



inkubatorpomyslow.org.pl

PoMOSTy



PoMOSTy, czyli jak wzmocnić sprawczość i inne kompetencje społeczne wśród młodzieży oraz postawy mentorsko-liderskie kadry opiekuńczo-wychowawczej w pracy z młodzieżą

Nigdy nie odkryjesz nieznanych lądów, jeśli nie opuścisz znanych sobie wód.

André Gide

PoMOSTy to opracowany przez Ludmiłę Kruszewską i Karinę Cieniałę innowacyjny sposób pracy z młodzieżą, która z uwagi na ograniczone poczucie bezpieczeństwa przejawia zachowania utrudniające jej funkcjonowanie społeczne w grupie rówieśniczej i szkole. Istotą tego podejścia jest wprowadzenie budżetu partycypacyjnego w społeczności młodzieżowego ośrodka socjoterapii (MOS), ale nie tylko jego. Towarzyszące mu rozwojowe warsztaty dla młodzieży pozwalają pobudzać wyobraźnię, kreatywność i nieszablonowe myślenie w generowaniu pomysłów i dodatkowo pogłębiają wiedzę o samych sobie jako części większej społeczności, mającej wpływ na wspólną przestrzeń.

PoMOSTy to także wsparcie coachingowo-wytchnieniowe dla kadry nauczycielsko-wychowawczej ośrodka, oparte na czterech filarach odporności psychicznej: znajomości własnych potrzeb, budowaniu dobrostanu, świadomości zasobów i odpuszczaniu rozumianym jako samowspółczucie.

Dzięki dwóm kanałom wsparcia – równolegle prowadzonym warsztatom dla młodzieży i kadry – wzmacniany jest PoMOST relacji, zaufania, dialogu i współpracy mentorsko-liderskiej pomiędzy obiema grupami.



Dla kogo, czyli kto jest odbiorcą innowacji?

- Wychowankowie i wychowanki młodzieżowych ośrodków socjoterapii.
- Podopieczni i podopieczne świetlic środowiskowych.
- Uczniowie i uczennice szkół państwowych, społecznych, prywatnych.
- Kadra młodzieżowych ośrodków socjoterapii.
- Opiekunowie i opiekunki w świetlicach środowiskowych.
- Nauczyciele i nauczycielki oraz pedagodzy i pedagodżki.



Przez kogo, czyli kto może wdrożyć innowację?

- Młodzieżowe ośrodki socjoterapii.
- Organizacje społeczne i inne instytucje zajmujące się wspieraniem młodzieży mierzącej się z trudnymi sytuacjami.
- Świetlice środowiskowe.
- Szkoły państwowe, społeczne i prywatne.

Po co, czyli na jakie problemy odpowiada innowacja?

PoMOSTy są próbą praktycznego zmierzenia się z co najmniej kilkoma problemami. Wychowankowie i wychowniki MOS-ów:

- to dzieci i młodzież, której trudne doświadczenia życiowe przeszkadzają we wzrastającym funkcjonowaniu społecznym w domu rodzinnym, w szkole i grupie rówieśniczej,
- często zmagają się z zaniżoną samoocena,
- mają często ograniczone poczucie bezpieczeństwa i idące za tym problemy z nawiązywaniem relacji interpersonalnych.

Z kolei kadra MOS-ów boryka się z wyczerpaniem emocjonalnym, negatywnym postrzeganiem niewłaściwych zachowań podopiecznych oraz poczuciem deficytu kompetencji, spadkiem zapału i energii do podejmowanych nowych działań (poczuciem bezradności), obniżeniem zadowolenia z osiągnięć zawodowych oraz depersonalizacją – obojętnością wobec swoich wychowanków i wychowanek oraz przedmiotowym ich traktowaniem.

Jak to zrobić, czyli jak krok po kroku wdrożyć u siebie innowację?

PoMOSTy zakładają działania z trzema grupami:

- z wychowankami MOS-ów,
- z grupą liderką – będącą pomostem łączącym młodzież i dorosłych,
- z kadrą nauczycielsko-wychowawczą.



Zanim rozpoczniemy wdrażanie PoMOSTów, należy:

- określić kwotę budżetu społeczności MOS-u (budżetu partycypacyjnego), jakim dysponujemy,
- zadbać o zróżnicowany skład oraz optymalną liczbę uczestników i uczestniczek w poszczególnych grupach,
- zarezerwować salę na spotkania w MOS-ie, a dla kadry poza ośrodkiem,
- zaplanować ramy czasowe całego przedsięwzięcia, z uwzględnieniem dni wolnych, wycieczek, ferii,
- kierować się zasadami transparentności, równości i powszechności.

12 kroków do wdrożenia PoMOSTów:

1. Promocja przedsięwzięcia w MOS-ie – spotkanie informacyjne dla młodzieży.
2. Promocja przedsięwzięcia wśród kadry MOS-u – spotkanie informacyjne.
3. Rekrutacja do grupy lidarskiej.
4. Warsztaty i spotkania grupy lidarskiej.
5. Warsztaty wzmacniająco-coachingowe dla kadry MOS-u.
6. Warsztaty dla młodzieży.
7. Generowanie pomysłów w ramach budżetu partycypacyjnego MOS-u.
8. Konsultacje indywidualne dla pomysłodawców i pomysłodawczyń.
9. Promocja projektów w ramach budżetu partycypacyjnego.
10. Wybory w ramach budżetu partycypacyjnego wśród całej społeczności MOS-u.
11. Ogłoszenie wyników i celebracja.
12. Realizacja zwycięskich projektów.

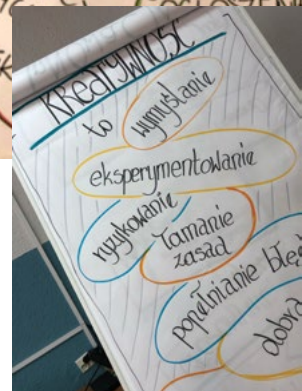
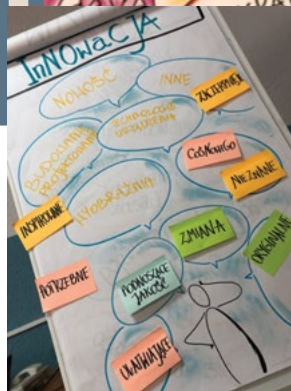
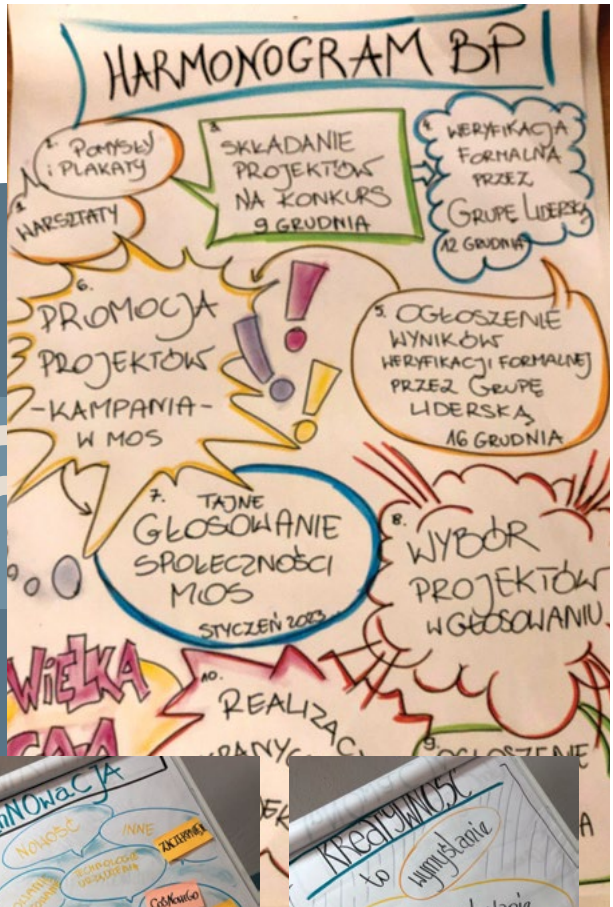
Na podstawie doświadczeń zgromadzonych w trakcie pilotażu innowacji wydaje się, że PoMOSTy mogą być wdrażane w trzech wersjach, w zależności od potrzeb i potencjału finansowo-personalnego, jakim dysponuje instytucja.

- **Wersja pełna:** realizacja innowacji na wszystkich trzech płaszczyznach – praca z młodzieżą, grupą liderką i kadłą opiekuńczo-wychowawczą. Elementem dopełniającym proces i wyróżniającym go jest objęcie kadry pełnym wsparciem coachingowo-wychnieniowym.
- **Wersja pośrednia:** realizacja innowacji na wszystkich trzech płaszczyznach – praca z młodzieżą, grupą liderką i kadłą opiekuńczo-wychowawczą, ale liczba warsztatów dla kadry ogranicza się do jednego lub dwóch spotkań poruszających tematykę przywództwa sytuacyjnego i poznania zalet mentoringu.
- **Wersja podstawowa:** realizacja innowacji funkcjonuje tylko na płaszczyźnie pracy z młodzieżą i grupą liderką, która spełnia główny cel innowacji – wprowadzenie budżetu partycypacyjnego, wzmocnienie poczucia wpływu, sprawczości i kompetencji komunikacyjnych oraz współpracę przedstawicieli i przedstawicielek kadry w ramach grupy liderkiej.

O czym warto szczególnie pamiętać?

Z perspektywy budowania PoMOSTów szczególnie ważne jest, aby:

- zadbać o zapal i entuzjazm przy wdrażaniu całego przedsięwzięcia,
- zapewnić środki finansowe na realizację zwycięskich projektów,
- zorganizować kilka spotkań informacyjnych z udziałem mniejszej grupy wychowanków i wychowanek,





- prowadzić regularne spotkania w odstępie dwóch tygodni dla wychowanków i wychowanek, comiesięczne spotkania z grupą liderką i codwutygodniowe spotkania coachingowo-wychnieniowe dla kadry,
- zadbać o to, by w grupie liderkiej przeważali wychowankowie i wychowanki; większa liczba dzieci i młodzieży wzmacnia ich głos i poczucie sprawczości dzięki podejmowanym decyzjom,
- zorganizować kampanię promującą projekty w ramach budżetu partycypacyjnego,
- prowadzić warsztaty dla młodzieży w tandemie,
- zróżnicować i uatrakcyjnić metody pracy.

Czy to działa, czyli jak innowacja pomaga odbiorcom?

PoMOSTy, których zaletą jest praca na zasobach i potencjale młodzieży, w dłuższej perspektywie pozytywnie wzmocniają oddziaływanie wychowawcze. Przyczyniają się do wyposażania wychowanków i wychowanek MOS-ów w narzędzia, które ułatwią im funkcjonowanie w dorosłym życiu jako osoby samodzielne, świadome swoich mocnych stron, wierzące w siebie oraz swój wpływ na własne życie i otaczającą rzeczywistość.

Aby rzeczywiście młodzież mogła osiągnąć taką dojrzałość, potrzebna jest oczywiście wieloletnia praca opiekuńczo-wychowawcza, a nie pojedyncze wsparcie. Niemniej jednak realizacja PoMOSTów pokazała, jak wiele korzystnych doświadczeń wniosły one do życia całej społeczności MOS-u.

Dla młodzieży to proces rozwojowy, który umożliwia im:

- zaangażowanie się w takim stopniu, by do końca zrealizować zadania, których się podjęli „od marzenia do spełnienia – od pomysłu do realizacji” – udział w warsztatach, przygotowanie projektów, organizacja wyborów, realizacja projektów;
- uzyskanie poczucia, że mają wpływ na otaczającą ich rzeczywistość;
- uzyskanie poczucia odpowiedzialności za ośrodek i pozostałych wychowanków i wychowanki;
- uzyskanie poczucia, że poprzez zaangażowanie i działanie są w stanie poradzić sobie z wymagającym wyzwaniem, jakim jest realizacja całego procesu głosowania (grupa liderek) lub przygotowanie pojedynczego projektu (wnioskodawcy);
- współpracę z innymi w sposób efektywny i w atmosferze życzliwości;

- lepsze rozumienie i nazywanie swoich emocji;
- opowiadanie o sobie poprzez pryzmat swoich mocnych stron.

Oni dzięki temu mają namacalny dowód, że są jeszcze inni ludzie, że są inne działania, w których tak się funkcjonuje. To jest taka chwila, kiedy mogą zobaczyć, że jest coś innego do wyboru. Takie działania zewnętrzne są bardzo wspierające dla całego procesu terapeutycznego.

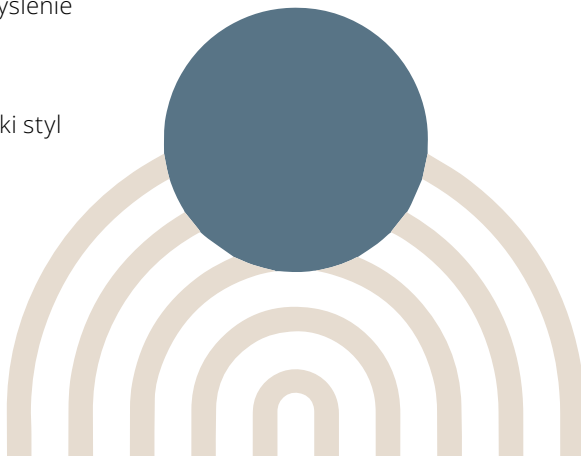
wychowawczyni w MOS

Potrzeba doświadczenia sytuacji, w których mam wpływ na to, co dzieje się dookoła mnie, bo jest to doświadczenie, którego te dzieci w ogóle nie przeżywają. Bo często tego poczucia, że mam wpływ i mogę mieć wpływ, nie mają do końca życia.

wychowawczyni w MOS

Dla kadry MOS-u to proces wytchnieniowy, który pozwolił jej:

- stworzyć bezpieczną przestrzeń wymiany doświadczeń i refleksji,
- uwolnić się od ciężaru emocjonalnego i rozładować napięcia,
- poznać narzędzia pomocne w zapobieganiu wypaleniu zawodowemu,
- poznać narzędzia poszerzające perspektywę, tj. myślenie pytaniami, myślenie o potrzebach, zasobach, praca z metaforą,
- poznać lidensko-mentorski styl zarządzania i wdrożyć wybrane elementy w swojej praktyce zawodowej.



To jest w ogóle trafione, bo ludzie pracujący w takich miejscach bardzo potrzebują wsparcia. Takiego czasu na nawet głupie zabawy, na jakieś odprężenie, właśnie na wgląd w siebie. To jest dla mnie bardzo ważne, bo jesteśmy zaniedbani pod tym względem.

wychowawczyni w MOS

PoMOSTy mogą skutecznie wspierać proces rozwijania samoregulacji emocji i zachowań, który odbywa się w placówkach takich jak młodzieżowe ośrodki socjoterapii.

Ile to kosztuje?

Przeprowadzenie warsztatów w pełnej wersji wymaga środków na:

- realizację pomysłu, który wygra, np. 5000 zł,
- materiały papierniczo-plastyczne, gry i narzędzia wykorzystywane na zajęciach,
- poczęstunki dla uczestników i uczestniczek,
- wynajęcie sali na warsztaty dla kadry ośrodka,
- wynagrodzenie doświadczonych osób prowadzących warsztaty.

W przypadku prowadzenia warsztatów w pełnej wersji miesięczny koszt wynosił ok. 4000 zł. Proces trwał 6 miesięcy.

Oczywiście są to koszty szacunkowe i mogą ulec zmianie w zależności od zasobów personalno-materiałnych, jakimi dysponuje dana placówka lub z jakich może skorzystać (np. bezpłatna sala, materiały warsztatowe).

Kto za tym stoi, czyli o autorkach innowacji



Ludmiła Kruszevska – pomysłodawczyni innowacji PoMOSTy, animatorka kultury, pracowniczka młodzieżowa, absolwentka sztuk społecznych (2021) oraz kulturoznawstwa (2018) na Uniwersytecie Warszawskim. W pracy bliska jest jej idea zaangażowania do działania grup lokalnych, młodzieży oraz społeczności zagrożonych wykluczeniem. Zależy jej, aby to od społeczności wychodził impuls tworzenia i mówienia o sobie swoim własnym głosem. Obecnie pracuje na warszawskiej Pradze z dziewczynami pochodzącymi z trudnych środowisk.

Karina Cienciała – psycholożka, trenerka rozwoju osobistego, coachyca, innowatorka. Od wielu lat towarzyszy młodym ludziom w procesie

dorastania i rozwoju. Wierzy, że odzyskiwanie sprawczości i decyzyjności zaczyna się od wzmacniania poczucia własnej wartości, a każda zmiana od akceptacji. Istotą jej podejścia do rozwoju jest budowanie motywacji i zaangażowania poprzez odkrywanie swoich wartości, potrzeb i możliwości. Jej doświadczenie we wspieraniu osób narażonych lub dotkniętych wypaleniem zawodowym, szczególnie wśród osób wykonujących pracę skoncentrowaną na niesieniu pomocy innym, zaskutkowało wyposażeniem innowacji również w narzędzia budowania odporności psychicznej dla kadry opiekuńczo-wychowawczej.

Kontakty i więcej informacji

Ludmiła Kruszewska

+48 513 291 742

milkakruszewska@gmail.com

Karina Cienciała

+48 531 712 288

karina.cienciala@gmail.com

Maria Lewandowska-Woźniak

Inkubator pomysłów prowadzony przez Fundację Stocznia

innowacje@stocznia.org.pl

(22) 378 39 73



inkubator pomysłów

Niecodzienne rozwiązania codziennych problemów

Tekst: Paulina Jutrzenka, Karina Cienciąła, Ludmiła Kruszewska

Redakcja i korekta: Urszula Drabińska

Zdjęcia: Karina Cienciąła

W broszurze została wykorzystana grafika ©Imaginaryparty za pośrednictwem Canva.com

Projekt i skład: Kotbury, www.kotbury.pl

Sierpień 2023



Laboratorium
Innowacji
Społecznych



Fundusze
Europejskie
Wiedza Edukacja Rozwój



Rzeczpospolita
Polska

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny

