

Młodzież 2.0- Relacje.Odporność.Reakcja. / SCENARIUSZ WARSZTATU NR 4

Klasa w kryzysie

Jak odbudować relacje i poczucie bezpieczeństwa po trudnym zdarzeniu

Grupa odbiorców

Nauczyciele, wychowawcy, pedagodzy, psychologowie szkolni oraz kadra kierownicza szkół mająca bezpośredni wpływ na organizację wsparcia po sytuacjach trudnych i kryzysowych.

Czas realizacji

90 minut

Obszar tematyczny

Reagowanie nauczyciela, wychowawcy i szkoły po zdarzeniu, które naruszyło poczucie bezpieczeństwa w klasie: przemocy rówieśniczej, cyberprzemocy, poważnym konflikcie, wykluczeniu, publicznym upokorzeniu ucznia, rozpowszechnieniu kompromitujących treści lub innym wydarzeniu, które podzieliło grupę.

Warsztat koncentruje się nie tylko na interwencji wobec konkretnych osób, ale przede wszystkim na odbudowie funkcjonowania całej klasy. Uczestnicy analizują, jak po trudnym zdarzeniu przywracać bezpieczne normy, pracować ze świadkami, ograniczać polaryzację i monitorować, czy kryzys nie trwa dalej w relacjach, sieci lub codziennym funkcjonowaniu uczniów.

Scenariusz wpisuje się w szersze założenia programu: relacje, odporność, reakcja i dobrostan. Dlatego uwzględnia także wpływ stresu, wykluczenia i hejtu na koncentrację, sen, jedzenie, poziom energii, ruch, higienę cyfrową oraz gotowość ucznia do uczestniczenia w życiu klasy.

Powiązanie z celami projektu Młodzież 2.0- Relacje.Odporność.Reakcja.

- zwiększenie skuteczności reagowania na sytuacje kryzysowe w klasie,
- wzmacnianie bezpieczeństwa psychicznego uczniów,
- rozwijanie kompetencji wychowawczych nauczycieli,
- poprawa relacji rówieśniczych po trudnych zdarzeniach,
- przeciwdziałanie eskalacji konfliktów, hejtu, cyberprzemocy i wykluczenia,
- wzmacnianie odpowiedzialności grupowej oraz roli świadków,
- odbudowa zaufania w środowisku szkolnym,
- wspieranie dobrostanu uczniów poprzez zauważanie wpływu relacji, stresu, snu, odżywiania, ruchu i higieny cyfrowej na funkcjonowanie młodzieży.

Cel główny

Przygotowanie nauczycieli do prowadzenia działań wychowawczych po sytuacji kryzysowej w klasie oraz do odbudowy bezpieczeństwa, zaufania, relacji i podstaw dobrostanu w grupie.

Cele szczegółowe

Po zakończeniu warsztatu uczestnik:

- rozpoznaje wpływ trudnego zdarzenia na całą grupę,
- rozumie, że zakończenie interwencji nie oznacza zakończenia kryzysu,
- potrafi zaplanować działania wobec klasy po przemocy, cyberprzemocy, konflikcie lub wykluczeniu,

- wie, jak przeprowadzić rozmowę po trudnym zdarzeniu bez publicznego wskazywania i zawstydzania uczniów,
- unika stygmatyzowania osób zaangażowanych oraz wtórnego krzywdzenia osoby pokrzywdzonej,
- potrafi wzmacniać bezpieczne normy grupowe i odpowiedzialność świadków,
- rozumie, że kryzys w klasie może wpływać na sen, jedzenie, koncentrację, energię, aktywność i relacje ucznia,
- potrafi monitorować sytuację po interwencji, także w przestrzeni online,
- wie, kiedy potrzebne jest wsparcie pedagoga, psychologa, dyrekcji, rodziców lub opiekunów oraz procedur szkolnych.

Zakładane rezultaty

- uczestnicy lepiej planują działania po zdarzeniach kryzysowych,
- zwiększają poczucie bezpieczeństwa uczniów,
- ograniczają ryzyko dalszej eskalacji w klasie i w sieci,
- skuteczniej odbudowują relacje i normy grupowe,
- potrafią pracować z napięciem, podziałami i milczeniem w grupie,
- zwiększają odpowiedzialność uczniów za klimat klasy,
- lepiej rozumieją, że odbudowa bezpieczeństwa obejmuje także codzienny dobrostan ucznia: sen, odżywianie, ruch, odpoczynek i higienę cyfrową.

Kompetencje rozwijane podczas warsztatu

- zarządzanie sytuacją kryzysową,
- komunikacja wspierająca,
- odbudowa relacji,
- moderowanie grupy po trudnym zdarzeniu,
- rozpoznawanie dynamiki klasy,
- podejmowanie decyzji,
- praca ze świadkami,
- współpraca ze specjalistami i rodzicami,
- odpowiedzialność wychowawcza,
- profilaktyka przemocy i wspieranie dobrostanu uczniów.

Metody pracy

- analiza przypadku,
- miniwykład,
- praca zespołowa,
- ćwiczenia decyzyjne,
- moderowana dyskusja,
- scenki,
- mapa odbudowy klasy,
- autorefleksja,
- karta pracy.

Materiały

- flipchart,
- markery,
- arkusze A3,
- karteczki samoprzylepne,
- karty sytuacyjne,

- karta pracy „Plan odbudowy klasy”,
- karta „Pierwsze 72 godziny”,
- karta „Sygnały, że kryzys w klasie nadal trwa”,
- karta „Dobrostan po kryzysie: relacje, sen, jedzenie, ruch, telefon”.

Przebieg warsztatu

I. Otwarcie warsztatu

10 minut

Prowadzący zapisuje pytanie:

„Co dzieje się z klasą po poważnym konflikcie, hejcie, cyberprzemocy lub wykluczeniu, nawet jeśli sam incydent został już zatrzymany?”

Uczestnicy wymieniają możliwe konsekwencje:

- napięcie,
- podział na grupy,
- plotki i dopowiadanie historii,
- poczucie niesprawiedliwości,
- strach przed odezwaniem się,
- wzajemna nieufność,
- wzrost agresji lub ironii,
- milczenie i udawanie, że „nic się nie stało”,
- unikanie kontaktu z osobą pokrzywdzoną,
- dalsze komentarze, screeny i aluzje w sieci,
- zmiany w funkcjonowaniu uczniów: zmęczenie, problemy ze snem, jedzeniem, koncentracją lub obecnością w szkole.

Prowadzący podsumowuje:

„Kryzys nie kończy się w chwili zatrzymania zdarzenia. Dla grupy często właśnie wtedy zaczyna się kolejny etap: napięcie, interpretacje, lojalności, lęk i sprawdzanie, czy dorośli naprawdę przywrócą bezpieczeństwo.”

II. Miniwykład - Klasa po trudnym zdarzeniu

12 minut

Prowadzący omawia najczęstsze reakcje grupy po sytuacji, która naruszyła bezpieczeństwo.

1. Polaryzacja

Uczniowie dzielą się na strony. Część broni jednej osoby, część drugiej, a część milczy, żeby nie stać się kolejnym celem.

2. Milczenie

Klasa unika tematu, ale napięcie pozostaje. Brak rozmowy nie oznacza, że problem zniknął.

3. Poszukiwanie winnego

Grupa może koncentrować się na jednej osobie: „przez niego mamy problem”, „to ona narobiła afery”, „gdyby nie zgłosiła, byłby spokój”.

4. Normalizacja

Pojawiają się komunikaty: „nic takiego się nie stało”, „to był tylko żart”, „wszyscy tak robią”, „nie ma co przesadzać”.

5. Przedłużenie kryzysu w sieci

Nawet jeśli sytuacja w klasie pozornie ucichła, komentarze, screeny, prywatne wiadomości i aluzje mogą dalej krążyć online.

6. Wpływ na dobrostan uczniów

Kryzys w klasie może wpływać na codzienne funkcjonowanie: sen, apetyt, jedzenie w szkole, koncentrację, energię, obecność na lekcjach, ruch, chęć udziału w zajęciach i poczucie bezpieczeństwa w grupie.

Prowadzący zaznacza:

„Zadaniem wychowawcy nie jest zmuszenie klasy do zapomnienia, lecz przywrócenie zasad bezpieczeństwa, zaufania i odpowiedzialności. Rozmowa o śnie, jedzeniu czy energii nie służy komentowaniu wyglądu ucznia. Służy sprawdzeniu, czy kryzys nie zaczyna wpływać na jego zdrowie i funkcjonowanie.”

III. Ćwiczenie - „Co widzi nauczyciel, a co przeżywa klasa?”

15 minut

Uczestnicy otrzymują przypadek:

Na klasowej grupie internetowej opublikowano kompromitujący materiał dotyczący jednego ucznia. Materiał został usunięty, szkoła przeprowadziła rozmowy z zaangażowanymi osobami, a rodzice zostali poinformowani. Wychowawca uznaje sprawę za zakończoną. Tydzień później uczeń nadal siedzi sam, część klasy unika rozmowy z nim, na lekcjach pojawiają się komentarze i śmiech. Nauczyciele zauważają również, że uczeń częściej opuszcza pierwsze lekcje, przestał jeść z innymi na przerwach i wygląda na przemęczonego.

Grupy odpowiadają:

- Co zostało rozwiązane?
- Co nie zostało rozwiązane?
- Jak może czuć się osoba pokrzywdzona?
- Jak mogą czuć się świadkowie?
- Co może słyszeć klasa, jeśli wychowawca uzna sprawę za zakończoną?
- Jakie sygnały wskazują, że kryzys nadal wpływa na dobrostan ucznia?
- Jakie działania powinien podjąć wychowawca wobec klasy, a jakie indywidualnie?

Prowadzący podsumowuje: usunięcie treści, rozmowa dyscyplinująca lub pojedyncza interwencja nie zawsze odbudowują poczucie bezpieczeństwa. Trzeba sprawdzić, czy przemoc nie zmieniła formy i czy uczeń nie został sam z jej skutkami.

IV. Model działania - 6 kroków odbudowy klasy

12 minut

Prowadzący przedstawia model pracy po trudnym zdarzeniu.

1. ZABEZPIECZ

Sprawdź, czy przemoc, wykluczenie lub nękanie w sieci rzeczywiście ustały. Zadbaj o osobę pokrzywdzoną i ogranicz ryzyko dalszego upokarzania.

2. NAZWIJ

Bez ujawniania prywatnych informacji nazwij problem: „W naszej klasie wydarzyła się sytuacja, która naruszyła poczucie bezpieczeństwa”.

3. USTAL ZASADY

Przypomnij albo wspólnie odbuduj normy grupowe: nie upokarzamy, nie udostępniamy, nie wzmacniamy przemocy, reagujemy, gdy ktoś obrywa.

4. WŁĄCZ ŚWIADKÓW

Pokaż, że świadek nie jest tłem. Nie chodzi o obwinianie uczniów za strach, ale o pokazanie, że lajk, śmiech, screen, milczenie lub „to nie moja sprawa” mogą podtrzymywać krzywdę.

5. ODBUDUJ RELACJE

Zaplanuj działania wychowawcze, które stopniowo przywracają współpracę, przewidywalność i poczucie przynależności. Nie wymuszaj natychmiastowego pojednania.

6. MONITORUJ

Wracaj do sytuacji po kilku dniach i tygodniach. Sprawdzaj relacje, zachowanie w sieci, obecność w szkole, koncentrację, senność, jedzenie w szkole, energię i udział w aktywnościach.

V. Ćwiczenie - Rozmowa z klasą po kryzysie

12 minut

Uczestnicy przygotowują pierwsze trzy minuty rozmowy wychowawcy z klasą po trudnym zdarzeniu. Celem nie jest publiczny proces ani rozliczanie szczegółów, lecz przywrócenie norm i bezpieczeństwa.

Należy unikać:

- „Przez was mamy teraz problem”.
- „Mam nadzieję, że już wszyscy zrozumieli”.
- „Nie będziemy więcej o tym rozmawiać”.
- „Skoro nikt nic nie mówi, uznaję sprawę za zamkniętą”.
- „Macie się natychmiast pogodzić”.

Zalecany kierunek:

„W naszej klasie wydarzyło się coś, co naruszyło poczucie bezpieczeństwa. Nie będziemy omawiać prywatnych szczegółów ani wskazywać konkretnych osób. Chcę jednak, żebyśmy porozmawiali o tym, jak wrócić do zasad, dzięki którym każdy może czuć się tutaj bezpiecznie. Ważne jest też to, co dzieje się po lekcjach i w sieci. Komentarze, screeny i aluzje mogą dalej ranić, nawet jeśli dorosłym wydaje się, że sprawa już ucichła.”

Po prezentacji grup prowadzący omawia komunikaty i pyta:

- Czy komunikat nie ujawnia prywatnych informacji?
- Czy nie przerzuca odpowiedzialności na osobę pokrzywdzoną?
- Czy jasno mówi o granicach?
- Czy zaprasza klasę do odpowiedzialności, a nie do polowania na winnego?
- Czy uwzględnia także przestrzeń online?

VI. Ćwiczenie - „Co odbudowujemy?”

12 minut

Grupy otrzymują arkusz podzielony na pięć obszarów.

BEZPIECZEŃSTWO

Co musi się zmienić, żeby uczniowie nie bali się funkcjonować w klasie i w sieci?

ZAUFANIE

Co pomoże uczniom ponownie zaufać dorosłym i sobie nawzajem?

RELACJE

Jakie działania mogą odbudować współpracę bez zmuszania uczniów do sztucznej bliskości?

ODPOWIEDZIALNOŚĆ

Jaką rolę mają uczniowie, szczególnie świadkowie?

DOBROSTAN

Jak sprawdzić, czy kryzys nie wpływa na sen, jedzenie, energię, koncentrację, ruch, odpoczynek i korzystanie z telefonu?

Każda grupa tworzy mini-plan pracy z klasą. Plan powinien zawierać jedno działanie natychmiastowe, jedno działanie na najbliższy tydzień i jedno działanie monitorujące po dwóch tygodniach.

VII. Ćwiczenie - Świadek po zdarzeniu**8 minut**

Prowadzący przedstawia sytuację: kilka osób nie brało udziału w przemocy, ale widziało, co się dzieje. Teraz mówią: „To nie była nasza sprawa”.

Uczestnicy zastanawiają się:

- Jak rozmawiać ze świadkami bez obwiniania i zawstydzania?
- Jak pokazać ich wpływ na bezpieczeństwo osoby pokrzywdzonej?
- Jak budować gotowość do reagowania w przyszłości?
- Jak odróżnić „nie wiedziałem, co zrobić” od wzmacniania przemocy lajkami, śmiechem albo przesyłaniem dalej?
- Jak w klasie mówić o zgłaszaniu przemocy, żeby nie wzmacniać narracji o „donoszeniu”?

Przykładowy komunikat:

„Nie oczekujemy, że uczniowie sami rozwiążą trudną sytuację. Oczekujemy jednak, że nie będą wzmacniać krzywdy i że powiedzą dorosłemu, kiedy ktoś potrzebuje pomocy. Reagowanie nie jest donoszeniem. Jest zatrzymaniem sytuacji, która może kogoś realnie ranić.”

VIII. Pierwsze 72 godziny**5 minut**

Prowadzący omawia prostą kartę pracy. Rzeczywisty harmonogram zależy od charakteru zdarzenia i procedur szkoły, ale karta porządkuje myślenie o pierwszych działaniach.

Pierwsze 24 godziny

- bezpieczeństwo osoby pokrzywdzonej,
- zatrzymanie dalszego rozpowszechniania treści lub komentarzy,
- zebranie informacji bez publicznego przesłuchiwanie,
- zabezpieczenie osób zaangażowanych,
- uruchomienie procedur, jeśli sytuacja tego wymaga.

24-48 godzin

- indywidualne rozmowy,
- kontakt z rodzicami lub opiekunami,
- konsultacja z pedagogiem, psychologiem, dyrekcją,
- sprawdzenie, czy sytuacja trwa dalej online,
- wstępny plan dalszego działania.

48-72 godziny

- praca z klasą bez ujawniania prywatnych szczegółów,
- przywrócenie norm grupowych,
- zaplanowanie monitoringu,
- sprawdzenie sygnałów dobrostanu: sen, jedzenie, koncentracja, energia, aktywność, napięcie, poczucie bezpieczeństwa.

IX. Podsumowanie**4 minuty**

Każdy uczestnik kończy dwa zdania:

„Po trudnym zdarzeniu w klasie nie wystarczy...”

oraz:

„Trzeba również...”

Prowadzący podsumowuje:

„Dobra interwencja zatrzymuje zdarzenie. Dobra praca wychowawcza sprawia, że klasa odzyskuje poczucie bezpieczeństwa, a uczniowie wiedzą, że krzywda nie jest normą, milczenie nie jest neutralne, a dorośli wraca do sprawy, zamiast odhaczyć ją po jednej rozmowie.”

Karta pracy dla nauczyciela**Plan odbudowy klasy**

Co się wydarzyło?

Jak sytuacja wpłynęła na klasę?

Kto może potrzebować dodatkowego wsparcia?

Co należy zatrzymać natychmiast?

Czy sytuacja trwa nadal w sieci, komentarzach, aluzjach albo wykluczeniu?

Jakie zasady trzeba przypomnieć lub odbudować?

Jakie działania integracyjne i wychowawcze zaplanować?

Czy widać sygnały wpływu na dobrostan uczniów: sen, jedzenie, koncentrację, energię, ruch, odpoczynek, telefon?

Kiedy wrócę do sytuacji?

Po czym poznam, że bezpieczeństwo zostało odbudowane?

Czego nie robić

Po sytuacji kryzysowej nie należy:

- zmuszać uczniów do publicznych przeprosin,
- wymuszać natychmiastowego „pogodzenia się”,
- organizować publicznej konfrontacji osoby pokrzywdzonej z osobą stosującą przemoc,
- ujawniać klasie szczegółów indywidualnych rozmów,
- publicznie wskazywać „winnych”,
- bagatelizować napięcia komunikatem „sprawa jest już zamknięta”,
- zakładać, że brak zgłoszeń oznacza brak problemu,
- prowadzić mediacji, jeśli występuje nierównowaga sił,
- sprowadzać problemu do prostego „prześpij się”, „zjedz coś zdrowego” albo „odłóż telefon”,
- kończyć działań po jednej rozmowie.

Sygnały, że kryzys w klasie nadal trwa

Po interwencji warto obserwować, czy pojawiają się:

- dalsze aluzje, śmiech, komentarze lub screeny,
- izolowanie jednej osoby albo unikanie jej przez grupę,
- podział klasy na obozy,
- spadek frekwencji, aktywności lub koncentracji ucznia,
- unikanie pracy w parach i grupach,
- napięcie po korzystaniu z telefonu,
- senność, chroniczne zmęczenie lub wyraźny spadek energii,
- pomijanie posiłków w szkole, jedzenie w ukryciu lub rezygnacja ze stołówki z powodu wstydu lub braku miejsca w grupie,
- rezygnacja z ruchu, aktywności, treningów lub zajęć, które wcześniej były ważne,
- wypowiedzi o bezradności, braku sensu, samotności albo niechęci do przychodzenia do szkoły.

Ta karta nie służy do diagnozowania ucznia. Jej celem jest sprawdzenie, czy po kryzysie potrzebne są dalsze działania wychowawcze, rozmowa indywidualna albo wsparcie specjalistyczne.

Studium przypadku

„Klasa podzielona na pół”

Po konflikcie dwóch uczniów w sieci klasa dzieli się na dwa obozy. Uczniowie publikują komentarze, bronią „swojej strony” i przestają ze sobą współpracować. Rodzice również zaczynają wymieniać między sobą wiadomości. Na lekcjach pojawia się napięcie. Jeden z uczniów coraz częściej siedzi sam, unika stołówki i przestał przychodzić na zajęcia sportowe. Drugi reaguje złością na każdą próbę rozmowy. Część klasy mówi: „to była tylko internetowa drama”.

Zadanie dla uczestników:

- Zaplanuj działania wychowawcy na dzień 1, pierwszy tydzień i kolejne dwa tygodnie.
- Czy należy omawiać sam konflikt z całą klasą?
- Jak nie zamienić godziny wychowawczej w „sąd”?
- Jak przywrócić współpracę bez wymuszania sztucznego pojednania?
- Jak sprawdzić, czy sytuacja nadal trwa w sieci?
- Jak zadbać o uczniów, którzy są jednocześnie uczestnikami konfliktu i osobami przeciężonymi?
- Jak uwzględnić dobrostan: sen, jedzenie, ruch, koncentrację, energię i poczucie bezpieczeństwa?
- Kiedy potrzebny jest pedagog, psycholog, dyrekcja lub kontakt z rodzicami?

Ewaluacja

Oceń w skali 1-5:

- Rozumiem wpływ kryzysu na całą klasę.
- Potrafię zaplanować rozmowę z grupą po trudnym zdarzeniu.
- Wiem, jak odbudowywać normy bezpieczeństwa bez publicznego zawstydzania uczniów.
- Potrafię pracować ze świadkami i wzmacniać ich odpowiedzialność.
- Rozumiem znaczenie monitorowania sytuacji po interwencji.
- Wiem, że kryzys może wpływać na sen, jedzenie, koncentrację, energię, ruch i obecność ucznia w szkole.
- Czuję się lepiej przygotowany do pracy z klasą po kryzysie.

Zadanie wdrożeniowe

Uczestnik wybiera jedną klasę, z którą pracuje, i odpowiada:

Jakie są trzy najważniejsze zasady bezpieczeństwa w tej klasie?

1.
2.
3.

Czy uczniowie je znają?

.....

Czy wiedzą, co zrobić, kiedy ktoś je przekracza?

.....

Czy wiedzą, do kogo mogą się zwrócić?

.....

Czy w klasie widać osoby, które częściej zostają same, unikają wspólnych miejsc, rezygnują z aktywności albo wyglądają na przeciążone?

Na podstawie odpowiedzi uczestnik planuje jedno niewielkie działanie profilaktyczne do przeprowadzenia w ciągu dwóch tygodni.

Wskazówki dla prowadzącego

- Nie zachęcaj uczestników do omawiania rzeczywistych przypadków w sposób umożliwiający identyfikację uczniów.
- Podkreślaj, że bezpieczeństwo osoby pokrzywdzonej ma pierwszeństwo przed potrzebą szybkiego „pogodzenia klasy”.
- Nie każda sytuacja nadaje się do mediacji, szczególnie gdy występuje nierównowaga sił, presja grupy lub przemoc.
- Praca z klasą nie zastępuje indywidualnej interwencji wobec uczniów bezpośrednio zaangażowanych.
- W działaniach pokrzyzysowych ważna jest współpraca wychowawcy, pedagoga, psychologa, dyrekcji i rodziców.
- Jeżeli zdarzenie wymaga zastosowania procedur interwencyjnych obowiązujących w placówce, działania wychowawcze powinny być z nimi spójne.
- W przypadku cyberprzemocy zwracaj uwagę na zabezpieczenie informacji: screenów, linków, nazw profili, dat i kontekstu zdarzenia, zgodnie z procedurami szkoły.
- Zwracaj uwagę, że po kryzysie uczniowie mogą mieć trudności ze snem, jedzeniem, koncentracją, energią, ruchem i odpoczynkiem. Pytania o te obszary mają służyć wsparciu, a nie komentowaniu wyglądu, wagi lub stylu życia ucznia.
- Podkreślaj, że zdrowe odżywianie, sen, ruch i higiena cyfrowa są elementami dobrostanu, ale nie mogą być używane do zawstydzania ucznia ani redukowania problemu do prostego „zaczynj zdrowiej żyć”.

Powiązanie z rezultatami projektu „Młodzież 2.0- Relacje.Odporność.Reakcja.”

- zwiększenie skuteczności reagowania nauczycieli na sytuacje kryzysowe,
- poprawa bezpieczeństwa psychicznego młodzieży,
- rozwijanie kompetencji nauczycieli w zakresie odbudowy relacji po konflikcie, przemocy, cyberprzemocy i wykluczeniu,
- zwiększenie umiejętności pracy z dynamiką grupową,
- ograniczanie długofalowych konsekwencji wykluczenia i podziałów w klasie,
- wzmacnianie odpowiedzialności uczniów za klimat społeczny szkoły,
- wspieranie dobrostanu uczniów poprzez uwzględnienie wpływu relacji, kryzysu, stresu, snu, odżywiania, ruchu i higieny cyfrowej na funkcjonowanie młodzieży.

Miejsce na notatki prowadzącego
