

# POZNAJMY SIĘ, MAM NA IMIĘ ZŁOŚĆ

SPOTKANIE AUTORSKIE Z MAŁGORZATĄ GIZAK



**DOLNY  
ŚLĄSK**

17 stycznia 2020 roku Dolnośląska Biblioteka Pedagogiczna we Wrocławiu gościła panią Małgorzatę Gizak autorkę książki „Poznajmy się, mam na imię Złość”.

Jest to pierwsza z książek z cyklu „Poznajmy się”, która powstała z myślą o dzieciach w wieku 6-10 lat.

Autorkę oraz panią reprezentującą Wydawnictwo Atut przywitała pani Magdalena Pilińska – wicedyrektor DBP. Na spotkanie przybyły dzieci z klasy 2 Szkoły Podstawowej nr 84 we Wrocławiu wraz z opiekunami.

Celem spotkania było przybliżenie dzieciom niezwykłego świata emocji, ułatwienie zrozumienia go i wskazanie sposobów rozwiązywania trudnych sytuacji.

Zaproponowane przez autorkę zajęcia miały formę warsztatową, co szczególnie przypadło do gustu młodym odbiorcom. Pani Małgorzata Gizak już na początku zyskała zaufanie swych słuchaczy, którzy zapytani, chętnie opowiadali o tym co ich cieszy, złości czy wywołuje lęk. Kiedy dzieci próbowały spontanicznie dokonać oceny tych emocji i sklasyfikować je jako dobre lub złe, Autorka otwarcie powiedziała, że nie zgadza się na to, ponieważ nie ocenia się samych emocji czy uczuć.



Zachęcała dzieci do udziału w kolejnych aktywnościach: scenkach pantomimicznych, zabawie w kręgu z wykorzystaniem kostki, rysowaniu „stóp złości” do tupania.

Uczestnicy wiele emocji doświadczali podczas zabawy w grupowym przrzucaniu kul złości. Elementy rywalizacji z końcową wygraną lub przegraną danej grupy były doskonałym ćwiczeniem osławiania tych trudnych emocji.

Poznawanie własnych uczuć i radzenie sobie z nimi jest nie lada wyzwaniem. Dlatego w kolejnych ćwiczeniach dzieci określały, które elementy ich ciał są aktywne kiedy one się złością, dzieci wykonywały to w formie graficznej na kartach pracy przedstawiających osobę.

Konieczne było sprecyzowanie, jakie okazywanie złości jest nieakceptowalne, ponieważ krzywdzi innych lub daną osobę. Następnie autorka poprosiła o propozycje wyrażania złości - możliwe do przyjęcia. Dzieci wymieniały pomysły, niektóre miały potrzebę narysowania tego co same wymyśliły.



Na podsumowanie spotkania o trudnych emocjach dzieci wymieniły dobre sposoby radzenia sobie ze złością, nadmuchały otrzymane w prezencie baloniki – jako jedno z wielu rozwiązań (ćwiczenia oddechowe).



Chętne dzieci mogły zakupić książkę z dedykacją autorki. Pani Małgorzata Gizak podarowała również jeden egzemplarz swojej najnowszej książki Dolnośląskiej Bibliotece Pedagogicznej.

Część pierwsza cyklu „Poznajmy się” – *Mam na imię Złość*, to doskonałe wsparcie w oswojaniu złości.

Dzięki niej dzieciom łatwiej będzie zmierzyć się z tą trudną emocją, niełatwą do zrozumienia i kontrolowania. Może być ona również wykorzystana przez nauczycieli, pedagogów i terapeutów.

# FOTORELACJA ZE SPOTKANIA

