



Szanowni Państwo!

Dyrektorzy, Nauczyciele!

Kolejny numer *Meritum* miał być radosnym peanem na cześć Wiosny. Ta jednak raczej chłodno się z nami powitała, sypnęła śniegiem w oczy, złowrogo zawyła za oknem, a na dodatek przycisnęła do muru lekkim mrozem. *Dziwny jest ten świat* – chciałoby się rzec za Czesławem Niemenem, nie tylko wtedy, gdy spoglądamy na tę „wiosenną” aurę za oknem. Także w kontekście poruszanych w tym numerze tematów. Z jednej strony z satysfakcją opowiadamy o naszych osiągnięciach. Niewątpliwie jest takim możliwością zdawania na Podkarpaciu międzynarodowej matury. To efekt inicjatywy i wysiłku szkół, a nade wszystko powód do dumy, bo to jakość uznana w edukacji, o czym szerzej w artykule. Z drugiej strony, skupiamy ponownie naszą uwagę na problemie agresji i przemocy. Tego tematu jak widać nie można odłożyć ad acta. Agresja ma różne oblicza, za każdym razem zadziwia, gdy rozpoznajemy ją, (o ironio!) w cywilizowanym świecie. Przykładów, nie tylko w rzeczywistości szkolnej, mamy aż nadto. Nie one mają skupiać naszą uwagę. W profilaktyce szkolnej, najlepiej koncentrować się wokół czynników chroniących, czyli tych, które zwiększają szansę na niepodejmowanie niepożądanych zachowań przez dzieci i młodzież. To wszelkie działania ukierunkowane na rozwijanie mocnych stron i zasobów człowieka: jego umiejętności społecznych, poznawczych i emocjonalnych oraz wiary w swoje możliwości, wspieranie więzi z rodziną i ze szkołą, dzięki którym staje się on bardziej odporny na czynniki ryzyka i bardziej przygotowany do życia w świecie różnych zagrożeń, których nie jesteśmy w stanie przewidzieć. To zasadniczy fundament **profilaktyki pozytywnej**, podejścia, które buduje i umacnia w nas wiarę w to, że *ludzi dobrej woli jest więcej*. Z takim nastawieniem, po przerwie świątecznej, proszę wracać do szkoły!

Małgorzata Rauch

Podkarpacki Kurator Oświaty



Skuteczna profilaktyka agresji w szkole

„Bójka dwóch nastolatków w Brzozowie na Podkarpaciu. Gdy starsza z dziewcząt uderzyła ofiarę kastetem, tłum uczniów z dwóch szkół zamiast rozdzielić walczące, nagrywał „ustawkę” telefonami, skandując: „w żebra”, „po ryju”. Nagrania trafiły do sieci. Policja przedstawiła zarzuty 17-latce i koledze, który podał jej zakładaną na dłoń broń.”¹

<https://www.polsatnews.pl/wiadomosc/2022-10-08/brzozow-brutalna-bojka-nastolatek-tlum-stal-i-nagrywal/>

Sytuacja bójki dwóch nastolatków, która miała miejsce w październiku 2022 roku, stała się bezpośrednim zaproszeniem do dyskusji nad zjawiskiem agresji i jej zapobieganiem w szkole. Zachowania agresywne dzieci i młodzieży są jednym z najczęściej przedstawianych problemów w mediach - wulgarne słownictwo, wyszydzanie, zastraszanie, zachowania przestępcze takie jak gwałty, brutalne pobicia. Coraz częściej media społecznościowe są wykorzystywane przez młodzież do znęcania się nad rówieśnikami. Większa anonimowość panująca w Internecie dodaje „odwagi” i daje poczucie bezkarności. Młodzi ludzie często mówią, że w sytuacji „twarzą w twarz” nie powiedzieliby czegoś. Natomiast przez Internet robią to bez większych trudności. Część wypowiedzi odbywa się w formie konstruktywnych rozmów, kiedy młodzi ludzie komunikują swoje emocje i potrzeby. Niestety często przybierają one postać działań agresywnych: nękanie SMS-ami, rozpowszechnianie plotek i oszczerstw na internetowych blogach, zamieszczanie filmów mających na celu skompromitowanie kogoś, złośliwe komentarze pod zdjęciami, relacjami itp.

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) oraz National Center for Children Exposed to Violence² przemoc rówieśnicza jest uznawana za najpoważniejszy czynnik ryzyka związany ze szkołą, wpływająca na rozwój różnorodnych problemów w obszarze zdrowia psychicznego i jego zaburzeń, wśród których wymieniane są m.in.:

- znaczne obniżenie samooceny i poczucia własnej wartości (dzieci czują się upokorzone, poniżone, gorsze i mogą nabrać przekonania, że same są temu winne),
- zachowania wyładowujące (nagle gwałtowne reakcje, często agresywne, wynikające z bezradności i desperacji),
- zaburzenia lękowe, w tym fobia społeczna,
- zaburzenia depresyjne, uszkodzenia ciała, próby samobójcze i samobójstwa dokonane,
- zaburzenia psychosomatyczne (np. bóle brzucha, wymioty, bóle głowy, bóle mięśni, trudności z zasypianiem),

¹ <https://www.polsatnews.pl>

² <https://www.ncccev.org>



- pogorszenie osiągnięć w nauce (silne emocje utrudniają skupienie się na nauce),
- częste zwolnienia lekarskie lub wagary (umożliwiają unikanie przykrości przez pewien czas),
- używanie substancji psychoaktywnych (na obniżenie lęku, napięcia i poprawy nastroju).

Profesor Zimbardo napisał³: „*Ponieważ zło jest tak fascynujące, mamy tendencję, by skupić się na nim i na tych, którzy zło czynią. Może z powodu tragicznych doświadczeń II wojny światowej zaniedbaliśmy rozważenie drugiej strony, przeciwności zła, określanego czasem jako banalne.*” W ostatnich latach niemal we wszystkich szkołach prowadzone są działania mające na celu przeciwdziałanie agresji i przemocy, jednocześnie wielu pedagogów, nauczycieli, jak również rodziców odczuwa frustrację z powodu niskiej skuteczności tych działań. Badania specjalistów, jak również moje doświadczenia szkoleniowe z pracownikami szkół, pokazują trudności w definiowaniu, rozumieniu i diagnozowaniu pojęć związanych ze zjawiskiem agresji, co z kolei przekłada się negatywnie na praktykę. Zaczniemy zatem od przedstawienia definicji trzech głównych terminów: ZŁOŚCI, AGRESJI i PRZEMOCY.

ZŁOŚĆ

Złość jest emocją podstawową, która powstaje w sytuacjach kiedy ktoś przekracza nasze granice – zarówno te fizyczne jak i psychologiczne. Kiedy ktoś nas popycha - przekracza granice fizyczne, kiedy nas wyzywa - narusza nasze granice związane z poczuciem własnej wartości, kiedy ktoś krzywdzi w naszej obecności kogoś innego - narusza nasze wartości. Złość, jak każda emocja obejmuje trzy główne komponenty: reakcję fizjologiczną, poznawczą i behawioralną. Złość aktywizuje różne układy i organy naszego ciała do tego, żeby intensywniej działały, by pobudzić nas do aktywności na zewnątrz, by przybliżyć nas i skonfrontować ze źródłem, które ją wzbudziło. Natomiast emocje takie jak smutek czy strach, „cofają nas” do wewnątrz. Smutek jest reakcją na stratę, zamykamy się wtedy w sobie, aby zająć się sobą. Strach informuje o zagrożeniu i odsuwa od jego źródła poprzez ucieczkę lub tzw. „zamrożenie”.⁴ Jak widzimy każda emocja odgrywa nieco inną rolę w naszym życiu i jest nam potrzebna, aby budować satysfakcjonujące relacje i zachować zdrowie psychiczne.

AGRESJA

W psychologii społecznej termin agresji rozumiany jest jako działanie intencjonalne, mające na celu wyrządzenie komuś szeroko rozumianej szkody⁵. Taka definicja wydaje się najbardziej użyteczna dla celów profilaktycznych. Jednoznacznie wskazuje - jakich zachowań nie chcemy kształtować u naszych podopiecznych, nie chcemy, żeby krzywdzili innych czy też samych siebie (mamy wtedy do czynienia ze zjawiskiem autoagresji). Zachowania agresywne mogą przybierać różne formy: słowną i fizyczną, czynną i bierną, bezpośrednią, pośrednią czy też przemieszczoną. Człowiek może zachowywać się agresywnie z różnych powodów, często jest to sposób na rozładowanie swojego napięcia, złości, frustracji, lęku czy też zaspokojenia różnych potrzeb. Zachowania, które obserwujemy u uczniów w szkole, możemy potraktować jako wierzchołek przysłowiowej „góry lodowej”. Pod powierzchnią wody znajduje się właściwa, często o wiele większa jej część. Są to przyczyny zachowań ucznia, o których możemy nie wiedzieć, np. depresja, lęk, choroba w rodzinie, konflikt rodziców, przemęczenie.

Niedawno usłyszałam taką oto historię od młodego człowieka (lat 14). Rano pokłócił się z mamą, kilkakrotnie wywrócił się na rowerze jadąc do szkoły, ponieważ droga była bardzo oblodzona. Poobijany i zakrwawiony zdążył na pierwszą lekcję, na której miał sprawdzian. Koledzy, którym opowiedział o swoich wywrotkach wysmiali go, że „jest głupi i nie potrafi jeździć”. Zasiadł w końcu do pisania sprawdzianu - bolała go noga, ręka i głowa, trudno było mu się skupić na zadaniach, próbował się skoncentrować zamykając na chwilę oczy. Widząc to, nauczycielka podeszła

³ Franco Z.E., Zimbardo P.G., (2007), Heroizm dnia zwykłego, „Charaktery” nr 8

⁴ Krahe B., (2005), Agresja, Gdańsk: GWP

⁵ Aronson E., Wilson T.D., Akert R.M., (1997), Psychologia społeczna. Serce i umysł, Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka.

i powiedziała żeby się „łaskawie obudził, bo znowu dostanie jedynekę i będzie miał zagrożenie”. Słyszając to koledzy znowu zaczęli się śmiać i komentować, że „pewnie w trakcie wywrotki mózg mu przestał działać i trzeba go przepisać do szkoły specjalnej”. Dla chłopca było już za wiele. Gwałtownie wstał, podarł kartkę ze sprawdzianem, krzyknął „zamknijcie się” i wybiegł z sali trzaskając drzwiami. Nie informując żadnej osoby dorosłej poszedł do domu. Mama chłopca otrzymała telefon ze szkoły z informacją, że syn znowu źle się zachował i że jest to niedopuszczalne. Zdenerwowana, w pierwszym odruchu nakrzyzczała przez telefon na syna, że przez niego ma same kłopoty. Do wyjaśnienia sytuacji doszło na następny dzień, kiedy oboje ochłonęli. Mama okazała zrozumienie i próbowała wyjaśnić sytuację nauczycielce. Niestety w szkole nie było to takie proste, chłopiec uznawany jest za ucznia problemowego, rozmawia na lekcjach, „wygłupia” się z kolegami, zdarza mu się robić „niemiłe” dla innych żarty. Jest to jego sposób na zaistnienie w grupie rówieśników. Ze względu na inny kolor skóry był wyśmiewany i kojarzony z brakiem inteligencji w zasadzie od początku szkoły podstawowej. Sam ma o sobie złe zdanie, uważa, że jest „głupi”, „mało inteligentny”, „nic nie osiągnie”, a „koledzy go nie lubią”. W szkole nie zdarza mu się słyszeć nic dobrego na swój temat od nauczycieli, w domu odreagowuje poprzez zachowania agresywne i mama ciągle zwraca mu na coś uwagę. Dopiero na terapii rodzinnej zwrócono uwagę na powody problemowych zachowań. Rodzina powoli uczy się rozpoznawać, nazywać i konstruktywnie wyrażać swoje emocje, komunikować swoje potrzeby, stawiać granice i wzajemnie się wspierać.

Często dzieci nie są uczone w domach nazywania, wyrażania swoich emocji czy potrzeb. W trakcie wielu spotkań z rodzicami czy też zajęć ze studentami słyszałam pytanie: Dlaczego nikt nas tego wcześniej nie nauczył? Nie nauczył rozumienia swoich emocji i potrzeb, konstruktywnej samoregulacji, słuchania i rozmawiania (studenci jeszcze mówią o sposobach uczenia się i zapamiętywania)?

PRZEMOC

Kolejne zjawisko to przemoc. Określa się ją jako agresję, „która ma ekstremalną szkodę za swój cel”.⁶ Każda przemoc jest agresją, ale nie każda agresja jest przemocą. Cechy wyróżniające przemoc to:

- nierównowaga sił pomiędzy sprawcą i ofiarą,
- długofalowy charakter zjawiska, w odróżnieniu od incydentalnego,
- cykliczność zachowań – okresy nasilania się zachowań agresywnych pojawiają się na przemian z okresami względnego spokoju,
- występowanie utrwalonych ról sprawcy, ofiary i świadka (w procesie przemocy – w odróżnieniu od agresji - osoby te nie zamieniają się między sobą rolami).⁷

Szczególną formą przemocy w szkole jest dręczenie (ang. bullying), rozumiane jako negatywne fizyczne lub werbalne działania, które charakteryzują się wrogą intencją, powodują negatywne emocje u ofiar, są powtarzalne w czasie oraz charakteryzują się różnicą sił pomiędzy sprawcą i ofiarą”.⁸ Przewaga strony agresywnej nad ofiarą, w przypadku przemocy rówieśniczej, przyjmuje najczęściej następujące formy:

- przewaga liczebna – np. kilkoro uczniów wyzywa i obraża kolegę lub koleżankę,
- przewaga fizyczna – np. silniejszy uczeń bije słabszego,
- przewaga psychiczna – np. różnice w możliwościach intelektualnych, interpersonalnych czy społecznych: dobra i popularna w klasie uczennica wyśmiewa nieśmiałą, słabo uczącą się koleżankę,

⁶ Pyżalski J., (2012), Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży, Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.

⁷ Gorący A., Orzeł A., (2008), Agresja i przemoc w szkole w świetle badań, (w): REjzner A. (red.), Przemoc i agresja w szkole. Próby rozwiązania problemu, Warszawa: Wydawnictwo WSP.

⁸ Pyżalski J., (2012), Agresja elektroniczna i cyberbullying jako nowe ryzykowne zachowania młodzieży, Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls.

- przewaga o charakterze zaplecza – np. uczeń należący do negatywnej grupy nieformalnej podporządkowuje sobie kolegów z klasy i zmusza ich do niechcianych zachowań.

DZIAŁANIA PROFILAKTYCZNE

Zdefiniowanie i rzetelne zrozumienie zjawisk złości, agresji i przemocy pozwala zaplanować skuteczne działania profilaktyczne. Przykładowo - rozumiejąc, że złość jest emocją, którą przeżywa każdy człowiek, możemy zaplanować zajęcia z zakresu: rozpoznawania i nazywania emocji, w tym złości, określania siły ich natężenia, rozpoznawania wyzwalaczy wewnętrznych i zewnętrznych, strategii wyciszania napięcia (np. poprzez oddychanie, przekierowanie uwagi, uspokajające myśli) oraz konstruktywnego wyrażania. Z pewnością nie będziemy „karać” przeżywania emocji. Ewentualne konsekwencje możemy wyciągać, jeśli uczeń zachowuje się agresywnie bądź stosuje przemoc. W każdej sytuacji konieczne jest rzetelne „zbadanie sprawy” i dokonanie diagnozy dlaczego uczeń zachował się agresywnie. Czy ma trudności z radzeniem sobie z napięciem? Czy nie potrafi poprosić o pomoc bądź w sposób asertywny zareagować na przekraczanie jego granic?

Przykładem może być sytuacja kiedy rodzic zgłasza w szkole, że jego syn - lat 16 został zwyzywany wulgarnie na grupie klasowej przez dwie koleżanki. W trakcie wyjaśniania zdarzenia okazało się, że ów chłopiec przez ponad dwa miesiące wyśmiewał się złośliwie (bywało, że również wulgarnie) z tych koleżanek ze względu na ich orientację seksualną. Dziewczyny nie wytrzymały i jednorazowo zwyzywały go. Przez dwa miesiące na zachowanie ucznia zareagowały zaledwie dwie osoby z klasy. Podobna sytuacja - dziewczynka lat 11 została skierowana ze szkoły do psychologa, ponieważ napisała w mediach społecznościowych, że chce się zabić. Była to jej reakcja na złośliwe komentarze na jej temat w Internecie oraz wykluczanie przez koleżanki w klasie. Taka sytuacja trwała przez kilka miesięcy. W obu sytuacjach głównym działaniem w szkole było skierowanie „ofiar” do psychologa. Agresorzy nie otrzymali pomocy psychologicznej, świadkowie - czyli uczniowie klas, również nie otrzymali żadnej pomocy, np. w formie psychoedukacji na temat form agresji i przemocy, sposobów reagowania w takich sytuacjach, czy też dyskusji nad dylematami moralnymi ukazującymi podobne sytuacje i poszerzające umiejętność adekwatnej percepcji społecznej. Oczywiście warto by było popracować nad integracją grupy klasowej, zasadami komunikowania się w mediach społecznościowych, odpowiedzialnością prawną itp. Najbardziej istotne wydaje się zatem rzetelne zdiagnozowanie okoliczności sytuacji i zajęcie się każdym mającym wpływ na powstanie zachowań agresywnych „elementem”.

Z badań⁹ wynika, iż u większości młodych ludzi, którzy zachowują się agresywnie, niezależnie od pierwotnych przyczyn, obserwuje się charakterystyczne deficyty utrudniające lub wręcz uniemożliwiające przystosowanie społeczne. Do najbardziej istotnych nieprawidłowości zalicza się:

- **„Błędy poznawcze” w interpretacji zachowań innych ludzi.** Neutralne zachowania lub czyjeś przypadkowe pomyłki interpretowane są jako wrogość i świadome oszustwo. Przykładowo to, że ktoś się uśmiechnął i jednocześnie popatrzył na mnie - odbierane jest jako „szydzenie, wyśmiewanie ...”. Czasami wystarczy tylko zwrócenie wzroku w moją stronę - „czepia się mnie, robi problem ...”.
- **Opóźnienie (bądź cofnięcie) w rozwoju moralnym, brak istotnych wartości społecznych, brak uwewnętrznionych norm społecznych, które mogłyby zadziałać jak hamulce.** Konsekwencje są takie, że młodzi ludzie instrumentalnie traktują innych, natomiast podmiotowo różne rzeczy czy zdarzenia. Warto tutaj zwrócić uwagę na nieoczywiste formy agresji przejawiane przez młodych ludzi. Przykładem może być grupa nastolatków z prestiżowego liceum, bardzo zdolnych, dla których szeroko rozumiana wiedza jest ważną wartością. Otóż w klasie panuje klimat „bądź czujny”. Jedną z głównych form rozrywki jest tam „wkłócanie” innych i wykazywanie, że są „mało inteligentni”. Jak powiedział jeden z uczniów: „Uodporniłem się na to po dwóch latach, jest mi to obojętne, po prostu każdą rzecz

⁹ Krahe B., (2005), Agresja, Gdańsk: GWP



sprawdzam, czy jest to fakt lub czy coś jest możliwe”. Większość uczniów nie widzi nic złego w takim „wkręcaniu”, bo przecież „jak można być tak głupim, żeby nie wiedzieć ...”. Reakcje emocjonalne osób na takie „zabawy” komentowane są jako nieadekwatne, niezrozumiałe, „przecież nic złego się nie stało ...”. Możemy się zastanowić nad poczuciem bezpieczeństwa uczniów w tej klasie.

- **Deficyty umiejętności psychologicznych i społecznych.** Pierwsze pozwalają człowiekowi radzić sobie samemu ze sobą, np. rozpoznawanie i wyrażanie emocji, radzenie sobie ze stresem, złością, lękiem, samoregulacja, podejmowanie decyzji. Umiejętności społeczne z kolei, umożliwiają satysfakcjonujące kontakty z innymi. Czasami są to „proste”, wydawałoby się działania: poznawanie się z innymi, przyłączanie do grupy, prośenie o pomoc, pytanie o informację. Nieco bardziej skomplikowane umiejętności to m.in.: rozumienie, co czują inni, radzenie sobie z czyjąś złością, radzenie sobie z presją grupy, reagowanie na zaczepki.

Wyrównywanie opisanych powyżej deficytów mogłoby stać się najważniejszą częścią działań wychowawczych i profilaktycznych na terenie szkoły. Badacze¹⁰ wskazują na warunki, których spełnienie może zapewnić skuteczność profilaktyki:

- działania mające na celu ograniczanie czynników ryzyka i wzmacnianie czynników chroniących,
- wczesne rozpoczynanie działań: przedszkole, szkoła podstawowa,
- kontynuowanie programów w ryzykownych okresach rozwojowych,
- działanie nakierowane na rozwój indywidualny i rozwój danej grupy,
- współpraca środowisk i specjalistów.

Oczywiście działania profilaktyczne warto prowadzić przez cały rok szkolny. Incydentalne zajęcia dla klas z pewnością nie zadziałają na dłuższą metę. Jeśli mówimy o integracji zespołu klasowego to dbamy o to przez cały rok, nie jedynie we wrześniu. Klasa jako grupa rozwija się i zmienia. Na każdym etapie tych zmian potrzebne są wzmacniające działania nauczycieli, aby budować poczucie bezpieczeństwa, zrozumienia i warunków do efektywnej pracy.

Aby zbudować skuteczny program profilaktyczny w szkole ważne są:

- rzetelna wiedza na temat zjawisk agresji i przemocy - najczęściej występujących form agresji i przemocy w szkole, miejsc, w których do nich dochodzi, „portretów” ofiary i sprawcy,
- zasoby grona nauczycielskiego - praktyczne umiejętności wychowawcze nauczycieli, relacje między nimi oraz poziom integracji grona nauczycielskiego,
- aktualnie wykorzystywane sposoby rozwiązywania problemów - istniejące procedury i normy oraz ich faktyczna znajomość i stosowanie.

Na koniec chciałabym zaprosić Państwa do kreatywnego tworzenia pomysłów drobnych działań profilaktycznych mogących mieć zastosowanie na większości zajęć lekcyjnych, działań, które docelowo pomogą będą uczniom w budowaniu ich **odporności psychicznej**. Działania te realizowane będą w ramach tzw. profilaktyki uniwersalnej,¹¹ czyli skierowanej do wszystkich uczniów, wykorzystując różne zalecane strategie profilaktyczne: informacyjną, edukacyjną i alternatyw.

W ramach strategii informacyjnych warto zadbać o psychoedukację w zakresie:

- pojęć złości, agresji, przemocy,
- przyczyn i konsekwencji agresji i przemocy,
- gdzie szukać pomocy,
- inteligencji emocjonalnej,

¹⁰ Zielińska M., (2012), Jak reagować na agresję uczniów, Gdańsk: Harmonia Universalis,

¹¹ Szymańska J., (2002), Szkoła jako miejsce realizacji działań profilaktycznych, Warszawa: KBdPN.



- odporności psychicznej,
- jak dbać o swój dobrostan psychiczny,
- cyfrowe BHP,
- edukacja prawna.

Tematy te można omawiać na każdej prawie lekcji. Przykładowo na języku polskim zwracamy uwagę na emocje bohaterów, przyczyny poszczególnych emocji i zachowań, sposoby samoregulacji itp. Warto stosować ćwiczenia, które zaangażują uczniów. Mogą oni np. wymyślać w grupach alternatywne zakończenia, czy też co by było, gdyby bohater zachował się inaczej. Oczywiście skuteczne działania to takie, które są zintegrowane, czyli na poziomie danej klasy, rocznika czy też całej szkoły umawiamy się, że w miesiącu realizujemy jedno zagadnienie - np. odporność psychiczna. I w tym temacie każdy nauczyciel może coś zaplanować w ramach swojego przedmiotu. Jednocześnie na korytarzach, w mediach społecznościowych szkoły pojawiają się informacje na ten temat. Ważne jest, aby treści te były zaprezentowane w atrakcyjnej dla uczniów formie. Starsi uczniowie sami mogą prowadzić np. bloga, gdzie zamieszczają różne informacje, propozycje filmów, książek, eventów.

W ramach strategii edukacyjnych można wprowadzać różne umiejętności, np.:

- umiejętność rozumienia i wyrażania swoich emocji,
- radzenie sobie ze stresem, techniki relaksacji,
- umiejętność rozwiązywania problemów i konfliktów,
- umiejętność selekcji informacji i krytycznej analizy mediów.

Inspiracją dla tworzenia zajęć z powyższej tematyki może być Trening Zastępowania Agresji (TZA)¹², który obejmuje trzy treningi: kontroli złości, umiejętności prospołecznych i wnioskowania moralnego. Konkretnie scenariusze zajęć znajdziecie Państwo w programie Peace for Kids¹³, który powstał w oparciu o TZA. Został on rozszerzony o umiejętności empatii jak również psychoedukację rodziców. Od dłuższego czasu zastanawiam się czy w programie nauczania z wychowania fizycznego możemy znaleźć techniki relaksacyjne, sposoby bezpiecznego nieagresywnego rozładowania napięcia, nauki świadomości swojego ciała i jego rozluźniania. Z pewnością na każdej lekcji można wprowadzić elementy relaksacyjne - jako np. rytuał klasowy. W ten sposób możemy nie tylko zapobiec rozładowaniu napięcia w postaci zachowań agresywnych, ale też pomóc uczniom lękowym. Nauczyciel będzie potrafił rozpoznać oznaki lęku, uczeń uzyska pomoc w ich rozpoznaniu i może zastosować jedną z technik, której nauczył się na zajęciach. Plakat BANK TECHNIK RELAKSACYJNYCH może wisieć w każdej klasie.

Jeśli uczniowie posiadają informacje na podane tematy, poznali też różne potrzebne umiejętności, możemy przejść do strategii alternatyw, które zajmują się tym, co uczeń może zrobić samodzielnie. Warto tutaj zapoznać uczniów jak mogą reagować w sytuacjach agresji, kiedy są ofiarami lub świadkami, zarówno na żywo jak i online. Jakiś czas temu skierowano do mnie dziewczynkę, lat 13 z objawami depresji, z myślami samobójczymi, samookaleczającą się. Jednym z głównych powodów takich objawów była sytuacja szkolna, gdzie rówieśnicy wykluczali ją z grupy, wyśmiewali się z niej, pisali obraźliwe komentarze. Dziewczynka nie wiedziała, jak może zareagować, co zrobić, komu zgłosić i w jaki sposób. Największą ulgę i poczucie siły dawały jej spotkania, na których opracowywałyśmy różne scenariusze, co może zrobić w danej sytuacji. Oczywiście sytuacje nękania zostały zgłoszone rodzicom i w szkole, gdzie podjęto konstruktywne działania, co znacząco wzmocniło poczucie bezpieczeństwa i sprawczości dziewczynki.

Dla uczniów przydatne jest organizowanie różnych form wsparcia rówieśniczego, również online, budowanie poczucia wspólnoty i przynależności do społeczności szkolnej poprzez np. tworzenie zwyczajów klasowych, promowanie działań wzmacniających więź i dobrą atmosferę w klasie. I tutaj macie Państwo olbrzymie pole do kreatywnych działań.

¹² Goldstein A.P., (1998), The Prepare Curriculum. Teaching Prosocial Competencies. Champaign: Reasearch Press.

¹³ Lins S., Salmon S.J., (2007), Program prawidłowych relacji dzieci i rodzin oraz kształtowania charakteru Peace4Kids, Warszawa: Fundacja KARAN.

W SKUTECZNEJ PROFILAKTYCE PAMIĘTAMY RÓWNIEŻ O RODZICACH I NAUCZYCIELACH

Jeśli chodzi o rodziców najczęściej stosowane są strategie informacyjne i edukacyjne. Można prezentować różne istotne dla dzieci i rodziców treści poprzez media społecznościowe czy zajęcia online. Ostatnie lata pokazały, że z takich form korzysta o wiele więcej osób. Niezwykle istotna jest natomiast forma prezentacji – dobrze jeśli jest przyjazna i budzi zainteresowanie rodziców. I tutaj również kreatywność nie zna granic.

Jeśli chodzi natomiast o grono pedagogiczne najważniejsze wydaje się tworzenie zaplecza merytorycznego i emocjonalnego w celu zadbania o Państwa dobrostan psychofizyczny. Warto zatem zainwestować w:

- profesjonalne szkolenia w zakresie systemowego rozwiązywania problemów agresji i przemocy,
- szkolenia dotyczące prowadzenia edukacji profilaktycznej uczniów – efektywne jest przeszkolenie wychowawców np. z Treningu Zastępowania Agresji,
- grupy wsparcia merytorycznego i emocjonalnego dla nauczycieli,
- zespoły nauczycieli powołane do różnych zadań: zespoły wychowawcze lub zespoły określone zadaniowo – problemowe lub interwencyjne, które mogą stać się platformą wymiany informacji i doświadczeń albo przyjęcia wspólnego sposobu działania w stosunku do uczniów.

Zamiast podsumowania zapraszam Państwa do lektury krótkiej przypowieści.

Pewnego dnia jadowity wąż spotkał mądrego i dobrego pustelnika. Wąż oczarowany jego dobrocią i delikatnością spytał go, jak ma się pozbyć swego jadu oraz zła i chęci walki. Mędrzec poradził mu, aby nie czynił więcej zła. Od tego czasu wąż zaczął żyć nie zadając ludziom bólu. Gdy tylko ludzie przekonali się, że wąż przestał być dla nich niebezpieczny, zaczęli się nad nim znęcać. Rzucali w niego kamieniami, ciągnęli za ogon, drażnili go i męczyli na tysiące różnych sposobów. Życie węża zaczęło być pasmem przykrości i cierpień.

Szczęśliwym zbiegiem okoliczności mędrzec znów przechodził przez tę krainę i gdy zobaczył, jak ludzie znęcają się nad wężem, i gdy wysłuchał jego żalów, rzekł: mój przyjacielu, powiedziałem ci, abyś nie czynił ludziom zła, lecz nie mówiłem, abyś przestał syczeć, wyprężyć się, kąsać i w inny sposób odstraszać od siebie. Nie ma niczego złego w syczeniu na ludzi, którzy znęcają się nad tobą lub są twoimi wrogami, kimkolwiek by oni byli. Ukazujesz wtedy, że umiesz się bronić i wiesz, jak przeciwstawić się złu. Musisz jedynie uważać, aby nie wpuścić jadu do krwi nieprzyjaciela.”¹⁴

**Opracowała:
mgr Barbara Rozmus**

Barbara Rozmus – mgr psychologii, psychoterapeuta, specjalista terapii uzależnień, trener Treningu Uzależnionych od substancji psychoaktywnych w szkołach średnich, w Akademickim Centrum Rozwoju Osobistego i Psychoterapii. W ramach Fundacji Stop Przemocy oraz Warszawskiego Instytutu Profilaktyki zajmowała się tworzeniem i adaptacją oraz wdrażaniem programów profilaktycznych w zakresie zapobiegania i zastępowania agresji. Pracowała w Poradni Leczenia Uzależnień, w Ośrodku stacjonarnym dla osób doświadczających przemocy i uzależnionych dzieci i młodzieży. Od wielu lat prowadzi zajęcia i szkolenia dla studentów i różnych grup zawodowych (m.in. nauczycieli, pedagogów, psychologów, pracowników socjalnych, asystentów rodziny, kuratorów sądowych, pielęgniarek, lekarzy, pracowników DPS, pracowników korporacji). Obecnie pracuje jako psychoterapeuta w Poradni Psychoterapii dla dzieci i młodzieży EUROMEDICA w Rzeszowie oraz w gabinecie prywatnym.

¹⁴ Pesaschian N., (2014), Opowieści orientalne w psychoterapii pozytywnej, Warszawa: Paradygmat.



MATURA MIĘDZYNARODOWA (IB DP) **- uznana jakość w edukacji dostępna także na Podkarpaciu**

Edukacja, jak każda inna dziedzina życia, ulega ciągłym przekształceniom, które niekiedy przyjmują formę rewolucyjnych zmian. Przeobrażenia w tym obszarze nie są tylko konsekwencją realizacji określonej polityki oświatowej państwa, czy też dowodem na dużą zdolność adaptacyjną systemu, czego przykładem było sprawne wdrożenie nauczania na odległość. Polska szkoła dostosowuje się także do wciąż rosnących oczekiwań uczniów i ich rodziców. Swoją rolę mają w tym procesie również twórczy nauczyciele i ambitne szkoły poprzez kreowanie oferty edukacyjnej adekwatnej do potrzeb współczesnej młodzieży.

Podobne znaczenie ma w tym procesie implementowanie i rozwijanie na naszym gruncie sprawdzonych modeli kształcenia zapożyczonych z innych systemów edukacji, także tych alternatywnych wobec szkoły powszechnej. Jest to bez wątpienia odpowiedzią na rosnące oczekiwania klientów rynku edukacyjnego. Znajduje to wyraz m.in. w zyskującej z roku na rok na popularności ofercie szkół pracujących według zasad pedagogiki Marii Montessori.

Odpowiedzią na rosnące oczekiwania edukacyjne jest także rozwijanie kształcenia dwujęzycznego (do 2017 r. realizowanego na etapie gimnazjów i szkół średnich; dziś klasy siódmej i ósmej szkoły podstawowej oraz w wyspecjalizowanych liceach). Edukacja bilingwalna polegająca na równoprawnym wykorzystaniu, na wybranych zajęciach, języka polskiego i obcego, realizowana w szkole ponadpodstawowej, w sposób naturalny prowadzi uczniów do matury z języka na poziomie dwujęzycznym (od roku 2023 absolwenci klas dwujęzycznych przystępują do takiego pisemnego egzaminu obowiązkowo). Abiturienti mają także prawo do rozwiązywania dodatkowych arkuszy egzaminacyjnych, z wybranych przez siebie przedmiotów m.in. z matematyki, historii i chemii, przygotowanych w drugim języku nauczania (j. angielski).

Program Matury Międzynarodowej

Niejako naturalną konsekwencją nauczania dwujęzycznego i kolejnym krokiem w kierunku zaspokojenia wciąż rosnących potrzeb młodzieży jest realizacja programu Matury Międzynarodowej. Mimo, że program istnieje od końca lat sześćdziesiątych XX wieku, a w Polsce był już realizowany od lat dziewięćdziesiątych, to na Podkarpaciu wciąż jest mało znany, a co więcej, do niedawna był

tu w ogóle niedostępny. Sytuacja zmieniła się w 2020 roku, kiedy to po przejściu skomplikowanej procedury aplikacyjnej i uzyskaniu niezbędnych zgód Ministerstwa Edukacji Narodowej, powstały pierwsze oddziały realizujące program matury międzynarodowej.

Dziś program jest już realizowany zarówno w stolicy Podkarpacia jak i w pobliskiej Boguchwale. Tym samym uczeń zyskuje nie tylko możliwość udziału w programie bez konieczności migracji do ościennych województw (co do niedawna dla uczniów pozytywnie zmotywowanych do nauki było koniecznością), ale także wyboru między dwoma odmiennie pomyślanymi ofertami edukacyjnymi. Pierwsi absolwenci oddziałów realizujących program matury międzynarodowej na Podkarpaciu, do egzaminów przystąpią w maju 2024 r.

Matura Międzynarodowa (IB DP) stanowi część programu edukacyjnego, który został opracowany przez genewską fundację edukacyjną International Baccalaureate Organisation, założoną w 1968 roku (obecnie International Baccalaureate). Dziś Organizacja oferuje cztery odrębne programy edukacyjne dla uczniów w wieku od 3 do 19 lat.

IB DP uchodzi za najlepszy program nauczania o charakterze globalnym. Dyplom maturalny uzyskany tą drogą jest honorowany przez renomowane uniwersytety na całym świecie, a jednocześnie wszystkie uczelnie krajowe, co stwarza praktycznie nieograniczone możliwości wyboru dalszej ścieżki kształcenia.

Ogromną zaletą programu Matury Międzynarodowej jest jego uniwersalność i powszechna identyfikacja. Przygotowanie do Matury Międzynarodowej wygląda tak samo na całym świecie. Program przygotowujący uczniów do tego egzaminu trwa 2 lata. W przypadku czteroletnich liceów, uczniowie rozpoczynają jego realizację po drugim roku nauki w szkole.

Właściwie cała nauka w programie odbywa się w języku obcym nowożytnym, z wykorzystaniem adekwatnych, niepolskojęzycznych podręczników. Najczęściej stosowanym językiem wykładowym jest język angielski (w tym w podkarpackich szkołach realizujących program), jakkolwiek jego miejsce może zajmować także język francuski bądź hiszpański.

Uczniowie wysoce oceniają możliwość swobodnego wyboru przedmiotów i poziomu na jakim będą się ich uczyć.

Każdy uczestnik Programu wybiera bowiem trzy przedmioty realizowane na poziomie podstawowym (Standard level) oraz trzy przedmioty na poziomie rozszerzonym (Higher level). W kanonicznym układzie, uczeń musi zdecydować się na jeden przedmiot z każdej z sześciu grup:

- Grupa 1. Język podstawowy i literaturoznawstwo (język polski);
- Grupa 2. Język obcy (język angielski, język hiszpański);
- Grupa 3. Nauki społeczne (m.in. historia, geografia, ekonomia);
- Grupa 4. Nauki doświadczalne (biologia, chemia, fizyka);
- Grupa 5. Nauki matematyczne;
- Grupa 6. Sztuka lub dodatkowy przedmiot wybrany z Grupy 2, 3 lub 4.

Poszczególne szkoły oferują nieco inny zestaw przedmiotów, dostosowany do potrzeb i oczekiwań swoich uczniów. Na ten przykład w ramach Grupy 5. uczeń może wybrać dwa różne kursy matematyki: analysis and approaches lub applications and interpretation w dodatku, każdy z nich jest dostępny w wersji podstawowej lub zaawansowanej.

Na przedmioty realizowane na poziomie podstawowym przeznaczają się 4 godziny zajęć w tygodniu, na poziom rozszerzony 6 godzin.

Poza wyżej przedstawionymi przedmiotami, mającymi swoje mniej lub bardziej adekwatne odpowiedniki w polskim ramowym planie nauczania, uczeń w programie Matury Międzynarodowej musi zrealizować także dwa przedmioty o charakterze interdyscyplinarnym: teorię wiedzy (Theory of Knowledge) - kurs mający przybliżyć młodym ludziom naturę poznania oraz CAS - Creativity, activity, service - przygotowujący ucznia do mądrego i odpowiedzialnego życia. „Creativity” odnosi się w tym wypadku do sztuki i wrażliwości artystycznej ucznia, komponent „activity” to aktywność fizyczna i zdrowy styl życia, natomiast „service” rozbudza altruizm i nakierowuje na pracę społeczną.

Ostatnim, choć nie najmniej ważnym elementem całego programu jest przygotowanie pisemnej pracy badawczej - Extended Essay (EE) - na wybrany przez ucznia temat. W jej ramach uczeń zgłębia i opisuje interesujące go zagadnienie związane z jednym z przedmiotów, który wybrał do realizacji w ramach swojego kursu (np. historię) lub takie, które ma charakter interdyscyplinarny, odnoszący się do kilku dziedzin wiedzy. W celu napisania Extended Essay uczeń prowadzi własne badania, a efekt finalny jego dociekań przyjmuje formę spójnej pracy naukowej przygotowanej pod okiem naukowego mentora.

Udział w programie niesie z sobą wiele korzyści dla ucznia.

Przede wszystkim rozwija on umiejętność swobodnego posługiwania się językiem obcym. Prawo do samodzielnego, świadomego określenia własnego zestawu przedmiotów realizowanych w szkole sprzyja nauce. Program IB DP przygotowuje uczniów nie tylko do zdania matury, ale przede wszystkim uczy samodzielnego zdobywania wiedzy. Program zapewnia wszechstronny rozwój ucznia: intelektualny, emocjonalny i fizyczny. W trakcie kursu uczeń rozwija umiejętność szukania związków przyczynowo – skutkowych, łączenia różnych treści, myślenia interdyscyplinarnego oraz wnioskowania. Uczniowie nabierają przy tym samodzielności, umiejętności krytycznego myślenia, pracy w zespole, otwartości na inne kultury oraz szacunku do drugiego człowieka, a poprzez projekty rozwojowe również odpowiedzialności społecznej. Młodzież opisuje, prezentuje i wielokrotnie broni publicznie swoich racji, co sprawia, że zyskuje dodatkowe dziś wysoce cenione umiejętności miękkie.

Młody człowiek, ze względu na inną filozofię edukacyjną towarzyszącą jego nauce, rozwija pozytywną postawę wobec uczenia się, dzięki czemu jest na ogół lepiej od rówieśników przygotowany do studiów uniwersyteckich.

Co równie ważne, uczeń może w każdej chwili zrezygnować z realizacji Programu, jeśli ten nie znajdzie należytego jego uznania lub stawiane mu wymagania okażą się zbyt wysokie i zdecyduje się powrócić do polskiej ścieżki kształcenia.

Dyplom IB DP różni się znacząco od „polskiej matury”.

Przede wszystkim uczeń oddziału międzynarodowego, przystępując do Programu, wybiera przedmioty, które będzie realizował, a tym samym zobowiązuje się do zdawania egzaminów właśnie z tych przedmiotów (w polskiej ścieżce kształcenia, deklaracje maturalne składa się w ostatnim roku nauki, a te zasadniczo nie odnoszą się do wszystkich zajęć jakie uczeń realizuje obowiązkowo).

Uczeń uzyskuje stopnie z sześciu egzaminów końcowych, ale inaczej niż w przypadku polskiej matury, o ostatecznym wyniku decydują także oceny z obowiązkowych prac pisemnych wykonywanych w ciągu dwóch lat trwania programu (ocenie wewnętrzne). Aby otrzymać dyplom niezbędne jest również uzyskanie zaliczenia z przedmiotów stanowiących fundament nauczania realizowanego w oddziale, tj. Extended Essay, Theory of Knowledge i CAS.

Kolejna różnica polega na stosowanej punktacji.

W systemie IB uczniowie oceniani są w skali od 1 do 7. Z egzaminów końcowych mogą zatem uzyskać maksymalnie 42 punkty oraz 3 dodatkowe punkty za kombinację rezultatów z TOK i EE (sumarycznie 45 punktów). Minimalny wynik niezbędny do uzyskania dyplomu to 24 punkty. Wynik dość wysoki w porównaniu z koniecznością zdobycia 30% z obowiązkowych przedmiotów zdawanych na polskiej ścieżce.

Program Matury Międzynarodowej umożliwia zdobycie wykształcenia spełniającego najwyższe wymagania stawiane abiturientom przez renomowane uczelnie, w konsekwencji pozwala ambitnej młodzieży na dalszy rozwój i skuteczne funkcjonowanie w międzynarodowym akademickim i zawodowym środowisku.

Nauka w oddziale międzynarodowym to unikatowa oferta edukacyjna skierowana do uczniów o dużych ambicjach, poszukujących rozwiązań nietuzinkowych. Perspektywa nauki w takim oddziale wydaje się również atrakcyjna dla uczniów z tzw. doświadczeniem migracyjnym, nawykłych

do innej niż proponuje polska szkoła organizacji pracy oraz dla tych, którzy z różnych względów, np. podyktowanych potrzebami natury zawodowej rodziców, muszą często zmieniać miejsce zamieszkania.



Opracowała:
Zofia Machnicka
nauczycielka matematyki,
koordynator IB w Liceum Ogólnokształcącym
z Oddziałami Dwujęzycznymi
w Boguchwale

Zaproszenie do konkursów

Podkarpacki Kurator Oświaty zaprasza

- do udziału w VII edycji Wojewódzkiego Konkursu
Nauczyciel wychowujący do wartości

Do konkursu mogą być zgłaszane kandydatury nauczycieli z wszystkich typów szkół i placówek w województwie podkarpackim. Za powszechnie uznawany dorobek oraz osiągnięcie sukcesu w pracy wychowawczej i opiekuńczej Podkarpacki Kurator Oświaty przyzna nauczycielom – laureatom konkursu tytuł ***Nauczyciela wychowującego do wartości*** oraz specjalną nagrodę Podkarpackiego Kuratora Oświaty.

Wnioski należy składać **do 30 czerwca 2023 r.**

- do udziału w VII edycji Konkursu Podkarpackiego Kuratora Oświaty
Złoty Prym

Złoty Prym przyznawany jest szkołom lub placówkom oświatowym w celu promowania i upowszechniania działań tworzących optymalne warunki realizacji działalności dydaktycznej, wychowawczej i opiekuńczej oraz innej działalności statutowej, zapewniających każdemu uczniowi warunki niezbędne do jego rozwoju, podnoszących jakość pracy szkoły lub placówki i jej rozwój organizacyjny.

Wnioski należy składać **do 20 czerwca 2023 r.**

Szczegółowe informacje nt. obu konkursów znajdują się na stronie internetowej Kuratorium Oświaty w Rzeszowie w zakładce *Dla dyrektora i nauczyciela*.



**Szanowni Państwo
Dyrektorzy, Nauczyciele,
Uczniowie klas 4-7 szkół podstawowych
w województwie podkarpackim**

Archiwa Państwowe oraz Ministerstwo Edukacji i Nauki zapraszają uczniów klas 4-7 szkół podstawowych i ich nauczycieli do udziału w 2 edycji ogólnopolskiego konkursu „Bez korzeni nie zakwitniesz. Moja Wielka i Mała Ojczyzna”.

Zadaniem uczestników jest stworzenie drzewa genealogicznego (dowolną techniką, w formacie pdf lub HTML) i opisanie dziejów swojej rodziny na podstawie m.in. rozmów (wywiadów) z bliskimi oraz informacji, dokumentów i zdjęć znalezionych w archiwum rodzinnym i w Archiwach Państwowych.

Założeniem konkursu „Bez korzeni nie zakwitniesz. Moja Wielka i Mała Ojczyzna” jest nie tylko zainteresowanie młodych ludzi tematyką poszukiwań genealogicznych i archiwalnych, ale również kulturą i historią społeczności lokalnej, regionalnej, narodu i państwa oraz uwrażliwienie na kultywowanie pamięci i szacunek dla przeszłości. Udział w konkursie ma wpływ nie tylko na zwiększenie świadomości przynależności społecznej, lecz również na polepszenie relacji rodzinnych. Jest nie tylko dobrą zabawą, ale także wspaniałym przykładem na to, że historia zarówno tych małych ojczyzn (wsi, miast i miasteczek), jak i naszej wspólnej ojczyzny - jednoczy całe rodziny.

Możliwość uczestnictwa w konkursie została w tym roku rozszerzona na uczniów z klas 4-7 szkół podstawowych.

Praca konkursowa powinna powstać pod opieką nauczyciela oraz po konsultacji z archiwistami z Archiwów Państwowych.

Zgłoszenie do konkursu wraz z wykonaną pracą oraz oświadczeniami/zgodami nauczyciela i rodzica należy przesłać do 4 maja 2023 r. za pomocą formularza zgłoszeniowego zamieszczonego na stronie konkursu: <https://archiwarodzinne.gov.pl/konkurs/formularz-zgloszeniowy>

W I etapie konkursu wojewódzka komisja konkursowa powołana przez Podkarpackiego Kuratora Oświaty wybierze trzy najlepsze prace na poziomie wojewódzkim. Autorzy najwyżej ocenionych prac otrzymają nagrody oraz przejdą do etapu ogólnopolskiego.

W II etapie (ogólnopolskim) kapituła konkursu wybierze trzech laureatów i przyzna dwanaście wyróżnień.

Finaliści konkursu zostają uhonorowani okolicznościowymi dyplomami oraz nagrodami rzeczowymi ufundowanymi przez archiwa państwowe.

Laureaci konkursu oraz uczniowie wyróżnieni w konkursie otrzymują okolicznościowe dyplomy i nagrody rzeczowe ufundowane przez Ministra Edukacji i Nauki.

Nauczyciele będący opiekunami merytorycznymi prac konkursowych przygotowanych przez laureatów konkursu i uczniów wyróżnionych otrzymują nagrody rzeczowe ufundowane przez Ministra Edukacji i Nauki.

Uczniowie, którzy uzyskali tytuł laureata oraz uczniowie wyróżnieni na szczeblu ogólnopolskim w ubiegłej edycji konkursu, nie mogą brać udziału w kolejnej jego edycji.

Zapraszamy do zapoznania się ze szczegółami konkursu:

- <https://archiwarodzinne.gov.pl/konkurs>
- regulamin konkursu: <https://archiwarodzinne.gov.pl/upload/2023/02/regulamin-konkursu-bez-korzeni-nie-zakwitniesz-2-edycja.pdf>
- animacja dźwiękowa o konkursie: <https://youtu.be/pm9v7wjD9IU>

Uczniowie z województwa podkarpackiego chcący wziąć udział w konkursie oraz ich nauczyciele i opiekunowie mogą skorzystać z konsultacji indywidualnych w:

- Archiwum Państwowym w Przemyśle
Pani Agnieszka Bobowska-Hryniewicz
e-mail: abobowska@przemysl.ap.gov.pl
tel. 16 670 35 38 wew. 119
- Archiwum Państwowym w Rzeszowie
Pani Izabela Frużyńska
e-mail: izabella.fruzynska@rzeszow.ap.gov.pl
tel. 17 230 48 08 wew. 208

Archiwum Państwowe w Przemyśle oraz Rzeszowie zapraszają także na lekcje archiwalne związane z tematyką poszukiwań genealogicznych (po wcześniejszym umówieniu terminu).



Opracowała:
Iwona Bereś - Starszy Wizytator
Kuratorium Oświaty w Rzeszowie,
koordynator etapu wojewódzkiego
Ogólnopolskiego Konkursu
„Bez korzeni nie zakwitniesz.
Moja Wielka i Mała Ojczyzna”



SERCE I POMOC

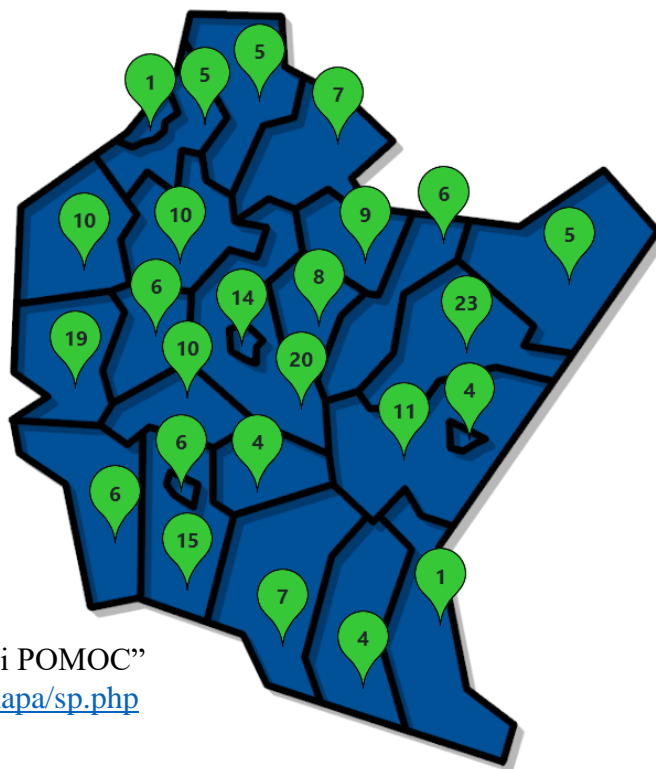
**Szanowni Państwo
Dyrektorzy
szkół podstawowych
w województwie podkarpackim**

Podkarpacki Kurator Oświaty zaprasza Państwa do składania wniosków o przystąpienie do projektu **SP! SERCE i POMOC**. Wniosek szkoły wraz z uchwałą rady pedagogicznej można przesłać do 20 maja 2023 r. pocztą tradycyjną na adres: Kuratorium Oświaty w Rzeszowie ul. Grunwaldzka 15, 39-959 Rzeszów.

[Wniosek](#)

Informacja o projekcie:

<https://www.ko.rzeszow.pl/wp/wp-content/uploads/2021/06/nowy-program-serce-i-pomoc.pdf>



Szkoły w projekcie „SERCE i POMOC”
<https://www.ko.rzeszow.pl/mapa/sp.php>

Opracowała:
Grażyna Tereskiewicz - Wizytator
Kuratorium Oświaty w Rzeszowie,
koordynator projektu „SERCE i POMOC”