



Warszawa, październik 2022 r.

W SIECI RELACJI

EMOCJE I UCZENIE SIĘ
W SYTUACJI GRUPOWEJ



kawiarnia
najchętniej



INFORMACJE ORGANIZACYJNE

TERMINY:

3 spotkania: 90 min., 120 min. i 120 min.

W następujących po sobie tygodniach, na przykład trzy kolejne:

wtorki: 22.11, 1.12, 6.12, 13.12;

czwartki: 17.11, 24.11, 1.12, 8.12, 15.12

Inny termin jest możliwy do uzgodnienia - prosimy o podanie dat dogodnych dla Grupy oraz Rodziców.

Jeśli to możliwe najchętniej zajęlibyśmy szkolne popołudnia (po lekcjach) i przeznaczyli na to jakąś przestrzeń w Państwa szkole - klasę, aulę lub salę gimnastyczną.

Propozycja ceny::

1200 brutto zł / całość (w tym: materiały, dwie prowadzące, 3 spotkania)

KONTAKT DO PROWADZĄCYCH:



Zuzanna Wiśnicka Tomalak >

e-mail: zwt@kawiarnianajchetniej.pl

tel: 607601211

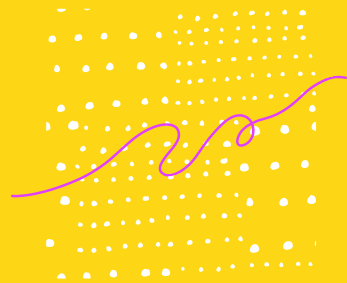
< Elżbieta Lewak:

e-mail: ela_lewak@wp.pl

tel: 796822582



PROGRAM CZ. 1



Przed warsztatami: prośba o uzupełnienie krótkiej, anonimowej ankiety e-mail przygotowanej przez Prowadzącą.

SPOTKANIE 1: JAK WAS WIDZĄ? - 90 min. (przerwy w miarę potrzeb)

Opis:

Podczas pierwszego spotkania ustalimy zasady współpracy i skupimy się na lepszym poznaniu młodzieży. Ćwiczenia zostaną wybrane tematycznie tak, by budowały w Uczestnikach i Uczestniczkach **empatię i uważność na drugiego człowieka** oraz **umiejętność przestrzegania cudzych i wyznaczania własnych granic**. Omawiając ćwiczenia rozważymy różnorodne **źródła i sposoby uzyskiwania uznania, autorytetu i szacunku**, po raz pierwszy poruszymy temat wzajemnego wpływu na siebie osób tworzących grupę.

Przykładowe ćwiczenia: bingo umiejętności, wspomnienie współpracy, najdłuższa linia, węzeł gordyjski, zgoda na rzut, bransoletka opowieści, natychmiastowe uznanie...
(konkretne ćwiczenia zostaną dobrane na miejscu zależnie od dynamiki grupy)

W drugiej części spotkania określimy wraz z Uczniami i Uczennicami jakie są najważniejsze dla nich **obszary rozwoju** na czas kolejnych warsztatów. Sprawdzimy **jak rozumieją relacje międzyludzkie w szkole**, jakie widzą możliwe **funkcje szkoły**, dowiemy się w formie warsztatowej czy dostrzegają konkretne **trudności w porozumieniu i współpracy** tak między sobą jak i z dorosłymi, z którymi pracują jako grupa. Uczniowie i Uczennice będą mieli okazję **ocenić własne sposoby spędzania czasu w szkole i przemyśleć jak ten czas mógłby wyglądać by był dla nich najbardziej rozwijający**.

Jako przygotowanie do kolejnego spotkania proponujemy **uzupełnienie papierowych lub cyfrowych kart obserwacji** inspirowanych techniką prowadzenia badań jakościowych w antropologii i poprosimy o przyniesienie lub przesłanie ich na następne spotkanie.

Cele spotkania:

1. Zawiązanie relacji prowadzących z grupą, wzajemne poznanie;
2. Budowanie atmosfery zaufania, szacunku i bezpieczeństwa w trakcie spotkań;
3. Obserwacja relacji w grupie - tego jak Uczniowie i Uczennice się do siebie odnoszą, jak współpracują, jaka jest dynamika ich relacji - ustalenie najważniejszych obszarów rozwoju;
4. Zdefiniowanie problemów / obszarów rozwoju wraz z grupą - zachęcenie Uczniów i Uczennic do refleksji nad tym jak są odbierani na zewnątrz, a jakie oni mają opinie na temat swojej codzienności w szkole i klasie, refleksja nad tym czym jest rzeczywistość szkolna i do czego może służyć.

PROGRAM CZ. 2

SPOTKANIE 2: PO CO I JAK UCZYĆ SIĘ W SZKOLE? - 120 min

(z przerwami włącznie)

Opis:

Podczas drugiego spotkania zaczniemy od budowania **rozumienia funkcji szkoły jako miejsca potencjalnego rozwoju i uczenia się** w kontekście problemów i obszarów rozwojowych, które zdefiniowaliśmy wspólnie na poprzednim spotkaniu.

Jeśli młodzieży uda się przynieść / przesłać karty obserwacji - omówimy ich wyniki, **zastanowimy się, czy świadome obserwowanie życia w szkole zaowocowało jakimiś odkryciami lub zmieniło ich patrzenie na szkolną codzienność?**

Czy wpłynęło na odczuwane przez nich w **szkole** emocje (np. poprzez dystansowanie)?

Omówimy sposoby rozpoznawania emocji i konstruktywnego wyrażania ich. **Powiązemy emocje z uczeniem się.**

Jeśli obserwacji nie będzie lub odkryją one nowe problemy których grupa wcześniej nie dostrzegała, **skupimy się na kilku wybranych zagadnieniach i spróbujemy wypracować możliwe rozwiązania** (na przykład metodą "oczami niezależnego fachowca"), które każdy będzie mógł przetestować w ciągu tygodnia.

Zastanowimy się nad tym co zyskujemy dzięki prawu uczenia się - w konfrontacji do wiedzy o kulturach lub czasach, w których nie wszyscy takie prawo mają (na przykładzie krótkich filmów i fragmentów tekstów). Rozważymy jak Uczestnicy i Uczestniczki mogą to prawo i warunki w jakich są wykorzystać dla siebie i swojego rozwoju.

Wspomnimy o momencie rozwojowym mózgu osób nastoletnich (czas specjalizacji mózgu i skrajnego ograniczania nieużywanych zasobów i niezwykłego rozwijania obszarów używanych) i rozważymy co można z tym zrobić. W tym kontekście zastanowimy się po co i jak uczyć się tu i teraz. Zaproponujemy powiązanie posiadania wiedzy i umiejętności z wolnością.

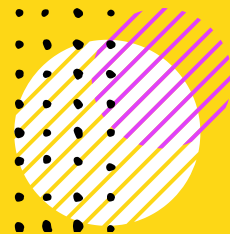
W miarę potrzeb **zaproponujemy ćwiczenia dotyczące emocji i empatii**. Każde zadanie będzie odpowiadało na przynajmniej jeden problem, zdefiniowany przez Uczniów i Uczennice podczas poprzednich zajęć (obejmie również potrzeby zaobserwowane przez Prowadzącego i zgłoszone podczas zlecenia warsztatu).

Przykładowe ćwiczenia: Gra na emocjach - co czuję gdy..., emocjonalne kalambury, barometr emocjonalny - gdzie czuję...?, Co oni czują? - postaci z kart, oczami niezależnego fachowca, nieoczekiwana reakcja, ja oraz inni...
(konkretne ćwiczenia zostaną dobrane do potrzeb grupy)

Cele:

1. Zrozumienie potencjału rozwojowego sytuacji szkolnej i przydatności uczenia się.
2. Powiązanie wiedzy i umiejętności z wolnością.
3. Zwiększenie samoświadomości emocjonalnej i wiedzy o emocjach i konstruktywnych sposobach wyrażania ich.
4. Rozwijanie empatii i szacunku do innych.
5. Odpowiedź na określone przez Uczniów i Uczennice problemy.

PROGRAM CZ. 3



SPOTKANIE 3: SKUTECZNA WSPÓŁPRACA - 120 min

(z przerwami włącznie)

Opis:

Trzecie spotkanie poświęcimy na zagadnienia dotyczące **umiejętności bycia w grupie, współpracy i skutecznej komunikacji** - będą odpowiadały na kolejne określone podczas poprzednich spotkań problemy lub dalej rozwijały poruszone wcześniej zagadnienia.

Omówimy wrażenia z tygodnia po naszych warsztatach i dowiemy się czy ktoś próbował i z jakim skutkiem stosować lub wprowadzać wypracowane metody.

Obejrzymy krótką animację np. "The power of teamwork" (lub podobną) i **określimy jakie są zalety pracy w grupie, a jakie wady lub trudności z nią związane**. Spróbujemy stworzyć wspólną listę zadań, dla których lepiej pracować w grupie i takich, które lepiej wykonywać samemu i określić jakie istnieją **role w grupach, po co one są i kto w jakich czuje się najlepiej**. W tym kontekście też zastanowimy się nad tym **kim jest lider, jak buduje się jego autorytet, co taka rola daje, ale też - jakie nakłada obowiązki**. Zastanowimy się w jakich warunkach jest to rola zmienna - znajdziemy **sytuacje, w których przydatna jest zmiana typowych ról** (lider może być kimś innym zależnie od celu grupy). Zastanowimy się nad **wspólną odpowiedzialnością grupy** - na czym polega, jakie są jej ewentualne granice, oraz nad ideą **konformizmu grupowego** i ewentualnych niebezpieczeństw z niego wynikających. Spróbujemy nakreślić sytuacje, w których warto współpracować z grupą i takie w których warto się zbuntować i chronić siebie i swoje wartości. Określimy **co wspiera, a co rozbija skuteczność grupy**, i przećwiczymy sprzyjające współpracy metody komunikacji.

Przykładowe ćwiczenia: Trójkąty równoboczne, w sieci relacji, ludzie kontra ludzie, komunikacja "ja-ty-się", katalizator czy hamulec, a jak asertywność, aktywne słuchanie, czy pamiętasz, milcząca burza mózgów, magiczna różdżka, rzeźba, role w życiu, mroczne historie...

W ramach podsumowania poprosimy **o ewaluację całego cyklu zajęć** i deklaracje na temat tego, które konkretnie ćwiczenia lub elementy warsztatu młodzież uzna za **warte dalszego wypróbowania oraz rozwijania**.

Cele:

1. Rozwój umiejętności współpracy w grupie;
2. Wiedza o rolach w grupie i własnych preferencjach - zmienianie ról w grupie, zrozumienie kim jest lider;
3. Rozwój umiejętności skutecznej komunikacji;
4. Odpowiedź na konkretne problemy grupy;
5. Podsumowanie procesu, opracowanie wniosków na przyszłość.



kawiarnia
najchętniej

DZIĘKUJEMY. - - - - -

MAIL: JP@KAWIARNIANAJCHETNIEJ.PL
TEL: +48 515 50 40 39

www.kawiarnianajchetniej.pl