

Śladami Nini

Scenariusz zajęć

konferencja „Między słowami”

Cele: pogłębienie przekonania, że każdy człowiek zasługuje na miłość, że w każdym człowieku jest coś godnego kochania; wzmocnienie poczucia własnej wartości; samopoznanie; uświadomienie sobie swoich oczekiwań względem osoby, którą chcemy pokochać

Metody i formy pracy: praca zbiorowa i indywidualna; gry i zabawy psychologiczne; zabawy interakcyjne

Materiały: kartki papieru, papierowa torba, kolorowe ilustracje

Jansson T.: *Opowiadania z Doliny Muminków*. Warszawa. Nasza Księgarnia, 2007 ; Nowacka E.: *Może tak, może nie*. Warszawa. Nasza Księgarnia. cop. 1997 ; Nowak E.: *Diupa*. Wyd. 2. Warszawa: Egmont, 2006 ; Nowak E.: *Lawenda w chodakach*. Wyd. 2. Warszawa, Egmont, 2006 ; Vopel Klaus W.: *Gry i zabawy interakcyjne dla dzieci i młodzieży, cz. 4*. Kielce. Jedność. 2003, s. 119-120 ; Vopel K.: *Sztuka opowiadania, sztuka słuchania : praktyczne wskazówki i ćwiczenia*. Kielce: Jedność, 2003.

Przebieg zajęć:

I część wstępna:

1. Przypomnienie kontraktu { *udział w zajęciach jest dobrowolny, *słuchaj uważnie tego, co mówią inni uczestnicy, *w trakcie spotkania panuje atmosfera życzliwości i uprzejmości, *uczestnicy mają do siebie nawzajem zaufanie, *treści naszych spotkań są naszą i tylko naszą własnością, *staraj się poczekać z tym, co masz do powiedzenia aż do momentu, w którym mówiąca w danej chwili osoba skończy swoją wypowiedź, *dbaj o poprawność i piękno języka, którym się posługujesz } {akceptacja grupy wraz z dopisaniem ewentualnych propozycji},
2. *W jakim jesteś dzisiaj nastroju...* {plansza z ludzikami w załączeniu},
3. *Przedstawiamy się w niekonwencjonalny sposób*: wybierz jednego/jedną z bohaterów/bohatek literackich historii miłosnych i krótko uzasadnij swoją decyzję {np. *Jestem jak Julia, bo wierzę, że można kochać kogoś ponad życie*},
4. *Wspominki*: swobodna rozmowa nt. rodzinnych historii: *Czy pamiętacie/znacie miłosne historie w waszych rodzinach? Czy znacie historię poznania i zakochania się waszych rodziców?* {Jeżeli tak, lecz z lukami proszę byście w kilku słowach ją streścili, uwzględniając zwłaszcza to, co was w niej szczególnie urzekło/wzruszyło/rozbawiło/przyciągnęło waszą uwagę, np.: *jakiś gest, słowo, miejsce...*},
5. Tworzenie opowieści – rozdanie ilustracji przedstawiających zakochanych/pary młode {*Proszę byście stworzyli waszą historię poznania się i zakochanie tych dwojga osób; jakie były ich początki; kim są i dlaczego się w sobie zakochali*}; po wykonaniu zadania chętne osoby opowiadają swoje wersje; ponadto pytamy również uczestników o to, co jest najistotniejszego w tejże historii, jakie przesłanie wypływa dla nich ze stworzonej przez nich opowieści, jaką mają wizję swojej miłosnej Legendy},
6. *Okno* {uczestnicy rysują „okna” wypełniając je zgodnie z zawartymi we wzorze wskazówkami; część 3 okna wypełniamy później, przy pomocy grupy; po zakończeniu rozmowa nt. wniosków, jakie nasunęły się uczestnikom w trakcie tego zadania},
7. Zabawa interakcyjna *Chłopcy i Dziewczęta II* {Zarówno dziewczęta jak i chłopcy proszeni są o napisanie na swoich kartkach początek zdania: dla chłopców: *Lubimy w dziewczętach to, że...bo..., dla dziewcząt: Lubimy w chłopcach to, że...bo...* Następnie każdy zapisuje swoje myśli, skojarzenia, słowa, zdania, które przychodzą mu do głowy. Czas pracy ok. 10 min.

Potem wszystkie kartki zbierane są na dwie kupki i w pierw dziewczęta, a później chłopcy odczytują, co napisała przeciwna grupa},

8. **Rozmowa nt. powyższego ćwiczenia** {w oparciu o następujące pytania: *czy zabawa wam się podobała, jakie wspólne cechy mają dziewczęta i chłopcy, jakie rzeczywiste różnice istnieją między dziewczętami a chłopcami, jak wzajemnie widzą się obie grupy; czy coś was zdziwiło w wypowiedziach dziewcząt bądź chłopców na wasz temat?*} stanowi wprowadzenie do prezentacji fragmentów książki Ewy Nowak

II część właściwa biblioterapeutyczna:

1. Przeczytanie fragmentu książki *Lawenda w chodakach* {rozdanie uczestnikom tekstu i wprowadzenie w treść książki}, s. 74-79
2. **Rozmowa nt. powyższego tekstu w oparciu o pytania** {m.in.: *Jakie były Twoje pierwsze myśli, skojarzenie, refleksje po usłyszeniu przeczytanych fragmentów; która z opowiedzianych historii wywarła na Tobie najmocniejsze wrażenie i dlaczego; czy zgadzasz się z poglądami Wiktora nt. kryterium doboru partnera; czy dostrzegasz różnice w podejściu do tej kwestii u dziewcząt a u chłopców*} jak również uwzględniając wcześniejsze ćwiczenia oraz przywołane i opowiedziane rodzinne historie **nt. subiektywnego postrzegania człowieka przez drugiego człowieka** stanowi pomoc przy próbach wspólnego zdefiniowania wyrażeń „piękno”, „brzydota” {zapisujemy pomysły uczestników, na tablicy bądź arkuszach papieru; ewentualne pytania: *czym wg ciebie jest piękno/brzydota; jakie cechy charakteru ma wg ciebie piękna/brzydka kobieta/mężczyzna; czy spotkałaś/spotkałeś się z krzywdzącymi opiniami na temat pięknych/brzydkich osób; czy istnieje wg ciebie zespół jakichś obiektywnych cech charakteru/zewnętrznych, które gwarantują bycie postrzeganym przez innych jako piękna osoba/brzydka; czy panuje wg ciebie kult pięknego ciała*} {uzupełniamy definicją słownikową},
3. Dyskusja nt. **„Czy istnieje osoba będąca ucieleśnieniem marzeń/ ideałem, w którym każdy się zakocha?”** {podział grupy na 2 obozy: przeciwników lub zwolenników powyższego założenia; ewentualne pytania, np. *jak myślisz czy tzw. pierwsze wrażenie dostarcza nam prawdziwych wiadomości nt. drugiego człowieka; czy naprawdę nie szata zdobi człowieka; co tak naprawdę mamy na myśli mówiąc, że ktoś jest naszym ideałem*} – {przy okazji można również porozmawiać o zmieniających się kanonach piękna},
4. **Burza mózgów: W jaki sposób można odkryć piękno w drugim człowieku** {opowiedzenie swoimi słowami/bądź przeczytanie wybranych fragmentów historii o niewidzialnej dziewczynce z książki *Opowiadania z Doliny Muminków* Tove Jansson, która dzięki miłości Mamy Muminka odzyskuje swoją postać } {rozmowa nt. tego, czy czasami czujemy się jakbyśmy byli niewidzialni i dlaczego oraz jak temu zaradzić, jak sprawić by inne osoby nas dostrzegły i ceniły: wprowadzenie pojęcia: asertywność},
5. Swobodne wypowiedzi uczestników nt. cytatu z *Małego Księcia*: „Żegnaj – odpowiedział lis – A oto mój sekret. Jest bardzo prosty: dobrze widzi się tylko sercem. Najważniejsze jest niewidoczne dla oczu. – Najważniejsze jest niewidoczne dla oczu – powtórzył Mały Książę, aby zapamiętać”
6. Wszyscy wzajemnie uzupełniają innym uczestnikom 3 okno z rozpoczynającej zajęcia zabawy: *Rzeczy, które inni o mnie wiedzą, a ja nie* {kartki krążą dotąd aż nie wróci do nas z powrotem nasz egzemplarz},

7. *Co według Ciebie łączy oba te fragmenty, o czym one mówią?* – przytoczenie fragmentów książek: Ewy Nowackiej pt.: *Może tak, może nie*, s. 101-103 {rozdział uczestnikom tekstu i wprowadzenie w treść książki} oraz Ewy Nowak pt.: *Diupa*, s. 152-154,
8. *Ogłoszenia {Wyobraź sobie, że niezym książkowa Agnieszka, bohaterka powieści E. Nowackiej przeglądasz się w niezwykłym lustrze, w którym widzisz nie tylko swoją postać ale również swoje cechy charakteru, tak niezwykłym, że pokazuje jedynie Twoje dobre, pozytywne strony, opisując to, co w nim widzisz napisz anonimowe ogłoszenie, w którym zareklamujesz siebie jako osobę, którą warto pokochać (max. 25 słów, dowolna szata graficzna)}* – ogłoszenie powinno być napisane w taki sposób by było jasne, dlaczego właśnie w tej, a nie w innej osobie ktoś chciałby się zakochać. Po włożeniu ogłoszeń do torby uczestnicy wyciągając po kolei ogłoszenia starają się je przypisać do konkretnej osoby {w drugiej części zabawy biorą udział tylko chętne osoby; np. 1 chętny uczestnik – wskazany – wyciąga, odczytuje i zgaduje, a następnie tłumaczy, dlaczego tak a nie inaczej sądzi}. Na zakończenie rundka zaczynająca się od słów: *Zauważyłam.../Zauważyłem...*,
9. Omówienie emocji towarzyszących wykonywaniu powyższego zadania {np. *co sprawiło nam największą trudność i dlaczego, co było najprostsze, co mnie zaniepokoiło, a co uszczęśliwiło?*},
10. Ewaluacja
 1. *Po dzisiejszych zajęciach uświadomiłam/uświadomiłem sobie, że...*

Załączniki:

1.

1. Rzeczy, które inni o mnie wiedzą, np. moje imię, kolor oczu itp.	3. Rzeczy, które inni o mnie wiedzą, a ja nie
2. Rzeczy, które ja o sobie wiem, a inni nie wiedzą, np. moje marzenia	4. Rzeczy, których nie wiem ja, ani inni o mnie, np. moje życie za 10 lat

2. Ewa Nowak *Lawenda w chodakach*. Wyd. 2. Warszawa: Egmont, 2006, s. 74-79

„(...) – A ty, Roczku, opowiesz nam o swoich narzeczonych? – zwróciła się Magda do Damorki (...)

– Miałam dwóch. Jednego w podstawówce, mieszkał w bloku obok. Jego mama była trenerem minibasketu, a ja to trenowałam. To był głęboki związek. Polegał na wpisywaniu jego inicjałów do złotych myśli. Dostałam od niego walentynkę z czterema błędami ortograficznymi, w tym jednym we własnym imieniu. Nazywał się Artur. Drugiego narzeczonego miałam w gimnazjum. Łączyły nas, no... wiele nas łączyło.

– Co na przykład?

– Wspólne problemy. (...) Poglądy. Dobrze nam się gadalo. Nie będę teraz mówić, że był głupi i nic niewart tylko dlatego, że nic z tego nie wyszło. To dobrze, że nie wyszło, ale i tak nie zapomnę mu tego, co on dla mnie zrobił.

– A co on takiego dla ciebie zrobił – zirytował się Wiktor.

– Lubił mnie, akceptował, no i był moim chłopakiem w czasach, gdy byłam grubsza niż wyższa i miałam jednego wielkiego pryszczaka zamiast cery. On się mnie nie wstydził, chociaż ja sama wstydziłam się siebie.

Wiktor delikatnie wziął rękę Damorki i zamknął w dłoniach

- (...) A ty Madziu, opowiedz nam o swoich narzeczonych.
- Miałam raz chłopaka, tylko on o tym nic nie wiedział. To było w Szwajcarii, w sanatorium. Był Tyrolczykiem. Prawdziwym. Nie przeczę, że moja znajomość niemieckiego jest po części jego zasługą. (...) On miał uszkodzony kręgosłup. Rozumiecie – dwie kaleki. To logiczne. Takie odpowiednie. Takie kompatybilne. Byłam pewna, że cały świat nas poprze. (...) Pointa jest taka: ta koleżanka z pokoju, wspomnę tylko, że nie odróżniała malarstwa od rzeźby, zaszła z nim w ciążę. Urodziła córeczkę. Zdrową, śliczną Miję.
- (...) Jak to zniosłaś?
- (...) Udawałam, że bardzo się cieszę, że życzę im wszystkiego najlepszego, co zresztą było prawdą. Życzyłam im wszystkiego dobrego i jednocześnie ich nienawidziłam, bo to wcale nie jest sprzeczne. (...).
- A to bydlę.
- O nie. Mówisz tak, ale nie wiesz wszystkiego. On mi nigdy nie mówił, że mnie kocha, że mu się podobam, nie padły żadne zaklęcia. On mnie po prostu lubił. Był zwyczajnie miły, ale głupiej młodej dziewczynie to wystarczy. Resztę dośpiewa sobie sama. I ja tak zrobiłam. Chciałam, tak bardzo chciałam się zakochać i się zakochałam. Moja siostra jest teraz w takim momencie życia – koniecznie chce się w kimś zakochać. Nie zważa na to, że obiekt jej zainteresowań nie jest nawet miły. Ona sama tworzy fikcję, która dla niej jest najbardziej realnym realizmem. Ale wracajmy do mnie: miał na imię Nick. Gdy słyszałam to imię, serce biło mi mocniej. Ale on mnie nie zranił. To moja własna głupota zadała mi tyle bólu. Widziałam coś, czego nie było. Koniec opowieści.(...).
- Wiecie co? Z tym moim drugim narzeczonym to niezupełnie tak było – zaczęła Damorka.
- Nie musisz niczego mówić – zaznaczył Wiktor
- Możecie mnie nie słuchać, jeśli nie chcecie. Idźcie się przejść po okolicy, a ja w tym czasie opowiem to temu krzaczkowi. Wygląda na dobrego słuchacza. Muszę to komuś wreszcie powiedzieć. Magda powiedziała i nie umarła, to i ja nie umrę. Widzę, że zostajecie. Więc któregoś razu moja mama załatwiła nam taką dodatkową pracę – wywiady z osobami o wybitnym ilorazie inteligencji. (...) I raz byliśmy u pani mecenas. Wielki dom, ale przytulny. Mnóstwo kotów. Ja, to fakt, byłam wtedy zapuchnięta od płaczu i gruba jak dwie beczki i ta kobieta spytała go: „To twoja dziewczyna?” – Damorka zacisnęła usta i widać było, że się waha. – On nie spojrzał na mnie, tylko jakoś tak przed siebie i powiedział: „Nie, to koleżanka”. Koleżanka. – Damorka zaczęła płakać. – Wstydził się mnie. Wstydził. Nie chciał mieć takiej ogromniastej dziewczyny i ja mu się nie dziwię. Kurczę blade, nikt nie ma chustki? Co z was za kumple, że nawet głupiej chustki człowiekowi żalujecie. Przyjaciele wyciągnęli do niej ręce z chusteczkami.
- Damorka, ty czujesz się gruba?
- Pewnie.
- Ale wiesz, ty wcale nie jesteś gruba!
- Łatwo ci mówić. Jesteś chuda jak patyk.
- Tego...hm...ja...Wiedziecie...o tych dziewczynach...Bo jakoś tak pierwszy miałem mówić i wtedy nie było nastroju. Ja zawsze źle wybierałem. Stosowałem złe kryteria.
- Ładny biust, długie nogi, zniewalający uśmiech. Moim zdaniem to są całkiem dobre kryteria – podsumowała Magda i uśmiechnęła się.
- Udam, że nie słyszę złośliwości w twoim głosie. Nie, to nie są dobre kryteria wyboru. A wiecie, co jest właściwym kryterium? Nie wiecie? To ja wam powiem: rozmowa. To się liczy. Jak z kimś nie możesz gadać godzinami, to nic z tego nie będzie. Ciało w ogóle się nie liczy.

- Ciało się nie liczy? – syknęła Magda – W takim razie proponuję, Kubeczku, żebyśmy przeszli na znajomość korespondencyjną.
- Dlaczego się zdenerwowałaś? Dziewczyny uwielbiają, gdy się im wmawia, że umysł jest najważniejszy.
- Kuba, czy ja ci się nie podobam?
- Podobasz, i to bardzo.
- To co mi tu gadasz, że ciało się nie liczy, jakbyś przekonywał sam siebie. Jak ktoś nerwowo zapewnia, że wygląd nie jest istotny, to albo ma straszne kompleksy, albo nienawidzi...”

Ewa Nowak: *Diupa*. Wyd. 2. Warszawa: Egmont, 2006, s. 152-154

- Mamo, jak wyście się z ojcem poznali? – zagadnął mamę Wiktor
- (...) Poznaliśmy się przez Asię Gwidosz. Ona urządziła konspiracyjne słuchanie piosenek Jacka Kaczmarskiego i ja byłam zaproszona. Nagle weszli Mariusz Gwidosz i wasz tata. Stali nieruchomo przy drzwiach, żeby nie przeszkadzać innym. Mogłam ich sobie dobrze obejrzeć. Mariusz wyglądał normalnie. Jak teraz. A ojciec? – Mama roześmiała się do własnych myśli. – Wyglądał niewyobrażalnie. Miał jakąś bluzę od dresu w jaskrawe paski. Na dodatek tę bluzę wpuścił w szare spodnie od garnituru i przepołówił grubym paskiem z wielką metalową klamrą. Do tego miał na sobie fantazyjne białe adidasy. Włosy niestrzyżone od dawna. Sama rozpacz. Gdy tylko go zobaczyłam, od razu pomyślałam: „O! Ten Misio potrzebuje pomocy. I to natychmiast.” Po pół roku, w sierpniu, już byliśmy małżeństwem.
- Tak po prostu?
- Synku, sam niedługo zobaczysz, że miłość nigdy nie jest tak po prostu.
- Wiesz, mamuś, ja już wiem. Ale fajnie, że mi to powiedziałaś. Kochana jesteś.
- Wiesz Wiktorzku, kiedy byleś noworodkiem, myślałam, że to twój najlepszy okres, że taki słodki i cudowny nie będziesz nigdy. Potem, gdy chodziłeś do przedszkola, myślałam, że to właśnie jest ten najcudowniejszy moment macierzyństwa. W szkole znów to samo. Teraz widzę, że się myliłam: to teraz jesteś najfajniejszy. Tak samo z Pysiakowską; najfajniejsza wydawała mi się w każdym momencie życia. Zawsze jesteście w tym najfajniejszym momencie. Wiesz, jaki z tego moral?
- Nie mam zielonego pojęcia.
- Jeżeli się kogoś bardzo mocno kocha, to on zawsze jest w najfajniejszym momencie.”

Nowacka Ewa: *Może tak, może nie*. Warszawa: Nasza Księgarnia, 2000, s. 22; 101-103

„Przybliżam twarz do lustra, nie powinni niczego poznać. Ale nawet nie mogą, wyglądam tak samo jak każdego innego dnia. Co za pomysł, że ktokolwiek mógłby przynieść kwiat dla mnie?! Gdybym miała jasne włosy Agnieszki, gdybym była taka wysoka jak Beata, miała coś z kociego wdzięku Kaśki albo uśmiech Joanny, nie stałabym samotnie przy pustym krzeselku. Nie mogę się nikomu podobać i tamto było wyglupem, nic się nie myliłam, mówiąc o odskakującej szajbie. (...) Najnieoczekiwanej gdzieś, w zakamarkach pamięci, odzywa się głos Agnieszki: „pytał, jak masz na imię”, „miałam was zapoznać”... Czy to znaczy, że... (...) Ja już wiem! Już wszystko wiem. (...) Mnie także można lubić, można o mnie myśleć, można do mnie tęsknić, mogę być dla kogoś najważniejszą, tak jest naprawdę, ja się tego domyślam. (...) Mam dość ładne oczy, trochę szare, trochę zielone, ciemne brwi, policzki o nieco wystających kościach, gładkie i jeszcze odrobinę opalone. Może ja wcale nie jestem taka brzydka, jak przypuszczałam? Nie mogę być brzydka, jeżeli się komuś podobam. (...)”