



DZIEWCZYNKI MAJĄ MOC - ODKRYJ SWOJE PASJE! WARSZTAT W OPARCIU O KOMIKSY WYBRANYCH SERII (LOU, KAMILA I KONIE, SISTERS, STUDIO TAŃCA)

CELE:

- poznanie swoich mocnych stron
- kształtowanie umiejętności pracy w grupie
- nabycie umiejętności dbania o relacje
- nabycie umiejętności stawiania sobie celów
- diagnoza własnych możliwości
- poznanie sposobów realizacji marzeń

Czas trwania: 3 spotkania po około 60 min.

Wiek uczestniczek: 10-13 lat

Liczba uczestników: 20 osób

POTRZEBNE MATERIAŁY:

- blok do flipchartu lub 2 kartony w formacie B1
- kartki A3 (do mapy mocy)
- flamastry, kredki
- papier samoprzylepny kolorowy
- taśma klejąca przezroczysta lub dwustronna
- szablon do ćwiczenia „Dziewczyńska Mapa Mocy”
- komiks z serii Lou, Kamila i Konie, Sisters, Studio Tańca
- kolorowe czasopisma do wykonania mapy marzeń



PRZEBIEG:

NA DOBRY POCZĄTEK - SPOTKANIE WPROWADZAJĄCE

1. Poznaj imiona (10 min.)

Uczestniczki siedzą w kręgu. Każda z osób wymienia swoje imiona oraz dodaje cechę/umiejętność zaczynającą się na literę swojego imienia, np. Mądra Marysia, Ambitna Agnieszka, Zaradna Zosia, Aktywna Ania.

2. Co nas łączy – co nas wyróżnia? (20 min.)

Prowadzący dzieli uczestniczki na kilka grup 4-5 osobowych i rozdaje po 1 kartce z flipchartu na grupę. Zadaniem każdej z grup jest narysować duży kwiatek, który ma tyle płatków, ile jest osób w grupie. W środkowej części kwiatka uczestniczki zapisują, co ich łączy (np. hobby, pasje, szkoła, do której chodzą, ulubione aktywności itd.). Pojedyncze płatki kwiatka każda z uczestniczek podpisuje swoim imieniem i zapisuje w nim, co ją wyróżnia na tle grupy (np. jako jedyna jeździ na rolkach / nosi okulary / gra na gitarze / czyta komiksy / ma rodzeństwo itd.). Następnie każda z grup prezentuje swój „kwiatek” i krótko opowiada o sobie.

3. Dziewczyńska Mapa Mocy (20 min.)

Prowadzący mówi uczestniczkom, że każdy z nas jest inny, a przez to wyjątkowy. Bardzo ważne jest, aby umieć dostrzegać swoje mocne i słabe strony. Dobrze jest również zobaczyć, jak wielu wartościowych ludzi mamy wokół siebie, a także przyjrzeć się temu, co lubimy i co nam sprawia radość.

Cel ćwiczenia: bliższe poznanie i wzmocnienie siebie

Każda uczestniczka otrzymuje kartkę (najlepiej A3). Na środku kartki pisze swoje imię. Od imienia rysuje linie tworząc mapę myśli z następującymi zagadnieniami:

- osoby, które są mi bliskie
- osoby, które podziwiam
- rzeczy, które lubię robić (pasje, hobby)
- moje słabe strony (rzeczy, nad którymi chciałabym popracować)



- moje mocne strony (w czym jestem dobra, jakie umiejętności i cechy charakteru kryją się za rzeczami, które lubię robić, o pomoc w czym często proszą mnie znajomi)
- moje osiągnięcia (co mi się udało i sprawiło, że poczułam się dumna, np. napisanie trudnego sprawdzianu z angielskiego albo posprzątanie pokoju)

Omówienie

Co podobało się Wam w tym ćwiczeniu?

Co było trudne?

Czego się o sobie dowiedziałyście?

Mapa będzie punktem wyjścia do odnoszenia się do doświadczeń uczestniczek w dwóch tematach – relacji i marzeń

I CZĘŚĆ - RELACJE

1. Relacje w naszym życiu (20 min.)

Prowadzący czyta wybrany przez siebie fragment komiksu z serii Sisters lub Lou, który opisuje relacje bohaterki z innymi. W oparciu o ten fragment zaprasza uczestniczki do pogadanki na temat znaczenia relacji w ich życiu.

Prowadzący może zadać następujące pytania:

- *Czym w ogóle jest relacja?*
- *Z kim można mieć relację?*
- *Jak ją nawiązać?*
- *Jak o nią dbać?*

2. Ja w świecie – relacje, które wzmacniają (30 min.)

Prowadzący dzieli uczestniczki na kilkusobowe grupy. Zadaniem uczestniczek jest przypomnieć sobie jakieś miłe przeżycie, które wydarzyło im się w relacji z innymi (z jedną osobą lub grupą), a następnie podzielenie się nim krótko z resztą. Gdy wszyscy już opowiedzą swoje historie, zastanawiają się nad pytaniem: „Dlaczego było to miłe przeżycie?”.

Podawane przez uczestniczki przyczyny, dla których lubią spędzać czas i działać z innymi, prowadzący ujmuje w szersze kategorie i zapisuje na dużym arkuszu papieru lub na tablicy. Będą to najistotniejsze – zdaniem uczestniczek – korzyści płynące z przynależności do grupy.



Mogą to być na przykład takie powody:

- czułam się pewnie w gronie dobrze znanych mi osób
- czułam się akceptowana taka, jaka jestem
- czułam, że mogę być sobą
- zostałam doceniona przez innych
- pomagaliśmy sobie nawzajem
- zrealizowaliśmy wspólnie pomysł
- będąc z tą osobą/osobami czułam się ważna, brana pod uwagę, uwzględniona

Każda z uczestniczek zajęć wybiera trzy powody, które dla niej najważniejsze - przyklejając przy nich kółeczka/karteczki, lub dorysowując znak flamastrem.

Prowadzący podsumowuje ćwiczenie.

II CZĘŚĆ - odWAŻNE marzenia

1. Od poszukiwania do osiągnięcia celu (30 min.)

Prowadzący łączy uczestniczki w 2 zespoły i prosi je, żeby usiadły w dwóch końcach sali. Każdy zespół dostaje do przeczytania jeden komiks i związane z nim zadanie do wykonania.

Zespół nr 1

Uczestniczki czytają komiks z serii Kamila i Konie, a następnie krótko rozmawiają o tym, co zrobiło na nich wrażenie w tej historii. Po zakończeniu rozmowy ich zadaniem jest zastanowić się i zapisać na kartonie/flipcharcie: Co jest potrzebne / co trzeba zrobić, żeby odkryć swoją pasję/hobby?

Zespół nr 2

Uczestniczki czytają komiks z serii Studio Tańca, a następnie krótko rozmawiają o tym, co zrobiło na nich wrażenie w tej historii. Po zakończeniu rozmowy ich zadaniem jest zastanowić się i zapisać na kartonie/flipcharcie: Co trzeba zrobić / co jest potrzebne do realizacji marzeń?

2. Opowieści pełne marzeń (15 min.)

Na forum uczestniczki mówią krótko, czego dotyczyły przeczytane historie i na jakie pytania odpowiadały. Uzasadniają krótko to, co zapisały. Prowadzący podsumowuje wypowiedzi i zwraca



uwagę, że każda z bohaterek komiksów ciężko pracuje, przewycięża strach i dzięki temu rozwija się i realizuje swoje marzenia.

Następnie prowadzący prosi uczestniczki, aby zastanowiły się, jakie mają marzenia. Następnie krótko rozmawia z nimi na ten temat.

Prowadzący może zadać tutaj następujące pytania:

- *Jakie są Wasze marzenia?*
- *Jeżeli macie różne marzenia – myśl o którym z nich sprawia Wam największą radość?*
- *Po czym poznać, że marzenie jest naprawdę nasze?*
- *Czy można o czymś marzyć, a jednocześnie obawiać się tego?*
- *Co możecie zrobić, aby odkryć swoje marzenia, pasje, cele?*
- *Wyobraźcie sobie, że spełniacie Wasze marzenia. Jak się czujecie? Co zmienia się w Waszym otoczeniu?*

3. Dziewczyńska Mapa Marzeń / Moja Mapa Marzeń (20-30 min.)

Prowadzący wprowadza uczestniczki w zagadnienie Mapy Marzeń. Tłumaczy, że teraz będą miały czas na to, aby stworzyć swoją własną mapę ze wszystkimi marzeniami, jakie przychodzą im do głowy – mogą to być marzenia podobne, jak miały bohaterki czytanych komiksów lub zupełnie inne. Mogą być związane z nauką, relacjami z koleżankami i kolegami, spędzaniem wolnego czasu, rodziną, hobby czy z czymkolwiek zechcą.

Każda z uczestniczek przygotowuje swoją indywidualną mapę marzeń wyklejając ją na kolorowym brystolu z fragmentów przygotowanych wcześniej przez prowadzącego czasopism lub rysując/malując.

4. Dłonie pełne mocy (15 min.) – do wyboru to lub poniższe ćwiczenie

Każda z uczestniczek odrysowuje na kartce papieru swoją dłoń, a następnie podpisuje rysunek swoim imieniem. Uczestniczki siedzą w kręgu i podają swoje kartki osobie siedzącej po prawej stronie. Zadaniem każdej z osób jest wypisać wewnątrz rysunku dłoni pozytywne rzeczy na temat osoby, której rysunek znajduje się na otrzymanej kartce, np. co w niej lubi, jakie mocne strony tej osoby zauważa, dlaczego lubi z nią przebywać itd. Uczestniczki podają sobie kartki i wypisują pozytywne informacje do momentu, gdy otrzymają z powrotem kartki z rysunkami swoich dłoni.



4. Komplement (10 min.) – do wyboru to lub powyższe ćwiczenie

Uczestniczki chodzą swobodnie po sali. Na znak prowadzącego każda podchodzi do jednej osoby i mówi jej komplement. Opcjonalnie podczas ćwiczenia w tle może grać muzyka.

Autorki: Agata Warywoda, Monika Schmeichel-Zarzeczna

Scenariusz powstał w ramach akcji „BOOM! Na komiksy i gry planszowe w bibliotece” realizowanej we współpracy wydawnictwa Story House Egmont Sp. z o.o. i Fundacji Rozwoju Społeczeństwa Informacyjnego.