

**PRZEWODNIK DLA MODERATORA**

**70-90 MINUT**

**WIEK: 8+**



**WIRTUALNE WARSZTATY:  
GODNOŚĆ ZACZYNA SIĘ OD CIEBIE**

## INFORMACJE OGÓLNE + PRZYGOTOWANIA MODERATORA

Celem niniejszych warsztatów jest ułatwienie uczestnikom **zrozumienia sensu i znaczenia godności oraz jej wpływu na to, jak myślimy o sobie i jak traktujemy się nawzajem**. Godność to proste, ale jednocześnie rewolucyjne pojęcie. Ten, kto głęboko wierzy we własną wartość i mocne strony — swoją godność —potrafi przewyżczać wyzwania i odnaleźć swój głos, poczucie celu i potencjał.

Poniższe instrukcje pozwalają zgłębić te zagadnienia podczas **70-90-minutowych wirtualnych warsztatów** przeznaczonych dla osób w wieku 8+.

Przewodnik „**Godność zaczyna się od Ciebie**” skierowany jest do dydaktyków, wolontariuszy, liderów grup młodzieżowych, rodziców i wszystkich osób, które pragną pomóc innym zrozumieć własną wartość oraz zachęcić ich do tworzenia pozytywnych zmian w lokalnej społeczności.

W trakcie warsztatów uczestnicy zostaną wprowadzeni w zagadnienie godności i będą mieli okazję podzielić się swoimi osobistymi doświadczeniami, co według nas jest najskuteczniejszą metodą dotarcia do sedna tego, czym jest godność. Warsztaty można przeprowadzić samodzielnie lub razem z wirtualnymi warsztatami pt. „**Dostrzec godność drugiego człowieka**”.

Ważne, aby **moderator warsztatów dokładnie wiedział, co rozumiemy przez godność i dlaczego ma one zasadnicze znaczenie dla sprawiedliwości i pokoju na świecie**. Przed rozpoczęciem warsztatów należy pobrać plik **Godność: Podstawy**, aby dowiedzieć się w skrócie, czym jest godność i w jaki sposób wpływa na nasz sposób postrzegania samych siebie oraz naszych relacji, kultur i społeczeństw.

**TECHNOLOGIE + MATERIAŁY:** Warsztaty wymagają dostępu do **Internetu i programu do spotkań online**, takiego jak np. Zoom, Microsoft Teams, Google Hangouts czy Google Classroom. Wersja niewymagająca dostępu do rozwiązań technologicznych jest dostępna na stronie: [globaldignity.org/teaching-tools](https://globaldignity.org/teaching-tools). Uczestnikom warsztatów będą potrzebne papier i **długopis lub ołówek**.

**UWAGA NA TEMAT CZASU:** Mimo że przewodnik określa sugerowany czas trwania każdego z modułów, można z powodzeniem rozbudować jeden lub kilka modułów, aby lepiej zgłębić poruszane zagadnienia, lub wydłużyć czas przewidziany na interakcje i dialog.

## 1. PREZENTACJA MODERATORA + CELE SPOTKANIA / 10-15 MINUT

KROK 1: **Przedstaw się** i określ **cele spotkania**: zrozumienie sensu i znaczenia godności oraz jej wpływu na to, jak myślimy o sobie i jak traktujemy się nawzajem.

KROK 2 (nieobowiązkowy): Poproś uczestników o przedstawienie się.

KROK 3 (nieobowiązkowy): Opowiedz o **osobistym doświadczeniu związanym z godnością**. Doświadczenie może dotyczyć sytuacji, w której ty lub ktoś, kogo znasz, nie zostaliście potraktowani z godnością, lub, przeciwnie, potraktowano Was z godnością. Pomocne wskazówki znajdziesz w informatorze „[Identifying Your Dignity Story](#)” (plik w języku angielskim).

## 2. SKOJARZENIA / 5-10 MINUT

KROK 1: **Wpisz słowo „godność” w okienku czatu lub na wirtualnej tablicy** w Waszym programie do spotkań online.

KROK 2: Poproś uczestników o dopisanie na czacie lub wirtualnej tablicy **słów, które przychodzą im na myśl, kiedy słyszą słowo „godność”**. W przypadku mniejszych grup, uczestnicy mogą podawać swoje propozycje na głos, a ty możesz zapisywać je na czacie lub na tablicy.

UWAGA: Bardzo wielu uczestników opisuje godność przy użyciu słowa „szacunek”. **Istnieje istotna różnica pomiędzy szacunkiem a godnością**, którą przy tej okazji warto wyjaśnić. W informatorze „[Godność: Podstawy](#)” znajdziesz pomocne informacje na ten temat.

## 3. INSPIRUJĄCY FILMIK LUB OPOWIEŚĆ / 10-20 MINUT

KROK 1 / OPCJA 1: Odtwórz **krótki inspirujący filmik prezentujący godność w praktyce**. Polecamy ten [filmik UNICEF](#) o przyjaźni pomiędzy dwoma siedmiolatkami – Nawwarem (Syryjczykiem) i Alekiem (Niemcem). Na stronie [globaldignity.org/inspiration](http://globaldignity.org/inspiration) znajdziesz wiele innych propozycji, możesz też użyć innego, wybranego przez siebie materiału.

KROK 1 / OPCJA 2: Zaproś na warsztaty **inspirującego mówcę**, który opowie swoją historię związaną z godnością. Może to być muzyk, artysta, poeta, sportowiec, przedsiębiorca, aktywista itd. Zapewnij uczestnikom czas na zadawanie pytań.

KROK 2: Poproś uczestników o spojrzenie na **skojarzenia zapisane na czacie lub wirtualnej tablicy**. Które z nich obrazuje obejrzany filmik lub przytoczona historia? Czy uczestnicy chcieliby dopisać jakieś nowe skojarzenia na czacie lub tablicy?

## 4. GODNOŚĆ W NASZYM ŻYCIU / 40-45 MINUT

ROK 1: Wyjaśnij uczestnikom, że teraz, kiedy już dowiedzieli się, czym jest godność i jak wygląda w praktyce, czas **zastanowić się, jaką rolę odgrywa ona w ich życiu**. Poinformuj uczestników, że opowiadanie o osobistych doświadczeniach na forum grupy nie jest obowiązkowe. Historie opowiadane podczas warsztatów należy zachować w tajemnicy.

KROK 2: Poproś uczestników, aby przypomnieli sobie **sytuację, w której ich godność nie została dostrzeżona ani uszanowana**. Mogło to mieć miejsce w szkole, w Internecie, w klubie sportowym, w miejscu pracy, w lokalnej społeczności itd. Co się wydarzyło? Jak się poczułeś(-aś)? Jak myślisz, dlaczego tak się poczułeś(-aś)? Jak wpłynęło na Ciebie to wydarzenie? Daj uczestnikom 3-5 minut na zanotowanie przemyśleń.

KROK 3: Jeżeli Wasz program do spotkań online na to pozwala, **podziel uczestników na grupy po 3-5 osób**. Jeżeli nie masz możliwości podzielenia uczestników na mniejsze grupy, zapytaj, czy są ochotnicy, którzy chcieliby się podzielić swoją historią z całą grupą.

KROK 4: W przypadku podzielenia uczestników na mniejsze grupy, poproś ich, aby **opowiedzieli o swoich doświadczeniach członkom swojej grupy**, o ile nie jest to dla nich krępujące. (Daj im na to ok. 15 minut).

KROK 5: Jeżeli uczestnicy pracowali w mniejszych grupach, przywróć wszystkich uczestników do głównego spotkania. Następnie poproś uczestników, aby przypomnieli sobie **sytuację, w której ich godność została dostrzeżona i uszanowana**. Co się wydarzyło? Jak się poczułeś(-aś)? Jak myślisz, dlaczego tak się poczułeś(-aś)? Jak wpłynęło na Ciebie to wydarzenie? Daj uczestnikom 3-5 minut na zanotowanie przemyśleń.

KROK 6: Jeżeli Wasz program do spotkań online na to pozwala, **podziel uczestników na grupy po 3-5 osób**. Jeżeli nie masz możliwości podzielenia uczestników na mniejsze grupy, zapytaj, czy są ochotnicy, którzy chcieliby się podzielić swoją historią z całą grupą.

KROK 7: W przypadku podzielenia uczestników na mniejsze grupy, poproś ich, aby **opowiedzieli o swoich doświadczeniach członkom swojej grupy**, o ile nie jest to dla nich krępujące. (Daj im na to ok. 15 minut).

KROK 8 (nieobowiązkowy): Jeżeli uczestnicy wcześniej opowiadali o swoich doświadczeniach w mniejszych grupach, zapytaj, czy ktoś chciałby podzielić się swoją historią z całą grupą.

UWAGA: W niektórych grupach wiele osób wyraża chęć podzielenia się swoją historią. Jeżeli macie ograniczony czas, wyjaśnij uczestnikom, że ze względu na ograniczenie czasu możecie wysłuchać tylko kilku historii. Możesz też zaplanować dodatkowe warsztaty, podczas których więcej uczestników będzie mogło podzielić się swoimi przemyśleniami.

## 5. ZAKOŃCZENIE + PODZIĘKOWANIA / 5 MINUT

KROK 1: Podziękuj wszystkim za udział w warsztatach i za podzielenie się swoimi osobistymi doświadczeniami.

KROK 2: Zanim uczestnicy opuszczą warsztaty, poproś ich, aby zastanowili się, **w jaki sposób mogą zapewnić więcej godności** w szkole, w mediach społecznościowych, w miejscu pracy, w domu, w klubie sportowym lub w jakimkolwiek innym miejscu, które jest dla nich ważne, w nadchodzącym tygodniu.