących narzędzi wzmacniania dobrostanu psychicznego nauczycieli i uczniów (tym: Zestaw Technik Mindfulness) oraz autorskich narzędzi rozpoznawania ich potencjału rozwojowego (w tym: Kwestionariusz MOC-ESP i Matryca Interaktywna MS).

Poniżej przykład seminarium pt. „Psychologia pozytywna w praktyce szkolnej” adresowanego do 20 klientów MSCDN, przeprowadzonego w MSCDN, Wydział w Warszawie, w terminie od 3.04.25 r. do 10.04.25 r. Program seminarium w wymiarze 25 godzin zajęć dydaktycznych obejmował następujące moduły tematyczne: aspekt teoretyczny psychologii pozytywnej: definicja, założenia i cele według Martina Seligmana; aspekt praktyczny psychologii pozytywnej: zasoby poznawcze, społeczne i emocjonalne uczniów oraz kadry pedagogicznej; scenariusze zajęć wychowawczych, uwzględniające zagadnienia psychologii pozytywnej w pracy z uczniami o zróżnicowanych potrzebach edukacyjnych. Seminarium było okazją do wymiany doświadczeń zawodowych w omawianym temacie. Uczestnicy poszerzyli specjalistyczne kompetencje w zakresie praktycznego zastosowania psychologii pozytywnej w edukacji.



*Uczestnicy seminarium pt. „Psychologia pozytywna w praktyce szkolnej”, tj. nauczyciele wychowawcy, psychologzy i pedagodzy szkół oraz placówek oświatowych województwa mazowieckiego, przeprowadzonego w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli, Wydział w Warszawie*

Ponadto zostały zorganizowane 4-godzinne warsztaty metodyczne dla nauczycieli konsultantów MSCDN Wydział w Warszawie pt. „Well-being tools” przez dr Alinę Karaśkiewicz. Warsztaty te odbyły się w formie online dnia 16.10.2024 r., prowadzącą zajęcia dydaktyczne była Ainhoa Sarmiento – trenerka Europass Teacher Academy w Madrycie. Wśród zaproponowanych strategii podnoszących dobrostan psychofizyczny nauczycieli oraz uczniów, znalazły się techniki: mindfulness, relaksacji, oddechowe i wizualizacji. Uczestnicy poszerzyli swoją wiedzę, a także umiejętności w zakresie monitorowania procesu utrzymania wysokiego poziomu odporności psychicznej: własnej, nauczycieli i uczniów (poprzez między innymi dziennik praktykowania pozytywnego stylu życia, wpływającego na kondycję psychiczną).

### **III etap realizacji:**

Trzeci etap realizacji projektu obejmuje upowszechnianie jego rezultatów. W związku z tym zaplanowano i zorganizowano 5-godzinną konferencję pt. „Wykorzystanie założeń edukacji pozytywnej i psychologii pozytywnej w polskiej szkole” - na przykładzie projektu unijnego „I feel, I think, I act and I am Yes”, zrealizowanego w ramach programu Erasmus +. Wydarzenie odbyło się dnia 28.05.25 r. w siedzibie MSCDN, Wydział w Warszawie. Celem konferencji było promowanie idei „Szczęśliwych Szkół”, która opiera się na koncepcji psychologii pozytywnej i edukacji pozytywnej.

Konferencja została zorganizowana we współpracy z Regionalnym Punktem Informacyjnym Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji, mieszczącym się w MSCDN Wydział w Warszawie. W konferencji uczestniczyli: dyrektorzy, nauczyciele oraz specjaliści szkół i placówek oświatowych województwa mazowieckiego. Konferencja odbyła się w formie hybrydowej, aby umożliwić udział szerokiemu gronu odbiorców (minimum 100 osobom).

W imieniu Dyrektora MSCDN Jarosława Zaronia konferencję otworzyła Beata Wąsowska-Narojczyk – zastępca kierownika MSCDN, Wydział w Warszawie, podkreślając ważność dobrostanu psychicznego zarówno uczniów, jak i nauczycieli w procesie skutecznych oddziaływań dydaktycznych i wychowawczych, wpisującego się w unijny projekt „I feel, I think, I act and I am Yes”.



*Wystąpienie Beaty Wąsowskiej-Narojczyk – zastępcy kierownika MSCDN, Wydział w Warszawie*

Konferencję prowadziła Jolanta Szymczyk – koordynator projektu unijnego „I feel, I think, I act and I am Yes”, zrealizowanego w ramach programu Erasmus + (sektor: Edukacja szkolna, Akcja 1: Mobilność edukacyjna) w okresie od 1.12.23 r. do 31.05.25 r.



*Wystąpienie Jolanty Szymczyk – koordynatora projektu unijnego, zrealizowanego w MSCDN*

Wydarzenie było okazją do zaprezentowania rezultatów projektu, realizowanego w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli oraz do wymiany międzynarodowych doświadczeń w obszarze zastosowania edukacji pozytywnej i psychologii pozytywnej w praktyce szkolnej. Program konferencji obejmował:

- wykład online nt. „Positive education and positive psychology – theory and practice” autorstwa Ainhoa Sarmiento – eksperta z Europass Teacher Academy of Madrid (tłumaczenie: Ewa Wódkowska – doradca metodyczny w zakresie języka hiszpańskiego MSCDN, Wydział w Warszawie),



*Wystąpienie Ainhoi Sarmiento – eksperta z Europass Teacher Academy of Madrid*

- prezentację koncepcji merytorycznej, wyznaczonych celów, zrealizowanych zadań oraz wyników projektu unijnego „I feel, I think, I act and I am Yes” – zaprezentowaną przez Jolantę Szymczyk i dr Alinę Karaśkiewicz – współautorki projektu,



*Wystąpienie dr Aliny Karaśkiewicz – współautorki projektu unijnego, zrealizowanego w MSCDN*

- przykłady dobrych praktyk dotyczących zastosowania założeń psychologii pozytywnej na zajęciach wychowawczych, zaprezentowanych przez Elżbietę Bagińską – doradcę metodycznego w zakresie wychowania przedszkolnego MSCDN Wydział w Warszawie oraz Adama Gardynę – doradcę metodycznego w zakresie geografii i podstaw przedsiębiorczości MSCDN Wydział w Warszawie,



*Wystąpienie Adama Gardyny – doradcy metodycznego w zakresie geografii i podstaw przedsiębiorczości MSCDN*

- przykłady dobrych praktyk dotyczących zastosowania założeń edukacji pozytywnej na zajęciach dydaktycznych, zaprezentowanych przez Joannę Duszak – doradcę metodycznego w zakresie edukacji wczesnoszkolnej MSCDN, Wydział w Ostrołęce oraz Mariusza Mierzejewskiego – doradcę metodycznego w zakresie wychowania fizycznego MSCDN, Wydział w Ostrołęce,

- ofertę Narodowej Agencji Programu Erasmus+ w sektorze Edukacja szkolna, dotyczącą dofinansowania projektów unijnych, przedstawioną przez Magdaleny Bielak – p.o. koordynatora Zespołu Erasmus + Edukacji szkolnej Akcji 1 Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji,



*Wystąpienie Magdaleny Bielak - p.o. koordynatora Zespołu Erasmus + Edukacji szkolnej Akcji 1 FRSE*

- działania Regionalnego Punktu Informacyjnego FRSE – Narodowej Agencji Programu Erasmus+ i Europejskiego Korpusu Solidarności na rzecz rozwoju edukacji międzynarodowej, przedstawioną przez Anetę Gładys – koordynatora Regionalnego Punktu Informacyjnego w MSCDN, Wydział w Warszawie,



*Wystąpienie Anety Gładys – koordynatora Regionalnego Punktu Informacyjnego FRSE w MSCDN*

Konferencja stała się inspiracją dla jej odbiorców do realizacji idei edukacji pozytywnej i psychologii pozytywnej w środowisku szkolnym oraz do podejmowania cennych inicjatyw na rzecz wdrażania innowacyjnych projektów edukacyjnych, adekwatnych do potrzeb cywilizacyjnych i wyzwań współczesnego świata.



*Uczestnicy konferencji: dyrektorzy, nauczyciele oraz specjaliści szkół i placówek oświatowych*

Rezultaty projektu, jakimi są opracowane przez doradców metodycznych MSCDN scenariusze zajęć dydaktycznych i wychowawczych, zostaną opublikowane na stronie internetowej MSCDN, Wydział w Warszawie [www.mscdn.pl](http://www.mscdn.pl) w zakładce „Nasze projekty”. Dyrektorzy oraz nauczyciele różnych specjalności uzyskają dostęp do ciekawych pomysłów wdrażania idei „Szczęśliwych Szkół” w swoim środowisku pracy. Scenariusze obejmują taką tematykę jak: dobrostan psychiczny dzieci i młodzieży oraz ich potencjał rozwojowy.

Ponadto wydany został przez MSCDN numer 3(74)2024 kwartalnik edukacyjny *Meritum*, zatytułowany „Szczęśliwa Szkoła”. Kwartalnik ten jest podzielony na pięć obszarów tematycznych (tj. teoria i badania, nauczanie i uczenie się, inspirująca praktyka, samokształcenie, technologie informacyjno-komunikacyjne), w których zamieszczone zostały publikacje, dotyczące wybranych aspektów teoretycznych oraz praktycznych edukacji pozytywnej i psychologii pozytywnej (twórcy Martina Seligmana) w wymiarze międzynarodowym<sup>3</sup>.

Na szczególną uwagę zasługuje artykuł pt. „Szczęśliwa edukacja” autorstwa Michaeli Sambanis - prof. Freie Universität w Berlinie, której główne tezy koncentrują się na połączeniu neurodydaktyki oraz psychologii pozytywnej i włączeniu ich do praktyki edukacyjnej. W kwartalniku tym jest również opublikowany artykuł pt. „Projekt edukacyjny I feel, I think, I act and I am Yes w ramach programu unijnego Erasmus+” autorstwa Jolanty Szymczyk – promujący nowoczesny paradygmat edukacyjny, uwzględniający wpływ zdrowia psychicznego uczniów oraz nauczycieli na proces kształcenia i wychowania.



Zaplanowano także opublikowanie artykułu w międzynarodowym kwartalniku naukowym *Polish Journal of Continuing Education - Edukacja Ustawiczna Dorosłych*, upowszechniającego rezultaty tego typu przedsięwzięcia, jakim jest projekt unijny pt „I feel, I think, I act and I am Yes” - zrealizowany przez Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli w ramach programu Erasmus+.

Rezultaty projektu będą zamieszczone i udostępnione na Platformie Rezultatów Projektów Erasmus+ (Erasmus+ Project Results Platform). Platforma ta umożliwia upowszechnianie efektów projektów unijnych oraz promowanie dobrych praktyk szerokiemu gronu odbiorców. Program Erasmus + stwarza sprzyjające warunki do budowania współpracy strategicznej pomiędzy państwami w dziedzinie edukacji, a także do odnoszenia sukcesów w różnych dziedzinach życia.

<sup>3</sup> Dostęp do wszystkich artykułów zamieszczonych w kwartalniku edukacyjnym *Meritum* nr 3(74) 2024 pt. „Szczęśliwa szkoła” Wydawnictwa MSCDN - pod linkiem: <https://online.flippingbook.com/view/24834040/>