



Gorzowski Hufiec Harcerek „Polana”
Kapituła Wędrowniczki „Przełęcz”

**PRAGNĘ MIEĆ DOM NA PRZEŁĘCZY, TEJ NIEWIADOMEJ NIKOMU, GDZIEŚ POD KSIĘŻYCEM, POD TĘCZĄ
CZEKASZ NA MNIE MÓJ DOMU...**

Przełęcz – poprzeczne obniżenie przebiegu grzbietu górskiego między sąsiednimi szczytami.

Twoja harcerska droga, zdobywanie kolejnych stopni jest podobna do górskiej wędrówki na szczyt, zaczynasz spod szczytu, małymi krokami przemierzasz doliny, przeskakujesz kamyki, przecinasz strumienie, wdrapujesz się po skałach, kierujesz się drogowskazami, wkraczasz na różne ścieżki. Teraz dotarłaś aż do przełęcz, z której widzisz już ten upragniony szczyt, cel swojej drogi. Z przełęcz jest już do niego bardzo blisko, jest na wyciągnięcie Twojej ręki, razem z nami stań mocno na tej przełęcz, zbuduj tutaj swój dom oparty na mocnych fundamentach, nabierz sił i umiejętności niezbędnych do pokonania tego ostatniego kawałka trasy pod górę gdzie zobaczysz cel swojej drogi ☺

WYMAGANIA

1. **Poszerzanie swojej świadomości religijnej, osobistego świadectwa wiary i poszukiwanie miejsca we wspólnocie chrześcijańskiej**

„Mój Boże o nic Cię nie proszę. Zamknij jeśli chcesz wszystkie drzwi i okna. Zostaw tylko otwarte to małe okienko na ogród świata, żebym mogła go podziwiać, żeby zapach kwiatów mógł dojść aż do małego pokoju, który mi przeznaczyłeś...”

<ks. Jaszczurki>

Zdobywanie wędrówki to często czas stawiania sobie bardzo ważnych, często fundamentalnych pytań związanych z wchodzeniem w dorosłość. Stopień ma pomóc wędrowniczce w poszukiwaniu odpowiedzi na te pytania poprzez uczestnictwo w różnych formach duszpasterskich, rozmowy, lektury. To czas uświadamiania, że wiara, podobnie jak inne sfery naszego życia, dojrzewa i nie jest tylko naszą prywatną sprawą, a aktywnym uczestnictwem w życiu Kościoła, do którego należymy.

Propozycje zadań: rekolekcje, dni skupienia, pielgrzymka, wyprawa do sanktuarium, udział w wybranej wspólnocie duszpasterskiej, spotkania formacyjne itp...

Pytania pomocnicze:

- Na jakim swoim rozwoju duchowego jestem? Czy jestem osobą wierzącą i praktykującą?
- Czy mój system wartości pokrywa się z wiarą chrześcijańską? W jakim stopniu? Co wzbudza moje wątpliwości?
- Jaki jest mój stosunek do aktualnych kwestii społecznych dotyczących kwestii wartości (jak np. zakaz aborcji, związki homoseksualne). Dlaczego tak uważam? Czy moja wiedza na ten temat jest wystarczająca do zajęcia stanowiska? Czy znam poglądy przeciwników i zwolenników danego stanowiska?
- Czy mam swoje miejsce we wspólnotie Kościoła? Czy mam swojego stałego spowiednika?
- Czy brałam udział w rekolekcjach, dniach skupienia itd? Czy chciałabym wziąć w nich udział?
- Czy biorę udział w lekcjach religii? Co mnie skłoniło do podjęcia decyzji na tak lub nie?
- Czy mam za sobą sakrament bierzmowania? Czy mam zamiar wziąć ślub kościelny?

2. Kształtowanie postawy chrześcijańskiej miłości

„Daj nam prawdziwe miłosierdzie. To które przychodzi ciepłe z naszych serc, które dochodzi ciepłe jeszcze do innych serc. Nie miłosierdzie z grzeczności, nie to, które wyraża się w słowach...”

<ks. Jaszczurki>

Miłość chrześcijańska to nieustanne, bezinteresowne dawanie siebie innym. Aby dać, trzeba najpierw posiadać, być świadomym swoich mocnych i słabych stron, swoich talentów ograniczeń. Harcerka, zdobywając stopień wędrowniczki, dąży do panowania nad sobą, poświęca innym swoją uwagę, czas, umiejętności, wiedzę i modlitwę, ale nie traci jednocześnie siebie.

Propozycje zadań: zadanie to łączy się z poprzednim i zadaniem dotyczącym służby, może wiązać się także z pracą nad konkretną cechą/problemem harcerki
--

Pytania pomocnicze:

- Jak jestem widziana jako harcerka i chrześcijanka przez znajomych, w swoim otoczeniu? Czy ten obraz jest spójny? Czy mam odwagę w każdej sytuacji być wierna swoim ideałom?
- Czy jestem świadoma swoich mocnych i słabych stron?
- Czy mam z kim porozmawiać na nurtujące mnie pytania? Czy mam kogoś, kto jest dla mnie autorytetem?
- W jaki sposób radzę sobie w trudnych sytuacjach? Czy mam narzędzia, strategię i sposoby reagowania w trudnych momentach?
- Czy nie biorę na siebie zbyt dużo zadań? Czy potrafię znaleźć balans między obowiązkami a czasem dla siebie? Jak wypoczywam? Czy nie marnuję czasu, który mógłby być przeznaczony na wypoczynek? Czy rozpoznaję momenty, w których ciało pokazuje mi, że potrzebuje odpoczynku?

3. Budowanie wrażliwości na piękno otaczające człowieka w świecie i dążenie do poznania jego źródeł

„Być dziełem sztuki... Czymś co się wznosi jak dźwięk dzwonów, czymś, co daje ukojenie jak niebo gwiaździste. Czymś, co grzeje jak słońce, czymś, co raduje jak polny kwiat lub małe żyjące stworzenie...”

<ks. Jaszczurki>

Harcerka, zdobywając stopień wędrowniczki, uczy się odkrywać piękno w przyrodzie, sztuce i innych ludziach. Uczy się określania własnych kryteriów wyboru tej czy innej książki, filmu, dzieła sztuki, trasy

wędrówki. Umie zatrzymać się w Życiu albo na szlaku po to, by patrzeć, podziwiać. Doświadcza wartości kontemplowania piękna w otaczającym świecie i poszukiwania jego Źródeł.

Propozycje zadań: Przeczytanie wybranej książki/ obejrzenie filmu i poprowadzenie dyskusji na nocy filmowej zztu, obejrzenie wybranej wystawy, stworzenie własnego dzieła artystycznego, wędrówka w poszukiwaniu piękna (może być połączona z próbą szlaku). Zadanie to należy udokumentować za pomocą zdjęć

Pytania pomocnicze:

- Czy jestem świadoma, co wzbudza mój zachwyty? Co mnie porusza? Co mnie inspiruje?
- Na jakiej zasadzie wybieram dane książki, filmy itd. Czego w nich szukam? Czym się kieruję?
- Czy daję sobie czas na zatrzymanie się i zachwyty? Czy i gdzie odnajduję piękno w swoim otoczeniu?
- Czy otaczam się pięknem w swojej codzienności, a może sama je tworzę?

4. Szacunek dla otaczającego świata, świadomość aktualnych zagrożeń i poszukiwanie wiedzy o ich źródłach

„Słuchać głosu życia w tym zagubionym kącie, gdzie ludzie ledwo się zatrzymują. Życia muchy, która się chwieje na trawie, życia żaby, która się kołysze na gładkim liściu kaczęńca. Życia ślimaków, które tkwią zwinęte na kamieniach. Słuchać, czuć, patrzeć, a potem podjąć marsz wzdłuż rzeki – aż do jej źródeł...”

<ks. Jaszczurki>

Wędrowniczką dostrzega związek między swoimi codziennymi działaniami a ich globalnym wpływem na środowisko. Stara się wcielać w życie zasady Życia w harmonii z przyrodą, buduje w sobie dobre odruchy oszczędzania zasobów planety, z których korzysta. Jej troska o środowisko naturalne przejawia się w codziennej rutynie dbania o zasoby: oszczędzaniu energii, jedzenia, wody itp.

Propozycje zadań: Zbiórka dla drużyny dotycząca ekologicznego stylu życia, akcja propagująca ekologiczny styl życia w szkole, poszerzenie swojej wiedzy z zakresu ekologii i zagrożeń dla środowiska naturalnego – artykuły, pozycje książkowe dotyczącego wybranego zagadnienia połączone z dyskusją, debatą itp.

Pytania pomocnicze:

- Czy wiem, jakie wyzwania ekologiczne stoją przed światem? Skąd biorę informację na ten temat?
- W jaki sposób przyczyniam się do dbania o środowisko? Czy rozpowszechniam informacje na temat dbania o planetę poza środowiskiem harcerskim? W domu, szkole?
- Czy angażuje się w akcje ratowania planety?(sprzątanie świata, itd.) Czy uczestniczę w nich regularnie czy sporadycznie? Czy zachęcam innych do angażowania się w te akcje?
- Czy mam świadomość, w jakim stopniu uczestniczę w zjawisku konsumpcjonizmu?

5. Świadomość aktualnych wyzwań stojących przed Polską, poszukiwanie swojego miejsca w życiu obywatelskim i kulturalnym

„Moja Ojczyzna... Chcę tak nazwać miasto, które znam, jego ulice, wieś którą przebiegałam wiele razy. To będzie trochę tej szkoły gdzie przez tyle lat zasiadałam przed pulpitem. To będą Ci wszyscy, których widuję

na co dzień – policjant, który spaceruje przed ratuszem, listonosz który nosił moje listy i mała handlarka jarzyn siedząca między kapustą i marchwią...”

<ks. Jaszczurki>

Zdobywanie stopnia wędrowniczki ma uruchomić w harcerce chęć aktywnego i świadomego uczestnictwa w Życiu publicznym – wspólnoty lokalnej, ale także w obrębie rodziny, znajomych, w szkole i na uczelni. Wędrowniczka zgłębia wiedzę z zakresu obecnych problemów natury społecznej, kulturalnej, ekonomicznej czy politycznej, uzupełnia luki, poszukuje aktywności w opisanej dziedzinie, wypracowuje swoje własne poglądy.

Propozycje zadań: poszerzanie wiedzy na temat konkretnego problemu natury społecznej, ekonomicznej, politycznej za pomocą artykułów, wiadomości, podjęcie konkretnej aktywności w społeczności lokalnej, podjęcie dyskusji w określonym środowisku na temat nurtującego harcerkę problemu, napisanie artykułu na konkretny temat i umieszczenie go w lokalnej gazecie

Pytania pomocnicze:

- Czy śledzę aktualne życie polityczne? Skąd biorę informację na ten temat? Czy potrafię filtrować informacje i odróżnić je od fake news'ów?
- Czy mam określone poglądy polityczne? Czy świadomie biorę udział w wyborach? Czy zachęcam innych do brania udziału w wyborach?
- Czy wiem, w jaki sposób realnie mogę zaangażować się w życie polityczne, kulturalne i społeczne w swoim osiedlu/ mieście/ województwie? (młodzieżowa rada miasta)
- Czy rozsądnie gospodaruję posiadanymi pieniędzmi? Czy potrafię planować wydatki?

6. Otwartość na problemy Europy i Świata, poszukiwanie ich źródeł

„Nauczyłaś mnie dużo i zachowuję to bogactwo. Wszystko, co było małe nieskończenie wzrosło w moich oczach. Dziś nie jest już małe. Wiem, że życie jest tak wielkie że nie starczy mi czasu, aby je poznać...”

<ks. Jaszczurki>

Zdobywanie stopnia wędrowniczki jest czasem kształtowania wrażliwości, otwartości i zainteresowania otoczeniem. Harcerka poznaje problemy współczesnego świata, stara się poznać ich źródła, koncentruje się na ich aspekcie etycznym i moralnym. Zdobywa wiedzę, która pozwoli jej dostrzegać źródła problemów, ich aktualny przebieg i skutki dla świata i regionu. Wiedza ta ma pomóc w kształtowaniu opinii, poglądów, postawy zainteresowania zjawiskami społecznymi. Zadanie w próbie powinno być konkretne, umiejscowione w określonej dziedzinie (różnorodność kulturowa; problemy globalne, społeczne, religijne; polityka; gospodarka; ekonomia itd.), miejscu (Europa, świat, Europa na tle świata itd.) i czasie.

Propozycje zadań: poszerzanie wiedzy na temat wybranego problemu natury światowej – artykuły, dyskusja, reportaż, poznanie różnych stanowisk na temat nurtującego zagadnienia

Pytania pomocnicze:

- Czy interesują mnie problemy współczesnego świata? Czy przechodzę obok nich obojętnie? Czy potrafię zająć konkretne stanowisko?
- Czy wiem, w jakich strukturach europejskich i światowych funkcjonuje Polska? Czym się one zajmują?

- Jakie zauważam aspekty moralne toczących się obecnie sporów lub problemów w Europie, świecie? Czy znam ich przyczyny? Czy potrafię określić, jaki mogą mieć lub mają na mnie wpływ?

7. Służba bliźnim

„Służyć – jest tyle sposobów służenia. Ty masz swój sposób, ja mam swój. Ale to jest zawsze pęd ku bliźnim, krok naprzeciwko innym. A czasem jest to cicha służba, która polega na tym, żeby nic nie mówić, tylko być pomiędzy ludźmi... bezinteresownie...”

<ks. Jaszczurki>

Wędrowniczka powinna dostrzegać problemy i potrzeby otoczenia. Być uważną i otwartą na nie, wychodzić im naprzeciw. Stara się zostawiać świat, w którym żyje, choć trochę lepszym, niż go zastała. Dzięki otwartości na problemy innych ludzi uczy się odpowiednio reagować i postępować. Działa w sposób przemyślany i odpowiedzialny, systematycznie, długofalowo, rzetelnie i konsekwentnie. W ramach zdobywania stopnia wędrowniczki harcerka podejmuje indywidualną służbę społeczną – określa precyzyjnie jej zakres, charakter i intensywność. Decydując się na podjęcie konkretnej służby, bierze pod uwagę własne możliwości, zdolności i umiejętności, a także własną dojrzałość do podejmowanych działań. Stara się, aby podejmowana służba była jednocześnie pracą nad własnym rozwojem i charakterem.

Propozycje zadań: indywidualne pole służby w zależności od możliwości, koordynacja pola służby drużyny, ztu lub patrolu wędrowniczego. Jest to bardzo ważne zadanie i musi zostać uwzględnione w próbie!

Pytania pomocnicze:

- Czy zauważam, jakie są najważniejsze potrzeby osób w moim otoczeniu? Jak na nie odpowiadam, czy reaguję?
- Czy posiadam stałe pole służby? Czy angażuję się w działania podejmowane w drużynie, hufcu itd?
- Czy podejmuję się działań w zgodzie z sobą, uwzględniając to, kim i jaka jestem oraz własne możliwości?
- Czy, angażując się w różne działania, nie zaniedbuję najbliższych mi osób?
- Czy jestem świadoma swoich egoistycznych zachowań? Czy potrafię nad nimi zapanować, pracować nad ich zmianą lub podjąć refleksję na ten temat?

8. Świadome poszukiwanie i kształtowanie drogi życiowej poprzez poznanie prawdy o sobie

„Pomiędzy tym, kim powinniśmy być, a kim jesteśmy rozciąga się przepaść. Żeby ją przebyć daj nam skrzydła ptaka, odporność wielbłąda, upór osłów, wspaniałą siłę ludzi których życie było arcydziełem, stałym wysiłkiem...”

<ks. Jaszczurki>

Zdobywając stopień wędrowniczki harcerka poznaje siebie, własne potrzeby i predyspozycje. Uczy się dokonywania ważnych życiowych wyborów (kierunków rozwoju, osób, z którymi chce się spotykać itd.) w kontekście swoich celów i priorytetów życiowych. Zastanawia się także nad swoim powołaniem.

Propozycje zadań: Kim chcę być? – poszukiwanie zawodu, jakim chcę być człowiekiem – poszukiwanie autorytetów lub zasad, zachowań którymi chcę się kierować w Życiu, rozwijanie własnych, konkretnych predyspozycji, talentów np. wystawa swoich obrazów itp.

Pytania pomocnicze:

- Czy znasz swoje talenty, potrzeby i predyspozycje?
- Czy znajdujesz czas na analizę i autorefleksję nad swoimi wyborami? Czy potrafisz się zatrzymać lub zmienić kierunek, kiedy uznasz to za właściwe?
- Czy podejmujesz wybory w oparciu o własne przekonania czy pozwalasz innym decydować za siebie?
- Czy korzystasz z narzędzi pomagających w dokonaniu wyboru takich jak profesjonalne spotkania w poradniach zawodowych ze specjalistami?
- Czy potrafisz ustalać własne priorytety?

9. Akceptacja swojej kobiecości we wszystkich wymiarach (biologicznym, duchowym, psychicznym), umiejętność krytycznego spojrzenia na popularne wzorce kobiecości

„Kobieta pochylona nad kolebką swego malca otaczała miłością i wdziękiem to życie nieświadome. Mężczyzna dzięki kobiecie nauczył się okazywać jej szacunek, aby nie urazić przez zbyt wielką siłę głosu i przez swoje obyczaje wojownika jej kobiety spokojnej, która pozostała przy ognisku. Rola kobiety nie zmieniła się. Dziś jeszcze należy do niej przynosić słodycz i wdzięk do mieszkania w którym przebywa i na miejsce przez które przechodzi...”

<ks. Jaszczurki>

Żyjemy w czasach, w których nie da się uciec od pytania: Co to znaczy być kobietą? Czym różni się biologia, psychika, duchowość kobiety i mężczyzny? Czy w ogóle się różni? Co z tego wynika dla nas, dla naszego rozwoju i sposobu wychowania? Co spośród propozycji otaczającego świata możemy wykorzystać, a co powinniśmy odrzucić? Stopień wędrowniczki ma pomóc harcerce w odnajdywaniu odpowiedzi na te pytania przez pryzmat etyki chrześcijańskiej oraz Prawa Harcerskiego.

Propozycje zadań: indywidualne zadanie wynikające z potrzeb każdej harcerki, coś co sprawi harcerkom przyjemność i pozwoli jeszcze bardziej poczuć się kobieco, coś co zawsze chciały dla siebie zrobić, a być może nie miały czasu np. zrobić kurs makijażu, dobrać odpowiedni ubiór do swojej sylwetki, nauczyć się chodzić na obcasach itp

Pytania pomocnicze:

- W jakim stopniu akceptuję samą siebie? (wygląd, cechy)
- Czy zauważam w sobie i w czym dla mnie tkwi siła kobiecości?
- Jakie widzę różne modele kobiecości? Jaki mam stosunek do różnorodności wzorców kobiecych? Czy z którymś się utożsamiam?
- Czy znam prawdziwe potrzeby i oczekiwania mężczyzn? Czy potrafię o nich rozmawiać z mężczyzną/ami w swojej relacji? Czy potrafię dać przestrzeń na wolność osobistą sobie i partnerowi w naszej relacji, związku?
- Czy egzekwuję od mężczyzn w swoich relacjach szacunek dla moich potrzeb? Czy potrafię je artykułować?
- Czy rozumiem i potrafię odczytywać znaki, jakie moje ciało mi daje w cyklu miesięcznym? Czy jestem świadoma ich wpływu na swoje zachowanie, wygląd, emocje?
- Czy badam się regularnie?
- Czy czuję się kobieco? Co na to wpływa? Czy coś mi w tym przeszkadza?

10. Samodzielność myślenia, przewycięzanie lenistwa myślowego

„Mieć swoje zdanie, swój sposób bycia, swoje spojrzenie i nie naśladować nikogo. Podziwiać kwiat, który nam się podoba i kamyczek, który uważamy za ładny. Przyłączmy się do tych ludzi, którzy idą naprzód i którzy torują drogę...”

<ks. Jaszczurki>

Wędrowniczka ma być osobą świadomą: w podejmowaniu decyzji, w poglądach, które wyznaje, w wyborach, których dokonuje. Stopień ma ją przygotować do takiego właśnie świadomego życia. Ważne jest, by miała świadomość konieczności nieustannej pracy nad tą sferą: zdobywania wiedzy, pogłębiania jej, ćwiczenia umiejętności szerokiego spoglądania na daną dziedzinę, zjawisko, proces. Lenistwo myślowe to także uleganie modom i popularnym nurtom ujmowania spraw z życia moralnego i społecznego. Wędrowniczka to osoba, która stara się weryfikować te nurty. Uczy się, ćwiczy, rozmawia, szuka autorytetów.

Propozycje zadań: zadania związane ze szkołą, poprawienie wyników w nauce, udział w olimpiadzie przedmiotowej, konkretny problem moralny lub społeczny który nurtuje harcerkę i próba spojrzenia na niego wielopłaszczyznowo – szukanie odpowiedzi w różnych źródłach (spotkania z różnymi osobami, artykuły itp.)

Pytania pomocnicze:

- Czy się kieruję podczas podejmowania decyzji?
- W jakim stopniu podejmuję samodzielne decyzje?
- Czy i na ile dbam o odpowiednią kondycję swojego mózgu? Czy pogłębiając swoją wiedzę?
- Czy angażuję się w proces nauki zgodnie ze swoimi predyspozycjami, talentami?
- Czy uczę się na bieżąco, czy jestem systematyczna i konsekwentna?
- Czy mam odwagę rozwijać się i stawiać kolejne kroki?
- Czy nie ulegam pokusie spoczywania na laurach?
- Czy potrafię spojrzeć głębiej na aktualne zagadnienia czy zadowala mnie płytkość stwierdzeń i utożsamiania się z danym nurtem, modą?
- Czy ulegam naciskom grupy, modom, zjawiskom - tylko dlatego, że “wszyscy” tak robią, mówią?

11. Umiejętność wykorzystywania zdobytej wiedzy teoretycznej

„Nic nie mówiąc, niczego nie tłumacząc, niczego nie wymagając wiele nas nauczyłaś. Wiedziałaś że trzeba samemu zdobyć każdą wiadomość, wtedy stanie się tą najcenniejszą. Wiedziałaś, że życie jest jedynym mistrzem na świecie i że to w zetknięciu z życiem powinniśmy odkryć to, co ty już może odkryłaś. Ty nauczyłaś nas odkrywać życie...”

<ks. Jaszczurki>

Harcerka zdobywająca stopień wędrowniczki wkracza powoli w życie dorosłe – dokonuje wyboru kierunku kształcenia, uczy się zdobywania wiedzy i umiejętności, które przydadzą jej się w życiu rodzinnym, zawodowym i społecznym. Uczy się praktycznego wykorzystania swojej wiedzy: zdobywa dodatkowe umiejętności, poszerza posiadane, dzieli się wiedzą. Wypracowuje własne efektywne metody uczenia się.

Propozycje zadań: Zdobycie konkretnej nowej umiejętności przydatnej w życiu np. prawo jazdy, kurs języka migowego, umiejętność gotowania, pieczenia itp.

Pytania pomocnicze:

- Czy mam pomysł na siebie w przyszłości?

- Czy umiem wytyczać sobie cele i jakie kroki podejmuję, żeby je realizować?
- Czy mam swój wymarzony zawód? Czy wiem, czego ten zawód ode mnie wymaga, jakie wymagania muszę spełnić, aby móc w tym zawodzie pracować?
- Czy mam wypracowaną skuteczną dla siebie metodę nauki? W jaki sposób się uczę?
- Czy zdobywam uprawnienia (kursy itd.), które będą mi niezbędne lub przydatne w przyszłym życiu?
- Czy wiem, jakie instytucje państwowe i samorządowe są mi potrzebne jako obywatelowi? Czy wiem, gdzie co załatwić?
- Czy potrafię samodzielnie zająć się formalnościami w szkolnym sekretariacie, na uczelni, w urzędzie, banku? Czy umiem się zgłosić o pomoc? (Czy się nie wstydzę?)

12. Dbalność o zdrowie i sprawność fizyczną

„Wybrać dobry kierunek a potem iść. Iść wzdłuż rzeki aż do jej źródła, skakać przez korzenie drzew, prześlizgiwać się między korzeniami wierzy, skakać z kamienia na kamień, pozwolić wodzie nalać się do butów, zanurzyć ciepłe stopy w zimnej wodzie...”

<ks. Jaszczurki>

Harcerka w ramach próby na stopień powinna wyrobić nawyk systematycznej aktywności fizycznej, a także zdobyć wiedzę, która ułatwi jej dbanie o zdrowie. Rozwija w sposób optymalny swoją sprawność fizyczną. Harcerka poprzez korzystanie z różnorodnych form aktywności fizycznej może wybrać swoje ulubione zajęcia, których systematyczne uprawianie pomoże jej utrzymać dobrą kondycję i zdrowie w chwili obecnej oraz w przyszłości.

Propozycje zadań: wybrana aktywność fizyczna – przez 3 miesiące dwa razy w tygodniu

Pytania pomocnicze:

- Czy dbam o sprawność fizyczną, o zdrowie swojego ciała?
- Czy ćwiczę regularnie lub wypracowałam własne formy utrzymywania aktywności fizycznej i zdrowia? Czy mam swoją ulubioną formę aktywności fizycznej?
- Czy szanuję swoje ciało? Czy się nie katuję w imię ideałów piękna, narzucanych wzorców (przesadne diety itd.)
- Czy nie marnuję czasu na media społecznościowe, urządzenia elektroniczne? Czy potrafię znaleźć równowagę pomiędzy nowoczesną technologią a ruchem, kontaktem z naturą?
- Czy dbam o swoje zdrowie psychiczne? Czy umiem rozpoznawać i akceptować swoje emocje?
- Czy znam sposoby radzenia sobie ze stresem, problemami, które mogą odbić się na moim zdrowiu psychicznym?
- Czy znana mi jest idea work-life balance?

13. Umiejętność animacji działań w środowisku i odpowiedzialność za wspólnotę

„Nie myśleć o sobie, odwrócić się od siebie i patrzeć na innych, może oni potrzebują ciebie. Oddać przysługę, zupełnie małą przysługę i wprowadzić piękno do życia tych, którzy nie wiedzą, gdzie go szukać i którzy nie wiedzą, że może ono przemienić zwykłe dni pracy w nieustanne święto. Piękno to radość, a my ją mamy rozsiewać...”

<ks. Jaszczurki>

Harcerka, animując działania na rzecz wspólnoty, kształtuje w sobie umiejętności organizacyjne, ale także poczucie odpowiedzialności za grupę. Realizacja próby ma także dać jej szansę na kształtowanie umiejętności budowania relacji z innymi opartych na dialogu i wzajemnym zrozumieniu.

Propozycje zadań: Zorganizowanie konkretnego działania drużyny np. wyjazdu, koordynacja jakiegoś wydarzenia związanego z pracą drużyny, hufca czy obwodu

Pytania pomocnicze:

- Czy mam swoje konkretne miejsce, pole działania w środowisku? Czy podjęłam się jakichś zadań na rzecz wspólnoty?
- Czy organizowałam jakieś działania, wydarzenia, przedsięwzięcia, akcje dla danej wspólnoty?
- Czy umiem wyciągać wnioski, podjąć refleksję po współpracy w grupach, zespołach?
- Czy pracuję nad asertywnością? Czy i jak rozwijam swoje kompetencje społeczne?
- Jak widzę swoją rolę w grupie? (czy motywuję innych, czy podejmuję dialog, czy umiem wypracowywać kompromis, czy ufam grupie, czy działam w pojedynkę, czy określam cele ważne dla całej grupy?)
- Czy wiem, jak grupa widzi mnie? Jakie wyciągam wnioski na przyszłość i dla siebie z otrzymywanych opinii, feedbacku?

14. Dialog z drugim człowiekiem i umiejętność budowania głębokich więzi międzyludzkich

„Być silnym. Być człowiekiem, który umie sobą kierować. Być człowiekiem wolnym, który wie, czego chce i który pracuje ciężko by osiągnąć swój cel...”

<ks. Jaszczurki>

Harcerka zdobywająca stopień wędrowniczki stara się otwarcie mówić o swoich potrzebach i uczuciach. Uczy się zasad dobrego dialogu i konsekwentnie je stosuje w rozmowach z innymi ludźmi. Wędrowniczka uczy się budowania głębokich relacji z drugim człowiekiem – przyjaźni, miłości.

Propozycje zadań: Podjęcie konkretnych działań w celu poprawy relacji z wybraną osobą

Pytania pomocnicze:

- Czy mam odwagę wyrażać swoje uczucia? Czy umiem to robić w taki sposób, by nie ranić uczuć innych osób?
- Czy zbudowałam trwałe, bliskie relacje? (przyjaźń) Jeśli były niepowodzenia, to jakie wyciągnęłam wnioski? Czy zerwałam ważną dla mnie relację? Z jakiego powodu?
- Czy zdarzają mi się sytuacje konfliktowe? Jak sobie radzę w sytuacjach konfliktu?
- Czy są osoby, z którymi moje relacje są zniszczone, nawarstwione nieporozumieniami? Czy podejmuję działania, by poprawić relacje z taką osobą?
- Czy jestem otwarta na opinie innych? Czy jestem godna zaufania i czy umiem zaufać innym?
- Czy zauważam potrzeby drugiej osoby w relacji? Czy umiem wypracowywać wspólny system wartości, który będzie wspierał stabilność relacji? (np. damsko-męskiej)
- Czy zauważam próby manipulowania moimi uczuciami? Jak na nie reaguję? Czy sobie z tym radzę?
- Gdzie i jak znajduję równowagę pomiędzy własnymi potrzebami i wolnością a potrzebami drugiej osoby?

15. Współodpowiedzialność za rodzinę

„Być siostrą, być przyjaciółką to kochać, jeśli jestem twoją siostrą to dlatego, że Cię Kocham i jeśli jestem twoją przyjaciółką to dlatego, że cię Kocham. Przywiązanie, miłość, przyjaźń to to samo – wielka siła, która przyszła do mnie i idzie do ciebie. Rzeka, która wypłynęła z głębi mojej istoty i idzie ku tobie...”

<ks. Jaszczurki>

Wędrowniczka odpowiada na potrzeby domu i rodziny. Podejmuje się konkretnych działań na rzecz domowników. Podchodzi do tego zadania rzetelnie, konsekwentnie i długofalowo.

Pogłębia relacje z domownikami, kultywuje rodzinne święta i tradycje.

Propozycje zadań: Zaangażowanie w życie domowe – konkretne obowiązki, które odciążą rodziców (niech nie będzie to wyprowadzanie psa na poziomie tropicielki), poprawa relacji z domownikami, podjęcie działań spajających rodzinę itp.

Pytania pomocnicze:

- Czy moje zachowanie jest takie same w domowej codzienności, jak na zewnątrz? Czy jestem w tym spójna?
- Jaka jest moja rola w rodzinie? Jak czują się ze mną moi współdomownicy?
- Czy nie traktuję domu jak hotelu?
- Czy wiem, gdzie szukać pomocy, jeśli w rodzinie dzieją się złe rzeczy, jeśli relacje są nieodpowiednie, negatywne?
- Czy mam swoją wizję, marzenie własnej, idealnej rodziny w przyszłości?
- Czy mamy w rodzinie wspólne aktywności, pasje, wspólny “język”. Jak spędzamy święta, ważne rocznice?
- Czy pamiętam o dalszej rodzinie? Jaki mamy kontakt? Czy odwiedzam starszych lub chorujących członków rodziny i wykazuję o nich troskę?
- Jakie mogę podjąć nowe wyzwania na rzecz swojej rodziny? W czym mogę pomóc, co zrobić? (jedenrazowo lub regularnie)

16. Odpowiedzialność za swoje czyny, rzetelność wykonywanej pracy

„Są małe obowiązki i są także te duże. Spełnić codziennie swój mały obowiązek o swój duży obowiązek dzień po dniu, nic nie mówiąc. Ponieważ tak trzeba i ponieważ tak się chce. To czasami jest trudne, ale trud jest dobry. I stajesz się silna walcząc o to, co jest ciężkie i trudne...”

<ks. Jaszczurki>

Harcerka uczy się odpowiedzialności za swoje słowa i czyny, konsekwentnie wywiązuje się z podjętych zadań, wykonuje je terminowo i rzetelnie. Jest świadoma konsekwencji tych działań. Jest świadoma swoich umiejętności i możliwości, potrafi określić czas potrzebny na wykonanie określonego zadania. Jest świadoma swoich słabości i potrafi je przezwyciężyć. Doskonali warsztat swojej pracy poprzez poznanie technik dobrego wykorzystania czasu. Uczy się planować, odpowiednio rozkładać pracę, którą ma do wykonania.

Propozycje zadań: To zadanie w dużej mierze związane jest z postawą harcerki, może ona prowadzić kalendarz w którym notuje swoje obowiązki, wprowadzi do swojego życia grafik, podział pracy jeśli ma problem z odpowiednim wykorzystaniem czasu, podejmie się konkretnego zadania które wymaga odpowiedniego rozłożenia czasu i rozliczy się z tego zadania np. jakiś projekt

Pytania pomocnicze:

- W jaki sposób wykonuję swoje obowiązki, pracę, naukę? Czy jestem systematyczna, czy działam na ostatnią chwilę, czy mam słomiany zapał?
- Jak planuję swój czas, obowiązki? Czy wypracowałam własny, skuteczny system planowania pracy?
- Czy nie biorę na siebie zbyt dużo? Czy moje cele są realne? Czy umiem szacować swoje siły do zadań, których się podejmuję?
- Czy potrafię odpuścić, kiedy jest to konieczne?
- Czy przeanalizowałam, co zabiera mój czas? Jak często zdarza mi się bezrefleksyjnie skrolować w smartfonie?
- Czy efektywnie wykorzystuję czas na relaks? Czy pamiętam o odpoczynku? Czy wypracowałam metody naładowania baterii, złapania oddechu wśród natłoku obowiązków?
- Jak radzę sobie z dotrzymywaniem terminów, obietnic?
- Czy potrafię odsunąć od siebie chęć natychmiastowego zadowolenia na rzecz długofalowego sukcesu, na który trzeba poczekać, wypracować go?

17. Umiejętność zachowania harcerskiej postawy w środowisku pozaharcerskim i podjęcia dyskusji na ten temat

„Nie zapominaj nigdy, że między dobrem a złem ty wybrałaś dobro. I spokojnie bez pośpiechu idź drogą dobra. Jeżeli wołają cię z lewej strony, powiedz: nie. jeżeli wołają cię z prawej strony, powiedz: nie. Jeżeli żądają od ciebie cofnięcia się w tył, powiedz: nie. Jeśli proszą cię o zrobienie zakrętu, powiedz: nie. Nie zapominaj nigdy, że między dobrem a złem ty wybrałaś dobro. I spokojnie bez pośpiechu i trosk idź drogą dobra...”

<ks. Jaszczurki>

Wędrowniczka konfrontuje postawę harcerską, sposób życia w zgodzie z Prawem Harcerskim z postawami różnych osób w różnych grupach. Nieraz są to postawy bardzo odmienne od tego, co proponuje ZHR. Uczy się radzić sobie z sytuacją, kiedy pragnie identyfikacji z grupą, w której jest, a która wyznaje inne zasady niż te promowane przez ZHR.

Propozycje zadań: To zadanie jest ściśle związane z postawą harcerki, poprzez czas trwania próby harcerka pracuje ze swoją opiekunką nad harcerską postawą – praca nad konkretnym problemem harcerki

Pytania pomocnicze:

- Czy moja postawa harcerska jest spójna w każdej sytuacji i w każdym środowisku?
- Czy nie wstydzę się własnych wartości? Czy umiem o nich rozmawiać? Jak reaguję na ew. naciski grupy pozaharcerskiej?
- Czy wiem, w jakich sytuacjach, grupach czuję się sobą mniej a kiedy jestem sobą bardziej, czuję się swobodnie? Czy nie udaję kogoś innego?
- Który z punktów Prawa Harcerskiego jest dla mnie największym wyzwaniem? Nad którym powinnam popracować?
- Czy szanuję ludzi, którzy mają odmienne niż ja poglądy? Czy nie narzucam własnego światopoglądu na siłę, pokazując pogardę dla osób, z którymi się nie zgadzam?

- Czy mam odwagę cywilną mówić o problemach również w środowisku harcerskim? Czy potrafię zwrócić komuś uwagę (również w ZHR)? Czy nie udaję, że nie ma problemu tylko po to, by zachować pozory harmonii i spokoju?

18. Osiąganie mistrzostwa w technikach harcerskich

„Daj mi ręce czynne i umiejące pracować, na tym świecie pełnym potrzeb, gdzie tyle prac czeka na zakończenie. Potrzeba ludzi czynnych – uczyn mnie działającą, żeby moje życie było użyteczne...”

<ks. Jaszczurki>

Harcerka rozpoczynająca próbę na stopień wędrowniczki jest już mistrzynią technik harcerskich. W ramach realizacji próby na ten stopień nadal pogłębia swoją wiedzę i umiejętności w wybranych dziedzinach, dzieli się z innymi własnymi doświadczeniami, zdobywa kolejne sprawności harcerskie.

Propozycje zadań: wybranie i zdobycie konkretnej sprawności dotyczącej technik harcerskich, prowadzenie zajęć na kursie zastępowych, wirydarzu itp.

Pytania pomocnicze:

- Czy nadal zdobywam sprawności?
- W jakiej technice chciałabym zdobyć poziom mistrzowski? Który z obszarów sprawia mi radość i frajdę?
- Czy dzielę się swoją wiedzą i umiejętnościami z innymi?
- Czy nadal się rozwijam, doszkalam? Czy czuвам nad tym, by moje umiejętności się nie zdezaktualizowały?

19. Próba szlaku

„Wyjść rankiem nie przewidziawszy tego. Włożyć do plecaka o, co się znajdzie w szafie – trochę chleba, kawałek sera. A potem pójść na chybił trafił, nie pytając o nic dnia, który się budzi i przychodzi do nas ze swoim nieznanym bogactwem. Pójść na los szczęścia...”

<ks. Jaszczurki>

Harcerka zdobywająca stopień wędrowniczki (może to być forma próby końcowej) podejmuje próbę szlaku. Ta próba ma być dla niej wyzwaniem, możliwością odkrywania nowych miejsc i ludzi, poszukiwania piękna w otoczeniu i w ludziach, a także odkrywania prawdy o sobie samej. To zadanie ma sprawić przyjemność samej harcerce, jest tylko dla niej, nie dla innych.

Propozycje zadań: konkretna fizyczna wędrówka