



# Projekt edukacyjny *I feel, I think, I act and I am YES* w ramach programu unijnego Erasmus+

JOLANTA SZYMCZYK

## WPROWADZENIE

Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli – w wyniku konkursu ogłoszonego w 2023 roku przez Narodową Agencję Programu Erasmus+ i Europejskiego Korpusu Solidarności (Sektor: Edukacja szkolna, Akcja kluczowa 1: Mobilność edukacyjna) – jest wnioskodawcą autorskiego projektu edukacyjnego *I feel, I think, I act and I am YES*<sup>1</sup>. Realizacja projektu przypada na okres: 01.12.2024-31.05.2025 roku. Finansowanie projektu pochodzi ze środków budżetowych Unii Europejskiej.

Erasmus+ jest programem Komisji Europejskiej w zakresie podnoszenia kwalifikacji i kompetencji zawodowych obywateli krajów Unii Europejskiej, obejmującym lata 2021-2027. Standardy programu dotyczą wysokiej jakości uczenia się, zapewniającego zdobywanie wiedzy i umiejętności niezbędnych do aktywnego uczestnictwa w społeczeństwie demokratycznym oraz wielokulturowym. Kluczowym celem programu Erasmus+ jest propagowanie uczenia się przez całe życie na wszystkich jego etapach w zróżnicowanych formach, a tym

samym wspieranie rozwoju zawodowego i osobistego<sup>2</sup>. Program ten stwarza sprzyjające warunki do budowania współpracy strategicznej pomiędzy państwami w dziedzinie edukacji oraz do odnoszenia sukcesów w różnych dziedzinach życia. Platforma Rezultatów Projektów Erasmus+ (Erasmus+ Project Results Platform) umożliwi upowszechnianie efektów tychże projektów oraz promowanie dobrych praktyk.

## BENEFICJENT PROJEKTU

Beneficjentem projektu *I feel, I think, I act and I am YES* jest Mazowieckie Samorządowe Centrum Doskonalenia Nauczycieli – publiczna placówka oświatowa posiadająca akredytację Mazowieckiego Kuratora Oświaty, której organem prowadzącym jest Samorząd Województwa Mazowieckiego.

Priorytetowe zadania MSCDN wynikają z kierunków polityki oświatowej państwa, ogłaszanych co roku przez Ministerstwo Edukacji Narodowej. Mają one na celu podwyższanie kompetencji zawodowych kadry pedagogicznej, zatrudnionej w szkołach i placówkach oświatowych oraz podnoszenie jakości

<sup>1</sup> Tytuł angielszczyzny projektu edukacyjnego „I feel, I think, I act and I am YES” – tłumaczenie polskie: „Czuję, myślę, działam i jestem na TAK”.

<sup>2</sup> Erasmus+ Programme Guide. Version 3. European Commission, 2023.

## PROJEKT EDUKACYJNY *I FEEL, I THINK, I ACT AND I AM YES* W RAMACH PROGRAMU UNIJNEGO ERASMUS+

pracy dydaktycznej, wychowawczej i opiekuńczej tychże podmiotów. Do statutowych zadań MSCDN należy między innymi: doskonalenie i dokształcanie zawodowe dyrektorów oraz nauczycieli, wspomaganie szkół i placówek oświatowych we wdrażaniu wymagań, a także wypełnianiu zaleceń wynikających z nadzoru pedagogicznego<sup>3</sup>, prowadzenie sieci współpracy i samokształcenia. Zadania te są realizowane w formie: kursów doskonalących i kwalifikacyjnych, seminariów dydaktycznych, konferencji przedmiotowych, warsztatów metodycznych oraz konsultacji specjalistycznych – przez wykwalifikowaną kadrę pedagogiczną (tj. nauczycieli konsultantów, specjalistów oraz doradców metodycznych), współpracującą między innymi z Mazowieckim Kuratorium Oświaty oraz uczelniami wyższymi i instytutami naukowymi<sup>4</sup>.

Profil zawodowy klientów MSCDN obejmuje kadrę kierowniczą oraz nauczycieli różnych specjalności, zatrudnionych w przedszkolach, szkołach podstawowych i ponadpodstawowych, poradniach psychologiczno-pedagogicznych, ośrodkach szkolno-wychowawczych na terenie województwa mazowieckiego. Klienci MSCDN uczestniczą w doskonaleniu i dokształcaniu zawodowym w formie: stacjonarnej, zdalnej i hybrydowej. Oferta dokształcana i doskonalenia zawodowego przygotowywana jest na dany rok szkolny na podstawie diagnozy potrzeb edukacyjnych klientów i adresowana jest do zróżnicowanej zawodowo i wiekowo grupy odbiorców (tj. nauczycieli: wychowania przedszkolnego, edukacji wczesnoszkolnej, przedmiotów humanistycznych oraz ścisłych, języków obcych nowożytnych a także psychologów, pedagogów i specjalistów).

### ZAŁOŻENIA TEORETYCZNE PROJEKTU

Projekt *I feel, I think, I act and I am YES* stanowi odpowiedź na wyzwania polskiej edukacji w okresie popandemicznym oraz wydane przez Ministerstwo Edukacji i Nauki rekomendacje z tym związane. Wynika z nich, że kluczowym zadaniem systemu oświaty jest zadbanie o kondycję psychiczną: uczniów, nauczycieli, wychowawców i specjalistów, mającą istotny wpływ na efektywność procesu nauczania i wychowania. Rekomendacje te zostały sformułowane na podstawie wyników badań naukowych, przeprowadzonych w latach 2020-2021 przez ekspertów Instytutu Profilaktyki Zintegrowanej oraz na podstawie wniosków, zmieszczonych w raporcie pt. „Jak wspierać uczniów po roku pandemii”<sup>5</sup>.

Opublikowane wyniki badań naukowych pokazują, iż populację uczniów pod względem kondycji psychicznej podzielić można na trzy kategorie. Pierwszą grupę stanowią uczniowie o „relatywnie dobrej kondycji psychicznej” (44%), na ogół mający dobre samopoczucie i dobrze sobie radzący z aktualną sytuacją kryzysową. Drugą grupę stanowią uczniowie o „słabej kondycji psychicznej” (34%), niemający ani dobrego samopoczucia, ani nieradzący sobie dobrze z aktualną sytuacją. Trzecią grupę stanowią uczniowie, których „kondycja psychiczna nie jest obecnie ani dobra, ani słaba” (22%), jednak istnieje duże prawdopodobieństwo, że z czasem będzie się pogarszać, są oni zagrożeni przesunięciem się do kategorii „słaba kondycja psychiczna”.

Wnioski wynikające z analizy powyższych badań naukowych są następujące: istotnym zadaniem szkoly jest podjęcie takich kroków, które uczniom o „kondycji słabej lub zagrożonej osłabieniem” pomogą przywrócić „dobrą kondycję psychiczną”, a uczniom o aktualnie „dobrej kondycji psychicznej” ułatwią zachować ten stan rzeczy. Konieczne jest objęcie troską i wsparciem psychicznym nie tylko tych uczniów, którzy aktualnie znajdują się w „bar-

<sup>3</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 25 sierpnia 2017 r. w sprawie nadzoru pedagogicznego (Dz. U. Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 31 sierpnia 2017 r. poz. nr 1658, z późn. zm.).

<sup>4</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 28 maja 2019 r. w sprawie placówek doskonalenia nauczycieli (Dz. U. Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 6 czerwca 2019 r. poz. nr 1045, z późn. zm.).

<sup>5</sup> S. Grzelak, D. Żyro, *Jak wspierać uczniów po roku pandemii? Wyzwania i rekomendacje dla wychowania, profilaktyki i zdrowia psychicznego*, Instytut Profilaktyki Zintegrowanej, Warszawa, 2021.

## JOLANTA SZYMCZYK

dzo złej kondycji psychicznej”, ale całej populacji dzieci i młodzieży. Tylko w ten sposób można zapobiec stałemu powiększaniu się grupy uczniów wymagających specjalistycznej pomocy. Przywrócenie zaburzonej równowagi między „przewartościowanym nauczaniem a niedowartościowanym wychowaniem” nie może mieć charakteru tymczasowego, lecz ma pozostać jako trwała zmiana w systemie edukacji.

## CEL GŁÓWNY PROJEKTU

Projekt *I feel, I think, I act and I am YES* odnosi się do jednego z najważniejszych zadań polskiego systemu edukacji, określonych w przepisach prawa oświatowego, jakim jest wspieranie rozwoju dzieci i młodzieży poprzez kształcenie oraz wychowanie. Kształcenie rozumiane jest tutaj jako dostosowanie treści, metod i organizacji nauczania do możliwości psychofizycznych, predyspozycji rozwojowych i potrzeb edukacyjnych. Wychowanie natomiast rozumiane jest jako wspieranie w rozwoju ku pełnej dojrzałości w sferze: fizycznej, emocjonalnej, intelektualnej, duchowej i społecznej. Kształcenie i wychowanie służy między innymi wzmacnianiu wśród uczniów poczucia odpowiedzialności, jak również poszanowania dla polskiego dziedzictwa kulturowego, przy jednoczesnym otwarciu się na wartości kultur Europy i świata<sup>6</sup>.

Zadbanie o kondycję psychiczną uczniów oraz kadry pedagogicznej (tj. nauczycieli, wychowawców, specjalistów) wymaga podjęcia adekwatnych działań w obszarze zdrowia psychicznego, wpływających na proces kształcenia i wychowania. Zatem głównym celem projektu *I feel, I think, I act and I am YES* jest wzbogacenie kompetencji zawodowych kadry pedagogicznej MSCDN, tj. nauczycieli konsultantów i doradców metodycznych, o wiedzę i umiejętności w zakresie wzmacniania dobrostanu własnego i uczniów oraz wspierania potencjału rozwojowego.

## KONCEPCJA MERYTORYCZNA PROJEKTU

Koncepcja merytoryczna projektu *I feel, I think, I act and I am YES* opiera się na teorii psychologii pozytywnej i edukacji pozytywnej. Praktyczne zastosowanie psychologii pozytywnej obejmuje działania skoncentrowane na zasobach odpornościowych nauczycieli i uczniów (tj. predyspozycjach, i potencjale rozwojowym), sprzyjających budowaniu dobrostanu psychicznego zamiast na ograniczeniach – deficytach, dysfunkcjach. Praktyczne zastosowanie edukacji pozytywnej obejmuje działania integrujące zdobywanie wiedzy przedmiotowej z doskonaleniem umiejętności życiowych, potrzebnych do wzmacniania zdrowia psychicznego.

Psychologia pozytywna jest nauką dyscypliną psychologii, której przedmiotem badań są procesy psychiczne sprzyjające konstruktywnemu funkcjonowaniu człowieka oraz mechanizmy wzmacniające jego predyspozycje osobowościowe. Koncentruje się ona na pozytywnych aspektach życia człowieka (tj. kreatywności, zaangażowaniu, osiągnięciach, inteligencji emocjonalnej, satysfakcjonujących relacjach interpersonalnych, wartościach) w przeciwieństwie do tradycyjnej psychologii, zajmującej się w dużej mierze patologicznymi aspektami funkcjonowania człowieka (zaburzeniami emocjonalnymi, zachowania, osobowości). Ostatecznym impulsem do jej powstania były prace naukowe prof. Martina Seligmmana z University of Pennsylvania. Natomiast źródłem inspiracji dla kształtowania się idei psychologii pozytywnej stali się: Arystoteles – wybitny grecki filozof, który pisał dzieła o szczęściu, uznając je za dobro najwyższe, Abraham Maslow i Carl Rogers – przedstawiciele psychologii humanistycznej, w której centrum jest samorealizacja jednostki<sup>7</sup>. Termin „psychologia pozytywna” został wprowadzony przez Martina Seligmmana w 1998 roku. Podczas pełnienia funkcji przewodniczącego Amerykańskiego Towarzystwa Psychologicznego ogłosił, że psychologia ma za zadanie skupić się nie tylko na diagnozowaniu i leczeniu problemów psychicznych, ale także na

<sup>6</sup> Ustawa z dnia 14 grudnia 2016 r. Prawo oświatowe (Dz. U. Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 11 stycznia 2017 r. poz. nr 59, z późn. zm.).

<sup>7</sup> E. Trzebińska, *Psychologia pozytywna*, Wydawnictwo WAIP, 2008.

## PROJEKT EDUKACYJNY *I FEEL, I THINK, I ACT AND I AM YES* W RAMACH PROGRAMU UNIJNEGO ERASMUS+

promowaniu skutecznych strategii, prowadzących do szczęśliwego życia. Nowoczesna psychologia pozytywna odwołuje się do metod naukowych, a jej odkrycia są weryfikowalne empirycznie<sup>8</sup>.

Edukacja pozytywna jest nową dziedziną nauki, dotyczącą kształcenia i wychowania, która łączy tradycyjne cele dydaktyczne, takie jak zdobywanie wiedzy i umiejętności z założeniami psychologii pozytywnej. Jej rola polega na wspieraniu wszechstronnego rozwoju uczniów oraz na wzmacnianiu pozytywnych cech charakteru. Termin „edukacja pozytywna” został wprowadzony przez Martina Seligmana oraz współpracowników w 2009 roku<sup>9</sup>. Jego koncepcja wyrosła bezpośrednio z psychologii pozytywnej, którą Martin Seligman rozwijał od lat 90. XX wieku, w kontekście swoich badań nad programami edukacyjnymi i ich przełożeniem na zdrowie psychiczne uczniów. Współpracował z różnymi instytucjami edukacyjnymi, w tym z Geelong Grammar School w Australii, gdzie po raz pierwszy wprowadzono idee psychologii pozytywnej do programu nauczania<sup>10</sup>. Główne założenia tego kierunku koncentrują się wokół takich zagadnień, jak kondycja psychiczna (radzenie sobie z wyzwaniami, wspieranie odporności psychicznej), rozwój emocjonalno-społeczny (budowanie empatii i współpracy, samoregulacja emocji), pewność siebie (rozpoznawanie: mocnych stron, pasji, zdolności i talentów, docenianie siebie i innych), wartości (uczenie wzajemnego szacunku, odkrywanie osobistego celu i sensu życia). Holistyczne podejście do edukacji stwarza szansę każdemu uczniowi na osiąganie sukcesów na miarę jego możliwości.

<sup>8</sup> S.J. Lopez, J.T. Pedrotti, C.R. Snyder, *Positive Psychology: The scientific and practical explorations of human strengths*, SAGE Publications, 2018.

<sup>9</sup> M.E.P. Seligman, R.M. Ernst, J. Gillham, K. Reivich, M. Linkins, *Positive education: Positive psychology and classroom interventions*, „Oxford Review of Education” nr 35(3)/2009, s. 293-311.

<sup>10</sup> M.A. White, A.S. Murray [red.] *Evidence-Based Approaches in Positive Education: Implementing a Strategic Framework for Well-Being in Schools*, Springer, 2015.

### ADRESACI PROJEKTU

Adresatami bezpośrednimi projektu *I feel, I think, I act and I am YES* (tj. uczestnikami zagranicznych mobilności edukacyjnych) są reprezentanci kadry pedagogicznej Mazowieckiego Samorządowego Centrum Doskonalenia dr Alina Karaśkiewicz – nauczyciel konsultant ds. innowacji pedagogicznych i badań w edukacji – dydaktyk – oraz Jolanta Szymczyk – nauczyciel konsultant ds. psychologiczno-pedagogicznych – psycholog. Mają one duże doświadczenie w zarządzaniu projektami edukacyjnymi, brały aktywny udział w międzynarodowym projekcie MSCDN *European Community Champions Lifelong Learning Programme*, który był realizowany we współpracy z partnerskimi instytucjami z Wielkiej Brytanii, Hiszpanii, Portugalii oraz Słowacji. Rekrutacja dwóch nauczycieli konsultantów MSCDN została dokonana przez Dyrektora MSCDN ze względu na specyfikę merytoryczną zagranicznych mobilności edukacyjnych, zawierających dwa komponenty programowe dotyczące edukacji pozytywnej (treści dydaktyczne) i psychologii pozytywnej (treści psychologiczne).

Adresatami pośrednimi (tj. uczestnikami szkoleń organizowanych w MSCDN przez dwóch wybranych nauczycieli konsultantów) jest co najmniej dwudziestu doradców metodycznych różnych specjalności, zatrudnionych w MSCDN w wydziałach w Ciechanowie, Ostrołęce, Płocku, Radomiu, Siedlcach, Warszawie, będących jednocześnie czynnymi zawodowo nauczycielami, pracującymi w szkołach podstawowych i ponadpodstawowych, przedszkolach, poradniach psychologiczno-pedagogicznych. Do ich statutowych zadań należą między innymi: prowadzenie zajęć dydaktycznych dla uczniów w placówce bazowej w ramach obowiązkowego wymiaru czasu pracy, obserwacje lekcji otwartych, opracowywanie materiałów metodycznych, tworzenie zespołów samokształcących, propagowanie i wdrażanie do praktyki szkolnej nowoczesnych narzędzi, technik oraz środków dydaktycznych. MSCDN nadzoruje doradztwo metodyczne, a zadaniem nauczycieli konsultantów jest współpraca z zespołami doradców metodycznych

## JOLANTA SZYMCZYK

oraz doskonalenie ich warsztatu pracy w realizacji powierzonych im obowiązków<sup>11</sup>. Rekrutacja doradców metodycznych zostanie dokonana według kryterium kolejności zgłoszeń online na platformie MSCDN.

## ETAPY REALIZACJI PROJEKTU

Pierwszy etap dotyczył udziału dwóch nauczycieli konsultantów (reprezentantów kadry pedagogicznej MSCDN) w kursach metodycznych *Happy schools: positive education for well-being and life-skills development* (30-godzinny) w dniach 29.04.2024-04.05.2024 roku i *Mental health awareness for teachers and students* (30-godzinny) w dniach 03.06.2024-08.06.2024 roku. 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>12</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 i psycholodzy – pracujący z placówkach edukacyjnych 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).

Organizacją przyjmującą była European Academy of Creativity, mająca swoje lokalizacje w placówkach Europass Teacher Academy na terenie państw Unii Europejskiej, między innymi w Hiszpanii – spe-

cializująca 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>13</sup>.

Drugi etap obejmie dzielenie się zdobytą wiedzą i doświadczeniem przez nauczycieli konsultantów z doradcami metodycznymi oraz klientami MSCDN. W pierwszej kolejności dwie nauczycielki konsultantki, którzy uczestniczyły w mobilnościach edukacyjnych, opracują programy merytoryczne form doskonalenia zawodowego, adresowane do doradców metodycznych. Autorką programu 10-godzinnego seminarium pt. „Edukacja pozytywna w praktyce szkolnej” i jednocześnie jego realizatorką będzie dr Alina Karaśkiewicz. Natomiast autorką programu 15-godzinnego seminarium pt. „Psychologia pozytywna w praktyce szkolnej” i jego realizatorką będzie Jolanta Szymczyk. Zaplanowano przeszkolenie co najmniej 20 doradców metodycznych MSCDN. Uczestnicy seminariów napiszą scenariusze zajęć dydaktycznych oraz wychowawczych dla uczniów i na ich podstawie przeprowadzą lekcje otwarte dla nauczycieli. Obserwatorami tych lekcji będą, oprócz nauczycieli, także Alina Karaśkiewicz i Jolanta Szymczyk. Ponadto zostaną przez nie opracowane autorskie programy kursów doskonalących i warsztatów metodycznych, propagujące

<sup>11</sup> Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 28 maja 2019 r. w sprawie placówek doskonalenia nauczycieli (Dz. U. Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 6 czerwca 2019 r. poz. nr 1045, z późn. zm.).

<sup>12</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”) i <https://www.teacheracademy.eu/course/mental-health/> (kurs pt. „Mental health awareness for teachers and students”).

<sup>13</sup> Strona internetowa Europass Teacher Academy w Hiszpanii: [www.teacheracademy.eu](http://www.teacheracademy.eu)



## PROJEKT EDUKACYJNY *I FEEL, I THINK, I ACT AND I AM YES* W RAMACH PROGRAMU UNIJNEGO ERASMUS+



Uczestnicy kursu metodycznego *Happy schools: positive education for well-being and life-skills development* w Europass Teacher Academy w Madrycie



Uczestnicy kursu metodycznego *Mental health for teachers and students* w Europass Teacher Academy w Barcelonie

założenia edukacji pozytywnej oraz psychologii pozytywnej w oświacie. Programy te zostaną umieszczone w bazie wszystkich form doskonalenia zawodowego MSCDN, na ich podstawie będą prowadzone szkolenia adresowane do klientów MSCDN. Zaplanowano przeszkolenie minimum 30 osób.

Trzeci etap realizacji projektu uwzględnia upowszechnianie jego rezultatów. W związku z tym zaplanowano zorganizowanie konferencji w MSCDN, Wydział w Warszawie promującej ideę szczęśliwych szkół. Idea ta opiera się na koncepcji psychologii pozytywnej i edukacji pozytywnej. MSCDN będzie popularyzować tę ideę wśród kadry kierowniczej, nauczycieli oraz specjalistów szkół i placówek oświatowych na Mazowszu. Konferencja odbędzie się w formie hybrydowej, aby umożliwić udział szerokiemu gronu odbiorców (minimum 100 osobom). W programie konferencji uwzględniono wystąpienia, między innymi: doradców metodycznych, którzy podzielą się dobrymi praktykami z przeprowadzonych lekcji otwartych

## JOLANTA SZYMCZYK

z uczniami oraz współautorek projektu, które zaprezentują wymierne efekty zrealizowanych zadań. Wśród zaproszonych gości znajdują się: przedstawiciele: Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji, Mazowieckiego Kuratorium Oświaty oraz Urzędu Marszałkowskiego Województwa Mazowieckiego. Rezultaty projektu, jakimi są scenariusze zajęć dydaktycznych i wychowawczych opracowane przez doradców metodycznych, zostaną opublikowane na stronie internetowej MSCDN – [www.mscdn.pl](http://www.mscdn.pl). Dyrektorzy oraz nauczyciele różnych specjalności uzyskają dostęp do ciekawych pomysłów wdrażania idei szczęśliwych szkół w swoim środowisku pracy. Szczegółowa informacja o zrealizowanym projekcie będzie dostępna na stronie Facebook MSCDN, Wydział w Warszawie. Ponadto zaplanowano wydanie artykułu w kwartalniku naukowym „Polish Journal of Continuing Education” – Edukacja Ustawiczna Dorosłych, upowszechniającego tego typu przedsięwzięcie, jakim jest projekt unijny *I feel, I think, I act and I am YES*.

## PODSUMOWANIE

Projekt *I feel, I think, I act and I am YES* w ramach programu unijnego Erasmus+ promuje nowoczesny paradygmat edukacyjny, który uwzględnia wpływ zdrowia psychicznego uczniów oraz nauczycieli na proces kształcenia i wychowania, a także na osiągnięcia i sukcesy uczniów. Tradycyjny paradygmat edukacyjny koncentruje się przede wszystkim na zdobywaniu wiedzy oraz podnoszeniu umiejętności z danego przedmiotu nauczania, kładąc tym samym większy nacisk na rozwój poznawczy, pomijając często rozwój emocjonalny i społeczny. W dobie wyzwań cywilizacyjnych młodzi ludzie, niemający rozwiniętych w wystarczającym stopniu zasobów odpornościowych, są często bezradni i zagubieni we współczesnym świecie. Taki stan rzeczy prowadzi do pogłębiania się kryzysów psychicznych oraz powstawania dezadaptacyjnych wzorców funkcjonowania, obniżając poziom uzyskanych wyników nauczania.

Projekt ten promuje także model salutogenezy (łac. *salus* – zdrowie) zaproponowany przez Aarona Antonovsky'ego w latach siedemdziesiątych ubiegłego wieku, który zakłada, że zdrowie jednostki zależy od współdziałania ze sobą czterech grup zmiennych, takich jak: zasoby odpornościowe (biologiczne oraz psychologiczne), rodzaj i poziom stresorów (bodźców, powstających w wyniku konfrontacji z przerastającymi wymaganiami otoczenia), poczucie koherencji (spójności ze sobą i ze światem), styl życia (zachowania podtrzymujące dobrostan)<sup>14</sup>. W przeciwieństwie do modelu patogenezy (gr. *páthos* – choroba), koncepcja ta akcentuje działania, zmierzające do utrzymania zdrowia, zamiast do leczenia chorób.

Tytuł projektu *I feel, I think, I act and I am YES* („Czuję, myślę, działam i jestem na Tak”) odnosi się do sfery psychicznej człowieka (uczuć i emocji), która wpływa na sferę mentalną (myśli), a ta z kolei rzutuje na sferę behawioralną (działania), te trzy sfery kształtują postawy jednostki (jestem na tak). Tytuł ten bazuje na założeniach teoretycznych nowoczesnego paradygmatu edukacyjnego (opartego o idee psychologii pozytywnej i edukacji pozytywnej, kładących nacisk na kondycję psychiczną i potencjał rozwojowy), a także na założeniach teoretycznych modelu salutogenezy (biorącego pod uwagę czynniki podmiotowe i kontekstowe wzmacniające zdrowie psychiczne). ●

### JOLANTA SZYMCZYK

Dyplomowany psycholog i pedagog. Koordynator projektu unijnego *I feel, I think, I act and I am YES*. Nauczyciel konsultant ds. psychologiczno-pedagogicznych w Mazowieckim Samorządowym Centrum Doskonalenia Nauczycieli Wydział w Warszawie. Rekomendowany trener treningu interpersonalnego Polskiego Towarzystwa Psychologicznego. Ekspert ds. awansu zawodowego MEN. Autorka specjalistycznych publikacji adresowanych do środowiska oświatowego oraz grantów edukacyjnych.

<sup>14</sup> I. Heszten, H. Sęk, *Psychologia zdrowia*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007.