

Załącznik nr 8. Skrócony opis Metody Peer Support

Peer Support w szkołach to zorganizowana forma wsparcia emocjonalnego, udzielanego przez uczniów i uczennice swoim rówieśnikom w sytuacjach trudnych, stresujących lub wymagających wsparcia społecznego. Jest to również skuteczna metoda budowania relacji, wzmacniania kompetencji społecznych i poprawy klimatu oraz atmosfery w szkole. Dobrze zaplanowany program, oparty na sprawdzonej wiedzy teoretycznej i wsparciu specjalistów (w szczególności pedagogów i psychologów szkolnych), może mieć realny wpływ na zdrowie psychiczne i rozwój młodych ludzi.

Wyzwania, z jakimi mierzy się współczesna młodzież – takie jak przewlekły stres, trudności emocjonalne, przemoc rówieśnicza, hejt, samotność czy trudności nawiązywaniu w relacji społecznych – wskazują na pilną potrzebę tworzenia systemowych rozwiązań wspierających zdrowie psychiczne uczennic i uczniów. Mając powyższe na uwadze, konieczne jest wprowadzenie działań, które będą nie tylko dostępne, ale i realnie obecne w codziennym życiu szkoły, odpowiadając na potrzeby emocjonalne młodych ludzi.

Metoda Peer Support wychodzi naprzeciw tym potrzebom, proponując rozwiązanie oparte na naturalnym zasobie środowiska uczniowskiego – tj. wprost relacjach rówieśniczych. Jej główne założenie opiera się na idei, że uczniowie i uczennice mogą pełnić istotną rolę w procesie wzajemnego wsparcia, szczególnie gdy łączy ich podobne doświadczenie rozwojowe oraz zbliżony kontekst życiowy. Centralnym elementem tej metody jest budowanie bezpiecznej przestrzeni relacyjnej, w której możliwe staje się otwarte mówienie o emocjach, dzielenie się trudnościami oraz wspólne poszukiwanie sposobów radzenia sobie z wyzwaniami.

W szkołach dokonywane jest rozpoznanie indywidualnych potrzeb rozwojowych i edukacyjnych uczniów i uczennic, ich trudności i zagrożeń wynikających z otoczenia społecznego. Tworzenie właściwych warunków rozwoju i nauki dla każdego oraz wczesna profilaktyka, ukierunkowana przede wszystkim na wzmacnianie czynników chroniących oraz redukcję czynników ryzyka, towarzyszy działalności każdej placówki oświatowej. To właśnie w niej kształtują się podstawowe kompetencje społeczne, rozwija się poczucie tożsamości oraz buduje przynależność do wspólnoty. Na jakość tego rozwoju wpływa wiele czynników – relacje z rówieśnikami i nauczycielami, poczucie bezpieczeństwa emocjonalnego, a także możliwość swobodnego wyrażania własnych potrzeb. Metoda Peer Support wspiera te procesy, tworząc warunki do rozwoju młodych ludzi zarówno jako indywidualności, jak i aktywnych uczestników życia szkolnego.

Wdrożenie Peer Support w szkołach ponadpodstawowych ma charakter nie tylko profilaktyczny, ale również edukacyjny. Wspiera uczniów i uczennice w rozwijaniu miękkich kompetencji, takich jak empatia, skuteczna komunikacja, współpraca i odpowiedzialność za innych. Jednocześnie umożliwia szybsze zauważenie trudności emocjonalnych i skuteczne kierowanie uczniów do odpowiednich form wsparcia.

Metoda została zaprojektowana jako elastyczne narzędzie, możliwe do zaadaptowania w różnych kontekstach szkolnych. Jej siłą jest przemyślana struktura: obecność koordynatora szkolnego, przygotowanie uczniów do pełnienia roli wspierającej oraz stworzenie jasnych procedur działania. Dzięki temu możliwe jest stopniowe budowanie kultury szkoły opartej na wzajemnym zaufaniu i trosce o dobrostan wszystkich członków społeczności.

Istotnym elementem metody jest również jej inkluzywny charakter – zakłada ona dostępność i adekwatność działań również dla uczniów z niepełnosprawnością oraz ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi (SPE). Wsparcie rówieśnicze projektowane jest w sposób wrażliwy na różnorodność potrzeb rozwojowych, społecznych i emocjonalnych, nie wykluczając nikogo z udziału w tym procesie – ani jako odbiorcy wsparcia, ani jako jego aktywnego uczestnika. Takie podejście wzmacnia poczucie przynależności i sprzyja budowaniu kultury szkoły opartej na wzajemnej akceptacji i równości.

Wdrożenie Metody wspiera zarówno profilaktykę problemów zdrowia psychicznego, jak i wczesną interwencję, umożliwiając kierowanie uczniów do odpowiednich form pomocy. Struktura Peer Support zakłada m.in. wyłonienie i przeszkolenie Koordynatorów Szkolnych, przygotowanie uczniów i uczennic pełniących funkcję Schoolworkerów oraz systemowe wsparcie ze strony Grupy Liderów Merytorycznych.

Elastyczny sposób zaprojektowania metody, pozwala na jej dostosowanie do warunków konkretnej szkoły. Jednocześnie wpisuje się w wytyczne podstawy programowej oraz aktualne kierunki rozwoju edukacji, wspierające całościowy rozwój ucznia – intelektualny, emocjonalny i społeczny – oraz wzmacniające rolę szkoły jako środowiska wychowawczego.