



# INSTRUMENTARIUM DLA UŻYTKOWNIKÓW

*POMOST - Innowacyjny model wsparcia osób  
zależnych i ich rodzin przez studentów  
kierunku Psychologia*

## SPIS TREŚCI

<b>WSTĘP</b> .....	<b>3</b>
<b>KILKA SŁÓW O PROJEKCIE POMOST</b> .....	<b>4</b>
<b>PRAKTYKI STUDENCKIE – RODZAJE I ZASADY ICH FUNKCJONOWANIE</b> .....	<b>5</b>
<i>OGÓLNE ZASADY ŚWIADCZENIA PRAKTYK W POLSCE</i> .....	5
<i>JAK ZAWRZEĆ UMOWĘ O PRAKTYKĘ STUDENCKĄ?</i> .....	7
<i>WZÓR UMOWY O PRAKTYKĘ STUDENCKĄ ZAWIERANĄ MIĘDZY STUDENTEM A PRACODAWCĄ</i> .....	8
<b>CHARAKTERYSTYKA PRAKTYK W PROJEKCIE POMOST</b> .....	<b>9</b>
<i>WSKAZÓWKI DLA PRZYGOTOWUJĄCYCH PROGRAMY PRAKTYK STUDENCKICH W RODZINACH OSÓB ZALEŻNYCH</i> .....	13
<i>PRZYKŁADOWY ZAKRES OBOWIĄZKÓW I ZADAŃ DLA PRAKTYKANTA – STUDENTA WSPIERAJĄCEGO OSOBĘ ZALEŻNĄ/ OPIEKUNA</i> .....	14
<i>JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO PRAKTYKI U OSOBY ZALEŻNEJ LUB JEJ OPIEKUNA?</i> .....	16
<i>JAKIE KORZYŚCI PŁYNĄ Z PRAKTYK PROJEKTU POMOST?</i> .....	17
<b>BIBLIOGRAFIA</b> .....	<b>18</b>

## WSTĘP

Niniejsze opracowanie przedstawia najważniejsze informacje związane z odbywaniem praktyk, które będą mogły być zrealizowane przez studentów 4 i 5 roku Psychologii u osób zależnych i ich rodzin. Pośrednikami w organizacji praktyk – zgodnie z założeniami projektu POMOST - byłyby organizacje, których działalność jest związana z pracą z osobami zależnymi.

Instrumentarium przybliży informacje dotyczące możliwości przygotowania się do odbycia praktyki, form jej odbywania i związanych z tym formalności, jak również prezentuje płynące z niej korzyści dla praktykantów, instytucji organizujących praktykę i osób zależnych wraz z ich otoczeniem.

Opracowanie powstało jako wynik prac realizowanych w ramach Projektu „Inkubator Innowacji Społecznych Wielkich Jutra” (Temat: Usługi opiekuńcze dla osób zależnych) realizowanego na podstawie UMOWY O DOFINANSOWANIE PROJEKTU GRANTOWEGO W RAMACH PROGRAMU OPERACYJNEGO WIEDZA EDUKACJA ROZWÓJ 2014 – 2020 nr POWR.04.01.00-00-I026/15 z 22 czerwca 2016 r. na zlecenie Ministerstwa Rozwoju w ramach IV. Osi Priorytetowej: Innowacje społeczne i współpraca ponadnarodowa, Działanie 4.1: Innowacje społeczne, współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego.

## KILKA SŁÓW O PROJEKCIE POMOST

*POMOST - Innowacyjny model wsparcia osób zależnych i ich rodzin przez studentów kierunku Psychologia* to projekt, którego główną ideą jest łączenie środowisk osób zależnych (niepełnosprawnych, przewlekle chorych, seniorów) cierpiących na różnego rodzaju problemy emocjonalne wynikające z ich stanu zdrowia ze studentami ostatnich lat Psychologii. Rolą studentów byłoby wsparcie emocjonalne dla tych osób i – w niemniejszym stopniu – ich opiekunów.

Projekt POMOST poprzez łączenie studentów i osoby zależne proponuje **rozwiązanie innowacyjne w skali kraju**. Żadna z najpowszechniejszych w Polsce form wsparcia osób zależnych nie jest ukierunkowana na ich wsparcie emocjonalne. Dodatkowo zdecydowana większość osób starszych i niepełnosprawnych pozostaje poza oddziaływaniem jakiegokolwiek systemowego wsparcia. Brakuje kadr wyspecjalizowanych w pracy z osobami zależnymi. Jednocześnie kierunek Psychologia to jeden z najpopularniejszych kierunków studiów w naszym kraju. Studenci Psychologii mają wciąż zbyt mało godzin praktyk, które umożliwiłyby wykorzystanie wiedzy i nabycie doświadczenia zawodowego.

Punktem wyjścia do realizacji projektu było przygotowanie prototypu aplikacji, strony [www.pomost.kuzniaekspertow.pl](http://www.pomost.kuzniaekspertow.pl), na której organizacje współpracujące na co dzień z osobami zależnymi mogłyby zgłaszać zapotrzebowanie na studentów – praktykantów, którzy następnie byliby kierowani do potrzebujących ich osób/ rodzin.

Adresatami niniejszego instrumentarium są studenci kierunku Psychologia, uczelnie prowadzące ten kierunek, biura karier, koła naukowe oraz organizacje pozarządowe i inne instytucje współpracujące na co dzień z osobami zależnymi, które mogą być zainteresowane przyjęciem studentów na ww. praktyki.

## PRAKTYKI STUDENCKIE – RODZAJE I ZASADY ICH FUNKCJONOWANIE

### OGÓLNE ZASADY ŚWIADCZENIA PRAKTYK W POLSCE

Coraz więcej studentów decyduje się na odbycie praktyk zawodowych w celu zaznajomienia się z rynkiem pracy i zdobycia doświadczenia, które może zaowocować w późniejszej pracy zawodowej. Praktyki to praca dla studenta, która pozwala rozszerzyć posiadane kompetencje i umiejętności oraz umożliwia - pod okiem opiekuna - samodzielne wykonywanie zadań. Trzymiesięczne praktyki na studiach o profilu praktycznym (do których również może zaliczać się kierunek Psychologia) to obowiązek, który wprowadza nowa ustawa Prawo o szkolnictwie wyższym .

W przyjęciu studenta na praktykę **nie jest wymagane pośrednictwo** Urzędu Pracy, czy uczelni, a pracodawca sam decyduje o przyjęciu praktykanta. Ważne jest, aby osoba ukończyła gimnazjum i w dniu rozpoczęcia praktyki **nie ukończyła 30 lat**. Jeżeli praktykant w trakcie odbywania praktyk kończy 30 lat, praktyka nie zostaje przerwana i może być kontynuowana do końca trwania umowy. Nie jest także wymagane, aby praktykant posiadał polskie obywatelstwo, wystarczy że obcokrajowiec ma ukończoną szkołę równorzędną do polskiego gimnazjum.

Przepisy prawa **nie narzucają odpłatności praktyki**, co oznacza, że strony mogą ustalić nieodpłatny charakter lub płatny, ale w tym wariancie wynagrodzenie nie może być ustalone wyżej niż dwukrotność minimalnego wynagrodzenia za pracę<sup>1</sup>. Od 1 stycznia 2018 r. płaca minimalna dla osób pracujących na podstawie umowy o pracę wynosi 2100 zł brutto, czyli około 1530 zł netto ("na rękę") Osobom pracującym na podstawie umowy o dzieło, lub umowy zleceniu nie można zapłacić za godzinę pracy mniej niż 13,70 zł. Stawka ta wypłacana pracownikowi "na rękę" wynosi 9,74 zł<sup>2</sup>.

Umowa o praktykę zawodową **jest umową cywilno-prawną**, sporządzona powinna być na piśmie i zawierać w szczególności:

- ✚ rodzaj pracy, w ramach której praktykant ma uzyskiwać doświadczenie i nabywać umiejętności praktyczne;
- ✚ okres odbywania praktyki;
- ✚ tygodniowy wymiar czasu pracy w ramach praktyki;
- ✚ jeżeli praktyka ma charakter odpłatny, wysokość wynagrodzenia.

<sup>1</sup> [http://www.zfss.pl/strefahr/praktyka\\_studencka.html](http://www.zfss.pl/strefahr/praktyka_studencka.html)

<sup>2</sup> <https://gloswielkopolski.pl/pensja-minimalna-2018-zobacz-ile-wynosi-brutto-a-ile-na-reke-najnizsza-krajowa-placa-miesieczna-i-stawka-za-godzine/ar/12899401>

Pracodawca musi zapewnić praktykantowi warunki tożsame z warunkami określonymi w przepisach dotyczących **BHP**. Ponadto w odniesieniu do odbywającej praktyki osoby stosuje się przepisy mówiące o równym traktowaniu. Oznacza to zakaz dyskryminacji ze względu na rasę, narodowość, wiek, płeć, wyznanie czy niepełnosprawność.

Odbywane przez studenta praktyki są **monitorowane oraz oceniane** przez opiekuna merytorycznego praktyk. W placówce, w której student odbywa praktykę, wyznaczony jest pracownik pełniący rolę **superwizora**, pod okiem, którego student odbywa zajęcia praktyczne. Praktyki zawodowe zalicza opiekun merytoryczny praktyk, poprzez wpis do protokołu, na podstawie karty zaliczeniowej oraz wypełnionego i podpisanego przez osoby upoważnione w placówce **dzienniczka praktyk**<sup>3</sup>.

Po zakończeniu praktyk pracodawca zobowiązany jest wystawić **zaświadczenie o odbyciu praktyk**, które zawierać powinno: okres realizowania praktyki, ilość godzin, rodzaj zadań, które wykonywał praktykant oraz ewentualną opinię o praktykancie.<sup>4</sup> Warto zadbać o to, by w dokumencie znalazła się opinia opiekuna zawierająca podsumowanie efektów i zaangażowania w praktykę.

Podsumowując, do głównych **obowiązków organizacji przyjmującej studenta na praktykę** należy m.in.:

- zapoznanie praktykanta z zasadami BHP, specyfiką zadań realizowanych w organizacji;
- zapoznanie praktykanta ze stanowiskiem pracy i zapewnienie odpowiednich sprzętów oraz informacji niezbędnych do dalszego odbywania praktyki;
- wyznaczenie opiekuna praktyk, sprawującego w miejscu nadzór nad praktykantem;
- przydzielenie zadań i funkcji zgodnych z kierunkiem studiów Psychologia i wybraną przez studenta specjalnością;
- wystawienie dokumentów, umożliwiających ocenę praktyk (potwierdzenie odpowiednimi podpisami, pieczętkami za zgodność z prawdą wpisów, dokonywanych przez praktykanta w dzienniku praktyk;
- wystawienie zaświadczenia o odbyciu praktyk<sup>5</sup>.

<sup>3</sup> Praktyki na kierunku Psychologia. [www.humanitas.edu.pl](http://www.humanitas.edu.pl)

<sup>4</sup> [http://www.zfśs.pl/strefahr/praktyka\\_studencka.html](http://www.zfśs.pl/strefahr/praktyka_studencka.html)

<sup>5</sup> [www.euh-e.edu.pl/media/js/filemanager/.../Dziennik\\_praktyk\\_ZEW\\_II\\_st.doc](http://www.euh-e.edu.pl/media/js/filemanager/.../Dziennik_praktyk_ZEW_II_st.doc)

## JAK ZAWRZEĆ UMOWĘ O PRAKTYKĘ STUDENCKĄ?

Zawodowa praktyka studencka dotyczy trzech stron: studenta, pracodawcy i uczelni.

**Praktyki nieobowiązkowe** regulowane są na podstawie indywidualnych ustaleń między pracodawcą a studentem. Między nimi bezpośrednio zawierana jest wtedy umowa.

W przypadku **obowiązkowej praktyki** pracodawca zawiera umowę bezpośrednio z uczelnią. Określa w niej m.in. program, nadzór dydaktyczny i organizacyjny, a także zobowiązuje się do zapewnienia stanowiska i narzędzi pracy. Taka umowa ma pomóc w zdefiniowaniu celów dobrej praktyki – z punktu widzenia pracodawcy (cele zawodowe), jak i uczelni (cele edukacyjne). Warto zadbać, by umowa szczegółowo określała zakres obowiązków i przykładowe zadania, a także proces adaptacji praktykantów<sup>6</sup>.

Bez względu na to czy student zawiera bezpośrednią umowę z instytucją oferującą praktykę, czy pośrednikiem jest uczelnia, dobra umowa wyróżnia się następującymi zapisami:

- ✚ o założeniach programu praktyki
- ✚ o czasie trwania praktyki i liczbie godzin pracy
- ✚ o zakresie obowiązków
- ✚ o stanowisku i narzędziach pracy
- ✚ o komórce organizacyjnej, w której praktyka będzie się odbywać
- ✚ o celach i treściach edukacyjnych praktyki, uwzględniających program kształcenia studentów-praktykantów

Warto zadbać aby powyższe ustalenia znalazły się w umowie zawieranej z praktykantem jak również o to aby jej treść była dla niego w pełni zrozumiała i nie budziła wątpliwości na etapie realizacji praktyki.

<sup>6</sup> Ibidem.

## WZÓR UMOWY O PRAKTYKĘ STUDENCKĄ ZAWIERANĄ MIĘDZY STUDENTEM A PRACODAWCĄ

Przykładowy **wzór umowy o praktykę studencką** zawieranej między studentem a pracodawcą (praktyka nieobowiązkowa):

Zawarta dnia ..... pomiędzy ..... reprezentowanym przez.....zwanym  
pracodawcą, a .....urodzonym .....zwanym praktykantem.

Działając na mocy Ustawy z dnia 17 lipca 2009 r. o praktykach absolwenckich (Dz. U. Nr  
127, poz.1052). Praktykant oświadcza, że jest studentem .....

Strony zawierają umowę na okres od .....do .....w czasie, którego  
praktykant wykonywać będzie następujące czynności:

1.....

2.....

Umowa ma charakter nieodpłatny/odpłatny. Wynagrodzenie płatne w kwocie  
.....miesięcznie, płatne w ostatnim dniu miesiąca. Podczas trwania praktyk,  
praktykanta obowiązywać będzie tygodniowy wymiar czasu pracy wynoszący ..... godzin,  
w dniach ..... Umowa ta może być rozwiązana w każdym momencie/z  
zachowaniem 7-dniowego okresu wypowiedzenia.

Pracodawca zobowiązany jest:

- 1.Zapewnić praktykantowi szkolenie z zakresu BHP, p.poż oraz ochrony danych osobowych;
- 2.Wystawić zaświadczenie podsumowujące odbyte praktyki.

Praktykant zobowiązany jest do zachowania w tajemnicy informacji uzyskanych w trakcie  
praktyk, ujawnienie których mogłoby zaszkodzić pracodawcy. Wszystkie zmiany wymagają formy  
pisemnej. Umowa sporządzona jest w dwóch kopiach, po jednej dla każdej ze stron.

Do spraw nie ujętych w niniejszej umowie zastosowanie mają przepisy ustawy z dnia 17 lipca  
2009 r. o praktykach absolwenckich (Dz. U. Nr 127, poz.1052) oraz przepisy kodeksu  
cywilnego i kodeksu pracy.

.....  
Podpis praktykanta

.....  
Podpis pracodawcy<sup>7</sup>

<sup>7</sup> [http://www.zfss.pl/wzor\\_umowa\\_o\\_praktyke\\_studencka\\_strefahr.pdf](http://www.zfss.pl/wzor_umowa_o_praktyke_studencka_strefahr.pdf)

## CHARAKTERYSTYKA PRAKTYK W PROJEKCIE POMOST

Praktyki przewidziane przez autorów projektu POMOST cechuje **idea łączenia** osób zależnych i ich rodzin/ opiekunów ze studentami ostatnich lat Psychologii. Za pośrednictwem organizacji zajmujących się osobami zależnymi (seniorami, niepełnosprawnymi) studenci trafiali by do rodzin osób zależnych świadcząc im potrzebne wsparcie emocjonalne. Wsparcie to dotyczyło by zarówno **osób zależnych** jak i w mniejszym stopniu **ich opiekunów**.

Spotkania ze studentami **nie zastąpią wizyty u specjalisty**, ale mogą **ułatwić czas oczekiwania na wizytę** i uczynić ewentualną terapię skuteczniejszą dzięki podjęciu samodzielnych działań w obszarze autoterapii i rozwoju osobistego. Mogą też **pomóc zmienić własne nastawienie** do problemu, poszerzyć świadomość i otworzyć na poszukiwanie pomocy i rozwiązań. Osoba zależna, opiekun, któremu student Psychologii wyjaśniłby mechanizmy danych reakcji emocjonalnych, które przeżywa, opisał stany, których doświadcza mogłaby łatwiej poradzić sobie z codziennymi trudnościami bądź też - w przypadku zaawansowanych problemów - z większym spokojem oczekiwać wizyty u specjalisty (lub też w ogóle podjąć decyzję o konieczności leczenia itp.).

Celem dobrych praktyk zawodowych jest budowanie doświadczenia zawodowego poprzez umożliwienie studentom sprawdzenia w działalności praktycznej zdobytej wiedzy teoretycznej, a przede wszystkim umiejętności diagnozy psychologicznej, pracy z jednostką, rodziną, społecznością lokalną, projektowania działań na rzecz rozwiązywania problemów społecznych.

Dobre praktyki powinny mieć także na celu stworzenie takich sytuacji, w których studenci **doświadczają siebie w roli psychologa** wdrażając się w profesjonalne przeprowadzenie pomocy psychologicznej w sytuacjach trudnych, zapobieganiu i korekcji przejawów patologii społecznej, a także profilaktyki i preferencji społecznej oraz resocjalizacji w warunkach zinstytucjonalizowanych. Kolejnym celem jest także kształtowanie postaw badawczych i umiejętności refleksyjnej nad doświadczeniami praktycznymi wyniesionymi z zajęć w różnego typu placówkach, ośrodkach<sup>8</sup>.

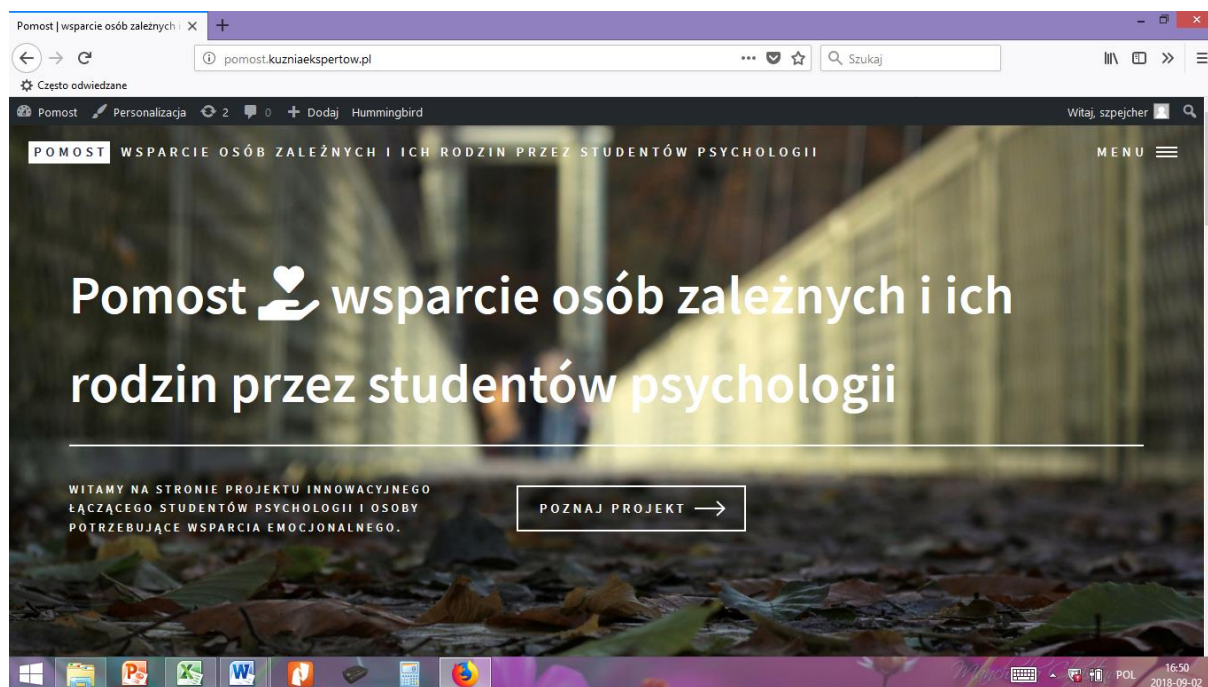
Praca z osobami zależnymi i ich opiekunami jest o tyle wyjątkowa, że student wchodzi niejako w sferę domową tych osób, poznaje ich życie, pozyskuje zaufanie i dzięki temu jego pomoc może być efektywniejsza – pracuje na „żywych przykładach”. Stwarza to faktyczną możliwość przełożenia wiedzy na praktykę.

<sup>8</sup> Informacje na temat realizowanych praktyk na kierunku psychologia. [www.humanitas.edu.pl](http://www.humanitas.edu.pl)

Warto dodać, że projekt wypełnia w ten sposób choćby w niewielkim stopniu lukę w polskim systemie wsparcia osób zależnych. Żadna z najpowszechniejszych w Polsce form wsparcia osób zależnych nie jest ukierunkowana na wsparcie emocjonalne osób zależnych i ich rodzin. Dodatkowo zdecydowana większość osób starszych i niepełnosprawnych pozostaje poza oddziaływaniem jakiegokolwiek systemowego wsparcia. Brakuje kadr wyspecjalizowanych w pracy z osobami zależnymi o różnym stopniu samodzielności, różnym potencjale kulturowym i kapitale społecznym. Ten zasób kadrowy – choć w minimalnym stopniu - oferują w projekcie studenci.

**Oferty możliwości odbywania praktyk** w rodzinach osób zależnych będą zamieszczane przez instytucje z nimi współpracujące oraz bezpośrednio przez osoby zależne i ich opiekunów na stronie [www.pomost.kuzniaekspertow.pl](http://www.pomost.kuzniaekspertow.pl).

Wygląd strony domowej [www.pomost.kuzniaekspertow.pl](http://www.pomost.kuzniaekspertow.pl):



The screenshot shows the homepage of the website. The navigation menu includes 'POMOST WSPARCIE OSÓB ZALEŻNYCH I ICH RODZIN PRZEZ STUDENTÓW PSYCHOLOGII'. The main content area is divided into four sections: 'Innowacje społeczne' (ŁĄCZYMY ŚRODOWISKA), 'Kompleksowość' (MAKSIMUM POMOCY W PRZYSTĘPNEJ FORMIE), 'Dostępność' (PROSTE ROZWIĄZANIA DOSTĘPNE ON-LINE), and 'Przydatność' (ODPOWIADAMY NA REALNE PROBLEMY I POTRZEBY).

Oferty będzie można wyszukiwać w zakładce **TABLICA OGŁOSZEŃ**:

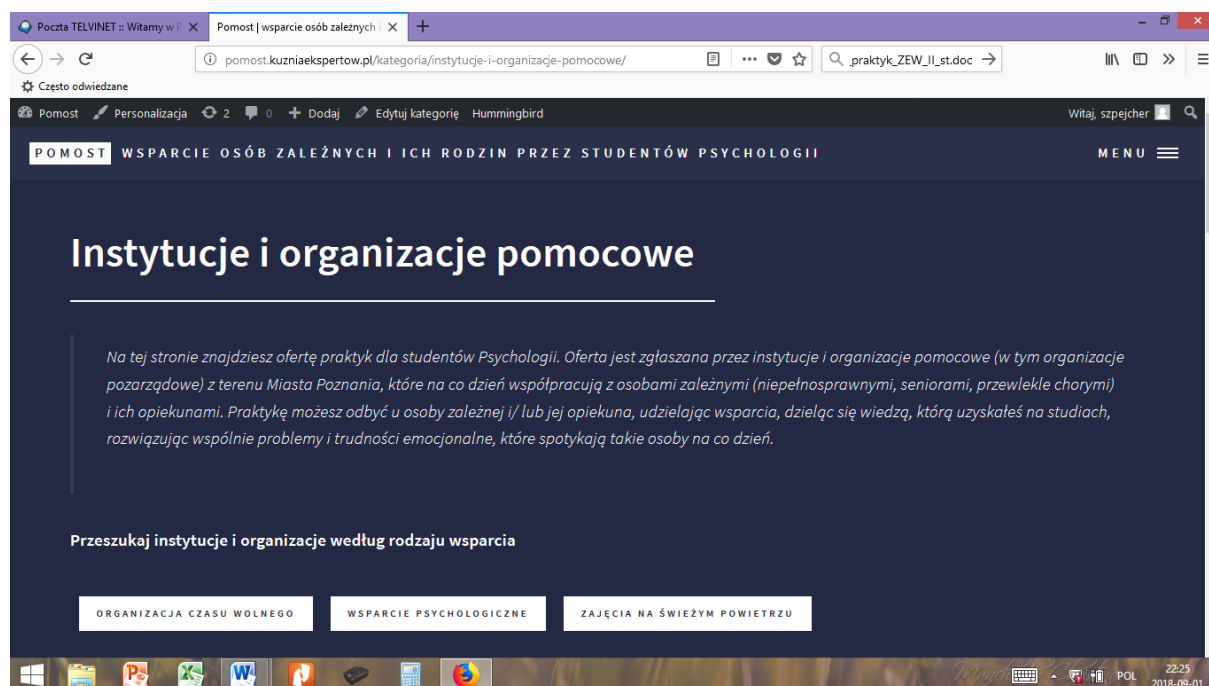
The screenshot shows the 'Tablica ogłoszeń' page. It features a search bar and a navigation menu. The main content area has five buttons: 'Tablica ogłoszeń', 'Logowanie i rejestracja', 'Ogłoszenia potrzebujących wsparcia', 'Ogłoszenia studentów', and 'Ogłoszenia instytucji'. Below the buttons, there is a paragraph explaining the purpose of the page and instructions for publishing an advertisement.

Każda zainteresowana instytucja lub osoba będzie mogła utworzyć na stronie swoje konto, następnie skonfigurować swój profil, a za jego pomocą komunikować jakiego rodzaju poszukuje pomocy i nawiązywać kontakty z osobami chcącymi pomóc. Tablica ogłoszeń daje również możliwość ogłaszania ofert udzielania pomocy przez studentów Psychologii.

Aby opublikować ogłoszenie o poszukiwaniu bądź udzielaniu pomocy, należy najpierw zarejestrować się, a następnie zalogować. Po zalogowaniu w menu na stronie pojawi się zakładka „Dodaj ogłoszenie”. Ogłoszenie trzeba dodać jako nowy wpis. W treści ogłoszenia należy podać swoje dane kontaktowe oraz wybrać odpowiednią kategorię ogłoszenia. Po napisaniu ogłoszenia wystarczy kliknąć na przycisk „Zapisz do przeglądu”. Po akceptacji ogłoszenia przez administratora ogłoszenie będzie widoczne online na tej stronie.

Osobna zakładka została poświęcona ogłoszeniom instytucji pomocowych, które będą za pomocą portalu poszukiwać studentów, chcących odbyć praktykę u osób zależnych, z którymi te instytucje współpracują.

Poniżej znajduje się podgląd tej strony:



Student chcący świadczyć wsparcie osobom zależnym będzie mógł wybrać rodzinę/ osobę pod kątem zgłaszanych przez nią potrzeb w zakresie stricte wsparcia emocjonalnego, organizacji czasu wolnego czy zajęć na świeżym powietrzu. Po dokonaniu wyboru, student nawiązuje kontakt z instytucją pomocową, która zgłosiła potrzebującego i dalej z tą właśnie instytucją ustala zakres praktyki, czas jej trwania i ewentualne wynagrodzenie oraz podpisuje umowę o praktykę studencką.

Jeśli zaistnieje odwrotna sytuacja, czyli osoba zależna samodzielnie za pomocą portalu POMOST znajdzie studenta oferującego pomoc, będzie również konieczne pośrednictwo organizacji pomocowej

we wdrożeniu studenta w zasady odbywania praktyki oraz kontrolę i wsparcie w trakcie jej przebiegu. Indywidualne zgłaszanie zapotrzebowania na pomoc wydaje się rodzić pewne wątpliwości, bardzo możliwe, że w trakcie rozwoju portalu zostanie pozostawiona tylko opcja zgłaszania potrzebujących przez organizacje pomocowe. Wyklucza to sytuację, w której studenci trafiają do anonimowych osób, nie wiadomo jaka organizacja ma przejąć nadzór nad praktyką, wdrożyć studenta i monitorować jej przebieg. Z drugiej jednak strony, pozbawienie indywidualnych osób możliwości zgłaszania zapotrzebowania na wsparcie emocjonalne jest znacznym ograniczeniem dostępu do tej pomocy. Jest to kwestia, którą z pewnością należy jeszcze doprecyzować w działaniu całego modelu.

Za przygotowanie **programu praktyki** będzie odpowiedzialna instytucja zgłaszająca zapotrzebowanie na wsparcie studenta. Ważne aby program ten powstawał w ścisłym porozumieniu z osobami zależnymi i ich opiekunami chcącymi skorzystać ze wsparcia studentów. Niemniej ważne jest uwzględnienie oczekiwań studenta co do przebiegu i zakresu merytorycznego praktyki, jego umiejętności i doświadczenia.

Program praktyki może obejmować także w pewnym zakresie praktykę w organizacji kierującej studenta do osoby zależnej. Student może przyrzeć się pracy np. pracowników socjalnych i psychologów, poznać zasady funkcjonowania organizacji pomocowej, jej problemy i zapotrzebowanie.

#### WSKAZÓWKI DLA PRZYGOTOWUJĄCYCH PROGRAMY PRAKTYK STUDENCKICH W RODZINACH OSÓB ZALEŻNYCH

Przygotowując program praktyki studenckiej, której celem będzie wsparcie osób zależnych i ich opiekunów, warto przemyśleć jakie są cele odbywania praktyki, jakie korzyści ma ona przynieść studentom, osobom zależnych, organizacjom, uczelniom.

Oto przykładowe **cele praktyk dla studentów Psychologii** i sposoby ich realizacji:

Cele praktyk zawodowych:

- ✚ Zapoznanie studentów ze stanowiskiem pracy psychologa oraz zakresem wykonywanych czynności.
- ✚ Zwiększenie umiejętności stosowania w praktyce nabytej wiedzy teoretycznej.

- ✦ Rozwój umiejętności nawiązywania kontaktu z osobami w różnych kontekstach społecznych oraz stosowania wybranych technik pomocy psychologicznej.

Powyższe cele realizowane mogą być poprzez:

- ✦ Zapoznanie się z zadaniami i zakresem czynności psychologa w danej placówce/instytucji/rodzinie – otoczeniu osoby zależnej.
- ✦ Poznanie funkcjonowania struktury organizacyjnej, zasad organizacji pracy i podziału kompetencji, procedur, procesu planowania pracy, kontroli danej placówki/instytucji, rodziny – otoczenia osoby zależnej.
- ✦ Poznanie narzędzi pracy z osobami zależnymi i opiekunami.
- ✦ Wieloaspektowe poznanie praktycznych zastosowań w obszarze psychologii odnoszących się do procedur, metod i narzędzi badawczych stosowanych w danej placówce/instytucji/rodzinie.
- ✦ Obserwacja i uczestniczenie w działaniach pracy psychologa w danej placówce/instytucji/rodzinie.
- ✦ Współpraca i wykonywanie zadań zleconych przez superwizora.
- ✦ Kształtowanie umiejętności skutecznego komunikowania się w organizacji<sup>9</sup>.

#### PRZYKŁADOWY ZAKRES OBOWIĄZKÓW I ZADAŃ DLA PRAKTYKANTA – STUDENTA WSPIERAJĄCEGO OSOBĘ ZALEŻNĄ/ OPIEKUNA

##### **PRZYKŁADOWE OBOWIĄZKI PRAKTYKANTA :**

- zapoznanie się z regulaminem i planem praktyki;
- przebywanie w miejscu praktyk w godzinach ustalonych z opiekunem;
- prowadzenie „Dziennika praktyk”;
- pogłębienie wiedzy, umiejętności, kompetencji społecznych w zakresie kierunku i wybranej specjalności;
- nabywanie wiedzy i umiejętności niezbędnych przy pisaniu pracy dyplomowej oraz w pracy zawodowej;
- poznanie praktycznej strony wiedzy zdobywanej w czasie trwania studiów przez studenta;
- zapoznanie się ze specyfiką zawodu, który student chciałby wykonywać po zakończeniu studiów;
- sumienne wykonywanie powierzanych obowiązków;
- odpowiedzialne wykonywanie zadań wynikających z programu praktyki;

<sup>9</sup> Informacje na temat realizowanych praktyk na kierunku psychologia. [www.humanitas.edu.pl](http://www.humanitas.edu.pl)

- podporządkowania się ogólnym zasadom/regulaminom obowiązującym w instytucji, która organizuje praktykę;
- przedstawienie opiekunowi dziennika praktyk w celu potwierdzenia przez niego: zgodności z prawdą wpisów w dzienniku (podpisem i pieczętą) oraz wystawienia opinii lub zaświadczenia zawierających ocenę praktyk<sup>10</sup>.

### **PRZYKŁADOWE ZADANIA PRAKTYKANTA REALIZUJĄCEGO PRAKTYKĘ W RODZINIE OSOBY ZALEŻNEJ:**

- zapoznanie się ze specyfiką działania i charakterem pracy organizacji, która zleca praktykę
- nawiązanie kontaktu z osobą zależną/ jej opiekunem
- diagnoza problemów emocjonalnych, z którymi zmagają się osoba zależna/ opiekun
- przedstawienie możliwości i sposobów samodzielnego radzenia sobie z problemami,
- przedstawienie sposobów autoterapii, zmiany nastawienia do problemów,
- dostarczenie wiedzy na temat mechanizmów wywołujących określone reakcje emocjonalne i sposobów radzenia sobie z nimi
- poszerzanie samoświadomości osób zależnych i otwarcie ich na poszukiwanie pomocy i rozwiązań swoich problemów,
- przedstawienie sposobów korzystania z prostych narzędzi do monitorowania kondycji emocjonalnej, np.:

  - ✚ skali depresji Becka,
  - ✚ testu diagnozującego ryzyko wystąpienia syndromu wypalenia (dla opiekunów)
  - ✚ kwestionariusza SHI-PL Indeks Szczęścia,
  - ✚ Skali Pozytywnego i Negatywnego Doświadczenia (SPIND),
  - ✚ dzienniczka samoobserwacji.

- przekazanie informacji o instytucjach, organizacjach udzielających wsparcia na terenie Miasta Poznania; wskazanie kontaktów do psychologów itp.
- przekazanie informacji o efektach spotkań z osobą zależną/ opiekunem instytucji zlecającej praktykę

<sup>10</sup> [www.euh-e.edu.pl/media/\\_js/filemanager/.../Dziennik\\_praktyk\\_ZEW\\_II\\_st.doc](http://www.euh-e.edu.pl/media/_js/filemanager/.../Dziennik_praktyk_ZEW_II_st.doc)

## JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO PRAKTYKI U OSOBY ZALEŻNEJ LUB JEJ OPIEKUNA?

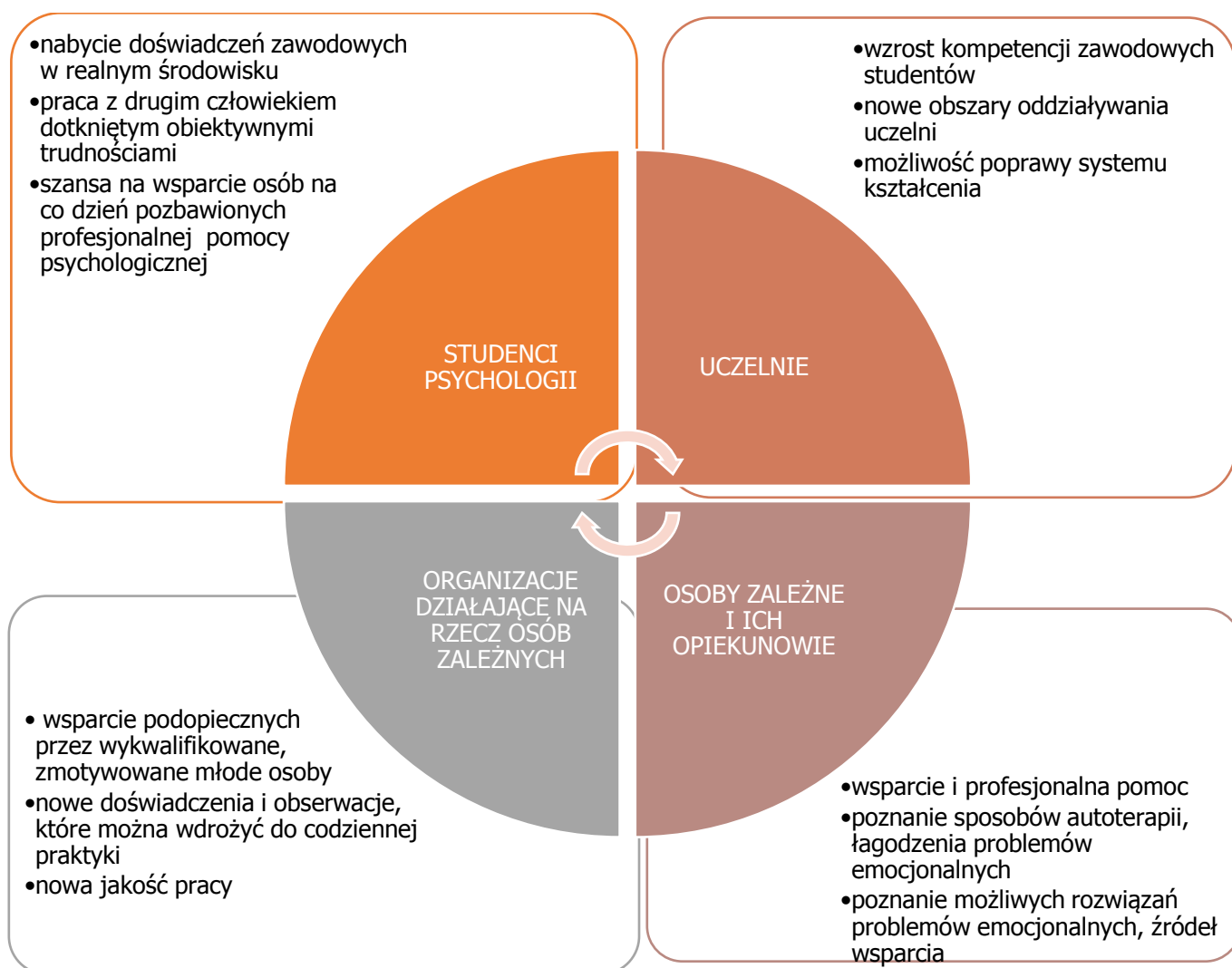
1. Wejdź na stronę [www.pomost.kuzniaekspertow.pl](http://www.pomost.kuzniaekspertow.pl) w zakładkę: INSTYTUCJE I ORGANIZACJE POMOCOWE lub TABLICA OGŁOSZEŃ.
2. Wybierz ofertę praktyki zgłoszonej przez instytucje pomocowe lub osoby indywidualne. Możesz również przygotować własną ofertę pomocy i zamieścić ją na portalu.
3. Skontaktuj się z instytucją lub osobą, która przygotowała ogłoszenie (lub – w przypadku zamieszczenia swojej oferty - oczekuj na zgłoszenie zainteresowanych osób).
4. Zanim rozpoczniesz praktykę zastanów się:
  - ✚ Co masz do zaoferowania jeśli chodzi o Twoją wiedzę zawodową i doświadczenie życiowe?
  - ✚ Czy jesteś wystarczająco zmotywowany do świadczenia pomocy/ co Cię motywuje?
  - ✚ Jak poprowadzisz spotkania z osobami zależnymi/ opiekunami; na co zwrócisz uwagę;
  - ✚ Jak wzbudzisz zaufanie/ przekonasz do siebie podopiecznych?
  - ✚ Jak poradzisz sobie w sytuacjach kryzysowych/ czy masz plan na wypadek niechęci do współpracy, problemów komunikacyjnych itp.?
  - ✚ W jakim czasie (jak długo) możesz odbywać praktykę?
  - ✚ Czy możesz i chcesz podjąć się bezpłatnej praktyki czy musi być ona odpłatna?
  - ✚ Co możesz zaoferować instytucji pomocowej, która przygotowuje praktykę i czego chcesz się od niej nauczyć?

Przygotowując się do odbycia praktyki możesz skorzystać z materiałów edukacyjnych znajdujących się na stronie [www.pomost.kuzniaekspertow.pl](http://www.pomost.kuzniaekspertow.pl). Znajdziesz tam przykłady dobrych praktyk oraz przydatne wzory umów i regulaminów.

## JAKIE KORZYŚCI PŁYNĄ Z PRAKTYK PROJEKTU POMOST?

Korzyści z odbywania praktyk zawodowych studentów Psychologii u osób zależnych i ich opiekunów dotyczą nie tylko tych trzech grup, ale szerszego otoczenia.

Poniżej zaprezentowano zestawienie ich możliwych pozytywnych oddziaływań:



## BIBLIOGRAFIA

1. [http://www.zfss.pl/strefahr/praktyka\\_studencka.html](http://www.zfss.pl/strefahr/praktyka_studencka.html)
2. <https://gloswielkopolski.pl/pensja-minimalna-2018-zobacz-ile-wynosi-brutto-a-ile-na-reke-najnizsza-krajowa-placa-miesieczna-i-stawka-za-godzine/ar/12899401>
3. Praktyki na kierunku Psychologia. [www.humanitas.edu.pl](http://www.humanitas.edu.pl)
4. [www.euh-e.edu.pl/media/js/filemanager/.../Dziennik\\_praktyk\\_ZEW\\_II\\_st.doc](http://www.euh-e.edu.pl/media/js/filemanager/.../Dziennik_praktyk_ZEW_II_st.doc)
5. Informacje na temat realizowanych praktyk na kierunku psychologia. [www.humanitas.edu.pl](http://www.humanitas.edu.pl)