



**pepek
świata**

**pepek
świata**

pępek świata

opowiadanie:
Natalia Pawlik-Kopica
ilustracje:
Agata Zastrzeżyńska
redakcja:
Paweł Wątroba



KRONIKA

Bytom, 2019

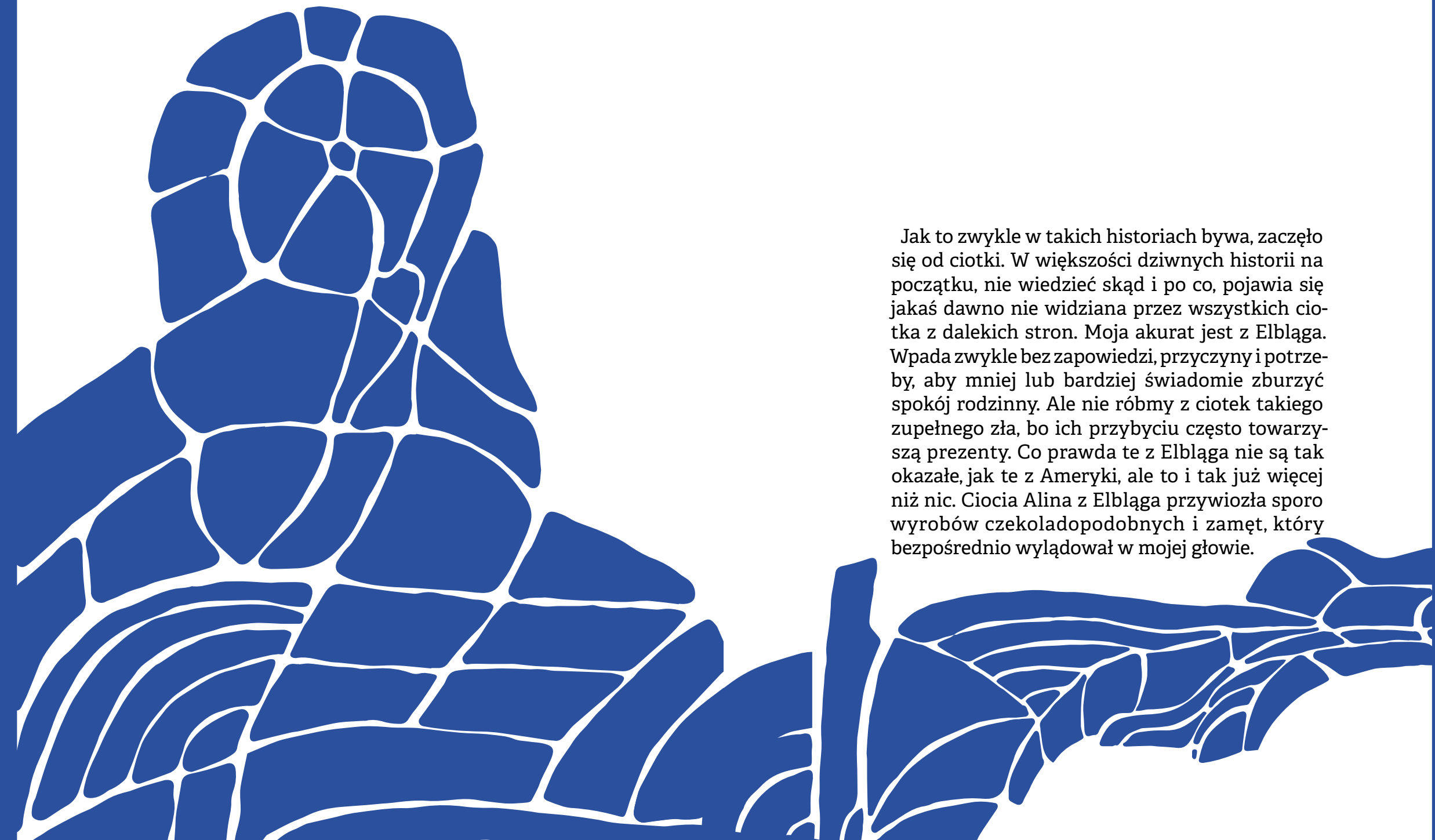
Zeszyt edukacyjny zawiera **opowiadanie** dla najmłodszych oraz **część warsztatową** z zadaniami dla każdego, które mogą okazać się pomocne w odnalezieniu indywidualnego pępka świata. Całość uzupełniona ilustracjami, które można rozwijać własnymi rysunkami i wzorami. Podsumowanie stanowią komentarze dotyczące tematu przewodniego.

Poszczególne części zeszytu mogą posłużyć jako scenariusze zajęć lub ich urozmaicenie. Zachęcamy do kontynuowania tematu z dziećmi i pracy nad ich poczuciem własnej wartości.

Bądźmy dla siebie samych pępkiem świata!

Pępek świata

Jak to zwykle w takich historiach bywa, zaczęło się od ciotki. W większości dziwnych historii na początku, nie wiedząc skąd i po co, pojawia się jakaś dawno nie widziana przez wszystkich ciotka z dalekich stron. Moja akurat jest z Elbląga. Wpada zwykle bez zapowiedzi, przyczyny i potrzeby, aby mniej lub bardziej świadomie zburzyć spokój rodzinny. Ale nie róbmy z ciotek takiego zupełnego zła, bo ich przybyciu często towarzyszą prezenty. Co prawda te z Elbląga nie są tak okazałe, jak te z Ameryki, ale to i tak już więcej niż nic. Ciocia Alina z Elbląga przywiozła sporo wyrobów czekoladopodobnych i zamęt, który bezpośrednio wylądował w mojej głowie.



Słyszałam już w życiu różne rzeczy o sobie: że jestem za wysoka jak na swój wiek, że będę mieć problemy przez mój kolor włosów, że dobrze jakbym zachorowała już teraz na różyczkę, ale to, co usłyszałam od ciotki Aliny przerosło granice mojego abstrakcyjnego myślenia.

– Uważaj! Niech ci się nie wydaje, że jesteś pępek świata!

Nie pamiętam dokładnie tego momentu i dlaczego właściwie to powiedziała. Może zbyt skupiłam się na najdziwniejszym zestawieniu słów, jakie dotąd obito się o moje uszy – pępek świata. Zastanawiałam się czy przypadkiem nie przespałam lekcji geografii, na której mówiono o tym, gdzie świat ma pępek.

Ciotka wyjechała tak szybko, jak się pojawiła, a mimo to mogłam otrząsnąć się po tej wizycie. Wizja kuli ziemskiej z pępkiem jakoś do mnie nie przemawiała. I czemu miałabym uważać, że ja jestem tym pępkiem? Lub chociaż w nim stoję? Czy pępek świata to osoba, miejsce, organizm, coś co się porusza? To kompletnie bez sensu.

Po paru dniach samotnego zmagania się z tym tematem, postanowiłam zrobić coś, co w efekcie okazało się nierozsądne – zapytać się innych.

Zaczęłam od kogoś, kto niewiele wiedział, ale zawsze miał na wszystko odpowiedź. Tak już

mają starsi bracia, prawda? Oczywiście nie chciałam zdradzić się pod żadnym pozorem ze swoją niewiedzą – zostałoby to później wielokrotnie i okrutnie wykorzystane przeciwko mnie w różnych rodzinnych sporach, na przykład o ostatniego tosta, pierwszeństwo gry na komputerze lub kolejność czyszczenia kuwety. Dlatego podejść do tego strategicznie:

– Niezłe zamieszanie z tym pępkiem świata, co nie?

– Tak? A co się z nim dzieje?

– No wiesz...

– Nie jestem na bieżąco, mam ostatnio dużo pracy. Ty też może weź się za coś pożytecznego i wynieś śmieci.

Wiedziałam! Jak zwykle nic nie wie i się rządzi! Nie mam pojęcia, czego spodziewałam się po instytucji starszego brata, która już od lat wydawała mi się bezużyteczna. Znak zapytania w mojej głowie jeszcze się powiększył, lecz tym razem postanowiłam sięgnąć do bardziej zaufanego źródła informacji.

Co prawda z babcią miałam ostatnio trochę chłodne stosunki, ponieważ wyszło na jaw, że nie uważam jedzenia jej pierogów na każdy posiłek za dobry pomysł, a oglądanie powtórek Familiady nie jest moją ulubioną rozrywką. Jednak w głębi

serca wiedziałam, że babcia i tak mnie kocha. Czy przypadkiem nie jest to zapisane w jakichś zasadach dla babć? Że muszą kochać wnuczki, mimo ich buntowniczych i anty-babcinowych skłonności? Zresztą babcia Kasia jest naprawdę fajną babcią i mieszka zaraz obok. Farbuje włosy na różowo, ma chłopaka i jest na dożywotnich wakacjach, czyli udało jej się osiągnąć wszystkie cele z mojej listy marzeń.

– Babciu, mogłabyś zostać pępkiem świata? – z babcią nie zawsze można było wprost.

– Dlaczego właśnie ja?

– A nie chciałabyś? To ciężkie zadanie?

– Na pewno bym się zmęczyła, wy młodzi lepiej radzicie sobie z takimi sprawami.

Popatrzyłam chwilę na babcię, jej różowe włosy, kraciaste spodnie i wyciągniętą do przodu szyję – jakby wiecznie się czemuś przyglądała. Czymkolwiek jest ten pępek świata, to babcia rzeczywiście może być już na to za stara. Nie miałam jednak czasu, aby dopytać dokładniej, bo babcia komentując pogodę i kwiatki sąsiadki, zaczęła niebezpiecznie zbliżać się do lodówki, gdzie w zamrażalniku czekały pierogi. Kocham babcię i jej pierogi, ale nie o 10 rano!



Ewakuowałam się na śniadanie do domu. O pępku świata wiedziałam do tej pory dwie rzeczy: mój brat nie ma o nim pojęcia i może zmęczyć.

– Śniadanie nie gotowe?! – dokonałam szokującego odkrycia w kuchni – Halo! Jest tu ktoś? Gdzie się wszyscy podziali?!

– Czemu tak krzyczysz? Przecież płatki są w szafce, a mleko w lodówce – mama rozbujanym krokiem weszła do kuchni.

Zresztą mama cały czas tak chodziła, a właściwie przez jakieś pięć miesięcy, odkąd moja siostra postanowiła opuścić jej brzuch, w którym nikomu nie przeszkadzała. Teraz na stałe przykleiła się do jej ramienia, co czasem jest problematyczne.

Naburmuszona zajęłam się wygrzebywaniem płatków z paczki. Niestety moje humory nie robiły już takiego wrażenia, jak magiczne moce najmłodszego dziecka w rodzinie – kolejny minus opuszczenia brzucha mamy przez bobasa. Widząc, że mój ogromny foch nie został nawet przywitany spojrzeniem, a co dopiero reakcją, postanowiłam szybko przejść do mojego problemu, nim falując nad podłogą mama znów odpłynie z bobasem.

– Mamo, mam do ciebie pytanie.

– Taaaak? – przeciągłe tak bez kontaktu wzrokowego oznaczało w języku rodzica: „nie mam głowy, żeby cię teraz słuchać, ale próbuj śmiało”.

– Mamo, gdzie świat ma pępek?

– Oj! A co to się stało? Kto to się obudził? – bobas poczuł, że chcę zabrać mu odrobinę uwagi i już się włączył do akcji.

– Mamo! – zaprotestowałam.

– Taka malutka, a tak mądrze patrzy! Witaaś się dzisiaj z siostrzyczką?

– Maaamooo! – mój foch pompował się złością niczym balon.

– Czemu tak krzyczysz?! Zobacz, przez ciebie twoja siostra płacze – ulubiona broń bezzębnych potworków z brzucha, hipnotyzujący płacz.

– Mamo, pępek!

– Pępek? No tak, połaskoczemy może po pępku. Zobacz, zadziało! Jaka zdziwiona, chyba się uśmiechnęła!

Koniec. Najcięższe działa zostały wyciągnięte. Z uśmiechem bobasa nie wygram, to jeszcze silniejsze od płaczu. Mama została odcięta. Straciłam z nią ostatecznie łączność ziemia–kuchnia i falującym krokiem odpłynęła na planetę bobasa.

A może to pępek dziecka jest tym pępkiem świata? To by się mogło zgadzać, patrząc na mamy wpatrzone w swoje niemowlaki. Dzieci też są męczące, jak mówiła babcia. No i mój starszy brat na pewno nie ma o nich pojęcia. Ale czemu ciotka myślała, że ja uważam się za pępek świata?

Przecież nie jestem już małym dzieckiem! Coś tu się nie zgadza.

Kiedy miałam trudności z matematyką, zwykle prosiłam o pomoc dziadka. Może i na ten pępkowy problem znajdzie wzór? Dziadek Szymon jest chyba jeszcze starszy niż babcia Kasia, i to pewnie dzięki temu wie najwięcej z całej rodziny.

Pokój dziadka jest najspokojniejszym miejscem w całym domu. Mało w nim rzeczy i każda ma swoje miejsce. Chyba nawet okruchy i kurz mogą spadać tu tylko w wyznaczone punkty, a firanka w oknie jest zawsze odstłonięta w połowie. Przy oknie taboret, obok drewniana, niebieska skrzyneczka, a na niej krzyżówka i długopis, gdyby akurat za szybą nic ciekawego się nie działo. Naprawdę nie pamiętam, żebym kiedykolwiek wchodząc do pokoju zastała dziadka gdzie indziej, niż na jego taborecie przy oknie.

Zapukałam, jak zwykle nie było odpowiedzi tylko ciche odchrząknięcie – dziadek nie lubił strzępić języka na marne, wypowiadając takie zbędne słowa jak „proszę wejść” lub „kto tam”. Odchrząknięcie było wystarczającym zaproszeniem. Po cichutku otworzyłam drzwi. Dziadek nie zawiódł i czekał na swoim miejscu. Przywitał mnie uśmiechem, a potem znów spojrzął w okno, zapraszając do wspólnego seansu. Sąsiedzi dzisiaj



dawali wyśmienity pokaz, naprawiając kosiarkę. Kibicowaliśmy im przez chwilę, a kiedy wszyscy zrozumieli, że trzeba będzie jednak kupić nową, przeszłam do mojej ważnej sprawy.

– Dziadku, czy ty kiedyś widziałeś pępek świata? – chciałam opowiedzieć szczegółowo historię tego pytania i odkryć, jakich do tej pory dokonałam, ale wiedziałam, że dziadek nie potrzebuje zbyt wielu informacji.

Zresztą widziałam, że już wie co chce mi powiedzieć, ale jeszcze szuka sposobu, żebym to zrozumiała, jak w przypadku zadań z matematyki. Jednak zamiast objaśnić mi, co to jest ten pępek świata, sięgnął po swoją niebieską skrzyneczkę. Kiedyś nawet zastanawiałam się co jest w środku, ale wiedziałam, że gdyby dziadek chciał, to sam by mi pokazał. I tak stało się właśnie dziś. Dziadek Szymon położył niebieską skrzynkę na kolanach i delikatnie otworzył pokrywkę. Jak zaczarowany wpatrywał się w jej zawartość.

– To coś bardzo ważnego – powiedział swoim niskim, trochę skrzypiącym przez rzadkie używanie głosem i pokazał mi zawartość skrzynki. Właściwie to nie wiem, czego się spodziewałam, ale na pewno nie tego co zobaczyłam. W niebieskiej skrzynce było kilka starych fotografii, dwa kapsle, znaczek pocztowy, mała tarcza z nazwą

szkoły i drobny warkoczek ze sznurka. Dziadek nie powiedział nic więcej, tylko patrzył z uśmiechem w pudełko, a myślami był chyba gdzieś daleko. Nie miałam odwagi zapytać, gdzie dokładnie.

– Dziękuję dziadku – odpowiedziałam cicho, po czym między kłaczkami na dywanie bezszelestnie wyszłam z pokoju.

Czy dziadek pokazał mi właśnie pępek świata? Chyba nie. Ale przecież nigdy nie dawał oczywistej odpowiedzi, jak w przypadku matematyki. Pewnie chciał, żebym sama pogłówkowała. „Coś bardzo ważnego” – powtórzyłam kilka razy, aż w końcu naszła mnie myśl, że może jednak się pomylił. Może przez to siedzenie w pokoju dziadek nie ma najnowszych informacji o pępku świata? Może to jakieś całkiem nowe odkrycie? Jeśli tak, to już dobrze wiem, kto ma najszybszy dostęp do wszystkich nowości!

Sylwia jest całkiem dobrą starszą siostrą, kiedyś świetnie się dogadywałyśmy i wspólnie bawiłyśmy. Tłumaczyła mi różne ważne dziewczynskie zasady i pułapki, na które trzeba uważać w życiu, rodzinie i z tymi złośliwymi chłopakami. Wszystko zmieniło się, gdy dostała nowy telefon od swojego chrzestnego. Tego dnia część mojej siostry została wessana przez ekran urządzenia



i od tej pory nie rozstaje się z nim, tak jak dziadek z taboretami. Czekam na swoją kolej, kiedy i ja będę miała własny telefon – może wtedy będę mogła porozmawiać z moją siostrą chociaż za pomocą sms-ów?

Dzisiaj jednak postanowiłam wykorzystać to ustrojstwo, które wessało mi siostrę. Wiedziałam, że Sylwia nie pozwoli mi użyć swojego telefonu, a jedyny moment, gdy odrywa się jakimś cudem od ekranu komórki to wieczorny prysznic. Przechybiałam cierpliwie, i gdy tylko zamknęły się drzwi łazienki, ruszyłam do akcji!

P E M P E K S W I A T A – w pośpiechu wpisałam w telefonie. Jednak zawiódł mnie tak samo jak wtedy, gdy wessał mi siostrę. Według telefonu pępek świata to serial telewizyjny o takim tytule, kilka śmiesznych koszulek lub szkoła rodzenia – czyli znowu coś z bobasami. Żadnych konkretnych czy zdjęć świata z pępkiem, kompletnie zero wskazówek!

– Co ty wyprawiasz z moim telefonem! – nie usłyszałam, że Sylwia zdążyła już wrócić.

– Ups – tylko tyle udało mi się odpowiedzieć, zanim rzuciłam się do ucieczki. Jeśli nigdy nie widzieliście dzikiego zwierzęcia, które chce was rozerwać na strzępy, a lubicie mocne wrażenia,

to weźcie telefon swojego starszego rodzeństwa do ręki.

W obawie, że dzika Sylwia może mnie ścigać, schowałam się w mojej tajnej bazie nad garażem. No dobra, nie mam tajnej bazy, ale nie jestem zbyt wymagająca i spiżarnia w zupełności mi wystarczy. Jest to najbezpieczniejsze miejsce w sytuacjach kryzysowych, przynajmniej do chwili, gdy nie przypomnę sobie o mieszkających tu ośmionogach lub któregoś nie spotkam.

– Kryzysowa sytuacja? – tata chyba też miał kryzys. Albo zgłodniał.

– Tak jakby.

– Pomóż mi znaleźć ogórki, a ja postaram się pomóc z kryzysem – tata potrafił negocjować.

Zaopatrzeni w ogórki rozsiedliśmy się w kuchni. Tata wyrozumiale wysłuchał mojej historii, a przyznam, że przy ogórkach jakoś wyjątkowo dobrze nam się rozmawia. Gdy już zabrakło mi słów i powietrza w płucach na dalsze gadanie, włączył się tata:

– Pępek świata, mówisz. Interesujące. Podoba mi się, że próbujesz dojść do prawdy i jesteś taka zaangażowana, ale niestety nie mogę ci udzielić odpowiedzi na to pytanie. To zdecydowanie musisz odkryć sama.

Mogłabym się kłócić, smucić lub ciągnąć tatę za język, ale wiedziałam, że niewiele to da. Tata to tata – jego nie przegadasz.

Resztę dnia spędziłam na snuciu się z kąta w kąt i myśleniu, aż mnie głowa rozboleła. Tata nie zdradził sekretu, ale zdecydowanie ma rację – pytanie innych niewiele mi dało. Tylko jak odkryć coś, gdy tak naprawdę nie wiadomo, co jest do odkrycia i jak tego szukać?

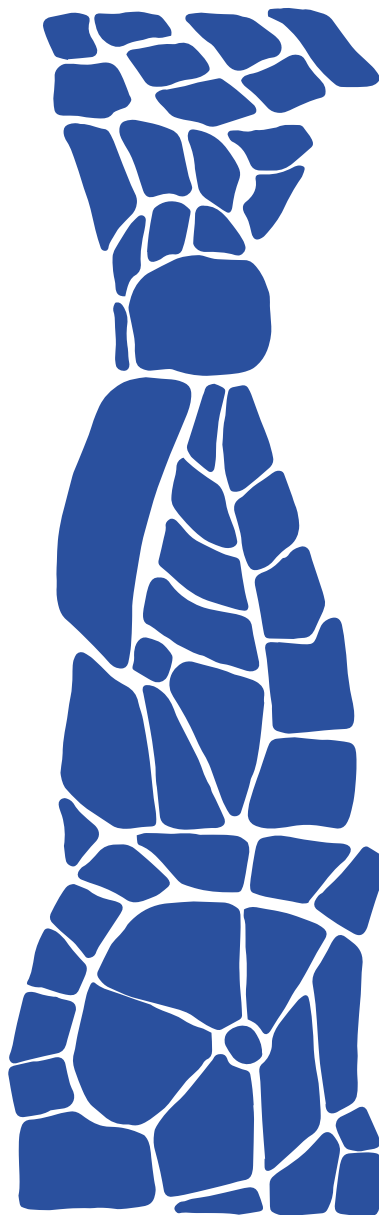
Schowałam się w cieniu drzewa i próbowałam nie przegrzać głowy od myślenia. Na wielkie przemyślenia najlepsze jest miejsce pod drzewem – do kryjówki bałam się wrócić, bo pewnie ostatnią wizytą obudziłam pająki.

Pytałam wszystkich mi najbliższych. No może oprócz Klopsa – naszego grubego, okrągłego kota. Wydaje mi się jednak, że pytanie kota o zdanie to byłaby już przesada, czyż nie? A może nikt nie wie, co i gdzie z tym pępkiem? Może to po prostu wymysł ciotki?

– Cześć Ika, co robisz pod tym drzewem? – usłyszałam głos Mai z sąsiedniego domu, tego w którym zepsuła się kosiarka.

– Właściwie to sama nie wiem.

– Aha. Pożyczyłabyś mi gumę do skakania, bo moja się popsowała... – kosiarka i guma jednego dnia, nieszczęsna rodzina.



– Jasne. Ale moja jest cała poplątana przez Tomka, użył jej ostatnio zamiast sznurka i zrobił mnóstwo pęków. Mogę ci ją pożyczyć, ale musisz ją rozplątać.

– Phi! Jak ktoś poplątał, niech sam rozwiązuje! – Maja odjechała z zadartą do góry głową i jeszcze bardziej zadartym nosem.

No tak! Miała rację! Kto poplątał, niech rozplątuje! Jeśli ciotka namieszała mi w głowie, to niech się teraz wytłumaczy. Do Elbląga było za daleko, ale na szczęście ciotka też ma telefon!

– TYYYYYYYYYYY – pierwszy sygnał.

– DYYYYYYYYYYY – drugi sygnał.

– BYYYYYYYYYYY – trzeci sygnał.

– Mamo, czy to na pewno numer ciotki?

– Taki numer nam zostawiła.

– GYYYYYYYYYYY – jej, czemu nie odbiera?

– Halo?

– Ciotcia Alina?

– Tak? Kto mówi?

– Ciociu, tu Weronika! Mam do ciotki ważne pytanie!

– Tak?

– Gdzie jest ten pępek świata?

W słuchawce zapadła cisza, a później było słychać długi, głośny śmiech ciotki. Dawno nie słyszałam, żeby ktoś się tak śmiał. Najpierw się

zdziwiłam, później poczułam jak moje uszy robią się czerwone ze wstydu, a im dłużej ciotka się śmiała, tym bardziej robiłam się zła.

– Ciociu! – nie wytrzymałam.

– Oj, przepraszam dziecko. Rozumiem, że to dla ciebie ważna sprawa, skoro zadzwoniłaś.

– Tak! Bardzo! I tylko ty możesz mi pomóc, bo ty napłatałaś!

– No tak, zaplotłam i napłatałam. A odpowiedź jest prosta. Pępek świata jest dokładnie tam, gdzie chcesz, aby akurat się znajdował. To najważniejsze miejsce, osoba lub rzecz. To, co najbardziej zajmuje teraz twoje myśli i serce.

Musiałam chyba mieć przedziwną minę po tej rozmowie, bo mama popatrzyła na mnie jak na swojego bobasa i zrobiła mi przeraźliwie słodkie kakao. A ja po prostu zrozumiałam...

Pępek świata mojej babci jest w pierogach i wraz z nimi przenosi się po kawałku do ważnych dla niej osób, które tymi pierogami karmi.

Pępek świata mojej mamy znajduje się tam, gdzie jej dzieci płaczą, śmieją się czy potrzebują szklanki kakao.

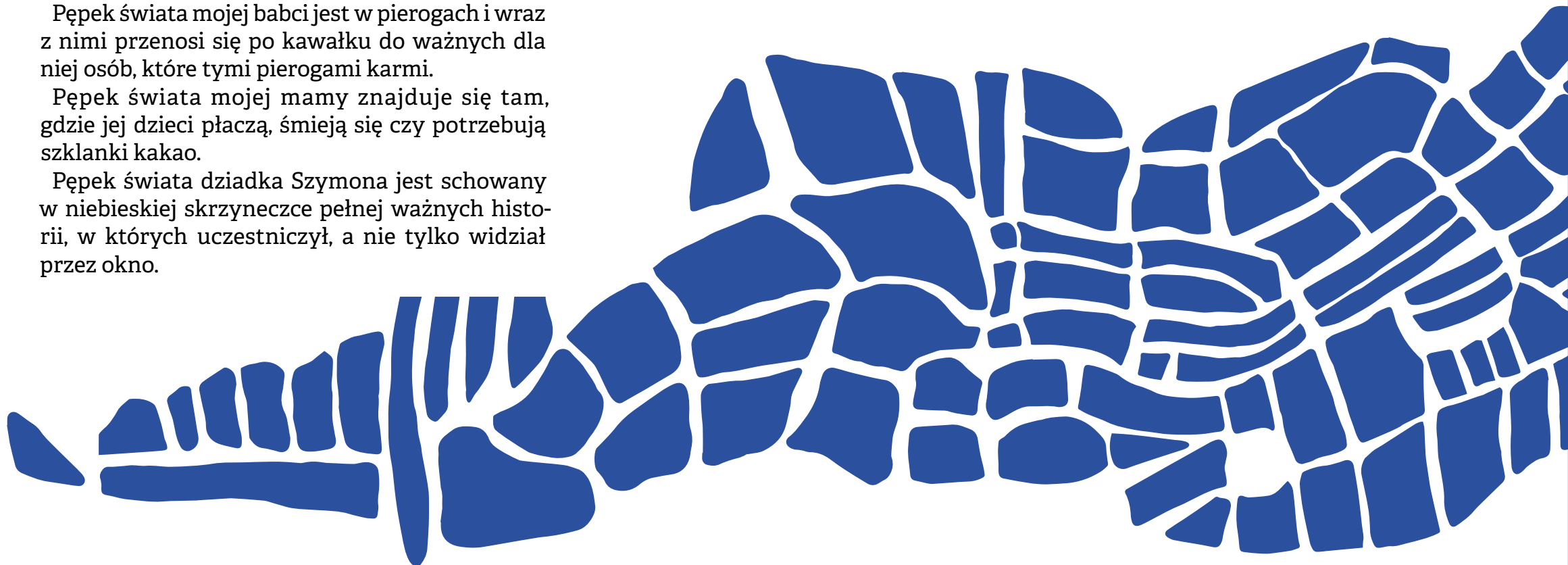
Pępek świata dziadka Szymona jest schowany w niebieskiej skrzyneczce pełnej ważnych historii, w których uczestniczył, a nie tylko widział przez okno.

Pępek świata mojego starszego brata odnajdzie się, gdy jemu zachce się ruszyć i go znaleźć.

Pępek świata Sylwii jest schowany w jej telefonie, razem z jej przyjaciółmi.

Pępek świata taty jest wszędzie tam, gdzie może być z nas dumny.

A mój pępek świata? Jeszcze nie wiem, czym może być, ale na pewno go znajdę!





Co w sobie lubisz najbardziej?

Zastanów się, jakie są twoje mocne strony. Na stronie obok odrysuj swoją dłoń. W miejscu każdego z palców zapisz pozytywną cechę własnego charakteru. Znajdź ich w sobie pięć i bądź z nich dumna/dumny!





Wybierz jedno ze swoich marzeń

Wybrane marzenie będzie celem (meta) zaprojektowanej przez siebie gry planszowej. Wykorzystaj dołączoną planszę i rozplanuj na niej 48 pól. Pole start oznacz jako dzień dzisiejszy.

Zastanów się, co może ci pomóc, a co przeszkodzić w osiągnięciu wybranego celu. Zdarzenia te umieść na planszy jako pola przeszkód i ułatwień. Wymyśl, w jaki sposób będą one przyspieszały lub utrudniały dotarcie do mety. Stwórz lub znajdź ciekawe pionki i kostkę, a następnie zaproś znajomych lub rodzinę do wspólnej gry twojego autorstwa.

Wyobraź sobie, że jesteś superbohaterką/ superbohaterem

Wymyśl dla siebie przydomek oraz strój. Zastanów się, jakie moce posiada twoja postać.

Przypatrz się uważnie ilustracjom w zeszyście i odnajdź w nich niesamowite scenerie, które posłużą za tło wydarzeń. Czarnym cienkopisem narysuj na nich przygody swojej postaci.



Każda rzecz ma swoją historię

Zbierz swoje ulubione przedmioty, z których możesz ułożyć kolekcję. Wybrane rzeczy wykorzystaj, aby stworzyć wystawę, która opowie wymyśloną opowieść. Przedmioty możesz zaprezentować na pustym blacie stołu lub biurka. Zastanów się nad ich znaczeniem i kolejnością.

Pamiętaj, że historie mogą być niestworzone!

Zaprezentuj najbliższym swoją wystawę i opowiedz o niej jako jej kuratorka/kurator.

Złote myśli

Co pozytywnego myślą o sobie i o tobie inni?

Przygotuj oddzielny zeszyt, podpisz go i ozdób wedle uznania. Następnie na pierwszej stronie zapisz zestaw pytań, na które chcesz uzyskać odpowiedzi. Na przykład o ulubiony kolor, przedmiot, sposób spędzania wolnego czasu, najciekawsze znane miejsce i wymarzony zawód.

Pamiętaj, aby zapytać w nich również o siebie, np. „co we mnie lubisz najbardziej” lub „jakie najprzyjemniejsze wspomnienie kojarzy ci się ze mną”.

Po skończeniu pracy nad zeszytem, poproś znajomych i bliskich, aby wpisali się do niego. Z zebranych odpowiedzi dowiesz się wielu ciekawych rzeczy o ich autorach, a także o tym, co was łączy!

Pępek świata jako ważne miejsce

AXIS MUNDI to mityczna koncepcja symbolicznego centrum wszechświata, wokół którego kumuluje się życie danej społeczności. W dawnych kulturach tym symbolicznym środkiem mogło być święte drzewo, góra kosmiczna, słup czy filar, którym przypisywano magiczne moce.

Jak mogłoby wyglądać współczesne AXIS MUNDI? Wyobraź sobie miejsce bezpieczne i przyjazne dla wszystkich, nad którym góruje niezwykle i piękny element przestrzeni. Na kolejnych stronach zaprojektuj taki obiekt.

Jakie mogłby mieć cudowne właściwości?

Czy w twojej okolicy jest miejsce, do którego by pasował?





Medale dla pępka świata

Do ich przygotowania wykorzystaj okrągłe i gładkie kamienie – na pewno znajdziesz kilka w okolicy. Pomaluj je farbami lub kredkami świecowymi w fantazyjne wzory. Przygotuj ich kilka, a następnie wraz ze znajomymi wybierzcie się na spacer, aby oznaczyć ulubione miejsca medalami.

Co jest w nich wyjątkowego?

Dlaczego lubicie spędzać czas właśnie tam?

Kolorowe medale możesz też wręczyć najbliższym osobom.

Czy jednym z nich nagrodzisz siebie?



Bezludna wyspa

W gronie znajomych wyobraźcie sobie, że dotarliście na bezludną wyspę. Macie okazję do stworzenia zupełnie nowej wspólnoty, w której każdy będzie równy.

Jakie chcielibyście pełnić w niej funkcje?

Jakie mocne strony i umiejętności, które już posiadacie, będą najbardziej przydatne?

Jak nazwiecie wspólne plemię?

Możecie wymyślić świat po swojemu. Zastanówcie się, co mogłoby sprawić, że będzie to lepsze miejsce dla wszystkich.



Jestem pętkiem świata

i dobrze mi dziś z tym!

psycholożka, nauczycielka
wychowania przedszkolnego
i edukacji wczesnoszkolnej,
arteterapeutka, autorka
opowiadania „Pępek świata”

Według psychoterapeuty Nathaniela Branden’a – jednego z prekursorów badań nad samooceną i jej uzdrawianiem, poczucie własnej wartości utrzymuje się na sześciu filarach: świadomym życiu – dostrzeganie swoich myśli, odczuć, pragnień i działań; samoakceptacji – akceptacja swoich zalet, wad, sukcesów i porażek; odpowiedzialności za siebie i swoje czyny; asertywności – wyrażanie samego siebie bez ranienia innych; życiu celowym – wyznaczanie celów i ich realizacja; integralności osobistej – życie w zgodzie ze sobą (N. Branden, „6 filarów poczucia własnej wartości”, 2008).

Autentyczny obraz nas samych i świata oraz samoakceptacja mają znaczny wpływ na sposób, w jaki traktujemy innych oraz siebie. Umiejętność dostrzegania własnych zalet i akceptacja wad pozwalają uwierzyć we własne możliwości, by następnie wykorzystać je i rozwijać, gdy stają przed nami nowe wyzwania. Prawidłowe wspieranie rozwoju

dziecka to budowanie człowieka we właściwych wartościach i zgodnie z jego potrzebami. Jest to jedno z najistotniejszych zadań wychowawczych, które stoi przed pedagogami i rodzicami. Właściwie ukształtowane poczucie własnej wartości pomaga w przyszłości sprostać wyzwaniom nowoczesnego świata, poprzez dokonywanie adekwatnych życiowych wyborów, zgodnie z własnymi możliwościami, predyspozycjami i ambicjami.

Częstym błędem opiekunów w relacji z dzieckiem są komunikaty w duchu „należy ci się, ponieważ tu jesteś”, zamiast „należy ci się, ponieważ potrafisz, potrzebujesz, jesteś do tego zdolny”. Taką zmianę myślenia możemy nazwać przedefiniowaniem pejoratywnie kojarzonego pępka świata na zdrowy pępek świata współczesnego dziecka – z „jestem, więc żądam” na „jestem i zasługuję na”.

historyczka sztuki,
kuratorka, edukatorka,
koordynatorka
projektu „Axis mundi”

Przy okazji jednej z wystaw w csw Kronika na zajęciach Świetlicy Sztuki przeprowadziliśmy warsztaty wokół tematu tolerancji, podczas których okazało się, że dzieci bezustannie mierzą się z negatywnymi komentarzami na swój temat. Najczęściej słyszą je w szkole od swoich rówieśników, choć zdarza się, że wypowiadają je również rodzice lub opiekunowie.

Młody człowiek bombardowany negatywnymi opiniami na swój temat bardzo często przekształca je we własne zdanie o sobie. Może to prowadzić do postawy wycofania i braku wiary we własne możliwości, którą obserwujemy podczas cotygodniowych spotkań z grupą dzieci i młodzieży z Bytomia. Początkowo warsztatowe zadania indywidualne uczestnicy rozpoczynali od słów „nie potrafię” lub wręcz „jestem głupia/głupi”. Dopiero po kilkunastu spotkaniach możliwe było przełamanie tej bariery, którą stanowiła zbyt niska samoocena. Mimo oswojonej już przestrzeni Świetlicy Sztuki i bezpiecznej relacji z edukatorami

i edukatorkami, problem ten czasem powraca, a w skrajnych przypadkach skutkuje całkowitą rezygnacją z realizacji własnego projektu.

Rozwijanie pozytywnego myślenia o sobie pozostaje sferą niezauważalną, a powszechny system edukacji, nastawiony na ciągłe ocenianie i współzawodnictwo, nie ułatwia tego procesu. Podczas tworzenia projektów edukacyjnych w csw Kronika staramy się dostrzeżać najważniejsze braki systemowe, a nasze działania są bezpośrednim wynikiem kontaktu z dziećmi podczas spotkań w Świetlicy Sztuki. W tym roku poruszyliśmy niezwykle ważny dla nas temat, czyli bycie swoim osobistym centrum wszechświata. Chcemy zachęcać dzieci oraz edukatorów i opiekunów do pracy nad poczuciem własnej wartości, pobudzając wyobraźnię i samoświadomość. Pomocna w tym procesie okazuje się również praca warsztatowa, podczas której powstają indywidualne bądź grupowe realizacje. Ich prezentacja na wystawie w Kronice jest jedną z metod budowania wśród naszych podopiecznych pozytywnego obrazu samego siebie.

Pępek świata. Zeszyt edukacyjny

Opowiadanie:
Natalia Pawlik-Kopica

Projekt graficzny, skład oraz ilustracje:
Agata Zastrzeżyńska

Opracowanie zadań:
Katarzyna Kalina, Paweł Wątroba

Komentarze:
Katarzyna Kalina, Natalia Pawlik-Kopica

Redakcja i korekta:
Paweł Wątroba

Copyright:
Autorzy, csw Kronika w Bytomiu 2019

Druk:
Centrum Usług Drukarskich, Henryk Miller,
ul. Szymały 11, 41-709 Ruda Śląska

Nakład:
500 egzemplarzy

ISBN 978-83-61853-33-6

Wydawca:
Centrum Sztuki Współczesnej Kronika,
Rynek 26, 41-902 Bytom
www.kronika.org.pl

Kronika jest instytucją Miasta Bytomia
i działa w strukturach organizacyjnych
Bytomskiego Centrum Kultury.



Ten utwór jest dostępny na licencji Creative Commons
Uznanie autorstwa - Użycie niekomercyjne - Bez utworów
zależnych 4.0 Międzynarodowa.



Axis mundi. Projekt edukacyjny

Koordinacja:
Katarzyna Kalina

Prowadzenie warsztatów:
Magda Fabiańczyk,
Dorota Hadrian,
Uładzimir Pazniak,
Piotr Śnieguła

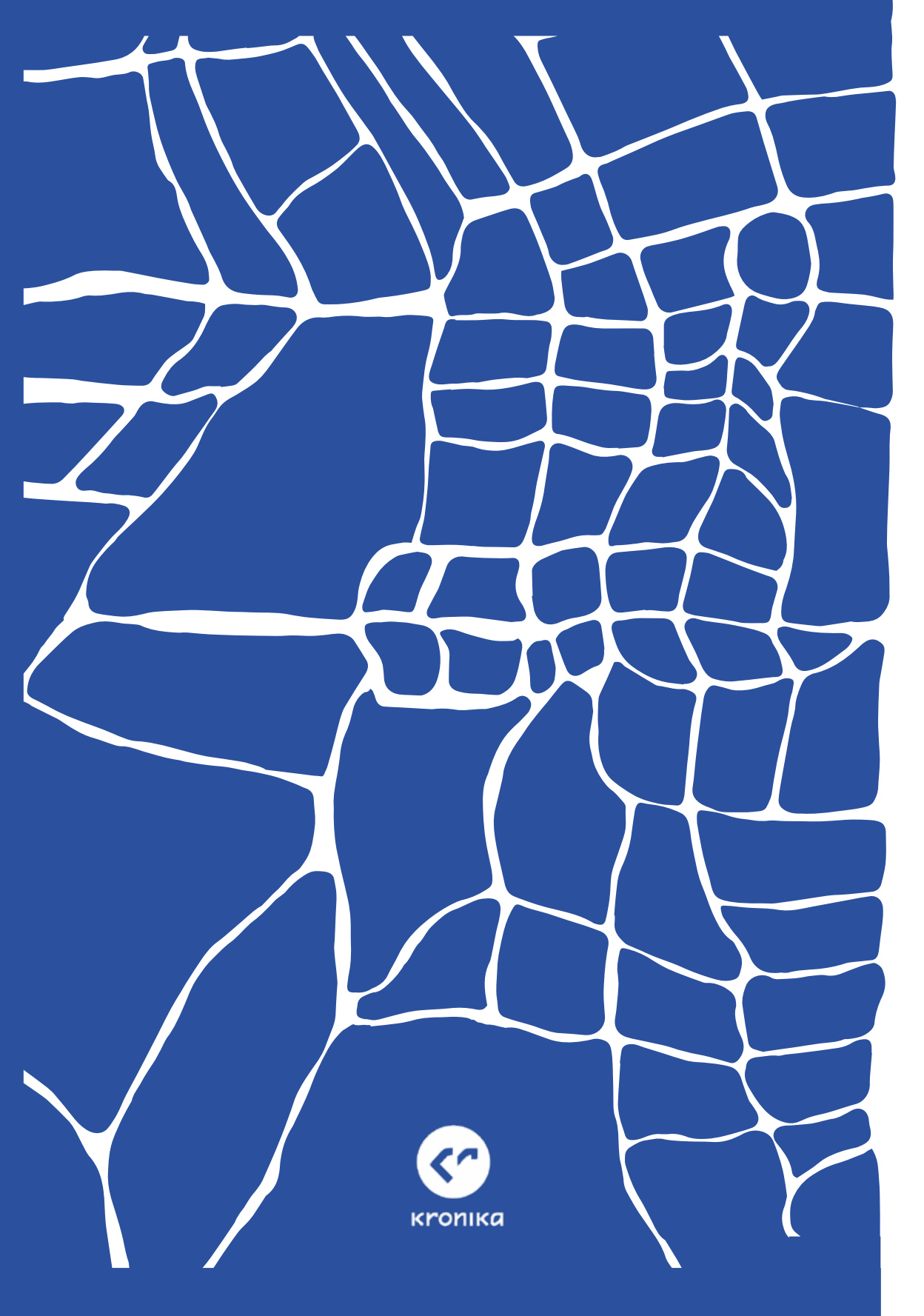
Współpraca pedagogiczna:
Agata Kołodziejczyk,
Angela Mirga,
Grażyna Sokołowska,
Iwo Szafarczyk,
Katarzyna Waluda

Partnerzy projektu:
Szkoła Podstawowa nr 5 w Bytomiu,
Prywatna Szkoła Podstawowa „Akademia Montessori”
w Katowicach,
Placówka Opiekuńczo-Wychowawcza nr 2 w Bytomiu,
Świetlica polsko-romska „Amaro Strychos”
przy Szkole Podstawowej nr 16 w Bytomiu

Identyfikacja projektu:
Iwa Oberman

Projekt dofinansowany ze środków
Ministra Kultury i Dziedzictwa Narodowego pochodzących
z Funduszu Promocji Kultury.

**Ministerstwo
Kultury
i Dziedzictwa
Narodowego.**



kronika