

Opracowała: mgr Joanna Kapuścińska

## ZAJĘCIA INTEGRACYJNE DLA MŁODZIEŻY

### 1. Cele szczegółowe warsztatów i korzyści dla Uczestnika:

a) **Cel strategiczny:** budowanie pozytywnych relacji na bazie zaufania i otwartości, w celu stworzenia środowiska sprzyjającego nauce i współpracy w zespole klasowym.

#### b) Cele operacyjne:

- przełamywanie własnych lęków i oporów w kontakcie z grupą,
- prezentacja wizerunku własnej osoby
- konfrontacja z pozytywnymi umiejętnościami, cechami
- zdobycie informacji zwrotnych dotyczących własnej osoby.

#### c) Korzyści Uczestnika:

- potrafi budować relacje oparte na zaufaniu i otwartości
- umie rozpoznawać pozytywne strony własnej osobowości
- potrafi dokonać autoprezentacji
- potrafi docenić własną wartość i umiejętności
- posiada przygotowanie do pracy opartej na wglądzie

1. **Przedstawienie** się i celu spotkania oraz omówienie w oparciu o materiały kolejnych spotkań.

#### **CELE Integracji:**

Wspólny cel, komunikacja, poznanie siebie i innych, współpraca, wsparcie, zaufanie.

2. **Organizacja pracy:** od 9:00 do 11:00

#### 3. **Zasady pracy:**

- Współpraca
- Aktywność /Dobrowolność – przychodzimy tutaj z różnym bagażem doświadczeń, dlatego chciałam podkreślić, żebyśmy były świadome, tego, że każda z nas samodzielnie decyduje o tym, czym w danym momencie chce się z nami podzielić, pamiętajmy o zasadzie dobrowolności - na ile i o czym chcę mówić o sobie
- Rozmowa konstruktywna - mówimy o sobie, za siebie,
- Szacunek, szczerość,
- Tajemnica,
- Akceptacja, nie krytykujemy, nie oceniamy,
- „Tu i teraz” - uważnie słuchamy.

4. **Praca nad oczekiwaniami w trójkach** – zapisanie oczekiwań na karteczkach i przyklejenie na flipie.

5. **Przedstawienie się uczestników** - materiały str. 2

- Mam na imię.....
- Jestem .....
- Mam .....
- Lubię.....
- Co lubisz robić w wolnym czasie
- Na zajęciach chciałabym, aby.....

6. **Imię na bezludnej wyspie.** Każdy jeszcze raz przedstawia swoje imię dodając przedmiot, który zabrałby ze sobą na bezludną wyspę a zaczyna się na tą samą literę, co jego imię.

7. Uczestnicy po kolei wstają i mówią coś o sobie, co ich charakteryzuje. **Wszyscy, którzy** myślą podobnie wstają ..... Następnie siadają i kolejna osoba sprawdza ile osób ma podobnie jak ja.

8. **Autobiografia.** Opowiedz o sobie partnerowi o swoim życiu, to co uważasz, że jest dla ciebie najważniejsze, to, co myślisz że jest dla Ciebie najistotniejsze i najwięcej mówi o Tobie jako człowieku. **Rundka: opowiedz o partnerze.**

9. Ćwiczenie na **samopoznanie – herb.**

Narysuj **indywidualnie** swój herb w materiałach odpowiadając na pytania:

- Najbardziej lubię robić ...
- Moja zaleta to ...
- Cenię w ludziach...
- Moim marzeniem jest ...
- Ważne dla mnie jest.....
- Chciałabym móc zmienić ...

Praca w grupach trzyosobowych.

**Podsumowanie:** W dużej grupie omówienie pracy własnej w grupach. **Na forum przedstawienie tylko tego, co łączy daną grupę.**

**Refleksje:** Co dziwi, co podobnego z innymi? Czy pamiętasz kto, co powiedział. Podejdź do osoby, która po tym ćwiczeniu stała się bliższa.  
Różnorodność jest podstawą grupy i życia

10. **Wyobraź sobie, że Twój kolega po prawej jest jakąś książką. Jaką i z jakiego powodu?**

11. **Rundka:** Co mogę ofiarować od siebie tej klasie? Czego oczekuję od innych w tej klasie?

12. **O czym chcę pamiętać?**