

# Kuratorium Oświaty w Warszawie

<https://www.kuratorium.waw.pl/pl/dyrektor-i-nauczyciel/informacje-biezace/20097,Program-profilaktyczny-Kompas-Emocji-zobacz-relacje.html>  
22.09.2026, 15:37

## Program profilaktyczny „Kompas Emocji-zobacz relacje”

22.09.2026

Fundacja Rozwoju Młodego Pokolenia zaprasza szkoły z województwa mazowieckiego do udziału w bezpłatnym programie profilaktycznym „Kompas Emocji-zobacz relacje”.

Program skierowany jest do uczniów klas IV-VIII szkół podstawowych, a jego realizacja została podzielona na dwie ścieżki: dla klas IV-VI oraz VII-VIII.

### **Celem programu jest rozwijanie u uczniów umiejętności związanych z:**

- > rozumieniem i regulowaniem emocji,
- > radzeniem sobie ze stresem,
- > rozwijaniem kompetencji społecznych,
- > stosowaniem komunikacji bez przemocy,
- > zapobieganie stygmatyzacji i dyskryminacji,
- > budowaniem zdrowych i satysfakcjonujących relacji.

Program obejmuje realizację przez nauczycieli co najmniej 6 z 8 tematów dostępnych na platformie e-learningowej. Kluczowymi elementami programu są udostępnione bezpłatnie materiały dydaktyczne, w tym multimedialne, dostęp do warsztatów i szkoleń zarówno dla uczniów, jak i nauczycieli, rodziców oraz udział w organizowanych supervizjach, obejmujących wsparcie dla nauczycieli.

### **Korzyści wynikające z realizacji programu:**

#### **Uczniowie (klasy 4-8):**

- > Lepsze rozumienie siebie, swoich emocji i potrzeb, dostosowane do etapu rozwoju.
- > Nabycie praktycznych umiejętności redukcji napięcia i lęku.
- > Wzmacnianie umiejętności komunikacyjnych, empatii i współpracy.
- > Kształtowanie pozytywnego obrazu siebie.

#### **Nauczyciele pracujących z klasami 4-8:**

- > Zdobywanie wiedzy i narzędzi do wspierania rozwoju emocjonalno-społecznego uczniów w dwóch grupach wiekowych.
- > Dostęp do scenariuszy zajęć, materiałów dydaktycznych i szkoleń, z podziałem na materiały dla klas 4-6 i 7-8.
- > Umiejętność rozpoznawania sygnałów trudności emocjonalnych u uczniów i adekwatnego reagowania.

- > Tworzenie środowiska sprzyjającego otwartości i wzajemnemu szacunkowi.

### **Rodzice uczniów klas 4-8:**

- > Zrozumienie procesów emocjonalnych u dzieci i nastolatków na różnych etapach rozwoju.
- > Narzędzia do budowania otwartej komunikacji i wspierania dzieci w trudnych sytuacjach.
- > Wzmacnianie więzi opartych na zaufaniu i zrozumieniu.

### **Kwalifikacja do programu:**

Udział w programie jest bezpłatny, a o przyjęciu decyduje kolejność zgłoszeń.

Więcej informacji dostępnych jest na stronie internetowej: [www.kompasemocji.org](http://www.kompasemocji.org)

|                            |                                                                                                                                                        |
|----------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                            |                                                                                                                                                        |
| Data publikacji 22.09.2026 | Osoba wytwarzająca/odpowiadająca za informację:<br>Piotr Fundacja Rozwoju Młodego Pokolenia<br><br>Osoba udostępniająca informację:<br>Joanna Ogrodnik |