

EMOCJE POD LUPĄ!

Autorka: **Elżbieta Krawczyk**



KRÓTKI OPIS SCENARIUSZA:

Scenariusz został przygotowany z myślą o młodzieży, to uczniowie i uczennice prowadzą na jego podstawie zajęcia dla swojej klasy (np. na godzinie wychowawczej) lub grupy (np. projektowej). Zajęcia stanowią punkt wyjścia do rozmowy o emocjach i dają możliwość zastanowić się nad znaczeniem emocji w naszym codziennym życiu, nad naszymi reakcjami na emocje – własne i innych – oraz sposobami umiejętnego przekuwania ich poszczególnych właściwości w działanie. W scenariuszu znajdują się odniesienia do publikacji *Emocje jako Twoje supermoce! Przewodnik po emocjach na (nie)zwykłe czasy* (Centrum Edukacji Obywatelskiej, 2021). To także zaproszenie do zapoznania się z treścią *Przewodnika* i dalszej wspólnej pracy, m.in. z wykorzystaniem zaproponowanych w nim ćwiczeń i eksperymentów.

Scenariusz nawiązuje do emocji związanych z wyzwaniami globalnymi, takimi jak migracje, zmiana klimatu, niesprawiedliwość społeczna, ubóstwo lub głód, dlatego zajęcia warto przeprowadzić, kiedy na lekcjach lub podczas realizowania projektu w szkole są omawiane właśnie te tematy, które mogą wzbudzić w młodzieży różne emocje.

Zapraszamy Cię do przekazania tego scenariusza swoim uczniom i uczennicom, którzy wybiorą spośród siebie osoby chętne do przeprowadzenia zajęć dla swoich rówieśników i rówieśniczek. Postaraj się oddać młodzieży jak najwięcej pola do działania, aby to uczniowie i uczennice sami przygotowali się do poprowadzenia zajęć. Po zajęciach możesz poprowadzić krótkie spotkanie podsumowujące dla osób zaangażowanych w przedsięwzięcie lub poprowadzić kolejne zajęcia o emocjach na podstawie *Przewodnika*. Zapraszamy również do kontynuowania pracy z tematami związanymi z wyzwaniami globalnymi.

Etap edukacyjny: klasy 7-8 SP,
szkoła ponadpodstawowa

→ dyskusje w grupie

→ pogadanka

Czas trwania: 45 min

Pytanie kluczowe: Jak czerpać energię
i motywację z naszych emocji?

Formy pracy:

→ w grupie, w małych grupach

→ indywidualna

Cele zajęć:

→ zdobędziemy podstawowe informacje na temat emocji

→ porozmawiamy w grupie i poddamy refleksji sposoby reagowania na emocje i przekuwania ich w działanie

→ zapoznamy się z przewodnikiem o emocjach *Emocje jako Twoje supermoce!*

→ ustalimy w grupie, czy chcemy dalej wspólnie pracować nad emocjami

Środki dydaktyczne i materiały:

→ tablica lub kilka większych arkuszy papieru do notowania (po jednym arkuszu na pięć osób i arkusz na zapisanie zasad współpracy)

→ karteczki samoprzylepne (post-it)

→ mapa czterech emocji (do wydrukowania z załącznika nr 1, po jednym egzemplarzu na pięć osób)

→ publikacja *Emocje jako Twoje supermoce! Przewodnik po emocjach na (nie)zwyczajne czasy* (Centrum Edukacji Obywatelskiej, 2021)

Metody:

→ ćwiczenie aktywizujące

CO WARTO WIEDZIEĆ PRZED PROWADZENIEM ZAJĘĆ?

- Zapoznaj się z publikacją *Emocje jako Twoje supermoce!*, w której znajdziesz wiele informacji na temat emocji i możliwości ich wykorzystania w działaniu.
- Zajęcia możesz przeprowadzić samodzielnie lub z innymi osobami. Jeśli poprowadzicie je w kilka osób, ważne jest, abyście dokładnie się podzielili zadaniami podczas przygotowań i prowadzenia. Możecie podzielić się np. prowadzeniem poszczególnych części lub prowadzić spotkanie wspólnie, wzajemnie się wspierając np. przy wprowadzaniu do danej aktywności, notowaniu lub podsumowywaniu. Jeśli pracujecie w mieszanej grupie, postarajcie się, żeby w prowadzenie były zaangażowane zarówno dziewczyny, jak i chłopcy, unikajcie stereotypowego przypisywania ról poszczególnym osobom.

- ➔ Z odpowiednim wyprzedzeniem poproście nauczycielkę lub nauczyciela o możliwość przeprowadzenia zajęć na lekcji. Przedstaw wówczas scenariusz i powiedz, dlaczego uważasz, że ten temat warto poruszyć. Zaproponuj nauczycielowi lub nauczycielce zapoznanie się z przewodnikiem *Emocje jako Twoje supermoce!*
- ➔ Przygotujcie materiały do poprowadzenia zajęć.
- ➔ Na dzień przed zajęciami możecie się spotkać w grupie osób zaangażowanych w przygotowania i prowadzenie spotkania, aby się upewnić, że dobrze się czujecie, i zapewnić się o wzajemnym wsparciu.

ZASADY PODCZAS ZAJĘĆ

Podczas zajęć może się zdarzyć, że pojawią się w Was trudniejsze emocje lub w wypowiedziach wybrzmia kwestie, o których nie będziecie chcieli mówić przy wszystkich. To jest w porządku. Aby wszystkim dobrze się pracowało podczas zajęć, należy się umówić na kilka podstawowych zasad.

Przed zajęciami osoba prowadząca lub osoby prowadzące przygotowują arkusz papieru, na którym zapisują zasady:

- ➔ Poufność i dyskrecja. Nie wynosimy poza salę (lub inną przestrzeń, w której pracujemy) niczego, co zostanie powiedziane podczas zajęć.
- ➔ Szanujemy naszą różnorodność i to, że każdy może w inny sposób przeżywać i okazywać emocje, nie naruszając przy tym poczucia bezpieczeństwa i granic innych osób.
- ➔ Nie oceniamy słów innych osób, sposobów przeżywania lub wyrażania emocji (o ile nie są dyskryminujące lub krzywdzące dla innych), unikamy dawania porad, a raczej skupiamy się na aktywnym słuchaniu. Możemy zadawać pytania osobie, która się wypowiada, jeśli coś jest dla nas niejasne.
- ➔ Możemy powiedzieć „stop”, jeśli nie czujemy się dobrze w danej aktywności lub nie chcemy zabierać w danym momencie głosu. Jednocześnie ta zasada nie zwalnia nas z aktywnego uczestnictwa w zajęciach, bo przy zaangażowanej postawie całej grupy zajęcia mają największą wartość i mamy możliwość się od siebie uczyć.

PO ZAJĘCIACH: CZAS NA CELEBRACJĘ!

Prowadzenie zajęć dla klasy lub grupy projektowej to dodatkowe działanie, które wymagało od Was czasu i energii. Spotkaj-



cie się po zajęciach, aby podziękować sobie za wspólną pracę i poświętować: możecie pójść na ciastko lub do kina, zorganizować krąg, w którym opowiecie o swoich emocjach związanych z przeprowadzonymi zajęciami, odwiedzić interesujące Was wszystkich miejsce – po prostu zróbcie coś, na co macie ochotę!

Po celebracji warto również zorganizować oddzielne spotkanie podsumowujące, podczas którego odpowiecie sobie na pytania: co się udało? czy coś mogło pójść lepiej? czego się nauczyliście podczas przygotowań i prowadzenia zajęć?

PRZEBIEG ZAJĘĆ:



ĆWICZENIE OTWIERAJĄCE KTO TAK JAK JA...? (10 MIN)

W grupie, która się nie zna lub w której jest część nowych osób, można poprosić wszystkie osoby, żeby wypowiedziały na głos swoje imię lub żeby się przedstawiły tak, jak chcą, by inne osoby się do nich zwracały.

Jeśli na lekcji lub w ramach projektu, który realizujecie w szkole, omawialiście temat, który wzbudził w Was emocje, np. nierówności na świecie, możecie wspomnieć o nim we wstępie do zajęć, aby wprowadzić klasę lub grupę w rozważania nad zagadnieniami globalnymi.

1. Przeprowadźcie ćwiczenie pod tytułem Kto tak jak ja...?, które pozwoli Wam stopniowo się zanurzyć w temacie emocji, a jednocześnie nawiązać ze sobą kontakt, jeśli pracujecie w grupie, w której się nie znacie albo rzadko się ze sobą widujecie. Stańcie w kręgu zwróceniu do siebie twarzami. Ćwiczenie polega na tym, że jedna osoba wchodzi do kręgu i zadaje pytanie zaczynające się od słów: „Kto tak jak ja...”, które dotyczy emocji wywoływanych przez określone zjawiska lub czynniki (np. „Kto tak jak ja cieszy się z zieleni za oknem?”), a następnie osoby, które czują podobnie, również wchodzi do kręgu. Warto, by emocje dotyczyły tematów dyskutowanych wcześniej na lekcjach dotyczących wyzwań, przed którymi stoi ludzkość (np. „Kto tak jak ja martwi się o przyszłość planety?”, „Kto tak jak ja się smuci, że niektóre dzieci nie mają dostępu do edukacji?”).
2. Następnie wracacie do kręgu i kolejna osoba przejmuje inicjatywę, zadając pytanie, a pozostałe osoby reagują na nie poprzez wejście do środka kręgu lub pozostanie na swoich miejscach, jeśli nie odczuwają podobnych emocji. W kilkusobowej grupie warto dać możliwość wypowiedzenia się każdemu, w większej można zaprosić do zadania py-

tania tylko część osób, informując o tym na początku aktywności. Spróbujcie zadawać pytania, które będą dotyczyły różnych emocji, np. radości, smutku.

3. Po zakończeniu każdej części, zanim wszyscy wrócą na swoje miejsca, by usłyszeć następne pytanie, osoby, które są w kręgu, mogą okazać reakcję – każda na swój sposób, np. przy wspomnianej wyżej radości z zieleni za oknem można okazać emocje poprzez taniec, wzniesienie rąk w górę, uśmiech, klaskanie itp. Dzięki temu zobaczycie, że choć odczuwacie podobne emocje, możecie je przeżywać lub okazywać na różne sposoby – i każdy z nich jest dobry (o ile nie jest agresywny)!
4. Ćwiczenie kończy się po kilku rundach. Możecie je zwieńczyć wspólnym ruchem, by symbolicznie zrzucić z siebie emocje, które wybrzmiały podczas aktywności. Możecie podskoczyć wysoko w górę i ciężko opaść w dół wraz z wydechem powietrza, pozostawiając emocje na ziemi; możecie sobie wyobrazić, że płyniecie w morzu i wraz z każdym kolejnym ruchem rąk pozostawiać je coraz dalej za sobą. Wybierzcie jeden sposób i zakończcie tak ćwiczenie, które omówicie w kolejnej części zajęć.

KRÓTKO O ZASADACH WSPÓŁPRACY (3 MIN)

5. Przedstawcie arkusz z zapisanymi zasadami, które będą obowiązywać podczas zajęć, i upewnijcie się, że wszystkie osoby je akceptują. Jeśli nie, postarajcie się wypracować wspólne zasady. W trakcie zajęć możecie się do nich odwoływać, jeśli będzie potrzeba. Jeśli zdecydujecie się kontynuować spotkania przy wykorzystaniu publikacji *Emocje jako Twoje supermoce*, będziecie mogli korzystać z tych zasad i w miarę potrzeb je uzupełniać.

WULKAN EMOCJI (15 MIN)

Podczas ćwiczenia otwierającego „Kto tak jak ja...?” dzieliliście się emocjami i mieliście okazję obserwować różne reakcje z nimi związane, okazywane przez poszczególne osoby. W tej części zajęć wspólnie stworzycie wulkan emocji, czyli zbierzecie Wasze wnioski i refleksje z wykonanego ćwiczenia oraz najważniejsze informacje o emocjach, jakimi dysponujecie w grupie.

6. Dobierzcie się w grupy około pięćosobowe. Każda grupa otrzymuje jeden arkusz papieru, na którym rysuje kontury wulkanu, i odpowiada na pytania zamieszczone poniżej (wersja do wydrukowania w załączniku nr 2). Możecie notować bezpośrednio na arkuszu papieru, jeśli rozmawiacie wspólnie, lub dać sobie 2–3 minuty na pracę indywidualną i notować odpowiedzi na karteczkach samoprzylepnych, a następnie wrócić do rozmowy na forum Waszej grupy.

Wulkan emocji – pytania:

- ➔ Jakie emocje pojawiały się w pytaniach zadawanych w ćwiczeniu otwierającym? Czy jakaś emocja się nie pojawiła? Zanotujcie nazwy wszystkich emocji, jakie znacie. (Zapisać ich nazwy w środkowej części wulkanu, tam, gdzie się mieści komora wulkaniczna).
 - ➔ W jaki sposób uwalniają się i przejawiają emocje? Co widzimy? Z jakimi reakcjami się wiążą, jak reaguje na nie ciało? Odwołajcie się do gestów i zachowań, które pojawiły się podczas wykonywania ćwiczenia lub które znacie z innych doświadczeń, np. „Kiedy czuję radość, podskakuję”. (Wypiszcie je na górze, w miejscu krateru).
 - ➔ Jakie emocje mogą być w nas uśpione i dlaczego? Co może drzemać wewnątrz nas i co się dzieje, jeśli emocje nie są uwalniane? (Wypiszcie emocje na dole rysunku).
- 7.** Zawieście arkusze papieru z Waszymi wulkanami emocji na ścianie lub tablicy i obejrzyjcie prace pozostałych grup. Jeśli macie do dyspozycji więcej czasu, możecie się wymienić uwagami i porozmawiać na ich temat na forum, ale nie jest to konieczne. Usiądźcie w kręgu i patrząc na Wasze wulkany, posłuchajcie krótkiego wprowadzenia o emocjach, które zaprezentuje jedna z osób prowadzących.

BIERZEMY EMOCJE POD LUPE! (10 MIN)

- 8.** Zaprezentujcie krótko podstawowe informacje na temat emocji. Wykorzystajcie do tego publikację *Emocje jako Twoje supermoce! Przewodnik po emocjach na (nie)zwyczajne czasy* – poniżej znajdziecie kilka fragmentów, które możecie przytoczyć. Postarajcie się nawiązywać także do informacji zanotowanych na plakatach grup. Cztery główne emocje, o których mowa w przewodniku, to: ZŁOŚĆ, SMUTEK, RADOŚĆ, STRACH. O czym warto powiedzieć?

Emocje pojawiają się głównie w odpowiedzi na konkretny bodziec. Najczęściej wiążą się z jakąś sytuacją, przez co mogą pojawiać się nagle i zniknąć po chwili. Towarzyszą im reakcje somatyczne, czyli fizjologiczne, które w większości odczuwamy fizycznie, np. kołatanie serca, wzmożona potliwość, ucisk w klatce piersiowej, drżenie rąk. Emocje są nam potrzebne do przeżycia, informują o naszej reakcji na dziejące się w świecie wydarzenia, dając nam sygnał o tym, czy coś jest dla nas przyjemne, przykre, przerażające bądź przekracza nasze granice.

Emocje jako Twoje supermoce! Przewodnik po emocjach na (nie)zwyczajne czasy, Centrum Edukacji Obywatelskiej, 2021, s. 4.



Pamiętaj!

- ➔ *nie ma złych emocji – wszystkie są nam potrzebne,*
- ➔ *potrzebujemy wyrażać emocje – jest to niezbędne nie tylko dla naszego zdrowia psychicznego, ale i fizycznego,*
- ➔ *emocje są nieodłączną i ważną częścią naszego doświadczania siebie, innych i świata,*
- ➔ *to samo wydarzenie lub informacja może wzbudzać różne emocje w Tobie i w innych osobach,*
- ➔ *emocje niosą informację o tym, co jest dla Ciebie ważne,*
- ➔ *emocje mogą być Twoją supermocą!*

Emocje jako Twoje supermoce! Przewodnik po emocjach na (nie)zwyczajne czasy, Centrum Edukacji Obywatelskiej, 2021, s. 14.

- 9.** Po krótkim omówieniu informacji o emocjach i podsumowaniu pracy nad wulkanami emocji zadajcie na głos pytanie kluczowe zajęć: **Jak z naszych emocji czerpać energię i motywację do działania na rzecz lepszego świata?** Po wcześniejszych ćwiczeniach i aktywnościach macie już zmapowane różne emocje, a teraz nadszedł czas, żeby się zastanowić, jak można je wykorzystać w działaniu. W tym celu skorzystajcie z mapy zamieszczonej w załączniku nr 1 (każda grupa otrzymuje po jednym egzemplarzu wydruku). W tych samych grupach, w których pracowaliście wcześniej, zanotujcie Wasze propozycje odpowiedzi na pytanie kluczowe, czyli: Jak czerpać energię i motywację z radości/ze smutku itp. Jak te emocje można wykorzystać do podejmowania różnych działań na rzecz ważnej dla Was sprawy? W zależności od tego, ile macie czasu, każda grupa może zaproponować swoje pomysły do każdej emocji albo wybrać jedną–dwie emocje i na nich się skupić.
- 10.** Jeśli jesteście ciekawi, jakie jeszcze mogą być strategie wykorzystywania emocji do działania, zajrzyjcie na stronę 9 przewodnika *Emocje jako Twoje supermoce! Przewodnik po emocjach na (nie)zwyczajne czasy*. Ćwiczenie, które wykonaliście przed chwilą, to rozgrzewka do stworzenia w grupie Nowej Mapy Emocji. Jeśli się na to zdecydujecie, przeczytajcie Przewodnik i na kolejnych zajęciach zrealizujcie wybrane przez siebie ćwiczenia.

DOMYKAMY ZAJĘCIA I CO DALEJ? (7 MIN)

- 11.** Na zakończenie spotkania ponownie stańcie lub usiądźcie w kręgu i podzielcie się swoimi wrażeniami dotyczącymi zajęć: jak się czujecie? z jakimi emocjami kończycie zajęcia? Zadbajcie, żeby każda osoba miała możliwość zabrania głosu.

- 12.** Zaprosicie wszystkich do zapoznania się z przewodnikiem *Emocje jako Twoje supermoce! Przewodnik po emocjach na (nie)zwyczajne czasy* (Centrum Edukacji Obywatelskiej, 2021). Możecie przytoczyć przykładowe korzyści wynikające z rozumienia swoich emocji oraz z pracy z Przewodnikiem:

Dzięki lepszemu zrozumieniu swoich emocji:

- ➔ *lepiej poznasz samą/samego siebie,*
- ➔ *zrozumiesz, co jest dla Ciebie ważne,*
- ➔ *łatwiej będzie Ci podejmować decyzje i działania,*
- ➔ *będziesz lepiej rozumieć, co mogą czuć inne osoby, dzięki czemu pogłębisz swoją umiejętność empatii.*

Emocje jako Twoje supermoce! Przewodnik po emocjach na (nie)zwyczajne czasy, Centrum Edukacji Obywatelskiej, 2021, s. 8.

Dzięki korzystaniu z tego Przewodnika:

- ➔ *nauczysz się rozróżniać emocje, które czujesz, kiedy dowiadujesz się o różnych wydarzeniach i zjawiskach globalnych,*
- ➔ *zobaczysz, że emocje mogą Ci pomóc odkryć, co jest dla Ciebie ważne,*
- ➔ *nauczysz się korzystać z mocy emocji w podejmowaniu działań na rzecz lepszego świata,*
- ➔ *odkryjesz, że warto wyrażać swoje emocje i że są one nam wszystkim potrzebne.*

Emocje jako Twoje supermoce! Przewodnik po emocjach na (nie)zwyczajne czasy, Centrum Edukacji Obywatelskiej, 2021, s. 3.

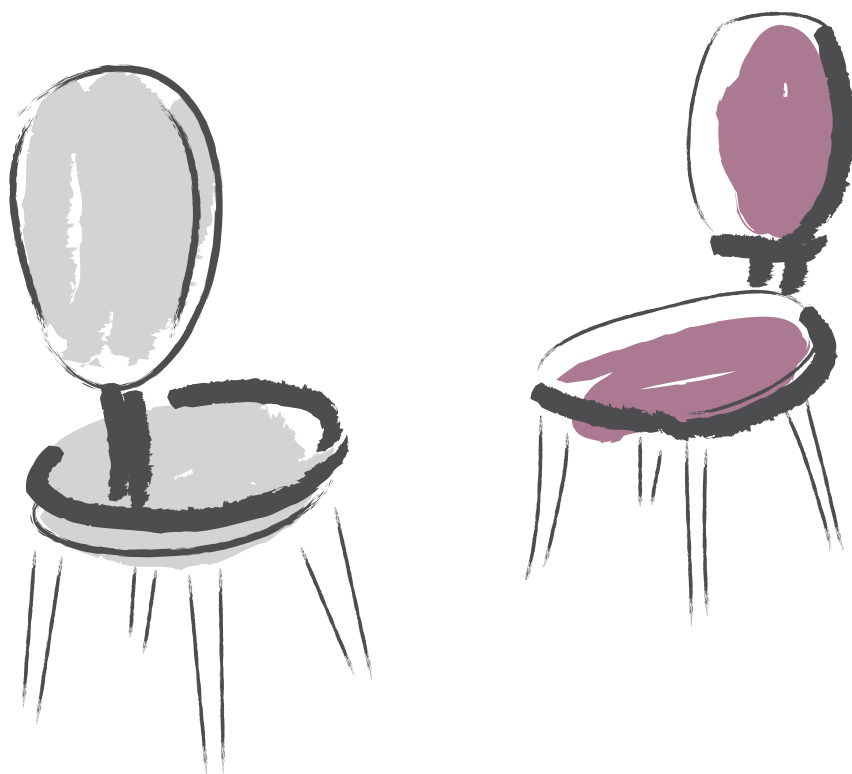
- 13.** Sprawdźcie, czy w Waszym gronie są osoby, które chciałyby kontynuować pracę nad emocjami i spotykać się z myślą o rozwoju w tym zakresie. Jeśli tak, możecie ustalić termin kolejnego spotkania. Uzgodnijcie wówczas, czy zapoznacie się z przewodnikiem *Emocje jako Twoje supermoce!* przed spotkaniem, czy też będziecie czytać go wspólnie i na bieżąco komentować. Możecie również zaproponować działania szkolne poświęcone wybranemu wyzwaniu globalnemu, które wzbudza w Was najwięcej emocji. Do takich działań może należeć prowadzenie tematycznej gazetki szkolnej lub klubu dyskusji, organizowanie dni tematycznych w szkole, prowadzenie warsztatów dla innych klas – możliwości jest wiele, zdecydujcie jako grupa, jakie działanie najbardziej Was interesuje.

- 14.** Na koniec podziękujcie sobie za wspólnie spędzony czas i uporządkujcie przestrzeń (ustawcie krzesła, zbierzcie arkusze papieru itp.).

ZAŁĄCZNIKI:

Załącznik nr 1 – **Mapa czterech emocji**

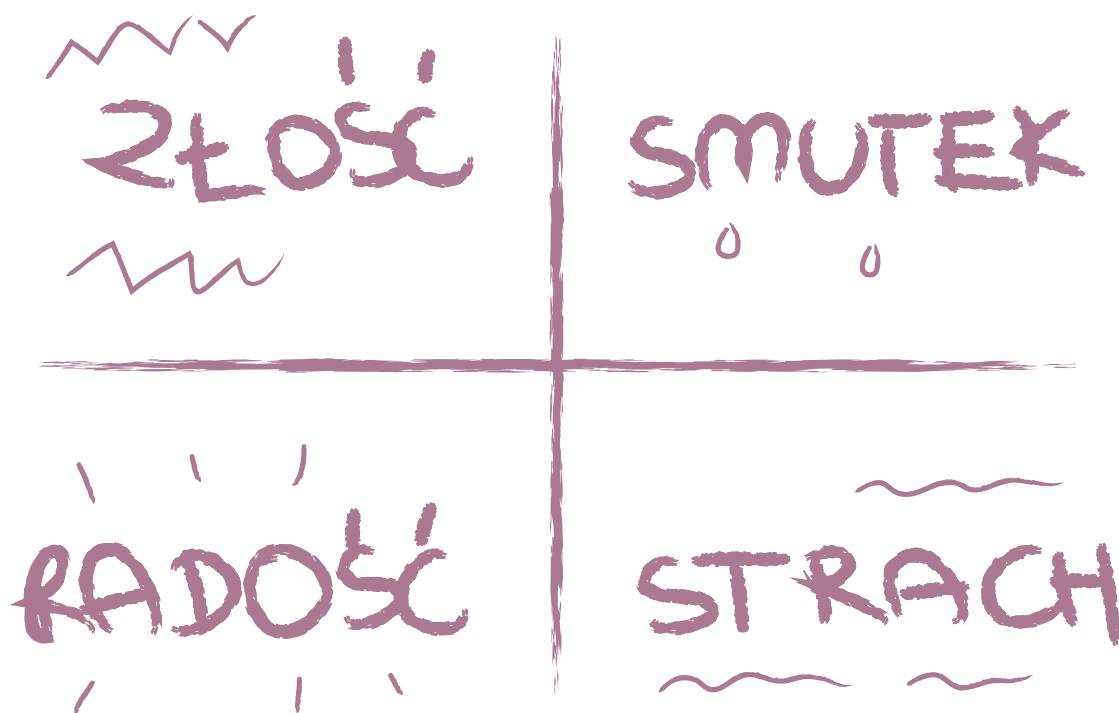
Załącznik nr 2 – **Wulkan emocji – pytania**



MAPA 4 EMOCJI

Odczuwanie emocji jest w porządku.

Emocje nie są pozytywne ani negatywne



World Copyleft 2017 by Clinton Callahan www.possibilitymanagement.org

WULKAN EMOCJI – PYTANIA:

- ➔ Jakie emocje pojawiały się w pytaniach zadawanych w ćwiczeniu otwierającym? Czy jakaś emocja się nie pojawiła? Zanotujcie nazwy wszystkich emocji, jakie znacie. (Zapiszcie ich nazwy w środkowej części wulkanu, tam, gdzie się mieści komora wulkaniczna).
 - ➔ W jaki sposób uwalniają się i przejawiają emocje? Co widzimy? Z jakimi reakcjami się wiążą, jak reaguje na nie ciało? Odwołajcie się do gestów i zachowań, które pojawiły się podczas wykonywania ćwiczenia lub które znacie z innych doświadczeń, np. „Kiedy czuję radość, podskakuję”. (Wypiszcie je na górze, w miejscu krateru).
 - ➔ Jakie emocje mogą być w nas uśpione i dlaczego? Co może drzemać wewnątrz nas i co się dzieje, jeśli emocje nie są uwalniane? (Wypiszcie emocje na dole rysunku).
-

WULKAN EMOCJI – PYTANIA:

- ➔ Jakie emocje pojawiały się w pytaniach zadawanych w ćwiczeniu otwierającym? Czy jakaś emocja się nie pojawiła? Zanotujcie nazwy wszystkich emocji, jakie znacie. (Zapiszcie ich nazwy w środkowej części wulkanu, tam, gdzie się mieści komora wulkaniczna).
 - ➔ W jaki sposób uwalniają się i przejawiają emocje? Co widzimy? Z jakimi reakcjami się wiążą, jak reaguje na nie ciało? Odwołajcie się do gestów i zachowań, które pojawiły się podczas wykonywania ćwiczenia lub które znacie z innych doświadczeń, np. „Kiedy czuję radość, podskakuję”. (Wypiszcie je na górze, w miejscu krateru).
 - ➔ Jakie emocje mogą być w nas uśpione i dlaczego? Co może drzemać wewnątrz nas i co się dzieje, jeśli emocje nie są uwalniane? (Wypiszcie emocje na dole rysunku).
-

WULKAN EMOCJI – PYTANIA:

- ➔ Jakie emocje pojawiały się w pytaniach zadawanych w ćwiczeniu otwierającym? Czy jakaś emocja się nie pojawiła? Zanotujcie nazwy wszystkich emocji, jakie znacie. (Zapiszcie ich nazwy w środkowej części wulkanu, tam, gdzie się mieści komora wulkaniczna).
- ➔ W jaki sposób uwalniają się i przejawiają emocje? Co widzimy? Z jakimi reakcjami się wiążą, jak reaguje na nie ciało? Odwołajcie się do gestów i zachowań, które pojawiły się podczas wykonywania ćwiczenia lub które znacie z innych doświadczeń, np. „Kiedy czuję radość, podskakuję”. (Wypiszcie je na górze, w miejscu krateru).
- ➔ Jakie emocje mogą być w nas uśpione i dlaczego? Co może drzemać wewnątrz nas i co się dzieje, jeśli emocje nie są uwalniane? (Wypiszcie emocje na dole rysunku).

Publikacja powstała w ramach programów „1Planet4All – Razem dla klimatu!” oraz „I am European: Historie i fakty o migracjach na XXI wiek” realizowanych przez Centrum Edukacji Obywatelskiej. Projekty są finansowane ze środków Unii Europejskiej. Treść wyraża wyłącznie poglądy autorów, autorek i nie może być utożsamiana z oficjalnym stanowiskiem Unii Europejskiej.



CENTRUM EDUKACJI
OBYWATELSKIEJ



„1Planet4All – Razem dla klimatu!” oraz „I am European: Historie i fakty o migracjach na XXI wiek” są 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 projektów takich jak „1Planet4All – Razem dla klimatu!” i „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 Europejczyków i Europejczyków w kreowanie pozytywnych zmian społecznych zarówno na poziomie lokalnym, jak i międzynarodowym.

Działania DEAR wspierają również pracę UE na rzecz realizacji Celów Zrównoważonego Rozwoju.



Więcej informacji:
<https://globalna.ceo.org.pl/>

Wydawca:

Fundacja Centrum Edukacji Obywatelskiej
ul. Noakowskiego 10
00-666 Warszawa
tel. 22 825 05 50
www.ceo.org.pl

Publikacja w wersji elektronicznej jest dostępna na stronie: <https://bit.ly/PrzewodnikPoEmocjach>

Autorka: Elżbieta Krawczyk

Redakcja: Joanna Humka,
Marta Jackowska Uwadizu

Korekta: Justyna Yiğitler

Opracowanie graficzne: Maciej Panas

Publikacja jest dostępna na licencji Creative Commons. Uznanie autorstwa 4.0 Międzynarodowe. Pewne prawa zastrzeżone na rzecz Fundacji Centrum Edukacji Obywatelskiej. 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 i Unii Europejskiej opatrzonej informacją o prawach autorskich (więcej o wolnych licencjach: <http://creativecommons.pl>).