



Dofinansowane przez
Unię Europejską

**Edukacja praw człowieka –
scenariusze do pracy z dziećmi
i młodzieżą**



**Kreatywny
protest: dzieci
i młodzież
działają na
rzecz zmian**



Seen



&



Heard

Scenariusz 5 z 5

EDUKACJA PRAW CZŁOWIEKA – SCENARIUSZE DO PRACY Z DZIEĆMI I MŁODZIEŻĄ

SCENARIUSZ 5 z 5

Kreatywny protest: dzieci i młodzież działają na rzecz zmian

© Amnesty International Polska, 2025, w ramach projektu współfinansowanego przez Unię Europejską: *Seen and Heard: Young People's Voices and Freedom of Expression*.

Autorka: Sita Brahmachari

Redakcja merytoryczna: Nicky Parker, Katarzyna Salejko

Adaptacja i redakcja merytoryczna polskiej wersji: Katarzyna Salejko

Redakcja językowa i korekta: Zuzanna Żółtowska

Skład graficzny: Maciej Panas

Ilustracje: Joanna Luźnia

ISBN 978-83-977605-92

Niniejszy scenariusz stanowi część zestawu materiałów edukacyjnych *Czas na nasz głos. Twórcze podróże po świecie praw dziecka*. Jego głównym celem jest wspieranie dzieci i młodzieży w wyrażaniu siebie, poznawaniu własnych praw oraz budowaniu solidarności poprzez twórcze działania i krytyczne myślenie. Zestaw zawiera następujące scenariusze:

- *Usłysz mnie, zobacz mnie: kreatywne wprowadzenie do praw dziecka;*
- *W naszych rękach: działania na rzecz wolności wypowiedzi w lokalnych społecznościach;*
- *Siła empatii: w obronie praw uchodźców i migrantów;*
- *Razem mamy siłę: solidarność na rzecz praw człowieka;*
- *Kreatywny protest: dzieci i młodzież działają na rzecz zmian.*

Wszystkie pięć scenariuszy można pobrać bezpłatnie pod adresem <https://www.amnesty.org.pl/seenandheard/>.

Publikacja została wydana w ramach projektu *Seen and Heard: Young People's Voices and Freedom of Expression* współfinansowanego przez Unię Europejską. Celem projektu jest wzmacnianie głosu i sprawczości dzieci oraz młodych ludzi – szczególnie tych zagrożonych wykluczeniem – poprzez literaturę, sztukę, twórcze formy protestu oraz edukację praw człowieka.

Projekt łączy badania, mentoring i działania aktywistyczne, by wspierać uczestnictwo młodych osób i wzmacniać ich głos w debacie publicznej. Skupia osoby ze świata nauki, edukacji i sztuki z Malty, Niemiec i Polski, które wspólnie działają na rzecz umożliwienia dzieciom w wieku od 10 do 14 lat wypowiedzenia się na tematy, które są dla nich ważne.

Więcej informacji: <https://seenandheardproject.eu/>.

Projekt jest prowadzony przez Uniwersytet Maltański i współfinansowany przez Unię Europejską. Wyrażone w nim poglądy i opinie należą jednak wyłącznie do autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej.



PRZEDMOWA

Z radością oddaję w Wasze ręce publikację *Czas na nasz głos. Twórcze podróże po świecie praw dziecka* – zestaw materiałów edukacyjnych, które łączą tematykę praw człowieka z twórczym podejściem do pracy z dziećmi i młodzieżą. Powstała z myślą o nauczycielkach, nauczycielach oraz edukatorkach i edukatorach, którzy chcą wspierać młodych ludzi w odkrywaniu swojego głosu, sprawczości i praw.

Ten zbiór powstał z przekonania, że każde dziecko ma swoje prawa – nie kiedyś, w przyszłości, ale już teraz. Dzieci są nie tylko „obywatelami przyszłości”, lecz także pełnoprawnymi uczestnikami życia społecznego. Kiedy znają swoje prawa i mają przestrzeń, by je wyrażać, stają się silniejsze – z czego korzystają one same, a także inni.

W zestawie znajdziecie pięć scenariuszy, które zachęcają do rozmowy, tworzenia, działania i myślenia. Są elastyczne i otwarte – można je dostosować do konkretnych grup, ich potrzeb i wrażliwości. Wspierają w prowadzeniu zajęć, które nie tylko przekazują wiedzę, ale też budują relacje i wzmacniają młode osoby w ich codziennym doświadczeniu bycia widzianymi i słyszanyymi.

Każdy scenariusz to zaproszenie do twórczej podróży: przez opowieści, sztukę, teatr, refleksję i działanie. Mam nadzieję, że zainspirują Was one do tworzenia własnych ścieżek edukacyjnych – takich, które zostaną z uczestnikami i uczestniczkami na długo.

Z całego serca dziękuję Sicie Brahmachari za jej niezwykle zaangażowanie w prawa człowieka i pracę z młodymi osobami – w lokalnych społecznościach, teatrach i na gruncie literackim. Jej opowieści dodały scenariuszom głębi i czułości. Dziękuję również Nicky Parker, której redaktorska uważność i doświadczenie pozwoliły nadać materiałom czytelną strukturę. Praca z Wami była dla mnie prawdziwym zaszczytem.

Katarzyna Salejko
menadżerka Działu Edukacji Praw Człowieka
Amnesty International Polska



Wprowadzenie

O edukacji praw człowieka

Edukacja praw człowieka jest ważna na każdym etapie życia. Każda osoba – od chwili urodzenia – ma prawo do ochrony wynikające z Powszechnej deklaracji praw człowieka (1948) oraz Konwencji o prawach dziecka (1989). Dokumenty te bazują na wspólnych wartościach, takich jak godność, równość, sprawiedliwość czy bezpieczeństwo – czyli na tym, co pomaga nam dobrze i bezpiecznie żyć razem.

Wszyscy mamy prawo do edukacji w tym zakresie. Kiedy znamy swoje prawa i potrafimy je rozumieć w kontekście codziennego życia, jesteśmy lepiej przygotowani do tego, by chronić siebie i wspierać innych. Dotyczy to zarówno dzieci, jak i dorosłych.

Edukacja praw człowieka obejmuje trzy wzajemnie powiązane wymiary:

- **uczenie się o prawach człowieka** – zdobywanie wiedzy o tym, czym są prawa człowieka, jak są definiowane i chronione na poziomie krajowym i międzynarodowym;
- **uczenie się poprzez prawa człowieka** – tworzenie środowiska edukacyjnego opartego na wartościach wynikających z praw człowieka: uczestnictwie, szacunku, wolności myśli i wypowiedzi. W edukacji praw człowieka ważne jest nie tylko to, co przekazujemy, ale też jak to robimy;
- **uczenie się na rzecz praw człowieka** – rozwijanie postaw, wartości i umiejętności potrzebnych do tego, by stosować prawa człowieka w codziennym życiu oraz działać – indywidualnie lub wspólnie – na ich rzecz.

Bezpieczeństwo i zaufanie

Podczas zajęć edukacyjnych jesteśmy odpowiedzialni za bezpieczeństwo dzieci i młodzieży, z którymi pracujemy. Jesteśmy dla nich dorosłymi, którym można zaufać – osobami, do których mogą się zwrócić, gdy coś je niepokoi.

W trakcie warsztatów może się zdarzyć, że osoba uczestnicząca podzieli się czymś, co wzbudzi twój niepokój – np. ujawni sytuację zagrażającą jej dobru. W takim wypadku należy postępować zgodnie z obowiązującymi w danej szkole lub instytucji procedurami ochrony dzieci i młodzieży.

Czy wszyscy uczestnicy_uczestniczki znają te procedury? Jeśli nie, warto na początku zajęć omówić je w prosty i spokojny sposób. Dbanie o to, by każda osoba wiedziała, z kim może porozmawiać i jakie wsparcie jest dostępne, pomaga budować środowisko, w którym dzieci czują się bezpieczne i mogą zaufać dorosłym.

Jak korzystać z tego scenariusza

Scenariusz *Kreatywny protest: dzieci i młodzież działają na rzecz zmian* składa się z trzech lekcji, które pomagają dzieciom i młodym osobom zrozumieć, czym jest protest, jak łączy się on z prawami człowieka oraz jak można wyrażać swoje zdanie w sposób twórczy, bezpieczny i pokojowy.

Materiał wprowadza osoby uczestniczące w prawo do protestu krok po kroku: od wspólnego odkrywania znaczenia protestu, przez doświadczanie twórczych i opartych na prawach człowieka sposobów wyrażania opinii, aż po zaprojektowanie i realizację uczniowskiego festiwalu praw dziecka, który może zostać zaprezentowany społeczności szkolnej lub lokalnej.

Scenariusz łączy edukację praw człowieka z metodami artystycznymi, tak aby wszystkie osoby uczestniczące – również te bardziej nieśmiałe lub mniej pewne siebie – mogły odnaleźć swój głos i wyrażać swoje przekonania w sposób pokojowy, kreatywny i wspierający innych.

Ze scenariusza można skorzystać w całości – realizując trzy lekcje jako spójny cykl – lub wybierać z niego poszczególne ćwiczenia, dostosowując je do potrzeb grupy i możliwości czasowych.

Każda lekcja rozpoczyna się jasno sformułowanymi celami edukacyjnymi.

Scenariusz bazuje na wartościach i prawach dziecka zapisanych w Konwencji o prawach dziecka, w szczególności:

- prawie do uczestnictwa;
- wolności wypowiedzi;
- wolności zrzeszania się i pokojowych zgromadzeń;
- równości i niedyskryminacji;
- prawie do edukacji;
- prawie do zabawy.

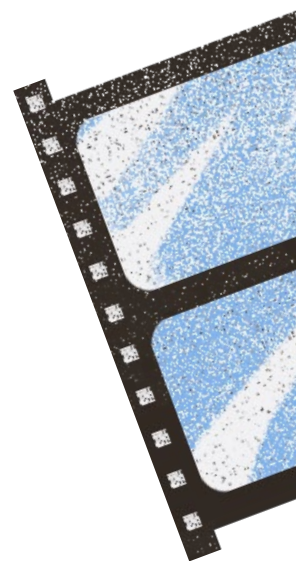
Grupa wiekowa

Wszystkie ćwiczenia są dostosowane do pracy z grupami w wieku 10–14 lat.

Cele edukacyjne

Scenariusz wspiera osoby uczestniczące w:

- zrozumieniu, w jaki sposób wolność wypowiedzi i wolność pokojowych zgromadzeń wspólnie tworzą prawo do protestu;
- rozpoznawaniu i analizowaniu różnych form protestu oraz ocenianiu, czy są one pokojowe, twórcze i oparte na szacunku wobec innych;
- stosowaniu umiejętności aktywnego, nieoceniającego słuchania oraz formułowaniu i wyrażaniu własnych opinii w sposób odpowiedzialny;



- identyfikowaniu tematów i problemów istotnych dla siebie i własnej społeczności oraz projektowaniu wspólnych działań opartych na prawach człowieka;
- zaplanowaniu, zorganizowaniu i realizacji wydarzenia edukacyjnego (festiwalu praw dziecka), w którym zostaną zaprezentowane głos, kreatywność i zaangażowanie młodych osób w prawa człowieka.

Prawo do protestu pigułce

Protest to sposób mówienia: to jest dla mnie ważne. To wyrażanie troski o sprawiedliwość i równość. Choć słowo „protest” nie pojawia się wprost w międzynarodowych dokumentach dotyczących praw człowieka, jego znaczenie jest chronione przez dwa fundamentalne prawa: wolność słowa oraz wolność pokojowych zgromadzeń. Kiedy swobodnie wyrażamy swoje opinie i spotykamy się w tym celu z innymi w sposób pokojowy, korzystamy z prawa do protestu.

Wolność wypowiedzi

Oznacza prawo do posiadania opinii i wyrażania ich na różne sposoby – poprzez mowę, pisanie, sztukę, taniec, muzykę, a nawet ciszę. Możemy mówić, śpiewać, rysować, pisać, szeptać czy tworzyć symbole. Prawo to nie obejmuje wypowiedzi nawołujących do nienawiści czy przemocy. Pokojowy protest bazuje na szacunku i trosce o innych.

Wolność pokojowych zgromadzeń

Oznacza prawo do wspólnego spotkania się – w przestrzeni publicznej lub prywatnej – w celu wyrażenia wspólnego stanowiska.

Przykłady pokojowych zgromadzeń to:

- marsze i demonstracje;
- czuwania przy świecach;
- wspólne siedzenie w ciszy;
- działania artystyczne i performance’y;
- szkolne parady lub wystawy prac.

Pokojowy nie oznacza cichy – protest może być radosny i głośny, o ile jego uczestnicy nie stosują przemocy.

Dlaczego te prawa są ze sobą powiązane?

Jeśli można wyrażać swoje zdanie, ale nie można się spotkać z innymi – nasz głos może nie zostać usłyszany. Jeśli można się spotkać, ale nie można wyrażać opinii – zgromadzenie traci sens. Protest rodzi się wtedy, gdy możemy zarówno mówić, jak i się gromadzić.

Twórczy protest

Protest nie musi oznaczać krzyku czy wznoszenia transparentów. Może przybrać formę piosenki, wiersza, przedstawienia, filmu, festiwalu, instalacji artystycznej czy szkolnej akcji społecznej – są to poko-

inne sposoby protestowania, w których używamy wyobraźni i twórczej energii, by mówić światu, co jest dla nas ważne i jakiej zmiany chcemy.

Protest online i offline

Dziś protest może się odbywać nie tylko w przestrzeni publicznej, lecz także w internecie. Wirtualne akcje, filmy czy hashtagi pozwalają łączyć głosy wielu osób.

Prawo do protestu powinno być chronione zarówno online, jak i offline, ponieważ internet jest dziś ważną przestrzenią, w której ludzie się gromadzą i wyrażają swoje poglądy.

Bezpieczeństwo w sieci

Uczestnicząc w protestach online, warto dokładnie sprawdzać informacje i ostrożnie podchodzić do treści, które udostępniamy. Ochrona danych osobowych, prywatności i własnego dobrostanu zwiększa nasze bezpieczeństwo w sieci.

Czy prawo do protestu ma granice?

Czasami rządy wprowadzają zasady ograniczające możliwość protestowania, aby zapewnić bezpieczeństwo wszystkim – np. by zapobiegać wypadkom lub zagwarantować ciągłość działania podstawowych usług, takich jak opieka zdrowotna czy edukacja. Zasady te mogą obejmować obowiązek wcześniejszego poinformowania władz o planowanym proteście.

Pamiętaj

- Każda osoba ma prawo mówić o tym, co jest dla niej ważne.
- Każda osoba ma prawo spotykać się i gromadzić z innymi w sposób pokojowy.
- Protest powinien chronić prawa, a nie krzywdzić innych.
- Twórczość artystyczna – piosenki, wiersze, sztuka, festiwale – może być potężną formą protestu.
- Dzieci i młode osoby również mają prawo być słyszane – dotyczy ich to w równym stopniu co dorosłych.

Spis lekcji i ćwiczeń

Lekcja 1. Nasze prawo do zabierania głosu

- Ćwiczenie 1. Czym jest protest?
- Ćwiczenie 2. Prawo do wspólnego zabierania głosu



Lekcja 2. Twórczy protest w praktyce

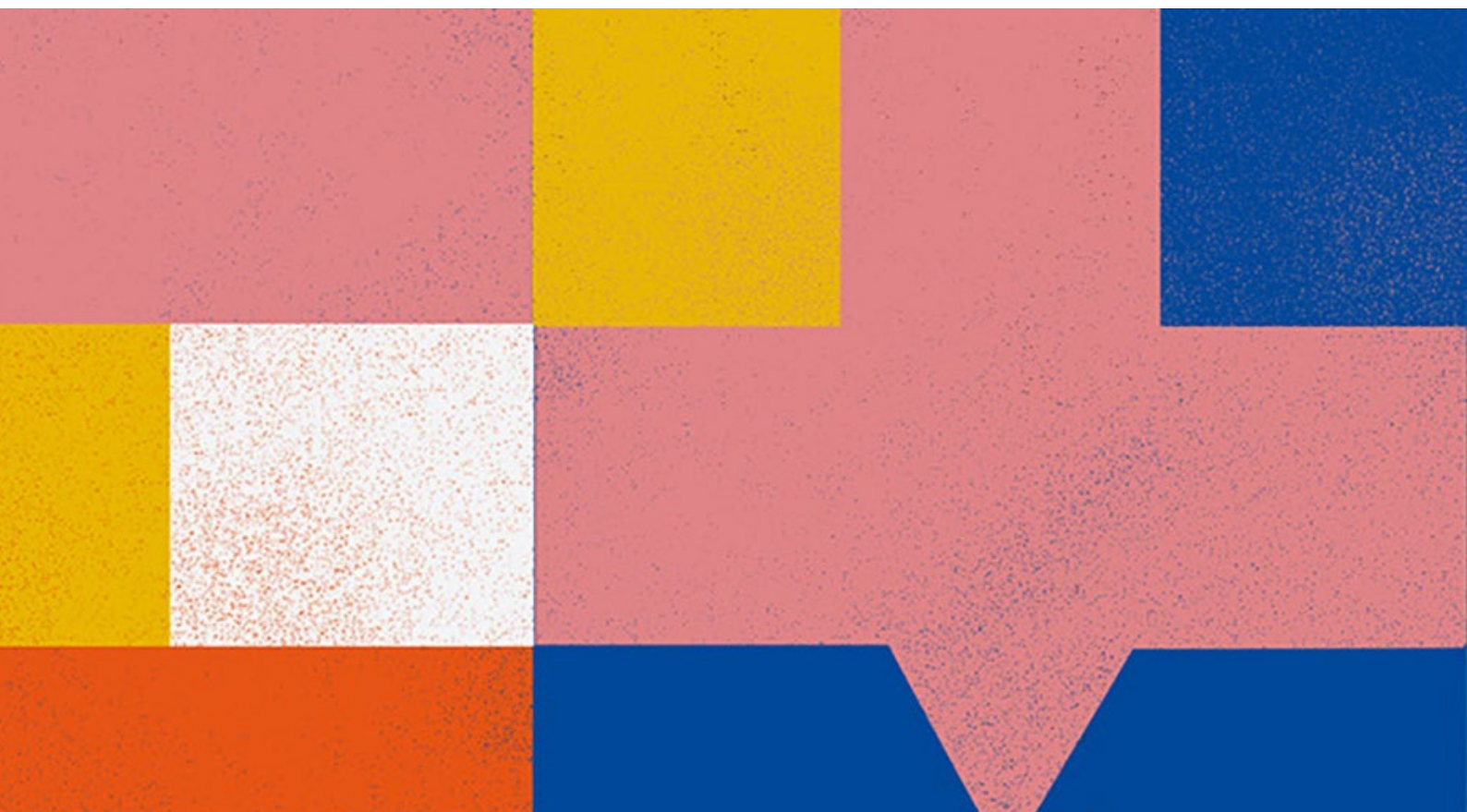
- Ćwiczenie 1. Gra „Słuchaj uważnie!”
- Ćwiczenie 2. Wspólne słuchanie
- Ćwiczenie 3. Od wspólnego czytania do wspólnego zabierania głosu

Lekcja 3. Festiwal praw dziecka

- Ćwiczenie 1. Nauka wspólnych okrzyków i piosenek
- Ćwiczenie 2. Tworzenie banerów i symboli pokojowego protestu
- Ćwiczenie 3. Planowanie festiwalu praw dziecka

Materiały pomocnicze

- Szablon liścia (s. 24)
- Zdjęcia z protestów (s. 25-27)
- Egzemplarze książki *Usłyszcie nasz głos* lub dostęp do jej wersji cyfrowej: <https://www.amnesty.org.pl/seenandheard/>



Lekcja 1.

Nasze prawo do zabierania głosu

Ta lekcja wprowadza osoby uczestniczące w temat protestu jako wyrazu troski, odwagi i kreatywności. Poprzez rozmowę, ruch i refleksję dzieci i młode osoby odkrywają, czym jest protest oraz jakie pokojowe formy może przyjmować. Dowiadują się, w jaki sposób wolność wyrażania opinii oraz wolność pokojowego gromadzenia łączą się, tworząc prawo do protestu. Pod koniec zajęć osoby uczestniczące zastanawiają się, jakie wartości i sprawy są dla nich ważne, oraz rozważają, w jaki sposób mogą wyrażać swoje stanowisko w duchu troski, sprawiedliwości i zmiany.



Cele edukacyjne

Ta lekcja wspiera osoby uczestniczące w:

- analizowaniu znaczenia pojęcia „protest” oraz rozpoznawaniu jego pokojowych i konstruktywnych form;
- zrozumieniu, że każda osoba ma prawo wyrażać swoje opinie oraz gromadzić się z innymi w sposób pokojowy;
- identyfikowaniu spraw i wartości, które są dla nich ważne, oraz refleksji nad tym, w jaki sposób mogą zabierać głos w ich obronie.



Materiały

- Duży arkusz papieru lub tablica do stworzenia mapy myśli
- Zdjęcia przedstawiające różne formy pokojowych protestów (s. 25-27)
- Szablon liścia (s. 24)
- Kartki z napisami „Zgadzam się” / „Nie zgadzam się” (lub wyznaczone dwie strony sali)
- Flamastry lub długopisy

Ćwiczenie 1.

Czym jest protest?

To ćwiczenie wprowadza osoby uczestniczące w znaczenie słowa „protest” i pomaga przełamać związane z nim negatywne skojarzenia. Poprzez rozmowę oraz analizę przykładów wizualnych dzieci i młode osoby odkrywają, że protest może być wyrazem troski, odwagi oraz stawania po stronie sprawiedliwości.



Czas

25 minut



Przebieg ćwiczenia krok po kroku

Rozpocznij od krótkiej rozgrzewki w formie rozmowy. Napisz na tablicy dużymi literami słowo „PROTEST”. Zapytaj: jakie słowa lub obrazy przychodzą wam do głowy, gdy słyszycie to słowo?

Zbierz odpowiedzi osób uczestniczących. Niektóre mogą powiedzieć „krzyk” lub „tłum ludzi”. Przyjmij wszystkie odpowiedzi bez oceniania i komentowania ich jako dobrych lub złych.

Wspólnie spróbujcie poszerzyć perspektywę. Wyjaśnij, że czasami protest wynika ze sprzeciwu wobec czegoś i złości. Może jednak odbywać się także w obronie czegoś, na czym nam zależy – np. sprawiedliwości, życzliwości, planety czy praw innych osób.

Zaznacz na tablicy pozytywne czasowniki, takie jak: troszczyć się, stawać w obronie, mówić, tworzyć, słuchać, dzielić się.

Zorganizuj małą „galerię”. Pokaż zdjęcia przedstawiające pokojowe protesty i zadaj poniższe pytania.

Co waszym zdaniem próbują przekazać osoby widoczne na zdjęciu?

Po czym poznajecie, że ten protest ma pokojowy charakter?

Które zdjęcie budzi w was nadzieję i dlaczego?

Zakończ ćwiczenie, podkreślając, że protest może przyjmować różne formy, ale za wszystkimi stoją osoby, którym na czymś zależy i które chcą wprowadzić zmianę. W pokojowych protestach wykorzystuje się głos i kreatywność, aby czynić świat bardziej sprawiedliwym.

Ćwiczenie 2.

Prawo do wspólnego zabierania głosu

To ćwiczenie pomaga osobom uczestniczącym zrozumieć, w jaki sposób wolność wypowiedzi i wolność pokojowych zgromadzeń współdziałają, tworząc i chroniąc prawo do protestu. Poprzez ruchową aktywność „Zgadzam się – nie zgadzam się” oraz wspólną refleksję dzieci i młode osoby ćwiczą formułowanie i wyrażanie własnych opinii, uważne słuchanie oraz identyfikowanie spraw, które są dla nich ważne.



Czas

25–30 minut



Przebieg ćwiczenia krok po kroku

- Napisz na tablicy następujące hasła:
 - „Wolność słowa → prawo do dzielenia się swoimi opiniami”;
 - „Wolność pokojowych zgromadzeń → prawo do spotykania się i wspólnego działania”;
 - „Wolność słowa + wolność pokojowych zgromadzeń = prawo do protestu”.
- Wyjaśnij, że te dwa prawa współdziałają, tworząc prawo do protestu. Kiedy ludzie mogą wyrażać swoje opinie i spotykać się w sposób pokojowy, mogą także bez obaw zabierać głos w imię sprawiedliwości i zmiany. Protest jest jednym ze sposobów korzystania z tych praw – dzięki niemu świat staje się bardziej sprawiedliwy dla wszystkich. Możesz odwołać się do sekcji *Prawo do protestu w pigułce* (s. 6).
- Oznacz dwie strony sali kartkami z napisami: „Zgadzam się” i „Nie zgadzam się”.
- Odczytuj kolejne zdania i proś osoby uczestniczące, by przechodziły na tę stronę sali, która odpowiada ich opinii.
 - Dzieci mają prawo protestować, gdy doświadczają niesprawiedliwości.
 - Tylko dorośli mogą protestować.
 - Protest zawsze wyraża się poprzez krzyk.
 - Uważne słuchanie również może być formą protestu.
 - Gdy ludzie łączą się w sposób pokojowy, ich głos jest silniejszy.
 - Cisza także może być formą protestu.
- Po każdym zdaniu krótko omów odpowiedzi. Zachęć osoby uczestniczące do wyjaśniania swojego stanowiska i podkreśl, że mogą zmienić zdanie pod wpływem rozmowy.
- Opcjonalnie: zaprosz dzieci i młode osoby do wymyślenia własnych zdań, które chciałyby „przetestować” w grupie. Kontynuujcie zabawę.
- Zapytaj: w jakiej sprawie chcielibyście _chcielibyście zabrać głos? Co jest dla was na tyle ważne, że warto o tym mówić głośno?

Jeśli grupa pracowała wcześniej z materiałem *Ustysz mnie, zobacz mnie: kreatywne wprowadzenie do praw dziecka*, poproś osoby uczestniczące o zapisanie odpowiedzi na szablonie liścia, zaczynając od słów: „Zabrałbym _zabrałabym głos w sprawie...” lub „Stanąłbym _stanęłabym w obronie...”.
- Dodajcie liście do waszego Drzewa Praw Dziecka, aby pokazać, że publiczne zabieranie głosu może wspierać i wzmacniać prawa dziecka.
- Zakończ ćwiczenie krótką refleksją. Zachęć osoby uczestniczące do dokończenia jednego z poniższych zdań.
 - Protest może być pokojowy, gdy...
 - Protest pomaga ludziom, gdy...
 - Czuję odwagę, gdy...

Lekcja 2.

Twórczy protest w praktyce

Dzięki udziałowi w zajęciach dzieci i młode osoby odkrywają, że kreatywny protest to pokojowy i skuteczny sposób zabierania głosu na rzecz zmiany. Poprzez słuchanie, współpracę i ekspresję artystyczną uczestnicy i uczestniczki doświadczają, jak empatia i solidarność mogą rosnąć w siłę, gdy ludzie dzielą się swoimi historiami i nadziejami.

Podczas warsztatów osoby uczestniczące uczą się, że protest może się przejawiać na wiele sposobów (przemówienia, sztuki wizualne, ruch czy muzyka) oraz że twórcze działania mogą inspirować innych i wzmacniać wspólnotę.

Pod koniec zajęć młodzież wspólnie przekształca refleksje i rozmowy w działania artystyczne – pisanie wierszy, haseł, organizację przedstawienia lub inne formy wyrazu – które będą celebrować głos dzieci i ich prawa.

Jeśli chcesz pogłębić z grupą temat solidarności w działaniu, praw człowieka oraz roli sojusznika _sojuszniczki, możesz skorzystać ze scenariusza *Razem mamy siłę: solidarność na rzecz praw człowieka*, dostępnego na stronie: <https://www.amnesty.org.pl/seenandheard/>.



Cele edukacyjne

Ta lekcja wspiera osoby uczestniczące w:

- rozwijaniu umiejętności aktywnego, nieoceniającego słuchania oraz doświadczaniu, jak to jest być naprawdę wysłuchanym _wysłuchaną;
- analizowaniu, w jaki sposób empatia, uważne słuchanie i zabieranie głosu mogą budować solidarność oraz postawę sojusznika _sojuszniczki;
- wykorzystywaniu pokojowych i twórczych form protestu do komunikowania własnego stanowiska i podejmowania działań na rzecz zmiany;
- formułowaniu wspólnych nadziei i wizji bardziej sprawiedliwego świata w nawiązaniu do książki *Usłyszcie nasz głos*, która mówi o twórczych protestach młodych osób;
- tworzeniu i prezentowaniu własnych działań artystycznych (wierszy, haseł, piosenek) jako form kreatywnego protestu na rzecz praw dziecka.



Materiały

- Szablon liścia (s. 24)
- Notatnik i długopis dla każdej osoby uczestniczącej
- Duży arkusz papieru (np. papier do flipchartu)
- Urządzenie do odtwarzania muzyki
- Flamastry w różnych kolorach
- Pudełko (np. po butach) z otworem do głosowania
- Egzemplarze książki *Usłyszcie nasz głos* lub dostęp do jej wersji cyfrowej: <https://www.amnesty.org.pl/seenandheard/>

Ćwiczenie 1.

Gra „Słuchaj uważnie!”

To ćwiczenie pomaga osobom uczestniczącym rozwijać umiejętność uważnego, nieoceniającego słuchania oraz zastanowić się, w jaki sposób bycie naprawdę wysłuchanym_wysłuchaną buduje empatię i poczucie sprawczości. Pracując w parach – mówiąc i słuchając – dzieci uczą się doceniać perspektywę innych oraz wyrażać własne zdanie z większą pewnością. Następujące po rozmowie zadanie twórcze łączy świadomość emocjonalną z ekspresją artystyczną. Obie części ćwiczenia pokazują, że uważne słuchanie i mówienie z szacunkiem mogą być silnymi aktami solidarności oraz ważnymi elementami postawy sojusznika_sojuszniczki.



Czas

20–30 minut



Przebieg ćwiczenia krok po kroku

- Poproś osoby uczestniczące, aby dobrały się w pary (A i B). Przez 5 minut osoba A opowiada o wybranym problemie dotyczącym praw dziecka, który jest dla niej ważny. Osoba B słucha uważnie, nie przerywając. Po zakończeniu wypowiedzi osoba B może zadać trzy pytania, które pomogą jej lepiej zrozumieć i podsumować stanowisko partnera_partnerki.
- Następnie osoby w parach zamieniają się rolami i powtarzają ćwiczenie.
- Ponownie zbież grupę w kręgu i zaprosz słuchaczy_słuchaczki do podzielenia się tym, co usłyszeli od swoich partnerów_partnerek. Zainicjuj rozmowę o „supermocy” uważnego słuchania. Porozmawiajcie o tym, jak to jest być wysłuchanym_wysłuchaną bez oceniania i mieć poczucie, że nasze zdanie jest traktowane poważnie.

- Zapisz na tablicy słowa i wyrażenia, które pojawią się podczas rozmowy. Jeśli grupa pracowała wcześniej z materiałem *Usłysz mnie, zobacz mnie: kreatywne wprowadzenie do praw dziecka*, poproś osoby uczestniczące o zapisanie tych słów na szablonach liści i dodanie ich do klasowego Drzewa Praw Dziecka. Alternatywnie możecie wyeksponować je w sali jako Liście Zmiany.

Zadanie opcjonalne (w klasie lub jako praca domowa)

- Poproś osoby uczestniczące o napisanie wiersza, który będzie dotyczył związku między słuchaniem, zabieraniem głosu, byciem sojusznikiem_sojuszniczką a poczuciem sprawczości. Wiersz powinien zaczynać się i kończyć zdaniem: „Kiedy mój głos jest naprawdę słyszany...”.
- Wyjaśnij, że zapisane wcześniej słowa tworzą „paletę”, podobnie jak kolory, których artysta_artystka używa do malowania obrazu. Autor_autorka może wykorzystać tę paletę słów, aby wyrazić emocje i idee. Gdy autorka Sita Brahmachari pisze, korzysta z własnej palety kluczowych słów, takich jak: czas, rzeka praw, słyszeć, głos, mówić, ogród, siac, zbierać, wolność. Powstający tekst zawiera obrazy, metafory i barwy zaczerpnięte z tej palety.
- Zachęć osoby uczestniczące do zebrania własnych słów-kluczy – jak kolorów na paletce – i wykorzystania ich do napisania oraz zilustrowania własnego wiersza.
- Przykłady:
 - „Czuję się wolny_wolna”.
 - „Ktoś troszczy się o mnie”.
 - „Oczy pełne empatii”.
- Zachęć chętne osoby do przeczytania swoich wierszy na głos lub przepisania ich na nowe liście i dodania do Drzewa Praw Dziecka.



Ćwiczenie 2.

Wspólne słuchanie

To ćwiczenie pogłębia doświadczenie wspólnego słuchania i tworzenie poczucia wzajemnego rozumienia w grupie. Poprzez ruch, rozmowę i refleksję osoby uczestniczące odkrywają, jak indywidualne pomysły mogą nabierać siły, gdy są dzielone z innymi, oraz w jaki sposób takie wspólne idee mogą inspirować kreatywne pokojowe protesty.



Czas

40 minut



Przebieg ćwiczenia krok po kroku

Przygotowanie przestrzeni

- Jeśli grupa pracowała wcześniej z materiałem *Ustysz mnie, zobacz mnie: kreatywne wprowadzenie do praw dziecka*, zgromadźcie się wokół Drzewa Praw Dziecka.
- Jeśli realizujecie to ćwiczenie niezależnie, przygotuj ekspozycję Liści Zmiany, korzystając z szablonu liścia – mogą to być kartki z zapisanymi słowami, hasłami i zdaniami wyrażającymi nadzieje oraz pomysły osób uczestniczących z poprzedniego ćwiczenia.
- Przypomnij, że pokojowy protest jest jednym ze sposobów dzielenia się nadziejami i pomysłami poprzez wspólne uważne i twórcze zastanawianie się nad tym, jak wprowadzać daną zmianę.

Wybór liści

Poproś każdą osobę uczestniczącą o wybranie pięciu liści autorstwa innych osób – takich, które ją poruszają i które dotyczą spraw, które ona również uważa za ważne oraz które chciałaby zmienić w swojej szkole, społeczności lokalnej lub na świecie.

Stworzenie sprzyjającej atmosfery

Włącz spokojną muzykę w tle. Przesuń ławki na boki, aby stworzyć otwartą przestrzeń – coś w rodzaju małego „targu pomysłów”, gdzie można się swobodnie poruszać, spotykać i wymieniać ideami.

Ruch i rozmowa

- Wyjaśnij, że podczas gdy gra muzyka, osoby uczestniczące poruszają się swobodnie po sali, czytają na głos wybrane liście i rozmawiają o nich.
- Gdy muzyka się zatrzyma, poproś uczestników_uczestniczki, aby utworzyli pięcioosobowe grupy z osobami stojącymi najbliżej i podzielili się tym, co ich zainspirowało.



- Zachęcaj do naturalnych rozmów, np.:
 - Masz mój liść!
 - Podobało mi się, jak napisałeś _napisałaś o powstrzymaniu przemocy.
 - Wybrałem _wybrałam coś podobnego do ciebie.
 - Powinniśmy coś z tym zrobić!
- Zaprosz grupy do refleksji nad kreatywnym protestem. Zachęć, aby zastanowiły się, jak te pomysły mogłyby stać się pokojowymi i twórczymi formami protestu – np. poprzez sztukę, happening, wiersz, piosenkę czy kampanię informacyjną.
- Gdy muzyka znów zacznie grać, osoby uczestniczące ponownie poruszają się po sali i przy kolejnym zatrzymaniu tworzą nowe grupy – tym razem z osobami, z którymi jeszcze nie rozmawiały. Kontynuuj, aż dojdzie do kilku znaczących wymian pomysłów.

Zbieranie tematów

- Zbierz całą grupę. Rozłóż na podłodze duży arkusz papieru (lub wykorzystaj ścianę) i poproś osoby uczestniczące o zapisanie głównych kwestii, w sprawie których chcą zabierać głos i które chciałyby zmienić.
- Porozmawiajcie o tym, w jaki sposób młode osoby mogą wykorzystać pokojowy protest, aby ich głos został usłyszany. Zastanówcie się nad możliwymi wyzwaniem i wspólnie poszukajcie rozwiązań. Na przykład: „Co, jeśli chcemy zorganizować takie działanie w czasie lekcji? Z kim powinniśmy to omówić?”.
- Wyeksponujcie w sali powstały Zwój Zmiany. Może on się stać wizualną mapą do planowania przyszłego wydarzenia lub projektu.

Wymyślamy nazwę festiwalu

- Poproś osoby uczestniczące, aby w małych, pięcioosobowych grupach zaproponowały nazwy dla festiwalu praw dziecka, które będą odzwierciedlać najważniejsze dla nich idee i tematy.
- Zachęć do wymyślania nazw celebrujących kreatywność dzieci i młodych osób oraz ich prawo do zabierania głosu – takich, które pokażą, że protest może być pokojowy, twórczy i pełen nadziei.
- Każda grupa wybiera swoją najlepszą propozycję, zapisuje ją na Zwoju Zmiany i krótko przedstawia klasie, wyjaśniając, dlaczego będzie ona oddawać ducha akcji.

Głosujemy na nazwę festiwalu

- Zorganizuj głosowanie, wykorzystując pudełko (np. po butach) z otworem jako urnę wyborczą. Jeśli grupa pracowała wcześniej z materiałem *Usłysz mnie, zobacz mnie: kreatywne wprowadzenie do praw dziecka*, możecie wykorzystać w tym celu przygotowany już domek dla ptaków.
- Powiedz, że każda osoba może zagłosować na dowolną nazwę – niekoniecznie tę zaproponowaną przez jej grupę. Porozmawiajcie o tym, dlaczego ważne jest, aby każdy mógł swobodnie podjąć decyzję.
- Wspólnie policzcie głosy i ogłoście zwycięską nazwę.

Zadanie domowe (opcjonalne)

- Poproś osoby uczestniczące o przeczytanie w domu wiersza *Usłyszcie nasz głos*. Zachęć wszystkich do przeczytania go na głos komuś dorosłemu z rodziny lub społeczności i opowiedzenia o własnej aktywności związanej z prawami dziecka.
- Wyjaśnij, że wiele dorosłych osób może nie wiedzieć, że istnieją prawa dotyczące szczególnie dzieci, a wiersz może stać się punktem wyjścia do ważnej rozmowy na ten temat.

Ćwiczenie 3.

Od wspólnego czytania do wspólnego zabierania głosu

W tym ćwiczeniu osoby uczestniczące odkrywają wiersz *Usłyszcie nasz głos* Sity Brahmachari jako akt zbiorowego kreatywnego protestu. Poprzez wspólne czytanie, refleksję i twórczość dzieci i młode osoby doświadczają, jak poezja, sztuka i współdzielona ekspresja mogą wzmacniać głos młodych ludzi oraz stawać się pokojowym i skutecznym sposobem stawania w obronie praw dziecka.



Czas

45–50 minut



Przebieg ćwiczenia krok po kroku

- Przeczytaj wiersz *Usłyszcie nasz głos* – utwór, który powstał z uważnego słuchania i który oddaje klimat twórczego protestu młodych osób.
- Wyjaśnij, że ten wiersz i towarzyszące mu ilustracje wyrażają głosy ponad 600 dzieci i młodych osób z ponad 50 krajów mówiących w wielu różnych językach.
- Jeśli pozwala na to czas, zajrzyjcie na stronę projektu (www.seenandheardproject.eu) i przyjrzyjcie się wybranym wypowiedziom młodych osób, które współtworzyły projekt.
- Opowiedz, że autorka Sita Brahmachari (za pomocą słów) oraz ilustrator Chris Riddell (za pomocą rysunku) stworzyli to dzieło jako akt kreatywnego protestu, wsłuchując się w marzenia, obawy i pomysły młodych ludzi oraz przekształcając je w sztukę, która zabiera głos w obronie praw dziecka.

Podsumowanie i rozmowa

- Poproś osoby uczestniczące, aby streściły wiersz w 10 słowach. Następnie spróbujcie wspólnie połączyć te słowa w jedno krótkie zdanie – takie, które mogłoby się znaleźć na tylnej okładce książki.

- Zaproś do dyskusji:
 - W jaki sposób wiersz, film, nagranie wideo czy dzieło sztuki mogą się stać aktami kreatywnego protestu?
 - Jak dorośli, którzy uważnie słuchają dzieci i młodych osób oraz współpracują z nimi, mogą praktykować kreatywny protest?
- Zapisz pomysły i refleksje na tablicy.
- Zadaj pytania pogłębiające:
 - Jak to jest czytać na głos razem jako grupa?
 - Jak to jest wspólnie zabierać głos?
 - Czym różni się to doświadczenie od mówienia w pojedynkę?

Pięciominutowa zabawa z hasłem

- Poproś osoby uczestniczące, aby w pięcioosobowych grupach wybrały jeden zapadający w pamięć fragment wiersza *Usłyszcie nasz głos*. Wykorzystując go jako inspirację, stwórzcie własną paletę słów i napiszcie nową zwrotkę rozpoczynającą się od słów: „Kiedy zabieramy razem głos...”.
- Zachęć grupy do zaprezentowania swoich zwrotek. Zbierzcie wszystkie wersy i połączcie je w klasowy wiersz, hasło lub piosenkę. Zwróć uwagę grupy na powtarzające się słowa i idee (np. wolność, odwaga, życzliwość) i wyjaśnij, że powtórzenia ułatwiają wspólne wypowiedanie tekstu.

Przykład:

Kiedy zabieramy razem głos,
nasza pieśń jest głośna, prawdziwa i silna!

- Wyjaśnij, że gdy Sita Brahmachari pisała *Usłyszcie nasz głos*, wyobrażała sobie ten tekst jako piosenkę. Korzystała z „palety” kluczowych słów, takich jak: czas, rzeka praw, słyszeć, głos, mówić, ogród, siał, zbierać. Tak powstał refren (przeczytaj go na głos):

Ruszamy wraz nad Rzekę Praw,
nad rzekę, która płynie przez każdą i każdego z nas,
rzekę, która niesie marzenia i sny
ponad jednej czwartej ludzkości...

- Poproś osoby uczestniczące, aby inspirując się wierszem, stworzyły własną paletę słów i obrazów.
- Następnie, wykorzystując tę paletę, napiszcie krótki wiersz, piosenkę lub hasło wyrażające to, co jest dla was ważne – jako wasz własny akt kreatywnego protestu.
- Zachęć osoby uczestniczące do ustalenia prostych gestów lub ruchów, które będą towarzyszyć utworowi, i wykonajcie go wspólnie jako celebrację głosu dzieci i ich praw.



Lekcja 3.

Festiwal praw dziecka

Ta lekcja daje osobom uczestniczącym możliwość zaplanowania i zorganizowania autorskiego festiwalu praw dziecka – wydarzenia celebrującego naukę, kreatywność i wspólne działanie. Może zostać zrealizowana jako rozbudowany projekt uczniowski lub jako pojedyncze działanie podsumowujące wcześniejsze zajęcia.

Nawiązując do tematów słuchania, empatii i pokojowego protestu, dzieci i młode osoby wspólnie przekształcają swoje pomysły w piosenki, banery i występy, które wyrażają ich nadzieje na zmianę.

Poprzez współpracę i grupowe podejmowanie decyzji osoby uczestniczące doświadczają, jak kreatywny protest może wzmacniać wspólnotę i realnie dawać młodym ludziom głos. Zwieńczeniem lekcji może być organizacja wydarzenia dla społeczności szkolnej lub lokalnej w celu wspólnego świętowania praw dziecka.



Cele edukacyjne

Ta lekcja wspiera osoby uczestniczące w:

- zaprojektowaniu wydarzenia celebrującego prawa dziecka;
- doświadczeniu tego, że kreatywny protest może przyjmować różne formy, takie jak muzyka, sztuka, happening czy inne wspólne działania;
- rozwijaniu umiejętności planowania, pracy zespołowej i komunikacji przy jednoczesnym ćwiczeniu krytycznego myślenia oraz wspólnego podejmowania decyzji;
- refleksji nad celem pokojowego protestu i jego rolą w budowaniu wspólnoty;
- dzieleniu się efektami swojej pracy oraz swoim zdaniem ze społecznością szkolną lub lokalną.



Materiały

- Egzemplarze książki *Usłyszcie nasz głos* lub dostęp do jej wersji cyfrowej <https://www.amnesty.org.pl/seenandheard/>
- Papier plakatowy, karton lub materiał z recyklingu (do przygotowania banerów)

- Farby, flamastry, sznurek, patyki, taśma klejąca lub inne materiały plastyczne
- Urządzenie do odtwarzania muzyki (do prób i występów)
- Aparat fotograficzny lub telefon do udokumentowania wydarzenia
- Duży arkusz papieru do stworzenia klasowej mapy planowania
- Opcjonalnie: niewielki budżet na materiały plastyczne i dekoracyjne

Ćwiczenie 1.

Nauka wspólnych okrzyków i piosenek

W tym ćwiczeniu młodzi ludzie uczą się nawzajem stworzonych przez siebie haseł lub piosenek, co wzmacnia ich pewność siebie oraz umiejętność współpracy. Grupowe wykonywanie tych form pogłębia poczucie wspólnego celu, które stoi za pokojowym artystycznym protestem.



Czas

40 minut



Przebieg ćwiczenia krok po kroku

- Poproś osoby uczestniczące, aby pozostały w pięcioosobowych grupach utworzonych podczas wcześniejszych zajęć. Poproś każdą grupę o powrót do hasła, przyspiewki lub piosenki, które wcześniej stworzyła.
- Zachęć grupy do wspólnej próby – dopracowania rytmu i płynności oraz ustalenia gestów lub prostych ruchów, które wzmocnią przekaz.
- Poproś każdą grupę, by wyjaśniła znaczenia swojego utworu: jakiego prawa dotyczy i jaką zmianę chce wyrazić lub zaproponować.
- Następnie zaproś grupy, by nauczyły swojego utworu pozostałe osoby w klasie.
- Pod koniec ćwiczenia cała klasa powinna znać ok. pięciu–sześciu haseł lub piosenek.
- Zaplanujcie czas na wspólną próbę, aby wzmocnić poczucie pewności siebie przed występem podczas festiwalu praw dziecka.



Ćwiczenie 2.

Tworzenie banerów i symboli pokojowego protestu

To ćwiczenie pomaga osobom uczestniczącym przekształcić ich pomysły w wizualne formy kreatywnego protestu. Wspiera współpracę i ekspresję artystyczną, łącząc twórczość z działaniem na rzecz praw i wartości, które są dla nich ważne.



Czas

40 minut (lub dłużej – jeśli osoby uczestniczące będą chciały rozwinąć działanie)



Przebieg ćwiczenia krok po kroku

- Poproś osoby uczestniczące, aby kontynuowały pracę w swoich grupach. Każda grupa wybiera jeden temat lub obszar, który jest jej szczególnie bliski.
- Porozmawiajcie o tym, że prawo do pokojowego protestu jest w wielu krajach formalnie chronione, choć bywa też podważane lub ograniczane. Zastanówcie się, w jaki sposób sztuka może pomagać wyrażać to prawo w sposób odpowiedzialny i dosadny.
- Zachęć grupy do stworzenia krótkiego, chwytliwego hasła na baner – takiego, które mogłoby wybrzmieć podczas szkolnej parady lub festiwalu praw dziecka.
- Zachęć do eksperymentowania z formą: używania dużych liter, intensywnych kolorów oraz symboli, które coś wyrażają (np. świeca, otwarta dłoń, serce).
- Udostępnij materiały z recyklingu (karton, stare tkaniny lub prześcieradła) i pomóż osobom uczestniczącym przygotować proste banery, wykorzystując patyki lub inne bezpieczne elementy konstrukcyjne.
- Wyeksponuj gotowe banery w klasie lub przygotuj je do użycia podczas szkolnej parady.



Ćwiczenie 3.

Planowanie festiwalu praw dziecka

To ćwiczenie łączy doświadczenia i wnioski z wszystkich poprzednich lekcji, prowadząc osoby uczestniczące przez proces zaplanowania rzeczywistego lub symulowanego wydarzenia społecznego, które celebruje głos dzieci i ich prawa.



Czas

1–2 lekcje lub jako projekt realizowany przez część semestru



Przebieg ćwiczenia krok po kroku

- Rozpocznij od rozmowy na forum klasy.
 - Jak chcielibyście, aby ludzie czuli się podczas waszego festiwalu?
 - Jakie cele chcecie osiągnąć (np. zwiększenie świadomości, zebranie środków, zintegrowanie społeczności)?
- Wyjaśnij, że wydarzenie będzie świętem kreatywnego protestu i okazją do podzielenia się z innymi tym, czego klasa nauczyła się o prawach dziecka poprzez sztukę, poezję, muzykę i inne działania.
- Przeprowadź klasowy „przeгляд talentów”: poproś każdą osobę o wskazanie czegoś, co lubi robić lub w czym czuje się dobrze (np. rysowanie, pieczenie, pisanie, projektowanie, nagrywanie filmów).
- Powołaj zespół planujący i rozdziel role, takie jak: komunikacja, promocja, scenografia, program, logistyka itp.
- Każda grupa bierze odpowiedzialność za jeden obszar i przygotowuje plakat lub krótką prezentację przedstawiającą jej pomysły i plan działania.
- Następnie wspólnie stwórzcie duży plakat z nazwą wydarzenia, hasłem przewodnim oraz proponowaną datą.
- Zachęć osoby uczestniczące do burzy pomysłów nad aktywnościami, które mogą się stać częścią wydarzenia, np.:
 - prezentacja Drzewa Praw Dziecka (wykorzystajcie istniejące drzewo z materiału *Ustysz mnie, zobacz mnie: kreatywne wprowadzenie do praw dziecka* lub stwórzcie nowe);
 - parada z hasłami i banerami;
 - wspólne czytanie wiersza *Ustyszcie nasz głos*;
 - kącik poetycki lub opowieści;
 - wystawa prac plastycznych lub „ściana graffiti”;
 - gra terenowa o prawach dziecka;

- stoiska charytatywne (np. kiermasz ciast, quiz, loteria);
 - wspólne sadzenie roślin lub działania ogrodnicze.
- **Opcjonalnie:** włącz spokojną muzykę w tle i zaprosz dzieci do narysowania symbolu pokojowego protestu – takiego, który wyraża troskę i odwagę (np. serce, świeca, dłoń, kwiat). Wyeksponujcie te prace obok Drzewa Praw Dziecka, tworząc Ogród Pokojowego Protestu będący jednym z elementów festiwalu.
 - Jeśli pozwala na to czas, zajrzyjcie do materiałów dodatkowych lub na stronę projektu (www.seenandheardproject.eu), aby się zainspirować.
 - Poproś osoby uczestniczące o głosowanie nad ostatecznym programem wydarzenia i wspólne dopracowanie harmonogramu.
 - Wesprzyj grupy w przygotowaniu zaproszeń, plakatów lub elektronicznych ogłoszeń dla rodzin i społeczności szkolnej.
 - Zachęć wszystkich do udokumentowania festiwalu (zdjęcia, krótkie nagrania, cytaty) i zrelacjonowania go na stronie projektu Seen and Heard jako święta wspólnej pracy i zaangażowania

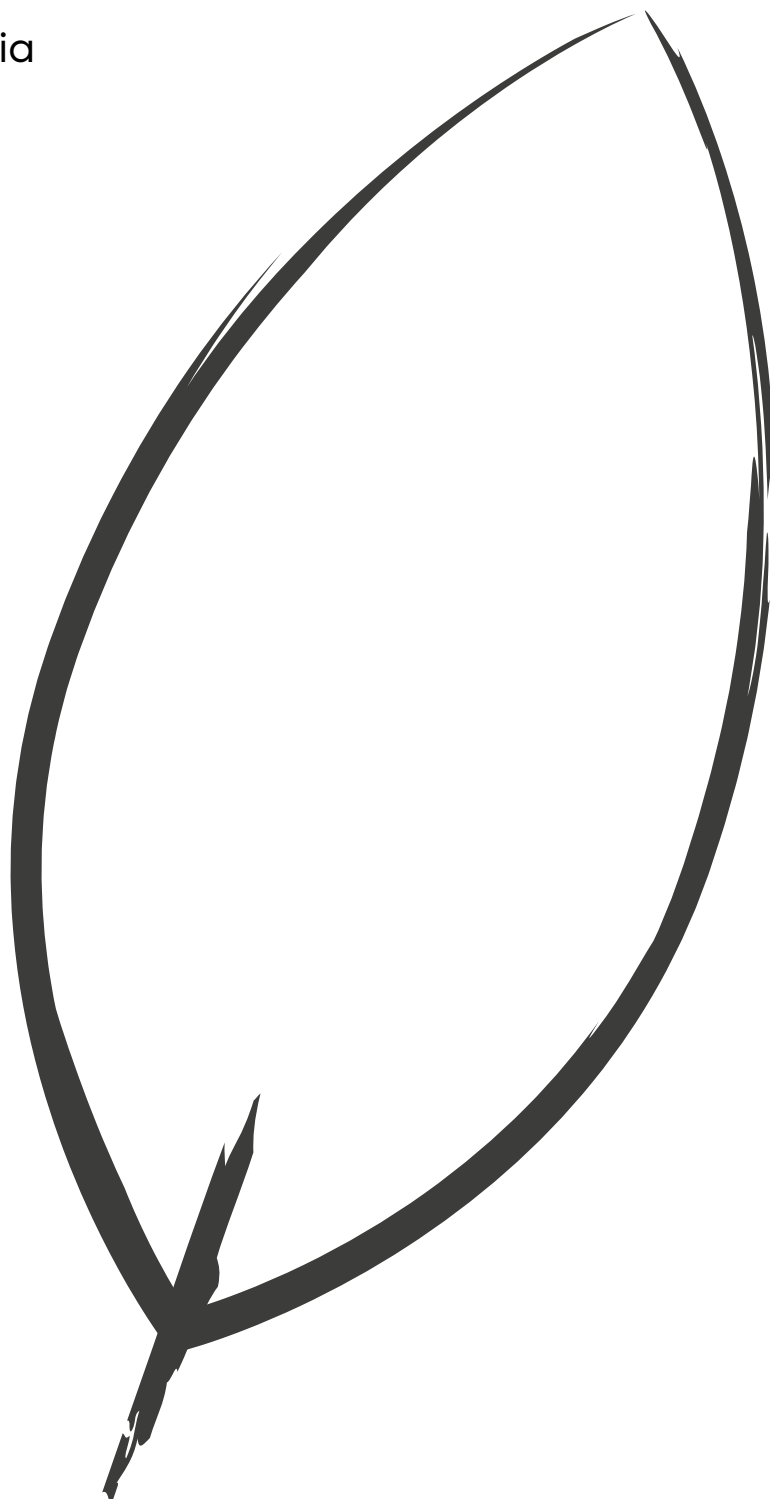
Rozszerzenie

- Zachęć osoby uczestniczące, by porozmawiały o festiwalu z rodziną oraz by zaprosiły bliskich do współtworzenia wydarzenia – poprzez udział, pomoc w przygotowaniach lub podzielenie się własnymi talentami i pomysłami.
- Przypomnij, że festiwal jest pokojową i radosną formą wyrażenia głosu dzieci, ich kreatywności i praw – przykładem kreatywnego protestu.
- Po zakończeniu wydarzenia zorganizuj spotkanie podsumowujące z udziałem społeczności szkolnej. Zastanówcie się wspólnie:
 - co się udało;
 - co można byłoby zrobić inaczej;
 - jaki wpływ miał festiwal na osoby uczestniczące i na społeczność.
- Omówcie rezultaty podczas szkolnego apelu lub w innej formie dostępnej dla całej szkoły. Wypiszcie konkretne efekty i zmiany, które przyniósł festiwal – zarówno dla poszczególnych osób, jak i dla wspólnoty.
- Zastanówcie się wspólnie: czy festiwal stał się impulsem do dalszych działań? Co może być kolejnym krokiem?



Materiały pomocnicze do ćwiczeń

Szablon liścia



Zdjęcia z protestów

Zdjęcie 1. Protest na rzecz solidarności z Palestyńczykami w Hadze, 15 czerwca 2025 r.
© ANP/AFP via Getty Images



Zdjęcie 2. Marsz Taiwan Pride z 24 października 2025 r. w Parku 228 w Tajpej.
© Amnesty International Taiwan



Zdjęcie 3. Demonstracja na rzecz wolności wypowiedzi, równości i sprawiedliwości społecznej w Los Angeles, grudzień 2020 r. © Pexels / RODNAE Productions



Zdjęcie 4. Czuwanie przy świecach w Poznaniu w 2024 r., podczas którego wzywano do zawieszenia broni w Gazie. © Amnesty International Polska



Zdjęcie 5. Młodzi aktywiści i aktywistki klimatyczni podczas marszu przeciwko zmianie klimatu.
© 2023 Jacob Lund / Shutterstock

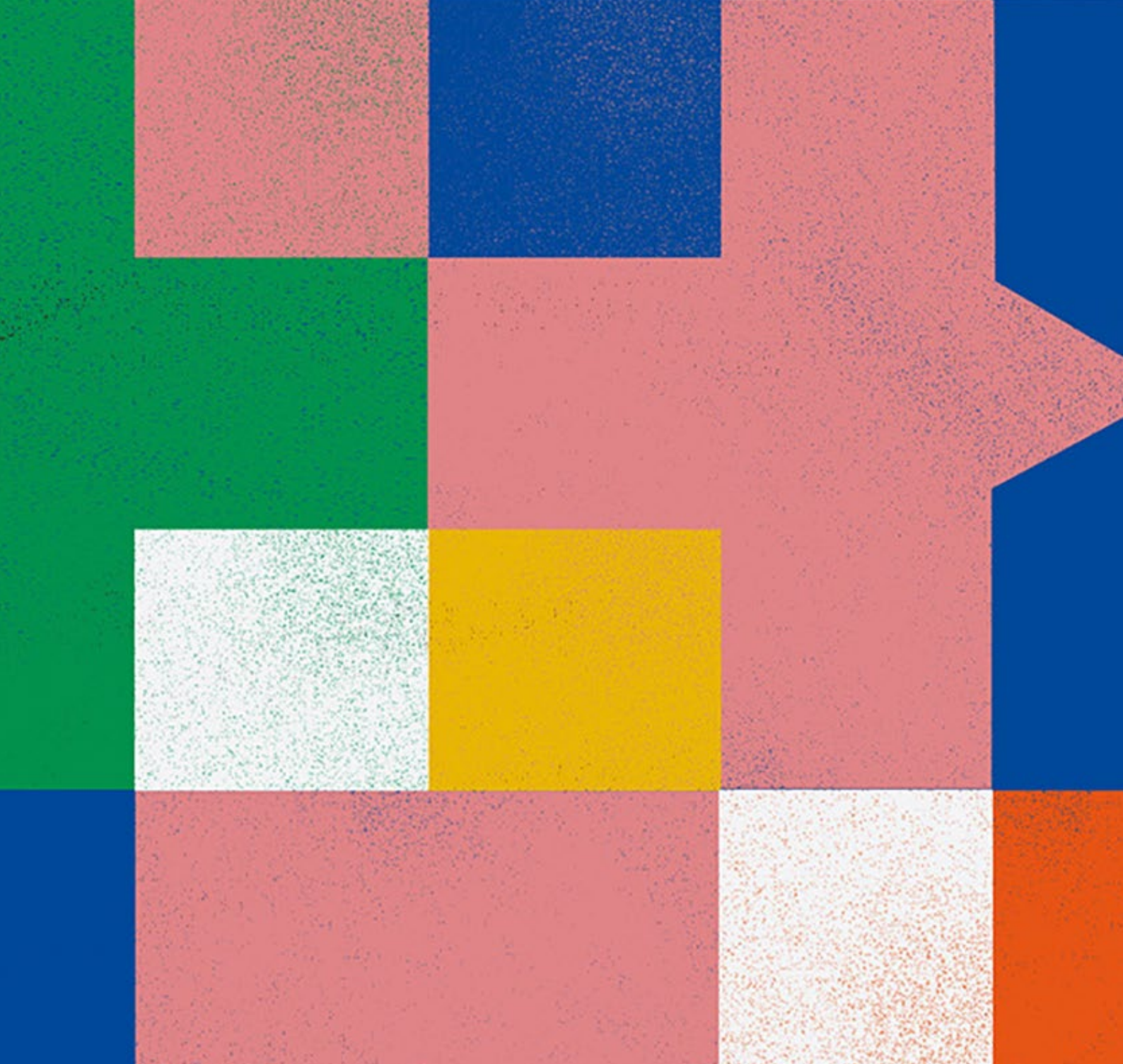


Zdjęcie 6. Rysunki dzieci ze Szkoły Podstawowej im. Wincentego Manierskiego w Jedliczu nawołujące do pokoju. © Szkoła Podstawowa im. Wincentego Manierskiego w Jedliczu



Dodatkowe materiały i inspiracje

- Amnesty International, *Wprowadzenie do praw człowieka* (kurs e-learningowy), academy.amnesty.org
- Amnesty International, *Prawo do protestu* (kurs e-learningowy), academy.amnesty.org
- Amnesty International, *Szanuj moje prawa, szanuj moją godność*, moduł 4: *Prawa uchodźców, uchodźczyń, migrantów i migrantek*, 2018, https://www.amnesty.org.pl/wp-content/uploads/2019/09/Amnesty_modul-4-prawa-uchodzcow-uchodzczyzn.pdf
- Amnesty International, *Pomocnik dydaktyczny. O migracjach, prawach człowieka i zrównoważonym rozwoju*, 2019, <https://www.amnesty.org.pl/wp-content/uploads/2019/03/POMOCNIK-DYDAKTYCZNY-o-migracjach-prawach-czlowieka-i-zrownowazonym-rozwoju.pdf>
- Amnesty International, *Przepis na akcję – przewodnik dla młodzieży*, 2025, <https://www.amnesty.org.pl/wp-content/uploads/2025/06/Przepis-na-akcje-przewodnik-dla-mlodziezy.pdf>
- Amnesty International, *Twój głos ma moc. Podręcznik do pracy z młodzieżą*, 2022, <https://www.amnesty.org.pl/wp-content/uploads/2023/04/Twoj-glos-ma-moc-podrecznik-do-pracy-z-mlodzieza.pdf>
- Amnesty International, Angelina Jolie, Geraldine Van Bueren, *Poznaj swoje prawa i broń ich: przewodnik dla młodych*, Grupa Wydawnicza Foksal, 2023
- Sita Brahmachari, *Artichoke Hearts*, Macmillan Children's Books, 2011
- Sita Brahmachari, *Phoenix Brothers*, Oxford University Press, 2025
- Sita Brahmachari, *Red Leaves*, Macmillan Children's Books, 2014
- Sita Brahmachari, Chris Riddell, *Usłyszcie nasz głos*, Walker Books, 2026
- Nicky Parker, Amnesty International, *These Rights Are Your Rights: An Empowering Guide for Children Everywhere*, Andersen Press, 2024
- *Seen and Heard: Young People's Voices and Freedom of Expression* – projekt współfinansowany przez Unię Europejską dotyczący wolności wypowiedzi młodych ludzi, www.seenandheardproject.eu.



Publikacja została wydana w ramach projektu *Seen and Heard: Young People's Voices and Freedom of Expression* współfinansowanego przez Unię Europejską. Więcej informacji: <https://seenandheardproject.eu/>.

Projekt jest prowadzony przez Uniwersytet Maltański i współfinansowany przez Unię Europejską. Wyrażone w nim poglądy i opinie należą jednak wyłącznie do autorów i niekoniecznie odzwierciedlają poglądy i opinie Unii Europejskiej.

