

# **Ratownik czy Architekt?**

## **Lekcja o mądrej pomocy**

**Scenariusz lekcji dla klas 6–8**



**dobra  
SZKOŁA**

# Ratownik czy Architekt? Lekcja o mądrej pomocy

*Od odruchu do projektowania zmiany. Scenariusz zajęć dla uczniów i uczennic klas VI–VIII.*

|                    |                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|--------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Adresaci</b>    | Uczniowie klas VI–VIII                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Czas</b>        | 45 minut (1 jednostka lekcyjna)                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Zajęcia</b>     | Godzina wychowawcza, wiedza o społeczeństwie / edukacja obywatelska, etyka, doradztwo zawodowe (kompetencje społeczne)                                                                                                                                                  |
| <b>Kontekst</b>    | Międzynarodowy Rok Wolontariatu (IVY 2026), 5 grudnia 2025 – 5 grudnia 2026, hasło „Każdy gest ma znaczenie”. Lekcja może też wprowadzać do projektu szkolnego –włączenie się do Szlachetnej Paczki i przygotowanie pomocy dla konkretnej Rodziny potrzebującej pomocy. |
| <b>Forma pracy</b> | Praca w 3–5-osobowych grupach, dyskusja moderowana, mini-wykład                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Materiały</b>   | Historie dla grup (załącznik 1), plansza Ratownik–Architekt (załącznik. 2), kartki A4/A3 i markery                                                                                                                                                                      |

## Cele zajęć

### Uczeń / uczennica:

1. proponuje konkretne działania w sytuacji problemowej i analizuje ich skutki;
2. wyjaśnia różnicę między postawą Ratownika a Architekta zmiany;
3. poznaje 4 filary mądrej pomocy (diagnoza, relacja, współodpowiedzialność, zmiana długofalowa);
4. wskazuje możliwe niezamierzone skutki pomocy (zależność, wstyd, utrata sprawczości);
5. przeprojektowuje własną propozycję pomocy tak, by wzmacniała samodzielność – jeśli jest możliwa – osoby wspieranej;
6. wyjaśnia, czym jest wolontariat i jaką rolę odgrywa w społeczeństwie obywatelskim.

### Kompetencje rozwijane na lekcji

- **Spoleczne:** empatia, współpraca, komunikacja, odpowiedzialność za wspólnotę.
- **Poznawcze:** myślenie krytyczne i systemowe, analiza skutków, argumentowanie.
- **Osobiste:** samoświadomość, refleksja nad własnymi motywacjami.

### Uwaga metodyczna

W klasie mogą być uczniowie w trudnej sytuacji materialnej lub życiowej. Prowadź rozmowę tak, by ubóstwo i kryzys były opisywane jako **sytuacja**, nie cecha człowieka. Nie zachęcaj do dzielenia się osobistymi historiami rodzinnymi na forum – wystarczy historie z załącznika.

## Informacje o Szlachetnej Paczce i mądrej pomocy

Szlachetna Paczka jest jednym z największych programów społecznych w Polsce. Od ponad 25 lat jej organizatorem jest Stowarzyszenie Wiosna.

Jak działamy? Łączymy ze sobą tych, którzy chcą pomagać z tymi, którzy najbardziej potrzebują wsparcia. **Nasi Wolontariusze i Wolontariuszki docierają do Rodzin w potrzebie w całej Polsce**, poznają ich trudności i decydują o najlepszej formie pomocy. **Darczyńcy i Darczyńczynie przygotowują indywidualną pomoc** na podstawie opisu Wolontariusza lub Wolontariuszki. **A my łączymy ludzi i tworzymy rozwiązania, dzięki którym konkretny człowiek może pomagać konkretnemu człowiekowi.**

Kiedy mówimy o mądrej pomocy w to mówimy przede wszystkim o spotkaniu z drugim człowiekiem – zatrzymanie się przy nim, rozmowa o sytuacji, o potrzebach. **Już samo spotkanie z Wolontariuszami\_kami i wysłuchanie wpływa na Rodzinę, na jej nastawienie.**

Równie ważne jest jednocześnie usłyszenie czego konkretnie potrzebuje, co zmieniłoby jego\_jej sytuację. To pomoc bardzo zindywidualizowana, w której każdy Darczyńca wie komu pomaga i jak przygotowana przez Darczyńcę pomoc wpłynie na sytuację danej Rodziny.

## Przebieg zajęć – plan minutowy

| Czas     | Etap                   | Co się dzieje?                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|----------|------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3 minuty | Wprowadzenie           | <ul style="list-style-type: none"> <li>Wprowadzenie kontekstu: trwa rok wolontariatu, którego hasłem jest „Każdy gest ma znaczenie”.</li> <li>Zbliża się czas w roku, w którym pomaganie drugiemu człowiekowi staje się jednym z istotnych tematów.</li> <li>Przedstawienie celu lekcji, podział na grupy.</li> </ul> |
| 15 min   | ETAP 1 – Doświadczenie | <ul style="list-style-type: none"> <li>Grupy dostają historię i tworzą 3-punktowy plan pomocy.</li> <li>Hasłowe zebranie odpowiedzi.</li> </ul>                                                                                                                                                                       |
| 5 min    | ETAP 2 – Refleksja     | <ul style="list-style-type: none"> <li>Praca z kartą pytań,</li> <li>Krótką dyskusją na forum.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                             |
| 10 min   | ETAP 3 – Mini-koncept  | <ul style="list-style-type: none"> <li>Oś Ratownik – Architekt zmiany,</li> </ul>                                                                                                                                                                                                                                     |
| 7 min    | ETAP 4 – Eksperyment   | <ul style="list-style-type: none"> <li>Grupy przeprojektowują pomoc jako Architekci,</li> <li>krótka prezentacja zmian.</li> </ul>                                                                                                                                                                                    |
| 3 min    | Domknięcie             | <ul style="list-style-type: none"> <li>Refleksja o zmianie w myśleniu</li> <li>„mój jeden gest”.</li> </ul>                                                                                                                                                                                                           |

## Przebieg szczegółowy

### Wprowadzenie (3 min)

#### Zadaj kilka pytań wprowadzających do tematu:

- Kto z Was interesował się kiedykolwiek wolontariatem?
- Na czym może polegać wolontariat?
- Gdzie lokalnie, w naszej okolicy, mieście można zaangażować się wolontariacko?

Zbierz odpowiedzi od uczniów i uczennic, daj chwilę na wymianę informacji – jeśli grupa takie ma.

**Powiedz:** Rok 2026 jest Międzynarodowym Rokiem Wolontariatu ogłoszonym przez ONZ. Jego hasło brzmi: „Każdy gest ma znaczenie”. Chodzi oczywiście o gest pomocy, bo tak – wolontariat to przede wszystkim pomoc, służba drugiemu człowiekowi, drugiemu stworzeniu. Można działać wolontariacko przy domu kultury, można być wolontariuszem przy organizacji maratonu, można być wolontariuszem w szpitalu dziecięcym czy schronisku dla zwierząt.

Dziś sprawdzimy, czy to hasło „każdy gest ma znaczenie” to prawda. I czy zawsze znaczy to samo. Będziemy pracować na konkretnych historiach.

Podziel klasę na 3 grupy (odliczanie 1–2–3) lub na 5 mniejszych. Rozdaj historie z **załącznika 1** – każda grupa dostaje jedną (mogą się powtarzać).

### ETAP 1 – Doświadczenie (15 min)

**Cel:** uruchomić naturalny, intuicyjny tryb pomagania.

**Powiedz:** Każda grupa dostaje krótką historię. To sytuacja, w której ktoś realnie potrzebuje pomocy. Wyobraźcie sobie, że dzieje się naprawdę, w Waszym otoczeniu, i że macie wpływ. Macie 10 minut, żeby zaproponować **trzy pierwsze, konkretne kroki**. Myślcie o działaniach realnych, możliwych do wykonania. Zapiszcie hasłowo plan w 3 punktach.

- Czas pracy w grupach to 10 minut. W tym czasie czytają krótką historię konkretnych osób i zapisują 3 kroki/3 gesty, które mogliby wykonać w kierunku osoby w trudnej sytuacji.
- Po upływie czasu – zbierz odpowiedzi. Każda grupa krótko przedstawia trudną sytuację, z którą się mierzy i swoje 3 kroki, Czas tego działania to 5 minut.
- **Nie komentuj i nie oceniaj.** Zapisuj propozycje na tablicy – będą materiałem do etapu 2. Typowe odpowiedzi: zbiórka pieniędzy lub rzeczy, doraźna pomoc, przejęcie obowiązków, zorganizowanie akcji. To naturalne i o to chodzi.

## ETAP 2 – Refleksja (5 min)

**Cel:** pokazać ograniczenia intuicyjnej pomocy.

**Powiedz:** Zanim pójdziemy dalej, przyjrzyjmy się temu, co zaproponowaliśmy. Nie chodzi o poprawianie. Chodzi o zobaczenie czegoś więcej.

- Zadaj pytania:
  - Kto zaproponował pomoc finansową lub rzeczową?
  - Kto zaproponował coś, co **angażuje** tę osobę w wymyślanie rozwiązania?
  - Czy ktoś zaplanował rozmowę **przed** działaniem?
  - Który pomysł jest dobry na teraz, ale słaby na dłuższą metę?
  - Jakie niezamierzone skutki może mieć nasza pomoc?

## ETAP 3 – Mini-koncept (10 min)

**Cel:** dać uczniom model, do którego mogą odnieść swoje propozycje.

**Powiedz:** To, co zaprojektowaliście, jest bardzo naturalne. Większość ludzi w pierwszym odruchu chce ugasić pożar, dać ulgę i przejąć odpowiedzialność. Pokażę Wam oś, która pokazuje, że można inaczej. Że ta perspektywa pomagania może być różna, w zależności od sytuacji. Oś to NIE ocena – czasem potrzebny jest Ratownik (gdy ktoś jest głodny dziś), ale sama pomoc doraźna nie zmienia sytuacji.

| RATOWNIK                                                                                                                                                                                                    | ARCHITEKT ZMIANY                                                                                                                                                                             |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• Działa szybko.</li> <li>• Chce ugasić pożar.</li> <li>• Przejmuje odpowiedzialność.</li> <li>• Skupia się na braku.</li> <li>• Daje ulgę – także sobie.</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zatrzymuje się i szuka przyczyny.</li> <li>• Zaprasza do współprojektowania.</li> <li>• Buduje sprawczość.</li> <li>• Myśli długofalowo.</li> </ul> |

**Powiedz:** Mamy więc dwie postacie – Ratownika i Architekta Zmiany. Jak się pewnie domyślacie, Architekt ma też pewne kierunkowskazy dla swojego pomagania. Opowiem Wam o filarach „mądrej pomocy” – takiej, która jest reprezentowana np. przez niektóre organizacje pozarządowe. Ale każdy z nas – każdy człowiek żyjący w społeczeństwie, patrzący na innych wokół siebie – może w te zasady pomagania czy filary pomagania mieć w głowie i sercu. Bo pomaganie to jest taka mocna współpraca głowy i serca.

## Filary „mądrej pomocy” lub jak działa Architekt Zmiany?

| Filar / działanie                       | O co chodzi                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>1. Pytam i jestem blisko</b>         | <ul style="list-style-type: none"> <li>To, co widać (np. brak pieniędzy), bywa objawem, nie przyczyną.</li> <li>Zaczynamy od rozmowy i od zobaczenia nie tylko tego, czego danej osobie brakuje, ale też ustalenia co już ma.</li> <li><b>Przykład z życia:</b> słyszysz od swojej najlepszej przyjaciółki, że nie może zrobić projektu zaliczeniowego, nie wie jak się do tego zabrać. Pyta, czy mógłbyś _mogłabyś zrobić projekt za nią lub dopisać do Twojego. Co może być przyczyną? Brak pomysłu, brak warunków do pracy w domu? Porozmawiaj i sprawdź, gdzie możesz pomóc.</li> <li><b>Przykład z NGO:</b> W Szlachetnej Paczce Wolontariusze _ki spotykają się z Rodzinami w trudnej sytuacji, by dowiedzieć się o nich więcej, te też po to, by dowiedzieć się jakie konkretnie potrzeby i ich zaspokojenie mogłyby wpłynąć na sytuację. Czasem to, że nie trzeba się martwić o ciepłą kurtkę dla dziecka czy zapas jedzenia na kilka dni – naprawdę dodaje wiary i odwagi do wprowadzania zmian.</li> </ul>                                                               |
| <b>2. Robię z Tobą, a nie za Ciebie</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>Nikogo nie można zmusić do zmiany.</li> <li>Nikomu zmiany nie można narzucać – wtedy odbieramy człowiekowi sprawczość, wpływ, godność.</li> <li>Do zmiany możemy prowadzić: przez pytania, przez podpowiadanie rozwiązań, przez towarzyszenie.</li> <li>Kiedy osoba wspierana jest autorem zmiany, zwiększamy szansę na to, że zmiana się wydarzy.</li> <li><b>Przykład z życia:</b> Wróćmy do koleżanki. Zrobienie za nią projektu nie jest mądrą pomocą. Ale wsparcie jej, ułożenie z nią planu pracy czy podpowiedzenie gdzie może szukać inspiracji – TAK!</li> <li><b>Przykład z NGO:</b> W Szlachetnej Paczce Wolontariusze _ki zadają Rodzinom konkretne pytania, np. co by się musiało stać, żeby sytuacja się zmieniła? Czego potrzebują Państwo, by sytuacja się zmieniła? Wśród Paczkowych Rodzin wiele jest historii, kiedy osoba dotknięta wykluczeniem komunikacyjnym, bez prawa jazdy – nie miała szansy na podjęcie pracy w innym mieście. Umożliwienie zrobienia prawa jazdy – zmieniało diametralnie sytuację.</li> </ul> |

| Filar / działanie                | O co chodzi                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|----------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>3. Myślę, co będzie dalej</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>W mądrej pomocy nie zatrzymujemy się na „tu i teraz”. To nie sprint, tylko maraton – siły trzeba dobrze rozłożyć na cały „bieg”.</li> <li>Pytamy: co wydarzy się za 3 miesiące? Za rok? Czy sytuacja ma szansę realnie się zmienić?</li> <li><b>Przykład z życia:</b> Koleżanka zaczęła pracę nad projektem. Dzięki temu, że nie wyręczyłeś_aś jej z tej pracy – krok po kroku zrobiła to. Przy kolejnym projekcie być może będzie jej łatwiej.</li> <li><b>Przykład z NGO:</b> W Szlachetnej Paczce patrzymy na postawę Rodziny względem trudnej sytuacji. Przekazując Paczkę przygotowaną przez Darczyńcę, odpowiadającą na konkretne potrzeby, chcemy by Rodzina „nabrała wiatru” w skrzydła, żeby uwierzyła, że w swojej sytuacji nie jest sama. Żeby zawalczyła o siebie.</li> <li>Nie oczekujemy od osób starszych i schorowanych, że nagle zaczną sobie radzić w życiu. Ale sama zmiana nastawienia, że nie są sami, że mogą prosić o pomoc – jest już zmianą długofalową.</li> </ul> |

## ETAP 4 – Eksperyment (7 min)

**Cel:** praktyczne przejście z trybu „reaguję” do „projektuję zmianę”.

**Powiedz:** Wracacie na chwilę do swojej historii. Tym razem projektujecie pomoc jako Architekci. Pomyślcie w perspektywie 6–12 miesięcy: Co musi się wydarzyć, żeby sytuacja realnie się zmieniła? Jak wygląda pierwszy krok rozmowy? Jak włączacie tę osobę w projektowanie rozwiązania? Co buduje jej wpływ i sprawczość?

Po pracy każda grupa mówi **tylko jedną rzecz, którą zmieniła** w swoim planie i dlaczego (ok. 4 min łącznie).

## Domknięcie (3 minuty)

W podsumowaniu odnoś się do doświadczenia uczniów, a nie do jakości ich planów.

- Co zmieniło się w Was – w sposobie myślenia, w uważności?
- Czy przesunęliście się z trybu „ratuję” w stronę „towarzyszę w zmianie”?
- 

**Zdanie na koniec:** Pomaganie to projektowanie zmiany, a nie reagowanie na emocję. Odpowiedzialny człowiek myśli o skutkach swojego działania.

## Powiązania i warianty

### Powiązanie z podstawą programową

Poniżej obszary tematyczne; numery wymagań uzupełnij według aktualnej podstawy programowej obowiązującej w Twojej klasie.

| Przedmiot / edukacja                                  | Obszar                                                                                | Nr wymagania |
|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| <b>Wiedza o społeczeństwie / edukacja obywatelska</b> | Spółeczeństwo obywatelskie, organizacje pozarządowe, wolontariat, problemy społeczne. |              |
| <b>Godzina z wychowawcą</b>                           | Relacje w grupie, odpowiedzialność, empatia, praca zespołowa.                         |              |
| <b>Etyka / religia</b>                                | Godność człowieka, motywacje pomagania, skutki działań moralnych.                     |              |
| <b>Język polski</b>                                   | Argumentowanie, dyskusja, formułowanie wniosków.                                      |              |

### Co obserwować (informacja zwrotna zamiast oceny)

- Czy uczeń uzasadnia swoje propozycje, a nie tylko je wymienia?
- Czy dostrzega możliwe skutki uboczne pomocy?
- Czy w drugiej wersji planu pojawia się rozmowa z osobą wspieraną i jej udział w decyzjach?
- Czy w dyskusji szanuje inne zdanie i mówi o ludziach z szacunkiem?

### Warianty i rozwinięcia

- **Edukacja obywatelska:** rozwiń wątek roli organizacji pozarządowych i wolontariatu w społeczeństwie obywatelskim; nawiąż do Roku Wolontariatu i Międzynarodowego Dnia Wolontariusza (5 grudnia).
- **Przed tygodniem projektowym:** zakończ zapowiedzią projektu i zapisem 3 filarów jako kryteriów, którymi klasa będzie sprawdzać własne decyzje.
- **Projekt badawczy:** uczniowie sprawdzają, jakie organizacje pomocowe działają w ich gminie i jak można się w nie włączyć.

## Załącznik 1 – historie do pracy w grupach

---

*Wydrukuj i potnij. Każda grupa dostaje jedną historię.*

### **Historia 1 – Nowa w klasie**

Do Waszej klasy od miesiąca chodzi Marysia. Nie zostaje po lekcjach, nie chodzi na wyjścia klasowe, rzadko odzywa się na przerwach. Wiecie od kogoś, że jej mama sama wychowuje trójkę dzieci i pracuje na dwie zmiany, a Marysia po szkole zajmuje się młodszym rodzeństwem. Ostatnio nie oddała pracy z biologii i dostała jedynkę. Na wychowawczej wychowawca mówi, że klasa może coś zrobić.

### **Historia 2 – Pan Tadeusz z bloku obok**

Pan Tadeusz ma 78 lat i mieszka sam na trzecim piętrze bez windy. Od zimy porusza się o kulach. Sąsiedzi widują go coraz rzadziej. Kiedy wychodzi, wraca z jedną siatką, bo więcej nie uniesie. Mówi, że sobie radzi i że nie chce nikomu zawracać głowy. Wasza klasa dowiedziała się o tym od woźnej, która mieszka w tym samym bloku.

### **Historia 3 – Kolega, który zniknął z boiska**

Bartek grał z Wami w piłkę przez trzy lata. Od września przestał przychodzić na treningi i zrezygnował z klubu, chociaż był jednym z lepszych zawodników. Mówi, że mu się już nie chce. Wiecie, że jego tata stracił pracę i że Bartek po szkole roznosi ulotki. Ostatnio nie poszedł z Wami do kina, tłumacząc, że był zmęczony. Nie chce o tym rozmawiać.

### **Historia 4 – Rodzina, o której nikt nie mówi (opcjonalna)**

W Waszej miejscowości mieszka rodzina, o której mówi się półgębkiem: mama, tata i czworo dzieci, dom bez ocieplenia, stary piec. Najmłodsze dziecko często choruje. Rodzice pracują dorywczo. Szkoła zbiera dla nich co roku paczkę na święta, ale sytuacja od lat się nie zmienia. Jesteście zespołem, który ma proponować, co zrobić w tym roku.

## Załącznik 2 – plansza na tablicę

---

Zapisz na tablicy lub wyświetl:

### **OŚ POMAGANIA**

**RATOWNIK** → szybko • gasi pożar • przejmuje odpowiedzialność • patrzy na brak • daje ulgę

**ARCHITEKT ZMIANY** → zatrzymuje się • szuka przyczyny • zaprasza do współpracy • buduje sprawczość  
• myśli o skutkach

**3 FILARY MĄDREJ POMOCY:** 1) rozmowa i relacja 2) towarzyszenie i wsparcie 3) myślenie długofalowe



ZMIENIAMY  
ŚWIAT  
NA DOBRE