

A photograph of a sunset over a body of water, with a white border around the image. The sky is a mix of orange, red, and purple, and the water is dark with some white foam from waves. The text is centered in the middle of the image.

DZIEŃ GODNOŚCI 2019

Dzień Dobry!

Już 16 października 2019 rusza 13-ta edycja Światowego Dnia Godności.

Poniższy materiał został przygotowany z myślą o osobach, które zdecydowały się przeprowadzić warsztat z dziećmi lub młodzieżą w ramach obchodów Światowego Dnia Godności w roku szkolnym 2019/2020. Taki warsztat nazywamy Lekcją Godności. Jest on skierowany do dzieci i młodzieży szkolnej – od czwartych klas szkoły podstawowej do ostatniej klasy szkoły średniej.

Bez względu na to, czy jesteś Nauczycielem organizującym Lekcję Godności w swojej szkole czy Wolontariuszem spoza grona pedagogicznego, znajdziesz tu podstawowe informacje o samym wydarzeniu oraz o zadaniach czekających na Ciebie przy organizacji lokalnej edycji Dnia Godności.

Niezwykle doceniamy Twoje zaangażowanie w ten unikalny, światowy projekt. Mamy nadzieję, że praca przy obchodach Światowego Dnia Godności będzie czymś szczególnym zarówno dla młodych ludzi, jak i dla Ciebie.

Wspólnie budujemy lepszy, bardziej tolerancyjny i przyjazny świat!

Jacek Olechowski
Członek Zarządu
Global Dignity Poland

SPIS TREŚCI

Global Dignity.....	4
Porady ogólne dla prowadzących	6
Scenariusz lekcji o godności.....	8

GLOBAL DIGNITY



1. Global Dignity

Global Dignity to niezależna organizacja pozarządowa (NGO) z siedzibą w Nowym Jorku, której myślą przewodnią jest propagowanie uniwersalnego prawa każdego człowieka do godnego życia. Utworzyli ją w 2006 roku trzej „odpowiedzialni obywatele świata”: JKW Książę Haakon (Norwegia), profesor Pekka Himanen (Finlandia) i John Hope Bryant (USA), którzy spotkali się podczas Światowego Forum Ekonomicznego w Davos. Global Dignity działa na całym świecie, zwracając uwagę ludzi różnych narodowości na potrzebę szerzenia idei godności i problemy związane z jej nieposzanowaniem. Inicjatywa ma na celu stworzenie - ponad wszelkimi granicami i podziałami - społeczności, którą połączy wzajemne zrozumienie, tolerancja i życzliwość dla drugiego człowieka i która będzie żyć zasadami godności na co dzień, a nie tylko od święta. Co roku Global Dignity dociera ze swoim przekazem i działaniami do blisko miliona uczniów w 79 krajach na całym świecie.

2. Dzień Godności 2019

Światowy Dzień Godności jest corocznym, symbolicznym ukoronowaniem działań na rzecz godności, prowadzonych przez inicjatywę Global Dignity i jej partnerów. Obchodzony na całym świecie w trzecią środę października – w tym roku przypada na 16 października 2019 roku.

Począwszy od tego dnia szkoły na całym świecie organizują specjalne zajęcia, dzięki którym młodzi ludzie uczą się, jak własnymi słowami określić czym dla nich jest „godność” i dzielą się swoimi doświadczeniami na ten temat.

Nasze działania prowadzimy nie tylko w tym dniu. Czas na zrealizowanie Lekcji Godności wydłużamy do końca roku szkolnego 2019/2020.

3. O godności

Wierzimy, że każdy – dziecko czy dorosły – codziennie podejmuje decyzje, które kształtują rzeczywistość wokół nas – na placu zabaw i w pracy, w naszych małych społecznościach i na całym świecie. Mamy możliwość zadbania o własną godność i godność innych poprzez nasze działania i sposób, w jaki używamy dostępnych środków potrzebnych do życia. Pozwalając, by godność była wartością warunkującą nasze działania, możemy w realny sposób przyczynić się do zmiany świata na lepsze.

Pojęcie „godności” bierze swój początek z założenia, że każda istota ludzka ma tę samą, wrodzoną wartość. Wartość ta należy do nas przez sam fakt, że jesteśmy ludźmi. Nasze poczucie godności rośnie, kiedy czujemy, że nasze prawa i wolność są szanowane oraz gdy żyjemy w warunkach, które pozwalają nam na dokonywanie wyborów i podejmowanie działań, które determinują nasze poczucie wartości w prawości i człowieczeństwie.

Podsumowując, możemy stwierdzić, że godność opiera się na trzech filarach:

1. Godność jest nierozłącznie przypisana każdej istocie ludzkiej.
2. Prawa człowieka określają, jak należy traktować istotę ludzką.
3. Nasze poczucie godności jest uwarunkowane sposobem, w jaki traktujemy innych – wpływają na nie rzeczy, które możemy robić aby poprawić poczucie godności własnej i bliźnich.

Światowy Dzień Godności skupia się przede wszystkim na punkcie trzecim: pojęciem godności rozumianym przez uczniów, na sposobie w jaki traktujemy siebie samych i w jaki traktują nas inni.

4. Zasady Godności

W ramach Global Dignity promujemy pięć podstawowych zasad godności:¹

1. Każda istota ludzka ma prawo do godnego życia.
2. Godne życie oznacza możliwość osiągnięcia pełni swojego potencjału, co jest uwarunkowane dostępem do właściwego poziomu opieki medycznej, wykształcenia, godziwego wynagrodzenia i poczucia bezpieczeństwa.
3. Godność oznacza prawo do wolności w podejmowaniu określonych decyzji życiowych i szacunek dla innych w korzystaniu z tego prawa.
4. Godność winna być podstawową wartością motywującą wszelkie działania.
5. Godność jednostki jest nierozzerwalnie związana z godnością innych.

5. Historia obchodów Dnia Godności w Polsce

Organizatorem Obchodów Dnia Godności w Polsce jest Fundacja Global Dignity Poland. Podobnie jak w pozostałych krajach, Obchody Dnia Godności w Polsce w roku szkolnym 2019/2020, rozpoczynają się 16 października 2019 roku i potrwiają do końca roku szkolnego w czerwcu 2020 roku.

Podstawowym formatem obchodów Dnia Godności jest 45-minutowa Lekcja Godności, przeprowadzona z jedną lub kilkoma klasami równocześnie, przez Nauczycieli, Wychowawców lub Wolontariuszy spoza grona pedagogicznego (rodzice, osoby zaufania publicznego, społecznicy). Moderatorzy działają w oparciu o zalecenia przygotowane przez fundację Global Dignity Poland, wpisując się tym samym w światowy wysiłek Global Dignity.

Niektórzy prowadzący decydują się na przeprowadzenie więcej niż jednej lekcji po to, by móc głębiej zaangażować młodzież.

Dodatkowe informacje i zasady opisane zostały w Regulaminie Dnia Godności.

¹Zasady Godności warto wydrukować i powiesić w widocznym miejscu podczas obchodów Dnia Godności w Państwa szkole.

PORADY OGÓLNE DLA PROWADZĄCYCH



Podstawowym celem Lekcji Godności jest przybliżenie uczniom definicji godności i wartości, które są z nią nierozdzielnie związane oraz ćwiczenie ich praktycznego zastosowania w komunikacji. Bardzo ważnym zadaniem dla osoby prowadzącej jest sam sposób, w jaki będzie zwracała się do uczniów –pełen godności, pamiętając nie tylko o godności słuchaczy, ale również własnej. Taka prezentacja postawy wobec uczniów będzie stanowić doskonały przykład komunikacji z zachowaniem pełnego szacunku wobec drugiego człowieka.

Co jest ważne:

- zrozumienie, że Lekcja nie ma być wykładem, a warsztatem, który odbywa się w szczególnie przyjaznej i pełnej otwartości atmosferze
- nakreślenie planu w podpunktach i zapisanie go w rogu na tablicy
- dopisanie do niego zasad, które pomogą w stworzeniu warunków bezpieczeństwa i zaufania:

nie krytykujemy, nawet jeśli się nie zgadzamy (szczególnie ważne na etapie tzw. burzy mózgów przy tworzeniu definicji godności)

nie oceniamy wypowiedzi, uczniów

mówimy w swoim imieniu („Ja uważam, sądzę, widzę...”)

odwołujemy się do faktów i zachowań, a nie uogólnień i przypuszczeń

Warto też podkreślić, że to czy zajęcia będą ciekawe i czy będzie się na nich dobrze pracować zależy w dużej mierze od samych uczniów i szacunku jaki sobie nawzajem okażą.

Uwaga dla Wolontariuszy spoza grona pedagogicznego: warto dopytać, czy w klasie panują jakieś określone zwyczaje, które mogłyby pomóc w sprawniejszym przeprowadzeniu zajęć (motywacyjne ustalenia, jakie stosuje Wychowawca czy też wyciszające osoby perturbujące/zakłócające przebieg zajęć).

Jak zachęcić do większej aktywności

- powiedz dokładnie, czego oczekujesz od uczniów („chciał(a)bym, żebyście posiedzieli w ciszy i posłuchali, aż skończę mówić”). Unikaj ogólników („strasznie tu głośno”). Formułuj swoje prośby w sposób pozytywny („czy mógłbyś...”), a nie negatywny („przestań wreszcie”).
- zwracaj uwagę, aby wszyscy uczniowie brali czynny udział. Jeśli ktoś jest bierny spróbuj go zachęcić do włączenia się, zadając pytanie np.: „A co ty o tym sądzisz, jak ty to widzisz?”
- pamiętaj, aby nie forsować oporu grupy na siłę. W sytuacji przedłużającej się ciszy warto dać chwilę oddechu, zapytać, czy jest coś, czego nie rozumieją lub z czym się nie zgadzają.

Jak reagować w trudnych sytuacjach

- jeśli zostaniesz zmuszony do nakreślenia jakiejś granicy, upewnij się, że reagujesz na problem, a nie na konkretną osobę. „Chciał(a)bym, żebyś usiadł w swojej grupie” brzmi lepiej niż „siadaj i się nie wierć”.
- nie daj się sprowokować, chyba że nie da się nie zareagować. Jeśli napotkasz nieszkodliwy opór, daj uczniom trochę luzu. Zignoruj pierwsze oznaki oporu. Jeśli sytuacja się powtarza, zwróć uczniom uwagę, ale łagodnym i przyjaznym tonem. Pokaż, że jesteście po tej samej stronie i chcesz, żeby wszyscy grali zespołowo. Odpowiadaj z humorem, jeśli taka twoja wola, ale unikaj sarkazmu.
- bądź stanowczy, ale nie despotyczny. Dobry prowadzący stawia granice jasno i przypomina o zasadach panujących w klasie. Pamiętaj, musisz wkroczyć i przeszkodzić w zachowaniu, które twoim zdaniem może zranić czyjąś godność.

SCENARIUSZ LEKCJI O GODNOŚCI



Poniżej znajdziesz scenariusz lekcji o godności, którą możesz przeprowadzić w ramach obchodów Dnia Godności. Został on przygotowany z myślą o klasach czwartych lub starszych.

Zagadnienia

- warunkowanie poczucia godności tym, w jaki sposób zwracamy się do innych
- zwiększanie wzajemnego zrozumienia w relacjach
- szanowanie granic
- branie odpowiedzialności za wypowiedzane słowa

Cele

Po warsztacie uczeń potrafi:

- zdefiniować godność
- wyjaśnić wpływ swoich wypowiedzi na poszanowanie bądź naruszenie godności drugiego człowieka
- zidentyfikować komunikat JA i TY
- stworzyć komunikat JA w schemacie FUU

Formy pracy

- analiza cytatu
- ustalenie definicji
- mini wykład
- praca w parach (przyporządkowanie karteczek ze zdaniami)
- praca w grupach 3-osobowych (scenki nagrywane telefonem)

Środki dydaktyczne

- kartki samoprzylepne ze zdaniami (Załącznik 1)
- kartki z opisem sytuacji oraz zadaniem stworzenia komunikatu Ty i Ja (Załącznik 2)
- telefony (opcjonalnie, w celach zwiększenia motywacji i zaangażowania uczniów oraz utrwalenia materiału ćwiczonego na lekcji)

Materiały rozszerzone

- Światowy Dzień Godności (<http://globaldignity.pl/>)
- definicja godności Rzecznika Praw Obywatelskich art.30 (<https://www.rpo.gov.pl/pl/kategoria-konstytucyjna/art-30-godnosc-osobista>)
- komunikacja z poszanowaniem drugiego człowieka ([http://myslepozytywnie.pl/publikacje/prezentacje/Prezentacja%209%20Efektywna%20komunikacja%20\[uczniowie\].pdf](http://myslepozytywnie.pl/publikacje/prezentacje/Prezentacja%209%20Efektywna%20komunikacja%20[uczniowie].pdf))

Przebieg

1. Wprowadzenie

Nauczyciel zapisuje na tablicy zdanie (bądź wyświetla/ wiesza wcześniej przygotowany plakat):

Godność zaczyna się w każdym z nas. Kolejnym krokiem jest zobaczenie godności w każdym człowieku, a ostatecznie uszanowanie Jej.

Prosi uczniów o ustosunkowanie się do cytatu. Po kilku wypowiedziach proponuje przyjrzenie się pierwszemu zdaniu, a w szczególności samej definicji godności. Nauczyciel zapisuje na tablicy hasła uczniów, które składałyby się na próbę zdefiniowania „godności” przez klasę na potrzeby tej lekcji i nie tylko. Można nakierowywać na definicję dając pytania pomocnicze:

„Czy jest to cecha wrodzona? Nabyta?”

„Z czym kojarzy Ci się godność?”

Hasła, których poszukujemy to słowa kluczowe z definicji Rzecznika Praw Obywatelskich: poczucie własnej wartości, niezbywalna, wrodzona, niezależna od jakichkolwiek cech (wiek, płeć, niepełnosprawność, poglądy...), źródło wolności i praw

Nauczyciel podaje plan lekcji (może być wywieszony, zapisany w widocznym miejscu):

- definicja sytuacji naruszania godności w komunikacji werbalnej
- poznanie na przykładach komunikatu dojrzałego (JA) oraz oskarżycielskiego (TY)
- praca nad tworzeniem odpowiedzialnej informacji zwrotnej z poszanowaniem własnej godności oraz godności drugiego człowieka

2. Rozwinięcie

Praca w parach ze zdaniami na kartkach

Nauczyciel rozdaje losowo po zdaniu 10 uczniom (5 w komunikacie TY i 5 odpowiedników dla nich w komunikacie JA – załącznik 1).

Prosi, by uczniowie (po konsultacji z „sąsiadem”, by aktywować większą ilość uczniów) podjęli decyzję i zaklasyfikowali zdania do tych, których treść rani godność drugiego człowieka oraz tych, które skonstruowane zostały z poszanowaniem godności drugiego człowieka.

Uczniowie przyklejają przykłady po obu stronach tablicy. Możliwe podpowiedzi:

- jest po 5 dla każdego przypadku
- zdania w pierwszej osobie pozwalają wypowiedzieć swoje uczucia i/lub potrzeby
- zdania w drugiej osobie powodują, że drugi człowiek czuje się często atakowany (jego zachowanie interpretowane, bez pozostawienia mu prawa wyjaśnienia sytuacji)

Mini wykład o komunikacie JA

Każdy z nas ma prawo do bycia traktowanym z godnością. I w drugą stronę, każdy z nas ma obowiązek traktowania innych z poszanowaniem ich godności. Nasze relacje z drugim człowiekiem warunkowane są w dużej mierze sposobem, w jaki się do siebie zwracamy. Nauczeni zostaliśmy sposobu mówienia, w którym zbyt często - kiedy chcemy wyrazić swoje uczucia (emocje, potrzeby) - obwiniamy drugą osobę.

Przykład (zapisany na tablicy/wyświetlony itp.):

„Jesteś taki leniwy. Cały czas tylko siedzisz w telefonie lub grasz na kompie!”

Zachowanie pełne godności wymaga, byśmy w takich sytuacjach (warto zapisać znów):

- nie oceniali przmiotnikami osoby, a mówili o zachowaniu, **F**aktach (jak z kamery video, opisujemy co widzieliśmy; bez osądów). Ważne, byśmy nie robili uogólnień, odnosili się tylko do tej jednej sytuacji
- dopytywali czy dobrze interpretujemy to, co zauważyliśmy w zachowaniu drugiej osoby.
- wyrazili siebie, swoje **U**czucia, stan związany z tą sytuacją
- sprecyzowali, czego potrzebujemy konkretnie, jakie jest nasze **O**czekiwanie względem drugiej osoby w tym komunikacie

Na tablicy pojawia się schemat komunikatu FUO lub UFO

Fakt + Uczucie + Oczekiwanie

Nauczyciel zapisuje przykład informacji zwrotnej negatywnej z poszanowaniem godności drugiego człowieka, pod komunikatem Ty, wyżej wymienionym:

„Jestem wkurzony/a. Leżysz na kanapie, a zmywarka czeka/zlew pełen. Chciał(a)bym, żebyś pomógł mi w pracach domowych tak jak się na to wcześniej umawialiśmy.”

Tworzenie trójkami komunikatu JA FUO/UFO

Nauczyciel rozdaje opis sytuacji z życia codziennego (Załącznik 2). Uczniowie mają za zadanie stworzenie komunikatu Ty oraz Ja w schemacie FUO.

Po sprawdzeniu czy informacje zwrotne są stworzone poprawnie w obu wersjach, uczeń – Obserwator nagrywa scenkę, a dwoje pozostałych odgrywa oba warianty.

Można ćwiczyć bez telefonów, a Obserwator przygląda się odgrywaniu ról i znaczeniu komunikacji niewerbalnej (ton, kontakt wzrokowy, dystans, postawa, mimika.), następnie udziela informacji zwrotnej uczestnikom scenki.

3. Zakończenie

Nauczyciel zbiera wrażenia od uczniów, którzy dostawali informację i dopytuje o różnice, jakie uczniowie odczuli w odbiorze komunikatów. Jak się czuli w obu wariantach.

Praca domowa

Jak każdą umiejętność – dbanie o godność – trzeba ćwiczyć każdego dnia.

1. opowiedz w domu czego się nauczyłeś/aś
2. przez kolejny tydzień w szkole pomyśl raz dziennie kiedy użyłeś komunikatu Ty i zamień go na Ja

Możliwość rozwinięcia lekcji

Ćwiczenie komunikatu JA pozytywnego:

- nie oceniamy, nie używamy przymiotników (zdolny, ładny), a opisujemy FAKTY, to co zauważyliśmy + swoją emocję z tym związaną.

np.. Lubię kiedy Ty uczysz się do testu, dobierasz ciekawie elementy ubrania... uśmiechasz się do mnie

Ćw.: wszyscy uczniowie wstają z poszanowaniem ciszy, jaka obowiązuje w klasie i ustawiają się w dwóch kółkach naprzeciwko siebie (1 wewnątrz drugiego, twarzami do siebie).

Instrukcja:

- Patrz w oczy osobie, która stoi naprzeciwko ciebie.
- Pomyśl, jaki chcesz jej powiedzieć komplement.
- Sformułuj go w komunikacie JA na wzór „Lubię, kiedy Ty + zachowanie”.
- Upewnij się, że jest to pozytywna informacja dla drugiej osoby (bez ironii i żartów).
- Wybierzcie osobę A i B.
- Na 3-4 wypowiedzi się na głos uczeń A.
- Następnie B. Można jeszcze się przesuwać o 1 miejsce, aż do zatoczenia koła (w zależności od czasu jakim dysponujemy)

Powodzenia!

Życząc zajęć pełnych godności!

**Anna Pietrzakowska, pedagog
wraz z zespołem Fundacji Global Dignity Poland**

Załącznik 1

1 T. Jesteś jakiś najeżony. 1 J. Widzę, że marszczysz brwi. Zastanawiam się co Ci jest. Powiesz mi?

2 T. Ty zawsze musisz mieć rację.

2 J. Przerывasz mi w środku zdania. Czuję, że tracę szansę na wypowiedzenie swojej opinii. Spróbuj mnie wysłuchać.

3 T. Przestań się tak dąsać.

3 J. Jak nie odbierasz moich telefonów od kilku dni, to czuję się olewana/lekceważona. Możesz mi powiedzieć czemu nie chcesz ze mną rozmawiać?

4 T. Spadaj i daj mi święty spokój.

4 J. Jestem zmęczona. Bardzo chciałabym teraz pobyć trochę sama. Wróć do mnie za jakieś pół godziny.

5 T. Jesteś patentowanym leniem!

5 J. Kiedy widzę pełen zlew niepozmywanych naczyń/nierozładowaną zmywarkę, denerwuję się. Potrzebna jest mi Twoja pomoc w pracach domowych na zasadach, na których już się wcześniej umówiliśmy.

Załącznik 2

Wyobraź sobie taką sytuację:

Umówiłeś/aś się z kolegą/żanką, że razem zrobicie prezentację. On(a) nie zrobił (a) swojej części w terminie.

Polecenie:

Ułóż do tej sytuacji komunikat Ty i Ja w schemacie FULO/UFO.

Odegraj scenkę z drugim uczniem w obu wariantach komunikowania się.

Przykład:

KT – Jesteś skończonym chamem. Nie można na Ciebie liczyć.

KJ _ Ostro się zdenerwowałem/am. Nie przyniosłeś/aś swojej części pracy. Proszę weź Ty przekaz naszemu nauczycielowi dlaczego nie jesteśmy przygotowani i odrób straty jak najszybciej się da.



**GLOBAL
DIGNITY**

Poland