



**klimat  
to temat!**

**PROGRAM  
WARSZTATU**

„DLACZEGO DZIEWCZYNY  
OCALĄ PLANETĘ?”

Niniejszy materiał został przygotowany w ramach programu ***Klimat to temat! Perspektywa Kobiet***, którego organizatorem jest Centrum Edukacji Obywatelskiej.



Projekt współfinansowany w ramach programu polskiej współpracy rozwojowej Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP

**Wydawca:**

Fundacja Centrum Edukacji Obywatelskiej  
ul. Noakowskiego 10, 00-666 Warszawa  
tel. 22 825 05 50  
[www.ceo.org.pl](http://www.ceo.org.pl)

Warszawa 2019

**Autorka:** Aleksandra Rzążewska

**Redakcja:** Justyna Yiğitler

**Opracowanie graficzne i skład:** Joanna Kamińska

.....

Program warsztatu ***Dlaczego dziewczyny ocalą Planetę?*** w ramach programu ***Klimat to temat! Perspektywa kobiet*** jest dostępny na licencji Creative Commons Uznanie autorstwa 4.0 Międzynarodowe. Pewne prawa zastrzeżone na rzecz Fundacji Centrum Edukacji Obywatelskiej. Utwór powstał w ramach programu polskiej współpracy rozwojowej realizowanej za pośrednictwem MSZ RP w roku 2019. Zezwala się na dowolne wykorzystanie utworu, pod warunkiem zachowania ww. informacji, w tym informacji o stosowanej licencji, o posiadaczach praw oraz o programie polskiej współpracy rozwojowej.

**Strona internetowa programu:**

[www.ekologia.ceo.org.pl/klimat-to-temat](http://www.ekologia.ceo.org.pl/klimat-to-temat)

Publikacja w wersji elektronicznej jest dostępna na stronie:  
<http://bit.ly/KTTDziewczynyOcalaPlanete>



# DLACZEGO DZIEWCZINY OCALĄ PLANETĘ?

PROGRAM WARSZTATU  
WZMACNIAJĄCY SPRAWCZOŚĆ  
UCZESTNICZEK I WIARĘ  
WE WŁASNE MOŻLIWOŚCI

OPRACOWAŁA:  
ALEKSANDRA RZAŻEWSKA



## TEMATYKA:

Rozwój osobisty, kompetencje miękkie, wiara we własne możliwości, pewność siebie, sprawczość i zasoby potrzebne do przyjmowania roli liderki w grupie.

Warsztat może być realizowany zarówno na lekcjach wychowawczych, jak i na zajęciach dodatkowych (np. dotyczących ekologii, ochrony środowiska, ale także w ramach zajęć zachęcających do włączania się w działalność społeczną, a także wskazujących na znaczenie zaangażowania obywatelskiego). Proponowany warsztat może być też uzupełnieniem zajęć pokazujących znaczenie społeczeństwa obywatelskiego, będąc rozszerzeniem albo wstępem do zajęć związanych z tą tematyką.



## GRUPA:

Uczennice klas VI-VIII, z możliwością pogłębienia omawianych zagadnień i proponowanej autorefleksji uczestniczek, gdy w warsztacie biorą udział uczennice szkół ponadpodstawowych.



## CZAS TRWANIA:

Program może być wykorzystany jako całość trwająca 90 minut, albo jako dwie niezależne 45-minutowe części, przy założeniu, że w obu blokach zajęć bierze udział ta sama grupa.



## CELE WARSZTATU:

- ➡ określenie indywidualnych zasobów, które umożliwiają/pomagają włączyć się w aktywność grupową,
- ➡ zachęcenie uczestniczek do pogłębionej refleksji nad posiadanymi zasobami i możliwościami ich wykorzystania w działalności społecznej, na przykładzie działań związanych z ekologią i ochroną środowiska,
- ➡ zapoznanie uczestniczek z rolami w przedsięwzięciu realizowanym w grupie, w tym zachęcanie do podejmowania ról liderkich,
- ➡ uwrażliwienie uczestniczek na znaczenie ról poza liderkich w realizacji wspólnego działania,
- ➡ ośmielenie uczestniczek do eksperymentowania, używania kreatywnych rozwiązań, uczenia się w działaniu (także w kontekście zaangażowania w projekty szkolne i pozaszkolne),
- ➡ motywowanie uczestniczek do samorozwoju,
- ➡ rozwijanie umiejętności pracy w grupie – skutecznej komunikacji i współdziałania,
- ➡ zachęcenie uczestniczek do systematycznej autorefleksji związanej z własnymi zasobami i talentami (także w kontekście własnych dotychczasowych doświadczeń).

### **Zawartość merytoryczna warsztatu odnosi się wprost do Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z 30 stycznia 2018 r.**

Wskazane tam cele dla kształcenia w 4-letnim liceum i 5-letnim technikum obejmują m.in.:

- ➡ rozwijanie wrażliwości społecznej, moralnej i estetycznej;
- ➡ zdobywanie umiejętności formułowania samodzielnych i przemyślanych sądów, uzasadniania własnych i cudzych sądów w procesie dialogu we wspólnocie dociekającej;
- ➡ rozwijanie u uczniów szacunku dla wiedzy, wyrabianie pasji poznawania świata i zachęcanie do praktycznego zastosowania zdobytych wiadomości.



## POTRZEBNE MATERIAŁY:

- ➡ duże kartony albo papier formatu B1,
- ➡ karteczki samoprzylepne,

- ➡ flamastry,
- ➡ flipchart albo tablica do notowania,
- ➡ laptop, ekran, rzutnik, głośniki,
- ➡ kłębek włóczki,
- ➡ Wydrukowane załączniki: Załącznik nr. 1: Lista działań; Załącznik nr. 2: Karta samooceny; Załącznik nr. 3: Lista przymiotników.

## PRZEBIEG WARSZTATU

### CZĘŚĆ 1 – 45 MINUT



#### WPROWADZENIE [5 MINUT]

Powiedz uczestniczkom, że warsztat, który się właśnie zaczyna służy temu, by w znajomym gronie i w bezpiecznej atmosferze zastanowić się, czego potrzeba, by móc się zaangażować w jakąś inicjatywę albo projekt związany z kryzysem klimatycznym, a może nawet samej taką inicjatywę zorganizować. Zapytaj uczestniczki, czy zgadzają się, by podczas zajęć obowiązywały 3 proste zasady, które pozwolą wszystkim czuć się komfortowo:

- ➡ Słuchamy się nawzajem;
- ➡ Nie krytykujemy ani innych, ani siebie;
- ➡ Dzielimy się doświadczeniem i refleksją wywołaną proponowanymi aktywnościami, nawet jeśli w pierwszej chwili wydają nam się tylko trochę związane z tematem.

Zapytaj, czy uczestniczki chciałyby dodać od siebie jeszcze jakąś zasadę.



#### PRACA WŁAŚCIWA [30 MINUT]

Zacznij od tego, że każdy ma swoje własne sposoby na to, by dodać sobie energii do działania. Ujawnij coś, co działa w Twoim przypadku. Poproś uczestniczki, by podzieliły się swoim doświadczeniem.

## ĆWICZENIE 1

Nawiąż do wyzwalaczy energii mówiąc, że z dużym prawdopodobieństwem korzystają z nich także ci, którzy angażują się w działania na rzecz ochrony środowiska. Zapytaj uczestniczki, w jakim stopniu kwestie zmiany klimatu są dla nich ważne i czy słyszały o Młodzieżowym Strajku Klimatycznym. Krótko podsumuj to, co mówią dziewczyny i zaproponuj obejrzenie krótkiego materiału wideo o jednym z protestów MSK, zorganizowanym 15 marca 2019 r.: <http://bit.ly/StrajkMSK> (całość materiału albo wybrane 4 – 5 minut).

Po obejrzeniu materiału poproś o podzielenie się emocjami, jakie obudził w uczestniczkach ten materiał. Staraj się zadawać pytania otwarte, które w większym stopniu zachęcają do interakcji. Wszystkie wymieniane zapisz na tablicy.



### WSKAZÓWKI DLA NAUCZYCIELA I NAUCZYCIELKI

*Jeśli, któreś z nich się powtarzają – np. gniew, poczucie niepewności zaznacz to (np. dopisując na tablicy znak + albo \*), by pokazać, jak częsta jest to reakcja.*

W podsumowaniu tej części dodaj, że bez względu na to, jakie są to emocje (czy mają ładunek pozytywny jak poczucie dumy z działania we wspólnocie lub otuchy, czy negatywny – jak poczucie bezradności, żalu i gniewu), mogą się stać początkiem, punktem zwrotnym w myśleniu o własnym zaangażowaniu społecznym.

Podkreśl także, że emocjonalny stosunek do każdej kwestii, którym częściej decydują się dzielić dziewczyny i kobiety, a stosunkowo rzadziej chłopaki i mężczyźni, nie jest słabością, tylko siłą.



### WSKAZÓWKI DLA NAUCZYCIELA I NAUCZYCIELKI

*Warto też dodać, że gotowość do okazywania emocji jest związana z płcią kulturową - w dzieciństwie jesteśmy uczone i uczeni, kto i kiedy ma prawo okazywać emocje i które emocje. W efekcie, mężczyźni są często uczeni nieokazywania emocji niezwiązanych z poczuciem sprawczości i siły, choć przecież jak każdy mają do nich prawo. Okazywanie emocji pomaga innym odwołać się do własnych doświadczeń i efektywniej zaprasza do dialogu i współdziałania niż opieranie się tylko na racjonalnym, pozbawionym emocji przedstawianiu swoich poglądów.*

## ĆWICZENIE 2

Zaproponuj uczestniczkom podzielenie się na 3-4-osobowe podgrupy. Każda z grup dostaje duży karton i markery i jej zadaniem jest wypisać kroki, jakie trzeba podjąć, by móc

zorganizować własnymi siłami protest klimatyczny. Nauczyciel, nauczycielka zachęca młodzież, aby sama zdecydowała, jak szczegółowo chce opracować swój pomysł. Praca w podgrupach powinna trwać nie dłużej niż 5 minut.

Pod koniec tego czasu rozdaj **załącznik nr 1**, na którym wypisane są różne aktywności, które mogą być przydatne podczas przygotowywania i realizacji takiej inicjatywy. Podkreśl, że można wybrać coś z tej listy, ale jeśli dziewczyny wybrały już takie działania albo uznają, że nie są potrzebne, nie muszą z niej korzystać.

Na kolejnym etapie poproś, by każda z grup odczytała zapisane przez siebie kroki. Spisuj je na flipcharcie – każda kolejna grupa dokłada do wspólnej puli niepowtarzające się kroki/zadania do wykonania. W ten sposób powstaje jeden obszerny zestaw łączący perspektywy i wyobrażenia wszystkich uczestniczek.



### WSKAZÓWKI DLA NAUCZYCIELA I NAUCZYCIELKI

*Ważne, by powstała lista było dość liczna, jeśli na flipcharcie jest mniej niż 15 pozycji prowadzący, prowadząca metodą dyskusji moderowanej zachęca do uzupełnienia jej o dodatkowe rekordy. Może też odwołać się do propozycji z załącznika nr 1.*

*W podsumowaniu podkreśl, że w zestawieniu znalazły się zadania wymagające różnych umiejętności/kompetencji/zdolności. Jeśli dobrze znasz grupę, możesz powiedzieć, że pracując takim zespołem, jak obecny na sali, można zrealizować wszystkie z tych kroków.*

*Dodaj także, że nikt nie posiada wszystkich niezbędnych do realizacji takiego zadania zasobów oraz że – gdy nie mamy doświadczenia – czujemy się niepewnie. W takich odczuciach nie ma nic dziwnego i nie ma powodu, by myśleć, że inni na pewno nie mierzą się z podobnymi myślami.*



### ZAKOŃCZENIE (10 MINUT)

Podsumowaniem tej części warsztatu jest ćwiczenie związane z samooceną

### ĆWICZENIE 3

Każda z uczestniczek wybiera z zaproponowanej puli, dwa lub trzy zadania, których - jej zdaniem – mogłyby się podjąć.

Dziewczyny wpisują te zadania w pierwszej kolumnie na karcie samoobserwacji (**załącznik nr 2**). Jeśli zgodzą się ujawnić na forum grupy, co wpisały, podsumuj, że mając w zespole osoby gotowe wziąć na siebie tak różne zadania, można efektywnie pracować i udźwignąć organizacyjnie nawet zupełnie nowe przedsięwzięcie.





## WSKAZÓWKI DLA NAUCZYCIELA I NAUCZYCIELKI

W domu w ramach pracy własnej uczestniczki mogą dokonać dodatkowej samooceny – wpisując jak mocne (na skali od 1 do 10, gdzie 10 jest wartością oznaczającą bardzo wysokie poczucie kompetencji) czują się w zakresie wybranych zadań oraz do jakiego poziomu (również opisanego liczbą pochodzącą ze skali od 1 do 10) chciałyby dążyć.

Ostatnia część karty zawiera miejsce na zaplanowanie działań, które pozwoliłyby przejść od poziomu, na jakim są teraz, do tego, który chciałyby osiągnąć.

### ĆWICZENIE 4

Aby grupa wyszła z warsztatu z porcją dobrej energii zaproponuj uczestniczkom proste ćwiczenie tzw. energizer.

Poproś grupę, by stanęła wraz z Tobą w kręgu – każda kolejna osoba będzie powtarzała po poprzedniej prosty ruch i okrzyk.

Zacznij: weź się pod boki i powiedz głośno słowo „mam”, kolejne uczestniczki powtarzają tę czynność. Gdy kolejka wróci do Ciebie, zdejmij dłonie z bioder, podnieś je na wysokość ramion i powiedz głośno słowa „mam tę” - kolejne uczestniczki powtarzają tę sekwencję. Ostatnim krokiem jest podniesienie rąk do góry ze słowami „mam tę moc”. Staraj się w to włożyć pozytywną, afirmatywną energię. Znowu uczestniczki powtarzają tę sekwencję. Prawdopodobnie zauważysz już zmianę energii na dużo lepszą.

Podziękuj uczestniczkom za pracę podczas warsztatu i poproś o przeczytanie na następane spotkanie tekstu o akcji artystycznej Siostry Rzeki: <http://bit.ly/WOSiostraRzeka>.

### ZADANIE DODATKOWE

**Jeśli dysponujesz na realizację tej części większą ilością czasu niż 45 minut, możesz:**

- ➡ zachęcić uczestniczki do pogłębionej refleksji nad swoimi emocjami, jakie wywołuje w nich obejrzenie relacji z protestu MSK i zachęcić je do zastanowienia się, z czego mogą wynikać (np. z poczucia niedopuszczania ich przez dorosłych do głosu w ważnych tematach debaty społecznej, z poczucia posiadania za małej wiedzy na ten temat, z powodu uspokajającego tonu, w jakim najczęściej podawane są informacje o kryzysie klimatycznym w mediach, z powodu braku własnych doświadczeń



w zakresie wyrażania zdania i zajmowania stanowiska, z powodu bycia osamotnioną w takich emocjach). Wypowiedzenie na głos prawdopodobnych powodów naszych emocji, pozwala zauważyć, że to, co czujemy, jest bliskie odczuciom innych osób, daje poczucie wspólnotowości, zmniejsza niepokój, że nasze emocje mogą być niewłaściwe albo przesadzone;

➔ zaproponować indywidualne krótkie konsultacje dotyczące wypełnionej karty samooceny, jeśli taka potrzeba pojawi się już w czasie zajęć. Część z uczestniczek może mieć ochotę podzielić się z prowadzącą, prowadzącym pomysłem na rozwijanie kompetencji/nabieranie doświadczenia/własny rozwój w tym obszarze. Byłoby znakomicie móc odpowiedzieć na takie zapotrzebowanie. Inna, równie dobra opcja to zaproponowanie uczestniczkom możliwość konsultacji, lub rozmowy na ten temat w innym terminie, warto go jasno zakomunikować.

## PRZEBIEG WARSZTATU

### CZĘŚĆ 2 – 45 MINUT



#### WPROWADZENIE (5 MINUT)

Zacznij od tego, że dziś, podczas drugiej części warsztatu o tym, że dziewczyny mogą uratować planetę, skupicie się na tym, jak zasoby osobowościowe przekładają się na gotowość do zaangażowania w działalność społeczną i wynikający z niej rozwój osobisty.

Zapytaj uczestniczki, czy przeczytały tekst o akcji Siostry Rzeki, realizowanej przez artystkę Cecylię Malik.



#### WSKAZÓWKI DLA NAUCZYCIELA I NAUCZYCIELKI

*Jeśli nie wszystkie uczestniczki są po lekturze, krótko opowiedz o tej inicjatywie podkreślając wspólnotowość, aspekt kreatywny i artystyczny, symbolikę działania, dający sobie wsparcie krąg kobiety, który wziął na siebie przeprowadzenie tej akcji.*



## PRACA WŁAŚCIWA (35 MINUT)

Zaproponuj obejrzenie krótkiego (3 minuty) materiału wideo pokazującego performance Siostry Rzeki podczas 7. Wodnej Masy Krytycznej: <http://bit.ly/SiostraRzekaperformance>.



### WSKAZÓWKI DLA NAUCZYCIELA I NAUCZYCIELKI

Zwróć uwagę, że artystce udało się zaprosić do udziału w akcji kobiety w różnym wieku i różnych narodowości. Podkreśl korzyści płynące z takiej różnorodności – różne spojrzenia na sprawę ochrony przyrody i różne doświadczenia w angażowaniu się w działania obywatelskie (m.in. bardziej doświadczone uczestniczki dają wsparcie mniej doświadczonym, mogą być pozytywnym wzorcem pokazując, jak radzić sobie z sytuacją, własnymi emocjami).

### ĆWICZENIE 1

Zaproś uczestniczki do pierwszej aktywności – rozdaj karteczki samoprzylepne i poproś dziewczyny o wypisanie skojarzeń związanych z tym, jaką osobą może być artystka poruszająca temat ochrony przyrody w takiej formie.

Jeśli to konieczne, możesz zadać jedno/dwa proste pytania: czy wydaje się Wam, że Cecylia jest osobą raczej spontaniczną, czy planującą działania?



### WSKAZÓWKI DLA NAUCZYCIELA I NAUCZYCIELKI

Dodatkowo, jeśli grupa nadal ma problem z tym ćwiczeniem, przypomnij pochodzące z tekstu informacje o tym, w jaki sposób Cecylia Malik włączała do swojego projektu inne osoby tworząc przestrzeń do współtworzenia inicjatywy i wykorzystywania zasobów bardzo różnych kobiet i dziewczyn (różne zawody, wiek, pochodzenie, ilość wolnego czasu i możliwości jego angażowania).

Poproś o odczytanie tego, co pojawiło się na karteczkach, możesz spisać wyniki pracy na flipcharcie, albo poprosić o to którąś z uczestniczek.

Wykorzystując metodę dyskusji moderowanej wyprowadź na pierwszy plan wątek związany z tym, że zaangażowanie społeczne na rzecz ratowania planety może mieć różny charakter i wprost wynika z naszych zasobów/talentów/cech charakteru.



## WSKAZÓWKI DLA NAUCZYCIELA I NAUCZYCIELKI

*Podkreśl, że nie ma zasobów lepszych i gorszych, wszystkie są równie wartościowe, jeśli tylko będziemy znajdować czas i tworzyć warunki, by się zastanawiać, jak je wykorzystywać.*

*To jest moment, w którym warto jasno wypowiedzieć, że nie każdy może być liderem, nie każdy dobrze się czuje będąc liderem i że nikt nie może pełnić liderek funkcji, gdy wokół brak ludzi, którzy z nim pracują wspierając swoimi zdolnościami. A do tego, w każdej grupie potrzeba różnorodności i osób do pełnienia różnych ról, z których wszystkie są ważne.*

*To dlatego tak ważne jest odkrycie w sobie takich cech osobowości/charakteru/uzdolnień/preferencji, by dobrze się czuć w grupie, która realizuje jakieś zadanie i by móc w pełni, (jeśli się ma ochotę) wykorzystywać swój potencjał. Co jest możliwe i wtedy, gdy jesteśmy liderkami przedsięwzięcia, i gdy haftujemy cekinami napis na kostiumie kąpielowym – by nawiązać do akcji Cecylii Malik.*

## ĆWICZENIE 2

Zaproś uczestniczki do ćwiczenia, które ma rozpocząć proces identyfikowania takich cech charakteru, które mogą się przydać i pozwolić nam realizować siebie, gdy angażujemy się w jakąś grupową inicjatywę albo jesteśmy jej pomysłodawczynią.

Poproś o podzielenie się znów na małe, 3-4 osobowe podgrupy, każda z uczestniczek dostaje tabelę z zestawem przymiotników opisujących zasoby wynikające z cech osobowości (**załącznik nr 3**).

Uczestniczki, każda samodzielnie, wybierają te przymiotniki, które najlepiej je określają. Zakreślają je w tabeli, albo dopisują pod tabelą, jeśli nie znajdują w niej jakiegoś ważnego dla siebie przymiotnika.



## WSKAZÓWKI DLA NAUCZYCIELA I NAUCZYCIELKI

*Jeśli któraś z uczestniczek ma z tym etapem kłopot można zaproponować, by poprosiła o pomoc bliską sobie osobę z grupy albo bardzo delikatnie podzielić się własną refleksją co do jej zasobów.*

Podziękuj uczestniczkom, że zmierzyły się z nietrywającym procesem autorefleksji i w podsumowaniu podkreśl, że warto konfrontować to, jak siebie postrzegamy z tym, jak postrzegają nas inni.

Dodaj, że często w ten sposób zyskujemy dodatkowe wsparcie i wartościową wiedzę na temat tego, co możemy, jakie są nasze silne strony, co zyskuje uznanie w oczach tych, którzy są z nami blisko.

Zaproponuj, że wartościowym rozwojowo doświadczeniem jest rozmowa o wybranych przez siebie przymiotnikach z kimś, z kim w relacji czujemy się komfortowo i bezpiecznie i kogo dobrze znamy (mama, siostra, przyjaciółka itp.).



## **ZAKOŃCZENIE (5 MINUT)**

Zaproponuj proste ćwiczenie pokazujące, że zasoby, które są w całej grupie to znacznie więcej niż to, ile potrafimy jako jednostki.

Do ćwiczenia są potrzebne wybrane przez uczestniczki przymiotniki i kłębek włóczki. Każda z uczestniczek wybiera 3 przymiotniki, które najlepiej ją opisują w danej chwili. Stają w kręgu. Pierwsza z nich mówi jeden przymiotnik i trzymając koniec włóczki, rzuca kłębek do koleżanki. Ta powtarza sekwencję (mówi swój przymiotnik i odrzuca kłębek do kolejnej osoby trzymając włóczkę). Na koniec pomiędzy uczestniczkami tworzy się pajęczynę połączeń.

W podsumowaniu ćwiczenia pokaż, jak wiele może ludzi połączyć, gdy inwestują w to swoje zasoby. Podkreśl też, że gdy decydujemy się inwestować czas w działalność grupową dysponujemy dużo większą pulą umiejętności i możliwości niż działając samodzielnie. To ćwiczenie często skutkuje poprawą nastroju grupy. Warto wydobyć na pierwszy plan ten efekt synergii grupy.

Trzymając nadal pajęczynę z włóczki, zapytaj uczestniczki, czy możesz zrobić zdjęcie całej grupie - wyjaśnij, że pozwoli Wam to lepiej zapamiętać tę sytuację, energię, jaka się wyzwoliła na tych zajęciach i poczucie, że razem możecie dać sobie naprawdę wiele.





## POLECANE MATERIAŁY DLA PROWADZĄCEJ I PROWADZĄCEGO:

- ➡ Kompendium wiedzy o Młodzieżowym Strajku Klimatycznym: [www.msk.earth](http://www.msk.earth) (dostęp online: 20.08.2019)
- ➡ **Alfabet buntu** Archiwum Osiatyńskiego – sylwetki osób, które na różne sposoby liderują lub włączają się w działania na rzecz ochrony przyrody: <https://archiwum-osiatynskiego.pl/kategoria-alfabetbuntu/przyroda/> (dostęp online: 20.08.2019)
- ➡ Artykuł **Siostry rzeki** Aleksandry Szymczyk o Cecylii Malik i jej inicjatywie Kobiety Rzeki: <http://bit.ly/WOSiostraRzeka> (dostęp online: 20.08.2019)



## POLECANE MATERIAŁY DLA UCZESTNICZEK:

Dla uczennic starszych klas szkół podstawowych:

- ➡ **Pewna siebie dziewczyna. Jak mądrze ryzykować, akceptować porażki i być szczęśliwie niedoskonałą**, Katty Kay i Claire Shipman, Wydawnictwo Literackie, 2019 (dostępna od 10.2019)
- ➡ **Pierwsza zasada punka**, Celia C. Pérez, Wydawnictwo Zielona Sowa, 2019

Dla uczennic szkół ponadpodstawowych:

- ➡ **Powerbook dla dziewczyn**, Paaskysaari Jenni, Media Rodzina, 2018
- ➡ **Brakująca połowa dziejów**, Anna Kowalczyk, Wydawnictwo W.A.B, 2018



## LISTA ZAŁĄCZNIKÓW:

- ➡ Załącznik nr. 1: Lista działań
- ➡ Załącznik nr. 2: Karta samooceny
- ➡ Załącznik nr. 3: Lista przymiotników



## ZAŁĄCZNIK NR 1: LISTA DZIAŁAŃ

Lista działań, które mogą być przydatne, gdy organizujemy lokalną inicjatywę w sprawie zmian klimatycznych:

- ➡ Określenie, czy protestujemy online czy w przestrzeni publicznej
- ➡ Założenie grupy/profilu/wydarzenia na fb
- ➡ Ustalenie, kto może zająć się zachęceniem do włączenia się do protestu i w jaki sposób
- ➡ Ustalenie, kto może relacjonować działania grupy w mediach społecznościowych
- ➡ Konsultacja z kimś, kto ma większe doświadczenie w organizacji inicjatyw społecznych w tym zakresie
- ➡ Ustalenie mocnych stron grupy i zastanowienie się, jakie jeszcze umiejętności mogą się przydać podczas realizacji działania
- ➡ Rozdzielenie ról, w tym wyłonienie lidera
- ➡ Ustalenie zadań, które są do zrobienia
- ➡ Przygotowanie harmonogramu i jego aktualizacja
- ➡ Wymyślenie hasła/haseł, które będą towarzyszyć inicjatywie
- ➡ Podjęcie decyzji o ewentualnym kontakcie z mediami albo innej formie rozpowszechnienia informacji o inicjatywie
- ➡ Wytypowanie osoby, która mogłaby opowiedzieć o inicjatywie mediom
- ➡ Wspólne ustalenie, dlaczego chcemy to zrobić i jakie ważne dla nas wartości stoją za tą akcją
- ➡ Wspieranie członków zespołu w trudnych chwilach
- ➡ Ustalanie, czy lider nie potrzebuje wsparcia i w jakich obszarach
- ➡ Ustalenie pory spotkań, by móc rozmawiać o przygotowaniach



## ZAŁĄCZNIK NR 2: KARTA SAMOOCENY

**WYBRANE DZIAŁANIE:** .....

.....

.....

.....

.....

Jak mocna się czuję, gdy myślę, że miałabym teraz zacząć tym zajmować? (ocenić się na skali od 1 do 10, przy czym 10 oznacza, że czujesz, że masz potrzebne zasoby, umiejętności i talenty na bardzo wysokim poziomie)

.....

.....

.....

.....

Jak bardzo chciałabym rozwinąć swoje umiejętności/zasoby w tym obszarze? (ocenić to na skali od 1 do 10, myśląc o tym, w jakim miejscu skali chciałabyś się znaleźć, by czuć się z siebie zadowolona, że się rozwijasz i uczysz czegoś, co sama wybrałaś)

.....

.....

Tu wpisz dwa sposoby, które Ci przychodzą do głowy, które pozwolą Ci ćwiczyć tę umiejętność:

.....

.....

.....

.....

**WYBRANE DZIAŁANIE:**

.....

.....

.....

.....

Jak mocna się czuję, gdy myślę, że miałabym teraz zacząć tym zajmować?

.....

.....

.....

.....

Jak bardzo chciałabym rozwinąć swoje umiejętności/zasoby w tym obszarze?

.....

.....

.....

.....

Tu wpisz dwa sposoby, które Ci przychodzą do głowy, które pozwolą Ci ćwiczyć tę umiejętność:

.....

.....

.....

.....

**WYBRANE DZIAŁANIE:**

.....

.....

.....

.....

Jak mocna się czuję, gdy myślę, że miałabym teraz zacząć tym zajmować?

.....

.....

.....

.....

Jak bardzo chciałabym rozwinąć swoje umiejętności/zasoby w tym obszarze?

.....

.....

.....

.....

Tu wpisz dwa sposoby, które Ci przychodzą do głowy, które pozwolą Ci ćwiczyć tę umiejętność:

.....

.....

.....

.....

.....

.....





### ZAŁĄCZNIK NR 3: LISTA PRZYMIOTNIKÓW

Z listy przymiotników, które tu widzisz, wybierz te, które najlepiej Cię opisują i zakreśl je. Jeśli na liście brakuje jakiegoś potrzebnego Ci przymiotnika, zapisz go pod tabelą. Wybierz taką liczbę przymiotników, jaka jest Ci potrzebna, by najlepiej Cię opisać.

bezinteresowna	wesoła	samodzielna	zadowolona	konsekwentna
odpowiedzialna	rozumiejąca innych	uczynna	realistyczna	nieegoistyczna
dokładna	otwarta	komunikatywna	Uparta	konkretna
uczciwa	śmiała	zdolna	uczuciowa	odważna
delikatna	zorganizowana	biorąca odpo- wiedzialność	konkretna	solidaryzująca się
nieobojętna	sympatyczna	żywiłowa	rozsądna	komunikatywna
kreatywna		dbająca o innych	Łagodna	dynamiczna
otwarta na nowe doświadczenia	zorganizowana	wrażliwa	punktualna	uważna
efektywna	życzliwa	dokładna	z poczuciem humoru	lubiąca wyzwania
rozsądna	wyrozumiała	wspierająca	logicznie myśląca	silna