



CYKL | O NAS I DLA NAS

GRUPA WIEKOWA | KLASY 7–8 SZKOŁY PODSTAWOWEJ

PRZEDMIOT | GODZINA WYCHOWAWCZA, EDUKACJA ZDROWOTNA

AUTORKA | MARTA RÓWNY

INSTRUKCJA PRACY NA LEKCJI DO FILMU „JIPPIE NO MORE!”

Temat: Sztuka relacji

Zadanie 1 – Praca dla całej klasy

Metoda: Relacyjne puzzle

Nauczycielka/nauczyciel przygotowuje kartki z elementami (**Karta pracy nr 1**), które wpływają na relację:

- zaufanie,
- szczerość,
- wzajemność,
- szacunek,
- rozmowa,
- zainteresowanie drugą osobą,
- wspólne spędzanie czasu,
- akceptowanie odmowy,
- troska,
- wsparcie,
- zazdrość,
- kontrolowanie,
- presja,
- idealizowanie drugiej osoby,
- obrażanie się,

- ignorowanie granic.

Uczennice i uczniowie kolejno losują kartki i decydują, do której części tablicy należy przyporządkować dany element:

Buduje relację – zachowanie pomaga tworzyć bezpieczną więź, opartą na szacunku;

Może zależeć od sytuacji – zachowanie może mieć różne znaczenie w zależności od intensywności, intencji i sposobu jego wyrażania;

Oslabia lub niszczy relację – zachowanie narusza granice, wywołuje presję albo odbiera drugiej osobie prawo do decydowania o sobie.

Po przyporządkowaniu wszystkich elementów nauczycielka/nauczyciel inicjuje rozmowę:

- Czy silne uczucia wystarczą, aby stworzyć dobrą relację?
- Dlaczego wzajemność jest ważna?
- Czy zazdrość zawsze oznacza miłość?
- W jaki sposób troska może zmienić się w kontrolowanie?
- Jak rozpoznać, że druga osoba nie odwzajemnia naszego zainteresowania?
- Jakie elementy dobrej relacji można zauważyć w rodzinie Jippiego?
- Jakie zachowania bohaterów prowadzą do napięć?

Na zakończenie klasa tworzy wspólną definicję: ***Dobra relacja to taka, w której...***



Zadanie 2 - Praca w grupach

Metoda: Mapa relacji

Nauczycielka/nauczyciel dzieli klasę na kilkusobowe grupy. Każda grupa otrzymuje

Kartę pracy nr 2 i wybiera albo losuje jedną relację z filmu:

- Jippie i Lily,
- Jippie i jego mama,
- Jippie i dziadek,
- Gail i jej przyszły mąż,
- wybrani członkowie rodziny pozostający w konflikcie.

Na środku arkusza uczennice i uczniowie zapisują imiona obu osób. Następnie tworzą między nimi sieć połączeń dzięki odpowiedziom na pytania:

Co łączy te osoby? – np. wspólne doświadczenia, uczucia, rodzinne więzi;

Jakie emocje pojawiają się w tej relacji? – np. zauroczenie, wdzięczność, poczucie bezpieczeństwa;

Czego potrzebuje każda ze stron? – np. uwagi, akceptacji, prawa do własnej decyzji;

Co wzmacnia relację? – np. rozmowa, wspólnie spędzony czas, szanowanie granic;

Co ją osłabia? – np. presja, brak wzajemności, unikanie rozmowy;

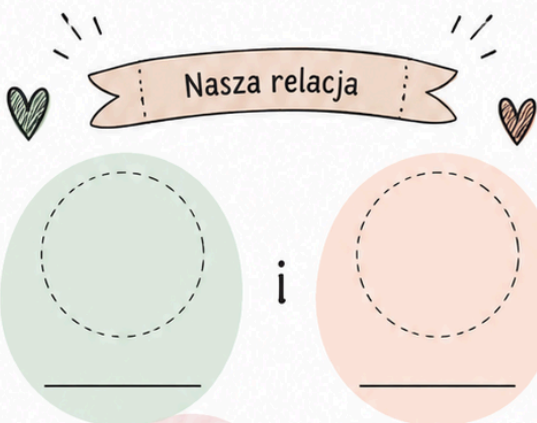
Co mogłoby pomóc? – grupa proponuje przynajmniej trzy działania, które mogłyby poprawić daną relację.

Po prezentacji nauczycielka/nauczyciel podkreśla, że w relacji obie strony mogą odczuwać coś innego. Zrozumienie własnych emocji nie oznacza jeszcze, że wiemy, co czuje druga osoba.



1. Co łączy te osoby?

-
-
-
-
-
-
-



2. Jakie emocje pojawiają się w tej relacji?

-
-
-
-
-
-
-



3. Czego potrzebuje każda ze stron?

Osoba 1	Osoba 2
.....	
.....	
.....	
.....	
.....	



4. Co wzmacnia relację?

-
-
-
-
-
-



5. Co osłabia relację?

- | | |
|-------|-------|
| | |
| | |
| | |



6. Co mogłoby pomóc?

Pomysł 1	Pomysł 2	Pomysł 3
.....		
.....		
.....		
.....		



Nasza najważniejsza refleksja:

.....

.....

Zadanie 3 – Praca w parach

Nauczycielka/nauczyciel dzieli klasę na pary i rozdaje każdej z nich **Kartę pracy nr 3 – Relacyjny szyfr**. Wyjaśnia, że uczennice i uczniowie będą rozwiązywać osiem krótkich zagadek dotyczących relacji, emocji, granic i dojrzałości emocjonalnej.

Każda zagadka zawiera kilka możliwych odpowiedzi. Przy każdej odpowiedzi znajduje się litera. Zadaniem uczniów jest wspólnie wybrać odpowiedź, którą uznają za najwłaściwszą, a następnie w odpowiednim miejscu na końcu karty wpisać stosowną literę.

Osoba prowadząca zwraca uwagę, że pary powinny nie tylko zaznaczyć odpowiedź, lecz także krótko uzasadnić swój wybór. W razie różnicy zdań uczennice i uczniowie powinni porównać argumenty i dojść do wspólnej decyzji.

Po rozwiązaniu wszystkich zagadek młodzież układa z zapisanych liter hasło końcowe. Następnie wspólnie wyjaśnia jego znaczenie i odnosi je do relacji romantycznych, przyjacielskich oraz rodzinnych.

W ostatniej części zadania pary podają:

- jeden przykład zachowania z filmu zgodnego z odgadniętym hasłem,
- jedną sytuację, w której bohaterowie powinni byli bardziej kierować się tą zasadą.

Po zakończeniu pracy nauczycielka/nauczyciel omawia odpowiedzi z całą klasą, przy czym szczególną uwagę zwraca na znaczenie szacunku, wzajemności, zgody, akceptowania odmowy oraz na wartość odpowiedzialnego wyrażania emocji.

RELACYJNY SZYFR

Praca w parach

Rozwiążcie kolejno osiem zagadek. Wybierzcie odpowiedź, którą uważacie za słuszną, a następnie wpiszcie w odpowiednim miejscu na końcu karty stosowną literę. Zebrane litery utworzą hasło opisujące jedną z najważniejszych zasad dobrej relacji.

1 Zagadka 1. Najdojrzalsza odpowiedź

Która reakcja jest najdojrzalsza?

- S – „Jest mi przykro, ale szanuję Twoją decyzję”.
- P – „Jeszcze zmienisz zdanie, będę próbować dalej”.
- K – „Skoro mnie nie chcesz, przestanę się do Ciebie odzywać”.

Litera:

2 Zagadka 2. Fakt czy domysł?

Przeczytaj sytuację:

Lily nie odpowiedziała od razu na wiadomość Jippiego.

Które zdanie przedstawia fakt, a nie domysł?

- A – Lily nie chce już rozmawiać z Jippiem.
- Z – Lily nie odpowiedziała od razu.
- M – Lily celowo ignoruje Jippiego.

Litera:

3 Zagadka 3. Rozsypanka

Ułóż wyrazy w zdanie:

prawo – ma – każda – do – odmowy – osoba

Która litera najlepiej pasuje do znaczenia ułożonego zdania?

- C – przymus
- A – akceptacja granic
- O – obrażanie się

Litera:

4 Zagadka 4. Co buduje relację?

Wybierz element, bez którego trudno stworzyć bezpieczną i dojrzałą relację.

- T – kontrolowanie drugiej osoby
- C – wzajemne zaufanie
- R – ciągłe sprawdzanie wiadomości drugiej osoby

Litera:

5 Zagadka 5. Emocja i potrzeba

Emocja
Niepewność

Możliwe potrzeby

- U – jasna odpowiedź i poczucie bezpieczeństwa
- L – możliwość decydowania za drugą osobę
- B – zdobycie przewagi w relacji

Litera:

6 Zagadka 6. Komunikat bez presji

Które zdanie wyraża uczucia, ale nie wywiera presji na drugą osobę?

- P – „Jeśli naprawdę mnie lubisz, musisz się zgodzić”.
- N – „Zależy mi na Tobie, ale chcę wiedzieć, jak Ty to widzisz”.
- D – „Po tym wszystkim, co dla Ciebie zrobiłem, jesteś mi to winna”.

Litera:

7 Zagadka 7. Czerwone światło

Które zachowanie jest sygnałem, że czyjeś granice nie są szanowane?

- E – dalsze namawianie po usłyszeniu odmowy
- O – spokojne zapytanie o zdanie drugiej osoby
- W – zaakceptowanie potrzeby przestrzeni

Litera:

8 Zagadka 8. Dojrzałość emocjonalna

Dokończ zdanie:
Dojrzałość emocjonalna polega na tym, że...

- K – nie odczuwamy trudnych emocji.
- S – ukrywamy emocje przed innymi.
- K – rozpoznajemy emocje i decydujemy, jak się zachować.

Litera:

HASŁO KOŃCOWE

Wpiszcie zdobyte litery:

1	2	3	4	5	6	7	8
---	---	---	---	---	---	---	---



Nasze hasło:



OSTATNIA ZAGADKA

Wyjaśnijcie własnymi słowami, dlaczego odgadnięte hasło jest ważne w relacji romantycznej, przyjacielskiej i rodzinnej.

.....

.....

.....

Podajcie jeden przykład zachowania z filmu, które było zgodne z tym hasłem, oraz jeden przykład sytuacji, w której bohaterowie powinni byli bardziej o nim pamiętać.

☆ Przykład pozytywny

.....

.....

.....

Sytuacja wymagająca zmiany ⚠

.....

.....

.....

