

„Bo mamy co świętować”, czyli o sposobach dostrzegania oraz doceniania siebie i innych

Świętowanie to wyraz naszych emocji, daje nam paliwo do działania, dalszej pracy. To celebrowanie, która ma swój cel, oprawę, często jest zaplanowana i przemyślana.

Słownik Języka Polskiego wyjaśnia świętowanie jako obchodzenie czegoś uroczyste. Świętowanie wiąże się z docenianiem – czyli zauważeniem wartości, znaczenia, pozytywnego wpływu osób/rzeczy/zjawisk.

Warto tworzyć jak najwięcej okazji i pretekstów do wspólnego świętowania w klasie/szkole/grupie projektowej. Świętować możecie proste rzeczy, indywidualne sukcesy. Zachęcajcie uczniów i uczennice do refleksji na temat tego, dlaczego świętowanie i docenianie siebie i innych jest ważne.

W osadzeniu uczniów w temacie świętowania może pomóc gra: *Zgadzam się/Nie zgadzam się* (chętne osoby proszone są o podzielenie się opinią dlaczego).

1. Doceniaj rezultaty, efekty – one są najważniejsze!
2. Doceniaj (u siebie i innych) zaangażowanie, wysiłek, współpracę – niekoniecznie skupiając się tylko na końcowym rezultacie.
3. Sukces – to słowo zarezerwowane na duże wydarzenia, osiągnięcia.
4. Sukces może być czymś małym, indywidualnym, codziennym.
5. Czy świętowanie jest jak chwalenie się?
6. Każdego dnia można znaleźć coś, co warto docenić, co można świętować?

Podczas zajęć zdalnych pytania możecie zadać, prosząc o odpowiedzi na czacie lub wykorzystując w aplikacji ZOOM funkcję „annotate” – wtedy przy każdym pytaniu uczniowie i uczennice mogą zaznaczyć np. odpowiedź tak – rysując zieloną kropkę i odpowiedź nie – czerwoną kropką. Jeśli nie korzystacie z aplikacji ZOOM, sprawdźcie, czy ta funkcja jest dostępna w Waszym programie. Taki sposób zaangażowania w odpowiadanie na pytania, przyciągnie uwagę uczniów i stworzy okazję do rozmowy o znaczeniu świętowania i o tym, co traktujemy w kategoriach sukcesu.

Co myślimy o świętowaniu? Jak często świętujemy? Czy lubimy to robić? Czy czujemy, że mamy co świętować?

Możecie włączyć do swoich zajęć rozgrzewkę, rytuał, który skłoni do refleksji na temat naszych mocnych stron/talentów/zainteresowań/sposobów na spędzanie wolnego czasu – dzięki temu będziecie mieli pretekst do rozmowy o tym, że warto dostrzegać/doceniać rzeczy które lubimy, które nam wychodzą, które są dla nas ważne.

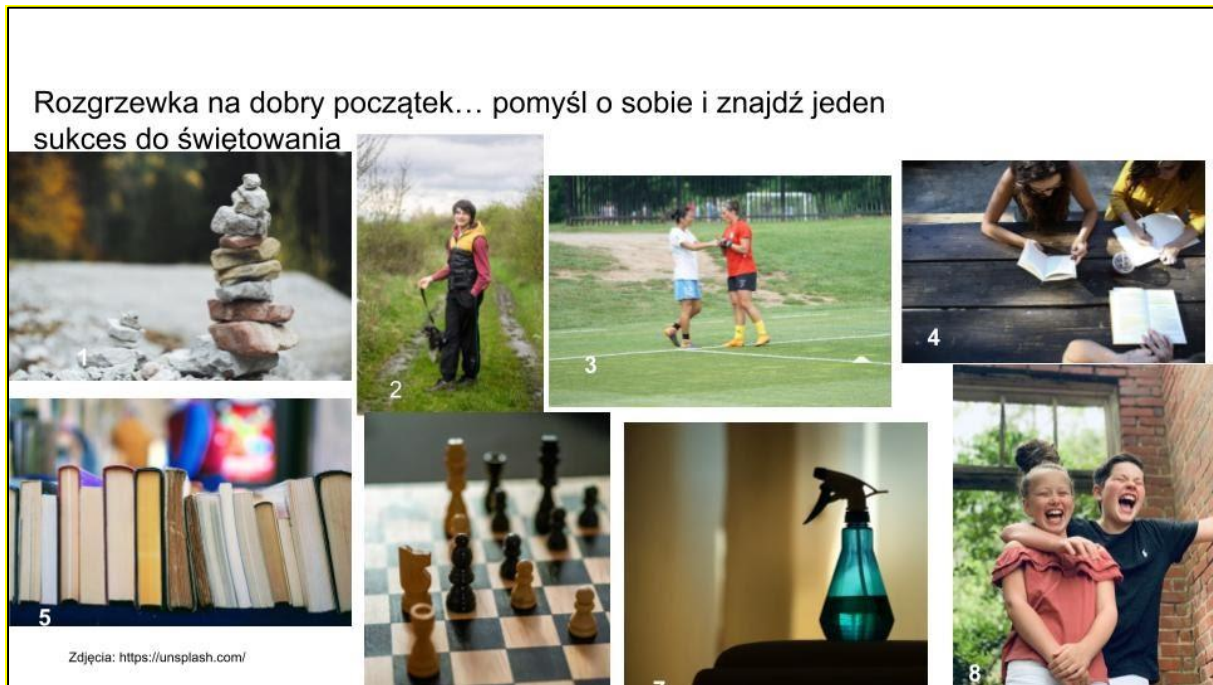
Przykładowe ćwiczenie:

Rozgrzewka na dobry początek (lekcji, tygodnia, projektu...). Dokończ zdanie:

Mój ostatni sukces to... / Udało mi się... / Jestem zadowolony(-a) z...

Pamiętajcie, to może być coś prostego, coś co się po prostu udało, np. wcześniejsza pobudka, dobry humor od rana, zakończenie ważnego zadania projektowego, posprzątanie pokoju, miłe spotkanie się z przyjaciółmi itp.

Rozgrzewkę w wersji online można przeprowadzić, pokazując np. kolaż zdjęć i zachęcając do wybrania jednego, które w jakiś sposób obrazuje sukces/powodzenie jakiegoś przedsięwzięcia. Odpowiedzi można zbierać na czacie, a chętne osoby zaprosić do podzielenia się sukcesem.



Pretekstem do rozmowy o mocnych stronach, o tym, co nam się udało, co w sobie lubimy i co tym samym może być powodem do świętowania może być również gra w ruletkę: <https://wordwall.net/pl/resource/5494354/zaj%C4%99cia-z-wychowawc%C4%85/moje-mocne-strony>.

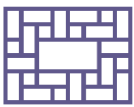
Dlaczego warto świętować/doceniać siebie i innych? Zachęćcie uczennice i uczniów do podzielenia się refleksjami. Opinie można zebrać i zaprezentować w prosty sposób za pomocą narzędzia Mentimeter (<https://www.mentimeter.com/>) lub Jamboard (<https://jamboard.google.com/>).

Mentimeter oferuje kilka rodzajów prezentacji pozwalających na szybkie badanie opinii (np. uczniów, uczestników spotkania, szkolenia itp.). Jednym z najbardziej efektywnych jest tworzenie chmury słów. Po przygotowaniu i uruchomieniu prezentacji przez prowadzącego uczestnicy mogą wpisywać swoje słowa, korzystając ze smartfonów, tabletów lub komputerów z dostępem do internetu. Wpisywane słowa tworzą chmurę: im częściej wpisywane słowo, tym większy jest jego rozmiar w chmurze.

Więcej o tym jak działa Mentimeter: <https://perceptiedukacja.pl/mentimeter-glosowanie-zbieranie-opinii/>.

Dlaczego warto świętować?

- Pokazujemy, że coś nas cieszy! Świętując wyrażamy własne emocje, idziemy za potrzebą chwili, jesteśmy tu i teraz. Potrzeba chwili, jesteśmy tu i teraz!
- To forma podziękowania, docenienia, zauważenia siebie, innych, różnych zdarzeń i sytuacji.



- Pozwala być razem, integrować się, poznawać.
- To odpoczynek od codzienności.
- Dobry pretekst do zatrzymania się na chwilę, zastanowienia się nad tym co dla nas ważne, co lubimy robić.
- Daje nam siłę, energię do dalszej pracy.
- To sposób na poznanie supermocy – swoich i innych osób.

Co możecie świętować ze swoimi uczniami i uczennicami?

- urodziny/imieniny/rocznice
- zakończenie danego etapu pracy/projektu
- dni tematyczne
- nietypowe święta
- osiągnięcie lub zbliżenie się do celu – poznanie nowych zagadnień

Jak możecie świętować online?

- oklaski
- zagrajmy w coś razem, w kalambury, zgadnij kim jestem, ruletkę itp.
- zjedźmy coś razem
- pogratulujmy sobie/miłe słowo/gest/telefon po lekcjach
- pochwalmy się tym, co nam się udało np. na portalu społecznościowym, w grupie, na stronie szkoły itp.
- ubierzmy się podobnie
- wspólne tło/pamiątkowe zdjęcie
- wspólna przerwa
- miły rytuał na początek/koniec dnia/tygodnia/projektu (zbierzcie pomysły w klasie, co to może być)

Poprowadzenie lekcji i opracowanie wskazówek dla nauczycieli: Greta Drożdziel-Papuga