

ĆWICZENIE

Ćwiczenie na godzinę wychowawczą „Wszystkie serca biją tak samo...”

**W RAMACH PROGRAMU:
„Globalna szkoła. Razem o migracjach”**



**CENTRUM EDUKACJI
OBYWATELSKIEJ**

Ćwiczenie na godzinę wychowawczą „Wszystkie serca biją tak samo...”

**W RAMACH PROGRAMU:
„Globalna szkoła. Razem o migracjach”**

Monika Komisarczyk

Podczas zajęć młodzież w zaaranżowanej sytuacji styka się z mową nienawiści, ćwiczy umiejętność radzenia sobie z mową nienawiści. Ma szansę zweryfikować poziom wiedzy na temat osób pochodzących z innych krajów lub różnych środowisk kulturowych, rozpoznaje stereotypy oraz mowę nienawiści. Ćwiczenie pomaga młodemu człowiekowi w rozwijaniu empatii, uczy nazywania emocji, również tych powszechnie uważanych za trudne i wywołujących dyskomfort, oraz reagowania na nie. Osoba prowadząca zajęcia może zaobserwować, na ile zna młodzież z którą pracuje, i poznać jej sposoby zachowania oraz reagowania w różnych sytuacjach związanych z dyskryminowaniem mniejszości i jej wykluczaniem.



40 minut



VI-VIII szkoły podstawowej i szkoła ponadpodstawowa



godzina wychowawcza



CELE ĆWICZENIA W JĘZYKU UCZNIĄ I UCZENNICY:

- rozwinę umiejętności krytycznej oceny komunikatu słownego i odpowiedniego reagowania na niego
- wzmocnię wraz z kolegami i koleżankami z grupy relację opartą na zaufaniu i otwartości w zaaranżowanej sytuacji doświadczę nienawistnych komentarzy pod adresem postaci, w którą się wcielę podczas zajęć
- poćwiczę umiejętność zapobiegania mowie nienawiści i reagowania na nią. Kluczowe zagadnienia edukacji globalnej: migracje, różnorodność stosunki międzykulturowe



KLUCZOWE ZAGADNIENIA EDUKACJI GLOBALNEJ:

- migracje, różnorodność i stosunki międzykulturowe

METODY I FORMY PRACY	ŚRODKI DYDAKTYCZNE I MATERIAŁY
praca ze zdjęciem, praca w parach, rozmowa na forum, „latające plakaty”	kartki A4 do notowania, flamastry, komputer z rzutnikiem, dostęp do Internetu



ZAŁĄCZNIKI:

- Załącznik nr 1 – Zdjęcie klasowe z Zespołu Społecznych Szkół Ogólnokształcących Bednarska
- Załącznik nr 2 – Ocena sformułowań (przykładowy materiał, który można wykorzystać na kolejnych zajęciach)

PRZEBIEG ZAJĘĆ

Rozpoczęcie zajęć

5 minut

1. W ramach rozgrzewki zaprosz uczniów i uczennice do stworzenia pary z koleżanką/kolegą po prawej stronie. Następnie od momentu, kiedy powiesz „start”, do momentu, kiedy powiesz „stop”, zadaniem młodzieży jest naśladowanie swoich gestów w parze. Gesty zaczyna pokazywać osoba, która ma wcześniejszą datę urodzenia, druga ją naśladuje. Po trzech gestach następuje zamiana.

GŁÓWNA CZĘŚĆ ZAJĘĆ

30 minut

2. Po rozgrzewce poprosz uczniów i uczennice, aby spojrzeli na zdjęcie klasowe z Zespołu Społecznych Szkół Ogólnokształcących Bednarska im. Jam Saheba Digvijay Sinhji w Warszawie (załącznik nr 1). Następnie zachęć, aby każda osoba wybrała jedną osobę ze zdjęcia, w którą chciałaby się na chwilę wcielić. Wyjaśnij zadanie:

Zbudujcie krótką historię wybranej osoby, wykorzystując pytania pomocnicze: Kim jest? Jak ma na imię? Skąd przybyła do Polski? Co lubi robić? Co sprawia jej radość, a czego się obawia? Następnie stworzoną opowieść przedstawcie w formie krótkiej notatki, np. mapy myśli, rysunku z ludzikiem pośrodku – to ułatwi dalszy ciąg ćwiczenia.

WSKAZÓWKA METODYCZNA DLA OSOBY PROWADZĄCEJ ZAJĘCIA:

Celowo nie zadajemy pytania „Skąd osoba ze zdjęcia przybyła do Polski?”. Być może nie wszystkie osoby przedstawione na fotografii, które nie wyglądają jak typowi Polacy/Polki, skądś przybyły. Może być tak, że te osoby pochodzą z Polski i mają polską tożsamość. Sugerowanie, że pochodzą skądś indziej, może być dla nich krzywdzące. Warto pamiętać, że tożsamość jest wielowarstwowa i ulega zmianom. Doświadczenie migracyjne może mieć wpływ na to, gdzie czujemy się u siebie i z czym się utożsamiamy. Osobiste odczucia migrantów i migrantek to jedno, natomiast innym zagadnieniem jest to jak migranci są postrzegani przez społeczność. Zobacz filmik [Tożsamość: co to znaczy być Europejczykiem / Europejką?](#), Centrum Edukacji Obywatelskiej, 2020.

WSKAZÓWKA METODYCZNA DLA OSOBY PROWADZĄCEJ ZAJĘCIA:

Ta aktywność pozwala uczestnikom i uczestniczkom zajęć wczuć się w położenie drugiej osoby, a także przeanalizować własne emocje w sytuacji, kiedy ktoś atakuje ich słownie ze względu na pochodzenie, kolor skóry, orientację psychoseksualną oraz gdy to oni sami kierują w stronę drugiej osoby nienawistne komentarze.

Na tym etapie ćwiczenia:

- zadbaj o poczucie bezpieczeństwa uczniów i uczennic
- przekaz jasną instrukcję i upewnij się, czy wszystkie osoby zrozumiały ideę ćwiczenia - zawsze dopytuj o wątpliwości związane z wykonaniem zadania
- bądź uważny/uważna, zwracaj uwagę na sposób wykonania zadania, zapamiętuj zdarzenia, słowa, zachowania, do których odniesiesz się w omówieniu
- nie ingeruj w przebieg ćwiczenia – każda grupa ma inną dynamikę.

ZAŁĄCZNIK NR 1

Materiał pomocniczy: zdjęcie klasowe z Zespołu Społecznych Szkół Ogólnokształcących Bednarska im. Jam Saheba Digvijay Sinhji w Warszawie



Źródło: Aga Viburno, „Polityka” 46.2015 (3035) z dnia 08.11.2015; Społeczeństwo, s. 26 Oryginalny tytuł tekstu: „Kolorowanie biało-czerwonego”, Ewa Winnicka,[dostęp:] 15.08.2021

3. Następnie poproś o połączenie się w pary dowolną metodą, np. osoba z numerem 1 w dzienniku łączy się w parę z osobą z numerem 2 itd. Wyjaśnij zadanie:

Przedstawcie swoją postać koleżance/koledze w parze. Opowiadając o osobie ze zdjęcia, używajcie zaimka „ja”, utożsamiając się z nią. Po poznaniu nawzajem swoich opowieści ustawcie krzesła plecami do siebie i zapiszcie na kartce kilka nienawistnych sformułowań, jakie może usłyszeć lub przeczytać w Internecie osoba, w którą się wcielacie na potrzeby tego ćwiczenia skierowanych do osoby z którą jesteście w parze. Następnie wypowiedzcie je na głos. Ponownie przestawcie krzesła przodem do siebie i porozmawiajcie o tym, co każdy/każda z was poczuł/poczuła. Pytania pomocnicze:

1. Jak się czułeś/czułaś, słysząc obraźliwe opinie na swój temat?
2. Jak się czułeś/czułaś, wypowiadając obraźliwe opinie na temat postaci, w którą wcielała się osoba z twojej pary?
3. Co chciałeś/chciałaś odpowiedzieć?
4. Czy jest coś, czym chciałbyś/chciałabyś się podzielić na zakończenie tej aktywności? Odczuwane emocje zapiszcie na wspólnej kartce.

WSKAZÓWKA METODYCZNA DLA OSOBY PROWADZĄCEJ ZAJĘCIA:

To moment, kiedy można się przyjrzeć temu, co się wydarzyło, co zostało wypowiedziane. Zachęcaj uczniów i uczennice do podzielenia się spostrzeżeniami z przebiegu zadania, ich emocji.

Na tym etapie:

- zadbaj o to, by każda chętna osoba miała wystarczająco długi czas na wypowiedź - wspieraj osoby nieśmiałe i zachęcaj do podzielenia się swoimi odczuciami i emocjami - zapytaj, co było najtrudniejsze w tym zadaniu
- w pytaniach odnieś się do poszczególnych etapów: budowania historii wybranej osoby, opowiadania o niej z perspektywy „ja”, słuchania oraz wypowiadania obraźliwych sformułowań - podziel się własnymi spostrzeżeniami, aby pomóc grupie w zobaczeniu całości doświadczenia.

4. Następnie zachęć uczniów i uczennice do wyjścia z roli, w której byli. Poproś o podziękowanie osobie współtworzącej parę przy użyciu prawdziwych imion. To jest czas na wymianę pozytywnych i wspierających komentarzy pomiędzy osobami w parze. To bardzo ważny element ćwiczenia.

PROPOZYCJE KRÓTKICH AKTYWNOŚCI POMAGAJĄCYCH WYJŚĆ Z ROLI:

TYGRYSY Wstańcie wszyscy i niech każdy z was przyjmie pozycję tygrysa gotowego do ataku. Napnijcie wszystkie mięśnie do skoku, a potem zaatakujcie niewidzialny cel. To ćwiczenie pozwoli wyrzucić z siebie napięcie i rozluźnić mięśnie.

PRYSZNIC Wstańcie z miejsc i wyobraźcie sobie, że spływa z was woda, a razem z nią emocje. „Osuszcie się”, strzepując z siebie wodę, tak jak to robią psy – potrząsając całym ciałem, głową, rękoma, tułowiem, nogami. Po takim prysznicu na pewno poczujecie się lepiej.

Źródło: *Rozmawiajmy o uchodźcach. Punkty widzenia. Klub dobrej rozmowy. Przewodnik dla młodzieży*, Centrum Edukacji Obywatelskiej, 2017.

5. Zadaj młodzieży pytania wspierające refleksję nad doświadczeniem wcielenia się w postać ze zdjęcia. Propozycje pytań:

Jak się czujecie? Jakie są wasze wrażenia po tym doświadczeniu?

Co wam pomogło? Co było dla was trudne? Co was zaskoczyło?

Co się wydarzyło? Na czym polegało wejście w buty drugiej osoby?

Czy zawsze możemy wejść w buty innej osoby? Co może nam pomóc, a co przeszkodzić?

Jak zareagowaliście/zareagowałyście na usłyszaną mowę nienawiści pod adresem waszej postaci?

Co czuliście/czułyście, wypowiadając nienawistny komentarz?

Co daje wsparcie drugiej osoby? Na ile wzmacnia?

WSKAZÓWKA METODYCZNA DLA OSOBY PROWADZĄCEJ ZAJĘCIA:

Ten etap polega na wyciągnięciu wniosków z ćwiczenia, pokierowaniu rozmową tak, aby uczestnicząca w doświadczeniu młodzież nie pozostała jedynie na poziomie emocji, ale zobaczyła w tym ćwiczeniu pewną prawidłowość, powtarzalny mechanizm.

Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o mowie nienawiści, możesz przeczytać:

- artykuł Małgorzaty Leszko *Jak zapobiegać mowie nienawiści – praktyczne rozwiązania i gotowe materiały*, Centrum Edukacji Obywatelskiej, 2019
- publikację *Karty do analiz wydarzeń i mechanizmów psychospołecznych*, Centrum Edukacji Obywatelskiej, 2020
- *zbiór dodatkowych informacji i materiałów o uprzedzeniach i mowie nienawiści* przygotowany przez organizację Humanity in Action
- Obejrzeć:
- filmik *A czy Ty reagujesz, słysząc takie słowa? – 7 metrów pod ziemią, 7 metrów pod ziemią*, 2019
- *Mowa Pogardy – wykład dr. hab. Michała Bilewicza, prof. UW*, Uniwersytet Warszawski, 2018.

6. Porozmawiaj z młodzieżą o tym, jak zapobiegać mowie nienawiści. Możesz skorzystać z metody pracy w grupach „latające plakaty”. Zadaniem uczniów i uczennic jest zastanowienie się w kilkusobowych grupach: 1. w jaki sposób zapobiegać mowie nienawiści 2. jak reagować na nienawistne komentarze pod własnym adresem, a co zrobić, gdy jest się świadkiem takiej sytuacji np. w szkole. Po minucie pracy grupy wymieniają się plakatami i dopisują nowe pomysły do tego, co wypracowała poprzednia grupa.

WSKAZÓWKA METODYCZNA DLA OSOBY PROWADZĄCEJ ZAJĘCIA:

Ostatnia część ćwiczenia jest przeznaczona na burzę pomysłów, zaplanowanie, w jaki sposób wykorzystać zdobytą wiedzę i umiejętności w praktyce, na co dzień. Warto zagospodarować energię i kreatywność z tego etapu i wzmocnić je praktycznym działaniem całej grupy.

Pytania podsumowujące do młodzieży:

- W jaki sposób to doświadczenie odnosi się do sytuacji, których sam doświadczyłeś/sama doświadczyłaś?
- Jak przekuć zdobytą wiedzę w praktykę?
- Jakie zmiany chcesz wprowadzić?

Muzyczne podsumowanie ćwiczenia



5 minut

7. W celu podsumowania tego, co zadziało się na zajęciach, posłuchajcie piosenki *Hearts* i obejrzyjcie do niej [klip](#). Wokaliści Edwin Cotton i dwunastoletni Michał Cywoniuk z zespołu Roki śpiewają o tym, że nasze serca biją w tym samym rytmie niezależnie od tego, skąd jesteśmy. To utwór wyrażający sprzeciw wobec wykluczenia i dyskryminacji, takie jest też przesłanie utrzymanego w czarno-białej tonacji teledysku kręconego w centrum Białegostoku.

KOMENTARZ DLA OSOBY PROWADZĄCEJ ZAJĘCIA:

Jak ocenić zmianę postaw wśród młodzieży?

Zmianę można ocenić podczas rozmowy pogłębiającej przeprowadzonej po doświadczeniu. Zaproponowane ćwiczenie to proces nie tylko przekazywania wiedzy, ale i obserwacji uczniów i uczennic. Ważne, aby osoba prowadząca zajęcia zwróciła uwagę na to, kto się odezwie na forum i o czym opowie, na ile ta wypowiedź będzie rozwijająca dla tej osoby, na ile dla innych. Zmianę można również ocenić, wracając do tematu na kolejnych spotkaniach przy wykorzystaniu np. formy komiksu czy dramy. O zmianie świadczą także inicjatywy oddolne, czyli propozycje uczniów i uczennic, np. podjęcie działań o charakterze inkluzyjnym na terenie szkoły lub poza nią, np. zamalowanie nienawistnych haseł na murach, stworzenia poradnika, jak reagować na mowę nienawiści wobec mniejszości.

Jakie działania można zaproponować po ćwiczeniu?

Kolejne zajęcia wokół tematu mowy nienawiści mogą dotyczyć analizy języka, którym mówi się o mniejszościach.

Podziel uczniów i uczennice na trzy-, czteroosobowe grupy. Rozdaj załącznik nr 2 i poproś o wykonanie zadania. Zależnie od tego, ile czasu możesz przeznaczyć na aktywność, rozdziel poniższe przykłady pomiędzy grupy lub poproś o wykonanie całości.

W omówieniu pracy zwróć uwagę na pewne sformułowania, które umacniają stereotypy, a młodzież może nie uznać ich za obraźliwe, np. niemiecka punktualność. Wspólnie się zastanówcie, w jaki sposób można sformułować neutralne określenia, aby nie były obraźliwe i przekazywały treść.

Więcej materiałów na stronie internetowej programu: www.globalna.ceo.org.pl

Materiał powstał w 2021 roku ramach projektu „Globalna szkoła. Razem o migracjach”, który jest częścią przedsięwzięcia „I am European: Historie i fakty o migracjach na XXI wiek” realizowanego przez Centrum Edukacji Obywatelskiej.

Projekty współfinansowane są ze środków Unii Europejskiej oraz w ramach programu polskiej współpracy rozwojowej Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP. Treść wyraża wyłącznie poglądy autorów/autorek i nie może być utożsamiana z oficjalnym stanowiskiem Ministerstwa Spraw Zagranicznych RP ani Unii Europejskiej. www.gov.pl/polskapomoc



„I am European. Historie i fakty o migracjach na XXI wiek” jest częścią programu DEAR (The European Commission's Development Education and Awareness Raising Programme), który wspiera projekty angażujące społeczeństwo Unii Europejskiej w globalne zagadnienia rozwoju społecznego, gospodarczego i środowiskowego. Poprzez finansowanie programów takich jak „I am European. Historie i fakty o migracjach na XXI wiek”, DEAR promuje uniwersalne wartości, m.in. wolność, demokrację, praworządność oraz umożliwia obywatelom i obywatelkom Europy włączenie się w globalny rozwój. Program DEAR finansuje około 30 programów w krajach członkowskich UE. Projekty te przyczyniają się do zwiększenia zrozumienia i zaangażowania Europejki i Europejczyków w kreowanie pozytywnych zmiany społecznych zarówno na poziomie lokalnym, jak i międzynarodowym. Działania DEAR wspierają również pracę UE na rzecz realizacji Celów Zrównoważonego Rozwoju.

Wydawca:

Fundacja Centrum Edukacji Obywatelskiej
ul. Noakowskiego 10,
00-666 Warszawa
www.ceo.org.pl

Warszawa 2021

Autorka: Monika Komisarczyk

Redakcja merytoryczna: Julia Godorowska, Katarzyna Dzieciotowska, Elżbieta Kielak

Redakcja językowa i korekta: Justyna Yigitler

Projekt graficzny i skład:  RZECZOBRAZKOWE

Materiał 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 2021. Zezwala się na dowolne wykorzystanie utworu, pod warunkiem zachowania ww. informacji, w tym informacji o stosowanej licencji i posiadaczach praw.

ZAŁĄCZNIK NR 1

Materiał pomocniczy: zdjęcie klasowe z Zespołu Społecznych Szkół Ogólnokształcących Bednarska im. Jam Saheba Digvijay Sinhji w Warszawie



Źródło: Aga Viburno, „Polityka” 46.2015 (3035) z dnia 08.11.2015; Społeczeństwo, s. 26 Oryginalny tytuł tekstu: „Kolorowanie biało-czerwonego”, Ewa Winnicka,[dostęp:] 15.08.2021

ZAŁĄCZNIK NR 2

Materiał pomocniczy: Analiza języka

Zdecydujcie, czy dane sformułowanie brzmi pozytywnie, obraźliwie czy neutralnie, i zaznaczcie odpowiedź we właściwej kolumnie.

Hasło/ sformułowanie	Sformułowanie pozytywne	Sformułowanie negatywne	Sformułowanie neutralne
Niemiecka punktualność			
Polska gospo- darka (polnische Wirtschaft)			
Pepik			
Chińczyk			
Japoniec			
Czarnuch			
Murzyn			
Żółtek			
Szwajcarska precyzja			
Czeski film			
Janusze i grażyny			
Japonia to czysty kraj.			

Ukradziony w Niemczech? Szukaj w Polsce.			
Francuzi to żabojady.			
Makaroniarze są bardzo przystojni.			
Świetna jakość i dobra cena. Kupiłam u żółtków. Polecam.			
Zdrowo i smacznie zjesz u ciapatych w barze za rogiem.			
Przed nami kolejna inwazja imigrantów.			
Przestań żydzić.			
On mnie oczernia, mówiąc w ten sposób.			
Bananowa republika			
Austriackie gadanie			

Polak i Węgier – dwa bratanki			
Nie ma co wybielać Cyganów, wiadomo, że kradną.			
Drodzy uczestnicy i drogie uczestniczki!			
Złotko, podaj mi ten wazon.			
Małe Murzynki są takie słodkie.			
Wśród starych Hindusów widziałam mnóstwo kalek.			
Kraje Trzeciego Świata mają coraz więcej problemów z klimatem.			
Greta Thunberg? A co ta smarkula może mi powiedzieć?			
Po co pani w tym wieku nowa specjalizacja, i to po angielsku?			

Wśród moich przyjaciół są także osoby nieheteronormatywne.			
To przecież naturalne różnice pomiędzy rasami. O co tyle hałasu?			
Wiadomo, że czarni nadają się tylko do sportu.			
Biali są coraz bardziej zepsuci, nastawieni tylko na konsumpcję.			