

KLUB INTROWERTYKÓW

co to znaczy być introwertykiem?
czy introwertycy są nieśmiali?
czego potrzebują do nauki i pracy?
jak introwertycy pracują w grupie?
jak dbają o siebie ?
jakie są plusy i minusy bycia introwertykiem?

WSPÓŁTWÓRZ KLUB INTROWERTYKÓW!

- Dołącz do rozmowy o tym co lubimy.
- Dowiedz się więcej o introwersji i kulturze promującej ekstrawertyków.
- Kształtuj umiejętności, których potrzebujesz, w życzliwej atmosferze.

CO W KLUBIE?

To co będzie nam potrzebne, np.

- spotkania ze znanymi introwertykami
- warsztaty umiejętności miękkich
- testy talentów i osobowości
- rozmowy o tym co lubimy i o życiu
- 2-dniowy wyjazd gdzieś w Polskę
- tworzenie rekomendacji do pracy z introwertykami w szkole

Projekt zainspirowany książką Susan Cain "Ciszej proszę... Siła introwersji w świecie, który nie może przestać gadać".

TUTOR: ZOFIA ŁUKOMSKA-CHOJECKA, HISTORYCZKA SZTUKI, INTROWERTYCZKA

Propozycja projektu na rok szkolny 2021/22

Zofia Łukomska-Chojecka

KLUB INTROWERTYKÓW

CELE:

Pierwszym celem projektu jest wzmocnienie poczucia pewności siebie uczniów, którzy z powodu introwertycznej osobowości, mogą czuć się zagubieni lub niedocenieni w szkolnym i pozaszkolnym żywiole. Pierwszym krokiem jest normalizowanie introwertyzmu (będącego cechą 30-50% populacji) i poznanie jego lepszych i gorszych stron. Praca w czasie projektu pomoże uczniom spojrzeć na swoje zasoby (styl działania, umiejętności, doświadczenia, talenty) tak aby móc je docenić i bardziej świadomie wykorzystywać je na co dzień. (pkt 1 konspektu).

Drugim celem projektu jest stworzenie w szkole takiej przestrzeni, w której uczniowie mogą poczuć się dobrze, znaleźć swój głos, spędzić czas towarzysko i twórczo. W ramach projektu mogą szlifować swoje umiejętności wypowiadania się, prowadzenia dyskusji czy prezentowania przed grupą. Introwertycy wykonują zadania na bardzo wysokim poziomie o ile wynikają one z ich szczerych zainteresowań i mogą się do nich dobrze przygotować (pkt 2 konspektu).

Trzecim celem jest znalezienie wsparcia, które może się okazać potrzebne grupie – zarówno w postaci profesjonalnych warsztatów, jak i spotkań np. z innymi, dorosłymi introwertykami, którzy mogą opowiedzieć o swoim życiowym doświadczeniu. (pkt 3 konspektu).

Głównym efektem projektu ma być korzyść odniesiona (pewnie w różnym stopniu) przez każdego z uczestników. Grupa stworzy „produkt”, który może być użyteczny dla społeczności szkolnej (pkt 4 konspektu).

Jako historyczka sztuki, a nie psycholożka, będę korzystać z ogólnodostępnych narzędzi takich jak publikacje popularnonaukowe, testy osobowości, testy talentów, filmy z nagraniami ekspertów. Moją rolą będzie moderowanie spotkań i nadanie im dynamiki. Skupię się na kształtowaniu umiejętności, które sama posiadam – prezentowania, analizy tekstów kultury, komunikowania się. W sytuacji wymagającej wsparcia, zgłoszę się do psycholożek szkolnych.

1. OBSZARY BADAWCZE

Część merytoryczna projektu.

A. Kluby, ekskluzywne stowarzyszenia

- i. Tradycja klubów, stowarzyszeń
- ii. Zwyczaje słynnych klubów (etykieta, dress code), kryteria przynależności
- iii. Analiza wybranych np. Grupa Bilderberg; brytyjskie kluby dżentelmenów tj. klub White'a w Londynie, The Travellers Club; Daughters of the American Revolution

B. Typy osobowości i mocne strony

- i. Introwertyk, ekstrawertyk, ambiwertyk
- ii. Badania nad introwertyzmem
- iii. 16 typów osobowości. Test Myersa-Briggsa
- iv. Wysokowrażliwość
- v. Talenty wg Gallupa

C. Kultura ekstrawertyzmu

- i. Geneza m.in. szkoła harwardzka
- ii. Konsekwencje dla świata, np. dla rynków finansowych
- iii. Potrzeba zmiany, korzyści płynące z równowagi, kultura wrażliwości

2. OBSZARY DZIAŁANIA

Działanie zgodne z potrzebami i zainteresowaniami klubowiczów, związane z tekstami kultury, problemami wartymi omówienia, ekspresją twórczą, potrzebą rozrywki, zainspirowania się.

Cykliczne lub jednorazowe aktywności takie jak:

- i. Dyskusja wokół artykułu/książki/filmu/serialu/podcastu
- ii. Praca Think-Write-Pair-Share lub w kręgu – rozmowa na temat materiału przedstawionego na zajęciach (np., teksty, filmy TED)
- iii. Prezentacje uczestników – wzmacnianie umiejętności autoprezentacji, opracowywania tematu. Nowe style prezentowania np. Pecha Kucha 20x20:
- iv. Prace plastyczne – indywidualne i towarzyskie takie jak wyborny trup, tworzenie collage, plakatów, kolorowanek
- v. Gry towarzyskie (bogaty repertuar można znaleźć choćby w książce „W to mi graj” Joanny Glogazy)

3. WARSZTATY I WYJŚCIA

Kilka pomysłów.

- i. Warsztat umiejętności miękkich podczas 2-dniowego wyjazdu gdzieś na terenie Polski, w naturze (Agnieszka Kucińska)
- ii. Warsztat savoir-vivre w Pałacu w Wilanowie
- iii. Podróż Bohatera® - gra coachingowa
- iv. Emisja głosu
- v. Warsztaty improwizacji
- vi. Warsztaty na SWPS dla nastolatków np. "Lęk i stres – działania profilaktyczne"
- vii. Spotkania z (znanymi) introwertykami

4. EFEKTY

Propozycje działań „na zewnątrz”.

- i. prowadzenie newslettera - felietony, zdjęcia, memy
- ii. przygotowywanie rekomendacji do pracy z uczniem introwertycznym
- iii. poradnik dla introwertyków pod roboczym tytułem „jak dbać o siebie?"
- iv. prowadzenie otwartej grupy na fb „klub introwertyków"
- v. nagranie podcastu, np. z wywiadami
- vi. stworzenie wydarzenia adekwatnego dla Festiwalu Projektów np. wystawy