

CIAŁOPOZYTYWNE PIĄTKI, czyli prelekcje online dla uczniów klas 7-8

Celem głównym prelekcji, które są częścią projektu **SPÓJRZ NA SIEBIE** - pierwszej w Polsce ciałopozytywnej kampanii angażującej młodzież, jest kształtowanie zdrowego stosunku do własnego ciała i samoakceptacji.

Cele szczegółowe prelekcji:

- zapobieganie wykluczeniu z powodu niedoskonałości cielesnych
- rozwój umiejętności identyfikowania swoich potrzeb

Kampania SPÓJRZ NA SIEBIE odpowiada na najnowszy raport pt. "Spotlight on Adolescent Health and well-being" opublikowany przez Health Behaviour in School-age Children w maju 2020r. To międzynarodowa sieć badawcza, która na zlecenie Światowej Organizacji Zdrowia zgromadziła obszerne dane na temat zdrowia fizycznego, relacji społecznych i dobrego samopoczucia psychicznego 227 441 uczniów w wieku 11, 13 i 15 lat z 45 krajów Ameryki Północnej i Europy. Dane ujawniają, że polskie nastolatki - zarówno chłopcy jak i dziewczęta - mają najniższą samoocenę w stosunku do rówieśników z innych krajów.



Prelekcja ma formę moderowanej dyskusji z uczniami. Zachęcamy uczniów do zadawania pytań i dzielenia się refleksjami.

Zakres tematyczny:

1. Postrzeganie siebie – wewnętrzny obraz siebie, co się na niego składa? Kto może kształtować nasze myśli o sobie? Jakie wydarzenia mogą na to wpłynąć?
2. Granice – czy inni mają prawo oceniać nasz wygląd i nasze ciało?
3. Kompleksy – czym są i skąd się biorą?
4. Obrona przed oceną – komunikat asertywny

Czas trwania: 45 minut.

Warsztaty online są bezpłatne.

PROWADZĄCE:

Aleksandra Musielak – psycholożka, wiceprezeska zarządu Stowarzyszenia Educational Cha(lle)nge, Ukończyła Uniwersytet SWPS oraz Psychologię Kliniczną, intensywny trening Nonviolent Communication. Terapeutka nurtu Terapii Skoncentrowanej na Rozwiązaniach – Solution Focused Brief Therapy, członkini Polskiego Towarzystwa Psychologicznego. Prowadzi szkolenia dla nauczycieli, warsztaty dla dzieci, młodzieży i rodziców oraz konsultacje psychologiczne. Zajmuje się również popularyzacją wiedzy psychologicznej - jest teksty ukazywały się m.in. na portalu wysokieobcasy.pl, na blogu Strefy Rodzica Uniwersytetu SWPS, w publikacjach Kongresu Obywatelskiego, a także w publikacjach naukowych.

Maria Pyrek - teatrolożka, absolwentka Wiedzy o Teatrze Uniwersytetu Gdańskiego. Ukończyła projekt Teatr i Edukacja 2020 organizowany przez Teatr Szekspirowski w Gdańsku, a także Szkołę Krytyki Teatralnej. W 2019 roku była jurorką Gdyńskiej Alternatywnej Nagrody Dramaturgicznej. Jest prezeską Fundacji Fała Nowej Kultury zajmującej się tworzeniem kulturalnych projektów dla młodzieży. Prowadzi zajęcia kreatywne, teatralne oraz dramtopisarskie.

Natalia Królak - pedagogożka teatru, studentka Wiedzy o Teatrze Akademii Teatralnej im. Zelwerowicza w Warszawie. Współprowadzi Fundację Fałę Nowej Kultury, gdzie przeprowadza zajęcia teatralne, performatywne oraz pisarskie dla młodzieży. Zajmuje się edukacją kulturalną w nurcie antypedagogiki, pracowała jako kadra licznych obozów wakacyjnych, a także jako wychowawczyni w warszawskich przedszkolach. Ukończyła projekt Teatr i Edukacja 2020 organizowany przez Teatr Szekspirowski w Gdańsku. Współpracuje ze studenckimi grupami teatralnymi celem szerzenia metod demokratycznych oraz bezprzemocowych w pracy artystycznej.

ORGANIZATORZY:

Kampania #SPÓJRZ NA SIEBIE jest realizowana w ramach Fundusz Inicjowania Rozwoju.

Więcej informacji o #SPÓJRZ NA SIEBIE można znaleźć:

Facebook: www.facebook.com/SPÓJRZ-NA-SIEBIE-118394173410721/

Instagram: www.instagram.com/spojrznasiebie/

Kontakt: Marysia Pyrek: 514 771 313; e-mail: kontakt@spojrznasiebie.pl

Innowacja międzysektorowa realizowana w ramach Funduszu Inicjowania Rozwoju

PARTNERZY GŁÓWNI



LPP

PARTNER



OPERATOR FUNDUSZU

