

## KOŁYSANKI DLA POTWORÓW – KOŁYSANKA DLA NIESPOKOJU

Warsztat online. Koncepcja i prowadzenie – Katarzyna Jackowska-Enemuó.

### Opis warsztatu

Założeniem warsztatów jest osvajanie emocji i budowanie poczucia sprawczości poprzez wspólne działanie twórcze. Nazywamy trudne emocje, opisujemy je i nadajemy im kształt, a potem wymyślamy dla nich piosenki, które je obłaskawią.

W ramach warsztatu osvajamy niepokój, obawę, opisując go i wymyślając dla niego kołysankę/piosenkę.

### Zadanie przed warsztatem

Wyobrazić sobie Niepokój/Zmartwienie/Obawę jako stwora, który się martwi i nigdy nie wie, co ma poczuć, narysować go ewentualnie. Zastanowić się, co można mu powiedzieć lub zrobić, żeby dodać mu odwagi.

### SCHEMAT ZAJĘĆ

1. Powitanie
2. Sprawdzenie kwestii technicznych – czy się słyszymy oraz w jaki sposób pracujemy, zgłaszamy chęć wypowiedzi etc.
3. Przedstawienie prowadzącej, wprowadzenie w temat warsztatu – opis problemu i dzisiejszego „Potwora”.
4. Omówienie prac nadesłanych przez uczestników
5. Zadanie główne:
  - jak wygląda niepewność, jak się zachowuje, jak ma na imię?
  - jak się czujemy i zachowujemy, kiedy jesteśmy niespokojni i się martwimy?
  - jakie sytuacje wywołują w nas obawę?
  - czego potrzeba komuś, kto się martwi i jest niespokojny?
  - co można mu powiedzieć, lub dać, co można zrobić?
  - zbieramy słowa, frazy, zdania

- dzieci rysują, prowadząca składa słowa w całość
- bierzemy instrumenty, szukamy melodii, rytmu, właściwego brzmienia i nastroju
- śpiewamy – najpierw powtarzając, potem całość wspólnie

#### 6. Podsumowanie:

- pytanie do uczestników, o to, jak się czują z taką piosenką
- zachęcenie dzieci, by narysowały piosenkę, lub jej bohatera
- zachęcenie dzieci, by śpiewały swoim bliskim lub razem z nimi
- podziękowanie i pożegnanie