

# TRENING UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH – KSZTAŁTOWANIE UMIEJĘTNOŚCI SPOŁECZNYCH UCZNIÓW

## **Cele treningu:**

Prowadzenie Treningu Umiejętności Społecznych ma na celu przekazanie uczniom odpowiednich umiejętności, dzięki którym będą mogli poradzić sobie lepiej w sytuacjach problemowych. Uczenie dzieci, w ramach treningu, polega na wykorzystaniu metody modelowania poprzez odgrywanie scenek sytuacyjnych aranżowanych na podstawie rzeczywistych sytuacji trudnych, w których uczestniczyły w środowisku szkolnym i rodzinnym. W ramach sesji treningowych deficytowe umiejętności społeczne modelują trenerzy według rozpisanych i omówionych z uczniami kroków. Na poszczególne kroki składają się strategie behawioralne i techniki umysłowe (komunikaty, które uczniowie mogą wykorzystać w sytuacji modelowania na treningu i w rzeczywistości). Po odegraniu scenki istnieje możliwość wypraktykowania nowej umiejętności społecznej przez uczniów w rzeczywistych sytuacjach z rówieśnikami i dorosłymi (nauczyciele, rodzice). Zajęcia prowadzone są w klasach 4 – 8 według programu tzw. dwunastu umiejętności społecznych autorstwa Westa i Younga. Doświadczenia w pracy z dziećmi wskazują, że te wybrane umiejętności społeczne pozwalają uczniom funkcjonować w klasie bez wykroczeń związanych z naruszaniem kontraktu klasowego.

## **Szkolne arkusze badania umiejętności społecznych dla uczniów:**

### **Klasy IV – V szkoły podstawowej**

Wychowawca.....

Data.....

Klasa.....

### Instrukcja do wypełnienia arkusza

Poniżej wymienione są umiejętności, które potrafisz lepiej lub gorzej wykorzystywać w relacjach z rówieśnikami, rodzicami i nauczycielami. Wypełnienie tego kwestionariusza pozwoli Ci dokonać samooceny, na ile dobrze potrafisz stosować różne umiejętności w sytuacjach szkolnych i pozaszkolnych. Analiza uzyskanych wyników pozwoli też Twojemu wychowawcy zaplanować rodzaj zajęć edukacyjnych, które pomogą Ci doskonalić słabiej rozwinięte umiejętności społeczne i wzmocnić te, które w badaniu wypadły bardzo dobrze. Prosimy, abyś, oceniając swoje umiejętności społeczne, skorzystał z następującej skali:

- 1- Nigdy tak nie robię
- 2- Rzadko tak robię
- 3- Czasami tak robię
- 4- Często tak robię

5- Zawsze tak robię

### Zapraszamy do wypełnienia arkusza umiejętności społecznych.

1. Proszenie o pomoc: Czy potrafisz poprosić kogoś o pomoc w trudnej dla siebie sytuacji?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

2. Pomaganie innym: Czy pomagasz innym, kiedy proszą Cię o pomoc lub kiedy sam widzisz, że jej potrzebują?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

3. Dzielenie się z innymi: Czy dzielisz się z innymi z własnej woli lub kiedy jesteś o to proszony?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

4. Przepraszanie innych: Czy przepraszasz, kiedy zrobisz komuś przykrość albo ktoś poniesie straty z powodu Twojego zachowania?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

5. Dziękowanie innym: Czy dziękujesz innym, w sytuacji kiedy, Ci pomogli albo zachowali się życzliwie niezależnie od tego, czy ich lubisz, czy nie?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

6. Obrona swoich praw: Czy potrafisz bronić swoich praw, mówiąc innym, jakie jest Twoje zdanie w tej sprawie, mimo że inni w grupie myślą inaczej?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

7. Stosowanie samokontroli, panowanie nad złością: Czy nie tracisz panowania nad sobą, kiedy ktoś zachowuje się w taki sposób, który bardzo cię złości lub w innych sytuacjach, kiedy przegrywasz w grę komputerową?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

8. Reagowanie na zaczepki: Czy potrafisz się kontrolować radząc sobie z zaczepkami innych osób, jednocześnie nie obrażając ich i nie używając siły fizycznej?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

9. Reagowanie na namawianie: Czy ulegasz namowie innych, mimo że nie chcesz czegoś zrobić ponieważ Twoje zdanie w tej sprawie jest inne?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

10. Reagowanie na porażki: Czy próbujesz szukać przyczyn swojej porażki i zastanawiasz się, co możesz zrobić następnym razem, żeby jej uniknąć ?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

11. Radzenie sobie ze wstydem: Czy kiedy się wstydzisz, robisz rzeczy, które pomagają Ci czuć się lepiej w tej sytuacji i zmniejszyć wstyd?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

12. Unikanie bójek: Czy kiedy ktoś prowokuje cię do bójki, stosujesz inne sposoby, aby rozwiązać trudną sytuację?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

13. Radzenie sobie z presją grupy: Czy potrafisz zdecydować co chcesz robić, gdy grupa zmusza Cię, żebyś zrobił coś innego ?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

14. Radzenie sobie ze strachem: Czy zastanawiasz się dlaczego się czegoś boisz, a następnie próbujesz coś zrobić, aby zmniejszyć strach?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

15. Radzenie sobie z pominięciem, odrzuceniem: Czy zastanawiasz się dlaczego zostałeś pominięty lub odrzucony przez innych i robisz coś, co pomaga Ci poczuć się lepiej w tej sytuacji?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

16. Radzenie sobie z oskarżeniem: Czy oskarżony o coś potrafisz, bez okazywania negatywnych emocji i zachowań, stanąć we własnej obronie udzielając wyjaśnień ?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

Dziękujemy

## Klasy VI - VIII szkoły podstawowej

Wychowawca.....

Data.....

Klasa.....

### Instrukcja do wypełnienia arkusza

Poniżej wymienione są umiejętności, które potrafisz lepiej lub gorzej wykorzystywać w relacjach z rówieśnikami, rodzicami i nauczycielami. Wypełnienie tego kwestionariusza pozwoli Ci dokonać samooceny, na ile dobrze potrafisz stosować różne umiejętności w sytuacjach szkolnych i poza szkolnych. Analiza uzyskanych wyników pozwoli też Twojemu wychowawcy zaplanować rodzaj zajęć edukacyjnych, które pomogą Ci doskonalić słabiej rozwinięte umiejętności społeczne i wzmocnić te, które w badaniu wypadły bardzo dobrze. Prosimy, abyś, oceniając swoje umiejętności społeczne, skorzystał z następującej skali:

- 1- Nigdy tak nie robię
- 2- Rzadko tak robię
- 3- Czasami tak robię
- 4- Często tak robię
- 5- Zawsze tak robię

### Zapraszamy do wypełnienia arkusza umiejętności społecznych.

1. Prośenie o pomoc: Czy potrafisz poprosić kogoś o pomoc w trudnej dla siebie sytuacji ?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

2. Pomaganie innym: Czy pomagasz innym, kiedy proszą Cię o pomoc lub kiedy sam widzisz, że jej potrzebują?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

3. Dzielenie się z innymi: Czy dzielisz się z innymi z własnej woli lub kiedy jesteś o to proszony?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

4. Przepraszanie innych: Czy przepraszasz, kiedy zrobisz komuś przykrość albo ktoś poniesie straty z powodu Twojego zachowania?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

5. Dziękowanie innym: Czy dziękujesz innym w sytuacji, kiedy Ci pomogli albo zachowali się życzliwie niezależnie od tego, czy ich lubisz, czy nie?

1	2	3	4	5
nigdy	rzadko	czasami	często	zawsze

6. Obrona swoich praw: Czy potrafisz bronić swoich praw, mówiąc innym, jakie jest Twoje zdanie w tej sprawie, mimo że inni w grupie myślą inaczej ?
- |       |        |         |        |        |
|-------|--------|---------|--------|--------|
| 1     | 2      | 3       | 4      | 5      |
| nigdy | rzadko | czasami | często | zawsze |
7. Stosowanie samokontroli, panowanie nad złością: Czy nie tracisz panowania nad sobą, kiedy ktoś zachowuje się w taki sposób, który bardzo Cię złości lub w innych sytuacjach, kiedy przegrywasz w grę komputerową ?
- |       |        |         |        |        |
|-------|--------|---------|--------|--------|
| 1     | 2      | 3       | 4      | 5      |
| nigdy | rzadko | czasami | często | zawsze |
8. Reagowanie na zaczepki: Czy potrafisz się kontrolować, radząc sobie z zaczepkami innych osób, jednocześnie nie obrażając ich i nie używając siły fizycznej ?
- |       |        |         |        |        |
|-------|--------|---------|--------|--------|
| 1     | 2      | 3       | 4      | 5      |
| nigdy | rzadko | czasami | często | zawsze |
9. Reagowanie na namawianie: Czy ulegasz namowie innych, mimo że nie chcesz czegoś zrobić ponieważ Twoje zdanie w tej sprawie jest inne ?
- |       |        |         |        |        |
|-------|--------|---------|--------|--------|
| 1     | 2      | 3       | 4      | 5      |
| nigdy | rzadko | czasami | często | zawsze |
10. Reagowanie na porażki: Czy próbujesz szukać przyczyn swojej porażki i zastanawiasz się, co możesz zrobić następnym razem, żeby jej uniknąć ?
- |       |        |         |        |        |
|-------|--------|---------|--------|--------|
| 1     | 2      | 3       | 4      | 5      |
| nigdy | rzadko | czasami | często | zawsze |
11. Radzenie sobie ze wstydem: Czy kiedy się wstydzisz, robisz rzeczy, które pomagają Ci czuć się lepiej w tej sytuacji i zmniejszyć wstyd ?
- |       |        |         |        |        |
|-------|--------|---------|--------|--------|
| 1     | 2      | 3       | 4      | 5      |
| nigdy | rzadko | czasami | często | zawsze |
12. Unikanie bójek: Czy kiedy ktoś prowokuje cię do bójki, stosujesz inne sposoby, aby rozwiązać trudną sytuację ?
- |       |        |         |        |        |
|-------|--------|---------|--------|--------|
| 1     | 2      | 3       | 4      | 5      |
| nigdy | rzadko | czasami | często | zawsze |
13. Radzenie sobie z presją grupy: Czy potrafisz zdecydować, co chcesz robić, gdy grupa zmusza Cię, żebyś zrobił coś innego ?
- |       |        |         |        |        |
|-------|--------|---------|--------|--------|
| 1     | 2      | 3       | 4      | 5      |
| nigdy | rzadko | czasami | często | zawsze |
14. Radzenie sobie ze strachem: Czy zastanawiasz się dlaczego się czegoś boisz, a następnie próbujesz coś zrobić, aby zmniejszyć strach?
- |       |        |         |        |        |
|-------|--------|---------|--------|--------|
| 1     | 2      | 3       | 4      | 5      |
| nigdy | rzadko | czasami | często | zawsze |
15. Radzenie sobie z pominięciem, odrzuceniem: Czy zastanawiasz się dlaczego zostałeś pominięty lub odrzucony przez innych i robisz coś co pomaga ci poczuć się lepiej w tej sytuacji?
- |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
|---|---|---|---|---|

nigdy                      rzadko                      czasami                      często                      zawsze

16. Radzenie sobie z oskarżeniem: Czy oskarżony o coś potrafisz, bez okazywania negatywnych emocji i zachowań, stanąć we własnej obronie udzielając wyjaśnień?

1                      2                      3                      4                      5  
nigdy                      rzadko                      czasami                      często                      zawsze

17. Przekonywanie innych do własnych pomysłów: Czy próbujesz przekonywać innych, że Twoje pomysły są lepsze, bądź bardziej użyteczne od ich pomysłów?

1                      2                      3                      4                      5  
nigdy                      rzadko                      czasami                      często                      zawsze

18. Przygotowanie do trudnej rozmowy: Czy przed trudną rozmową starasz się zaplanować najlepszy sposób przedstawienia swojego punktu widzenia?

1                      2                      3                      4                      5  
nigdy                      rzadko                      czasami                      często                      zawsze

19. Negocjowanie: Czy negocjujesz z osobami, które mają inne zdanie, żeby dojść do wspólnego rozwiązania?

1                      2                      3                      4                      5  
nigdy                      rzadko                      czasami                      często                      zawsze

20. Podejmowanie decyzji: Czy rozważasz różne decyzje w tej samej sytuacji, a następnie podejmujesz tę, która wydaje ci się najlepsza?

1                      2                      3                      4                      5  
nigdy                      rzadko                      czasami                      często                      zawsze

Dziękujemy

Przykładowe umiejętności społeczne diagnozowane poprzez badanie ankietowe oraz sekwencja kroków do ćwiczenia danej umiejętności z uczniami:

#### 1. *Jak reagować na zarzut, oskarżenie?*

Czasem uczniowi, w relacjach z dorosłymi i rówieśnikami, spotykają się ze słusznymi lub niesłusznymi oskarżeniami na swój temat. Trenowanie z dziećmi reakcji na zarzuty zapobiega silnym wybuchom agresji werbalnej i niewerbalnej oraz utrudnia kontynuację niewłaściwych zachowań. W trenowaniu tej umiejętności z dziećmi skupiłam się na różnych strategiach reagowania ( przeproszenie, wyjaśnienie, zaprzeczenie, zdecydowane trzymanie się swojego zdania). Ważne, żeby uczniowie analizowali motywację osób, które ich oskarżają i potrafili dawać informację zwrotną.

### **Radzenie sobie z oskarżeniem**

Proponowany pokaz modelowania: przyjaciel oskarża głównego aktora, że nie pomógł mu na sprawdzianie z matematyki.

**Kroki:**

1) Zastanów się nad tym, o co oskarża cię druga osoba.

2) Zastanów się, dlaczego ta osoba cię oskarża.

3) Zastanów się nad sposobami odpowiedzi na oskarżenie danej osoby.

4) Wybierz najlepsze rozwiązanie i zastosuj je.

**Uwagi dla wychowawcy:**

Czy oskarżenie jest uzasadnione, czy nieuzasadnione? Czy zostało wypowiedziane w sposób złośliwy, czy konstruktywny?

Czy naruszyłeś jej prawa lub własność? Czy pogłoski o tym zaczął rozsiewać ktoś inny?

Zaprzecz temu; wyjaśnij motywy swojego zachowania; sprostuj wyobrażenia danej osoby; wykaż stanowczość.

## 2. *Jak przeciwstawić się presji ze strony kolegów?*

Umiejętność przeciwstawiania się presji ze strony rówieśników jest jedną z podstawowych strategii zapobiegania wykluczenia z grupy. Ważne, żeby uczniowie, w trakcie modelowania nabrali przekonania, że odmowa wzięcia w tym, czego chce grupa nie musi łączyć się z utratą akceptacji. Modelując ta umiejętność w grupie zwróciłam uwagę na możliwość proponowania alternatywnych rozwiązań grupie połączoną z konsekwentną odmową udziału w czymś, czego nie chcę robić. W przypadku trenowania tej umiejętności przećwiczyłam z uczestnikami różnego rodzaju tonacje głosowe utrudniające bądź sprzyjające skutecznej odmowie.

## **Radzenie sobie z presją grupy**

Proponowany pokaz modelowania: główny aktor radzi sobie z presją grupy namawiającej do spróbowania marihuany.

**Kroki:**

1) Zastanów się, co grupa chce, abyś zrobił i dlaczego.

2) Zdecyduj, co ty chcesz zrobić.

3) Zdecyduj, w jaki sposób masz powiedzieć grupie to, co chcesz zrobić.

4) Poinformuj grupę o tym, co zdecydowałeś.

**Uwagi dla wychowawcy:**

Posłuchaj innych osób; zastanów się o co im naprawdę chodzi; spróbuj zrozumieć punkt widzenia innych.

Ustąp, przeciwstaw się; graj na zwłokę; negocjuj.

Podaj przyczyny, rozmawiaj tylko z jedną osobą; graj na zwłokę; okaż stanowczość.

### 3. Jak reagować na zaczepki i dokuczanie?

Reagowanie uczniów na niewłaściwe dowcipy i zaczepki uczniów jest jedną z najważniejszych umiejętności społecznych zapobiegających presji grupowej. W odgrywaniu scenek sytuacyjnych przez dzieci skupiałam się na wzmocnieniu umiejętności ignorowania zaczepki i powstrzymania się od reakcji wzmacniającej takie zachowania (dokuczanie w reakcji na ignorowanie stanie się gwałtowniejsze zanim zacznie się zmniejszać). Oprócz ignorowania przetestowałam z uczniami inne strategie zapobiegające zaczepkom (zdarta płyta i technika masz wybór).

## Reagowanie na zaczepki

Proponowany pokaz modelowania: główny aktor radzi sobie z dokuczaniem ze strony kolegów, spowodowanym tym, iż odmówił ucieczki z lekcji.

<b>Kroki:</b>	<b>Uwagi dla wychowawcy:</b>			
1) Pomyśl, czy ktoś ci dokucza.	Czy inni robią ci kawały, czy to wyzbyta?	Wybierz najlepsze rozwiązanie	Oni? to możliwe, wywoływać agresję, złośliwe dokuczanie się w sobie	
2) Zastanów się, w jaki sposób po radzić sobie z tym dokuczaniem.	Z wdziękiem przyjmuj pogłoski o sobie	zignoruj je w żart.	zignoruj je.	

### 4. Jak stosować samokontrolę?

Podstawowym celem treningu jest nauka zatrzymania powstałego w organizmie pobudzenia pod wpływem emocji, złości lub gniewu, po to aby dać sobie możliwość refleksji nad wyborem adekwatnego zachowania. Kolejnym krokiem, którego uczą się uczestnicy treningu jest identyfikacja sygnałów płynących z ciała – fizjologicznych i kinestetycznych wskazówkach sygnalizujących poziom wzrostu agresji. Ich zidentyfikowanie umożliwi nie tylko „zatrzymanie” reakcji, ale także umożliwi zastosowanie technik redukujących fizjologiczne pobudzenie, co pomoże osłabić impet kierunku reakcji agresywnej.

## Stosowanie samokontroli

Proponowany pokaz modelowania: główny aktor kontroluje się w obliczu obraźliwych słów grupy kolegów.

### **Kroki:**

1) Wsłuchaj się w to, co się dzieje z twoim ciałem, w to co pomaga ci poznać, że zaraz stracisz kontrolę nad sobą.

### **Uwagi dla wychowawcy:**

Czy zaczynasz być spięty, zły, robi ci się gorąco, wierzysz się?

2) Określ, co się wydarzyło, że czujesz się w ten sposób.

Rozważ, co działo się na zewnątrz lub wewnątrz ciebie (myśli).



3) Zastanów się nad sposobami kontrolowania siebie.

Zwolnij tempo, policz do 10, zachowaj pewność siebie, wyjdź, rób coś innego.

4) Wybierz najlepszy sposób samokontroli, zastosuj go.

#### UWAGI:

Często pomocne jest przedyskutowanie różnych sposobów samokontroli przed przystąpieniem do ćwiczenia tej umiejętności. Lista technik samokontroli może być napisana na tablicy i używana dla zachęty stosowania przez młodzież w różnego rodzaju sytuacjach alternatywnych technik.

#### 5. *Jak podejmować decyzje?*

Zachowanie ucznia jest odbiciem podejmowanych przez niego decyzji. W trenowaniu tej umiejętności skupiałam się na tym, aby uczniowie stosowali strategię za i przeciw czyli uczyli się analizować argumenty w kontekście zysków i strat z tytułu podejmowanej decyzji. Ważne, żeby w świadomości dzieci potencjalne zyski i straty łączyły się logicznymi konsekwencjami zawartymi w kontrakcie klasowym. Trenując tę umiejętność korzystałam z metody dylematów moralnych, która ułatwia poszukiwanie rozwiązań.

### **Podejmowanie decyzji**

Proponowany pokaz modelowania: główny aktor podejmuje decyzję, czy ma uczestniczyć z przyjaciółmi podczas kradzieży w sklepie.

#### **Kroki:**

- 1) Zastanów się nad problemem wymagającym podjęcia decyzji.
- 2) Zastanów się nad możliwościami, jakie decyzje możesz podjąć.
- 3) Zbierz dokładne informacje na temat konsekwencji tych potencjalnych decyzji.
- 4) Zastanów się, jaką decyzję podejmiesz, korzystając z zebranych informacji.
- 5) Podjmij najlepszą decyzję.

#### **Uwagi dla wychowawcy:**

Wyobraź sobie kilka ewentualności, unikaj zbyt wczesnego podejmowania ostatecznej decyzji.  
Spytaj innych i czytaj; obserwuj.

#### 6. *Jak zwracać się z prośbą o pomoc?*

Uczniowie bardzo często proszą o pomoc dorosłych lub rówieśników. Jeśli robią to

w sposób zgodny ze strukturą tej umiejętności społecznej są duże szanse, że pomoc zostanie im udzielona. Z mojego doświadczenia wynika, że jest to obecnie jedna z najbardziej deficytowych umiejętności społecznych. W procesie modelowania skupiłam się z uczniami na tych sytuacjach, w których rzeczywiście spotkali się z odmową spełnienia prośby w celu wprowadzenia alternatywnych zachowań zwiększających prawdopodobieństwo spełnienia potrzeby ucznia.

## Proszenie o pomoc

Proponowany pokaz modelowania: główny aktor prosi przyjaciela o radę, ponieważ spodziewa się, że zostaną mu zaproponowane np. dopalacze (lub papierosy).

### Kroki:

- 1) Ustal, w czym tkwi problem.
- 2) Zdecyduj, czy potrzebujesz pomocy w jego rozwiązaniu.
- 3) Pomyśl o różnych osobach, które mogłyby ci pomóc i wybierz najlepszą spośród nich.
- 4) Powiedz tej osobie o swoim problemie i poproś ją, aby ci pomogła.

### Uwagi dla wychowawcy:

- Dokładnie określ kto i, co stwarza problem; jakie są jego skutki dla ciebie.
- Zastanów się czy jesteś w stanie rozwiązać problem sam.
- Weź pod uwagę wszystkich możliwych pomocników i wybierz najlepszego.

Definicja „problemu” tak jak jest on rozumiany w przypadku tej umiejętności obejmuje to wszystko, w czym ktoś potrzebuje pomocy, w różnych problemach z innymi ludźmi, problemach związanych ze szkołą i inne problemy informacyjne.

Podstawowa wartość Treningu Umiejętności Społecznych dotyczy uczenia się ściśle określonej procedury posługiwania się konkretnymi umiejętnościami niezbędnymi w kontaktach z dorosłymi i innymi dziećmi, które mogą stanowić alternatywę dla zachowań dysfunkcyjnych utrudniających funkcjonowanie w jakiegokolwiek grupie społecznej.

Systematyczne prowadzenie zajęć trenujących kompetencje społeczne prowadzi do spadku liczby konfliktów między uczniami kończących się przemocą fizyczną i psychiczną i znacznie poprawia dyscyplinę w trakcie zajęć lekcyjnych. Uczniowie rozwiązując samodzielnie sytuacje problemowe w szkole przyczyniają się jednocześnie do wzrostu bezpieczeństwa w grupie rówieśniczej.

### Uzyskane efekty:

- spadek liczby sytuacji konfliktowych pomiędzy uczniami wymagających reakcji dorosłego,
- poprawa dyscypliny na zajęciach lekcyjnych w kontekście respektowania zasad zawartych w kontrakcie klasowym,
- wzrost kompetencji społecznych uczniów umożliwiających większą współpracę

integrację w grupie rówieśniczej ułatwiającą proces uczenia się w klasie,

- podniesienie poziomu bezpieczeństwa poprzez stosowanie alternatywnych rozwiązań w sytuacjach konfliktowych,
- kształtowanie adekwatnej samooceny uczniów poprzez rozwijanie świadomości słabych i mocnych stron w kontekście grupy,
- spadek liczby zachowań związanych z wywieraniem presji grupowej psychicznej i fizycznej na innych uczniów (wzrost kompetencji w zakresie zachowań asertywności uczniów).