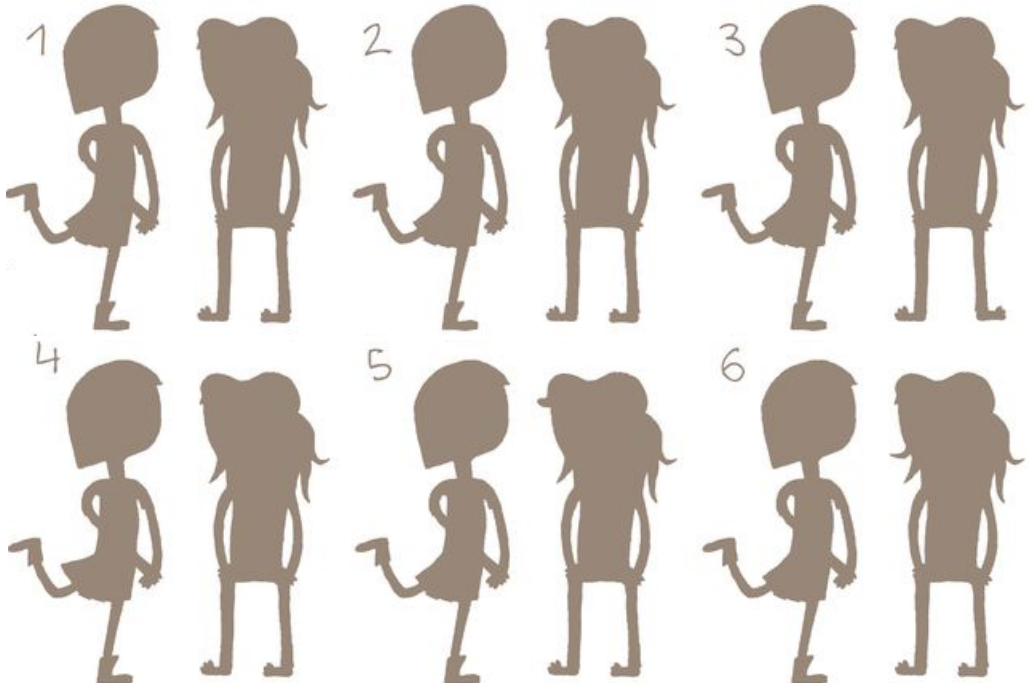


TIPS FOR VIPS

AGENDA





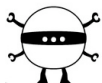
Исползвано от



Това е историята на...



С помощта на тези трикове искам да (попълнете)



СЪЗДАМ...



СПОДЕЛЯ...



НАУЧА...



ПРОМЕНЯ...



ПРЕЖИВЕЯ...

Здравейте!

Преди всичко – поздравления! Ако държите тази книжка, това означава, че сте на път да се превърнете в истински ВИП¹ и че вече сте направили първата крачка: искате да създавате, да променят, да се учите от другите, супер!

Имате идеята, но как да организирате мислите си и да започнете да действате? Как да въвлечете своите връстници и да започнете да се учите и да работите заедно? Как да планирате и фасилитирате този процес?

Тази книжка ще се опита да ви помогне. Тук можете да намерите дейности (методи), които могат да се използват в различни ситуации с различни хора. Освен това можете да ги свържете с която поискате тема.

Тази книжка ще ви преведе през всички необходими стъпки, за да се подготвите преди всяка дейност; ще ви подсказва кога и как да я използвате, а можете да прочетете и съветите, които нашите ВИПове подготвиха, за да направите целия процес по-лесен и по-забавен.

Разделили сме публикацията на 4 различни сезона. Всеки от тях има своя цел, която е обяснена в детайли по-долу. От вас зависи кой сезон ще опитате и изследвате, можете да се захванете с един, с два или с всичките. А можете да правите и различни комбинации, докато разглеждате дадена тема в дълбочина с една и съща група хора.

Ако не разбирате нещо, не се притеснявайте. На последната страница можете да намерите контактите на организациите и хората, които вече успешно са използвали тези дейности и които ще ви помогнат, ако имате нужда от подкрепа.

Между другото, много от дейностите в тази публикация бяха използвани от млади хора, които не бяха опитвали нищо подобно преди, и които с малко подкрепа и много мотивация помогнаха на други млади хора да научат много нови неща.

Така че ви каним да използвате нашата публикация “Трикове” за ВИПове – обещаваме, че ще научите много за себе си и за останалите.

Желаем ви успех и не забравяйте да се забавлявате!

И затомнете... Ако ви предложат място на космически кораб, не питайте кое е мястото! Просто се качете (Шерил Сандберг)

Екипът на „ВИПове в действие“

¹ВИП идва от английски и в оригинален превод означава „very important person” - много важен човек. Проектът “ВИПове в действие” ползва друго значение – „very involved person” – „човек, който участва много”, “много включен човек”.





„Зимата идва“ е една от най-популярните фрази от „Игра на тронове“ и определено не носи приятни асоциации. Чрез методите в тази глава бихме искали да накараме зимата да си тръгне.

Когато организирате някакво събитие, сесия или някаква друга дейност с група хора, началото е винаги трудно и начина, по който ще започнете, е много важен. Често хората не се познават или не са работили заедно преди. Физически те са заедно, но откъм нагласи може да са много далеч едни от други. Различните хора са дошли по различни причини, с различни очаквания – някои няма да познават никого, и като цяло се усеща странна атмосфера. Отношенията между хората са често несъществуващи. Може да е малко студеничко – зимата е тук.

Методите в тази глава ще ви помогнат да промените всичко това – да позатоплите атмосферата, да извадите хората от ледените им клетки и да ги насърчите да се свържат с останалите. Само след като хората започнат да се чувстват комфортно, те ще могат успешно да учат и работят успешно – индивидуално и като част от група.

Целта на методите в тази глава е много повече от това „да натравим нещо забавно“. Чрез тях ще можете да накарате участниците да се почувстват по-близки едни с други (физически и психически), да дадете пространство на участниците да се опознаят, да превъзмогнат срамежливостта, да създадат атмосфера на сигурност и екипен дух. За да работим заедно, трябва да си имаме доверие; ученето е свързано със себепознание и споделяне, а това може да се случи само в среда, в която се чувстваме уютно и в безопасност; в пространство, където зимата няма да дойде скоро.

ГУРУ ИМЕ

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

„Гуру име“ е интересна игра за запознаване, която помага на участниците да запомнят имената си, но едновременно с това създава специална атмосфера. Може да се използва с групи, в които много от участниците присъстват на семинар за пръв път и не са свикнали да запомнят много имена наведнъж. Доказано е, че хората имат склонност да запомнят гуру името на друг участник по-лесно, отколкото истинското му име.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Не е необходимо нищо особено, но фасилитаторите също трябва да си измислят гуру имена.

Стъпка 1: Помолете участниците да седнат в кръг така, че да се виждат един друг.

Стъпка 2: Започнете със странен увод, например такъв: „Всеки от нас е свързан с останалите чрез вселената. В древните племена всеки човек е получавал име от шамана на племето, което е било съставено от името на животно и прилагателно. Комбинацията от тези два елемента е давала точна информация за това как човекът е живеел, какви черти на характера е имал и каква е била неговата визия за света.“

Стъпка 3: Помолете участниците в рамките на 10 минути да помислят за име на животно и прилагателно, които ги описват – като начин на живот, философия и др. За да им помогнете, споделете с тях какво е вашето гуру име. (Например – ако сте спокоен и любопитен човек, може да е „Любопитната пеперуда“).

Стъпка 4: Който започне, трябва да каже кое е неговото гуру име. Следващият трябва да каже своето, но и да повтори гуру името на първия, а третият трябва да повтори имената на първите двама и да представи своето и така нататък, докато всички се изредят.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Участниците лесно научават гуру имената на останалите, тъй като с името свързват и визия за дадения участник. Групата се чувства по-близка и се усеща като една общност.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО СПИТАТ?

При това упражнение е много важно каква атмосфера ще създадете, добре е да наподобява ритуал. Можете да запалите свеци за създаването на по-интимна атмосфера. Не бързайте с даването на инструкции, обяснете какво ще се случи със спокоен глас. Добре да се използва след друга „традиционна“ игра за запомняне на имена.

ИЗПОЛЗВАНО ОТ
VICOLOCORTO
ITALY



Моите бележки

НАСТОЛНИ ИГРИ

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Ние наистина използвахме настолните игри през зимата, когато е по-уютно да си останем вътре и когато имаме група от хора, които не се познават (или пък към групата са се присъединили някои нови лица). Организирахме следобедни и вечерни настолни игри в младежкия център като начин да се опознаем и да приветстваме новите попълнения.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Набавете различни видове настолни игри, за да могат хората да имат избор. Добре е да знаете как се играят, но също така препоръчваме да оставите групата сама да разгадае какви са правилата.

Стъпка 1: Съберете се и изберете игра.

Стъпка 2: Започнете да играете 😊

Стъпка 3: Може да смените играта или да организирате състезание.

Стъпка 4: В края на събитието можете да попитате участниците какво са открили за себе си и/или другите, докато са играли. В зависимост от играта, която сте играли, можете да дискутирате повече – за лъжата и истината, за различните подходи и стратегии, за различните виждания, въображението, креативността, за гъвкавостта, за състезателността и сътрудничеството и др.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Нашият опит показва, че настолните игри са добър повод хората да си взаимодействат, особено ако не се познават. Игрите вършат добра работа дори и с по-срамежливите участници. Обикновено всички се смеят заедно. Могат да се използват като начална точка за изследване на много различни аспекти. Казват, че познаваш един човек наистина едва след като си играл с него.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВЪРЪСТНИЦИ, КИТО ИСКАТ ДА ГО СПИТАТ?

Някои хора може да са трудни играчи и да се ядосват или разстройват много, когато губят. Не сме имали проблеми в този аспект, но все пак обръщайте внимание на това и припомняйте на участниците, че в крайна сметка това е игра.

ИЗПОЛЗВАНО ОТ CENTRUL
DE VOLUNTARIAT RESITA
ROMANIA



Моите бележки

РЪКОСТИСНАНЕ

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Това упражнение се използва в самото начало на среща или семинар тогава, когато ще работите с група от хора, които не се познават. То е идеален начин за представяне на участниците един на друг и за запомняне на имена. Упражнението създава и приятна артистична (и малко разхвърляна) среда, но определено е нещо, което хората запомнят, което пък означава, че е добро начало!

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Уверете се, че имате всички необходими материали, а именно:

- Различни видове темперни бои;
- Голям плат или постер;
- Кофа с вода;
- Мокри и сухи кърпички или други материали, които да помогнат на „почистването“.

Стъпка 1: Предупредете участниците, че ще трябва да си изцапат ръцете. Ако някой си е облякъл много ценни дрехи, може да иска да се преоблече.

Стъпка 2: Помолете двама участници да доброволстват и да демонстрират как работи упражнението. Те трябва да намажат дясната си ръка с различни цветове боя, след което да стиснат ръце, като се представят един на друг.

Стъпка 3: Нека всички започнат да слагат боя по ръцете си, да се здрависват с колкото се може повече хора, като се представят и се опитват да запомнят имената си. Когато са стиснали ръцете на всички (или поне на повечето хора), трябва да поставят ръката си на постера/плата и така да оставят цветен отпечатък.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА?

КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Хубавото на това упражнение е, че е ЗАБАВНО! Създава много приятна атмосфера и участниците се смеят много.



Използвано от PRO
EUROPEAN NETWORK
BULGARIA



КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВЪРСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО ОПИТАТ?

**Имайте предвид, че мазането с боя е забавно, но основната цел на упражнението е да помогне на участниците да се представят един на друг. Понякога те се унасят в боята и започват да се здрависват автоматично, без да обръщат голямо внимание на представянето и запомнянето на имена. Припомняйте на групата каква е целта.*

**Използвайте повече светли цветове и избягвайте черно, кафяво, тъмно синьо и тъмно зелено. Когато боите се смесят, резултатът понякога е странен и неприятен цвят.*

**Поставете постера/плата на стената в залата, в която ще работите с групата. Попитайте участниците какво според тях може да символизира.*

КАКВИ ЩЕ СТАНЕТЕ, КОГАТО ПОРАСНЕТЕ...

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Това е просто и кратко упражнение, което можете да направите, за да създадете момент за размисъл за бъдещите планове на участниците.

Стъпка 1: В началото на сесията се представете и не казвайте нищо повече за себе си, а поставете въпроса „Какви искате да станете, когато пораснете?“. Участниците отговарят на въпроса един по един, а техните отговори се записват на постер така, че да се виждат от всички.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Упражнението е много простишко и чрез задаването на един обикновен въпрос дава възможност на всеки от групата да разкрие повече за себе си и за своите планове.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВЪРСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО ОПИТАТ?

Тази дейност има много специфична цел и тя е да се очертаят разбиранията на участниците за техните кариерни пътеки. Може лесно да бъде свързано с упражнението Отдел „Човешки ресурси“.

**Използвано от
RATO ADCC
PORTUGAL**



Моите бележки



Има поне две основни неща, които се случват през пролетта. Първото е, че става топло, а второто е, че растенията поникват, растат и цъфтят. Именно това са и нещата, които методите в тази глава се опитват да насърчат.

Както беше споменато и по-горе, в началото на всяка групова работа хората усещат леко студено чувство, понеже не се познават. Дори да предположим, че вече сме преодолели този проблем със зимните методи, не трябва да приемаме за даденост, че след това всичко ще върви по мед и масло. Груповата динамика не е факт, а процес – тя е нещо, на което трябва да обръщаме внимание през цялото време, когато работим с група. Методите в тази глава могат да се използват, за да предотвратим хвърлянето на участниците директно в дълбоките води на определена тема, проблем или план. Вместо това те ще ги представят на участниците по-плавно, като същевременно затоплят отношенията между хора, идеи и начини на мислене. В този смисъл разбираме пролетните методи като продължение на изграждането на група, започнало през зимата, и като първи стъпки за съвместно изследване на дадена тема.

Втората цел на нашите пролетни методи е именно да поставят началото на определена тема, на работата по конкретен проблем, на представянето на предмета, който ни интересува. Нека дадем пример: Ако организирате семинар за възможностите за пътуване за млади хора, не би трябвало да започнете с презентация на ключовите дейности на програмата „Еразмус +“, защото вашите връстници най-вероятно няма да успеят да разберат терминологията и целия интензивен поток от информация. По-скоро трябва да дадете възможност на участниците да работят заедно и да изследват своите разбирания за младежката мобилност и какви ползи носи тя на младия човек. Правейки това, помагате на участниците да навлязат постепенно в темата, като използвате техния опит и техните разбирания – на тази база ще се появят и първите въпроси. Именно в това ще ви помогнат методите в тази глава – посяването на семената на дадена тема, култивирането на въпроси и цъфтеж на любопитство: всички готини неща, които се случват през пролетта!

ТЕАТЪР НА ИМПРОВИЗАЦИИТЕ

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Ние използвахме театъра на импровизациите, за да развием креативността си и уменията на младите хора да реагират бързо в променящи се ситуации. Това е забавен начин за прекарване на времето – обикновено е свързан с много смях – и е добро начало за изследване на креативността, самоувереността, грижата към околните, уменията за говорене пред група от хора и за бърза реакция в различни ситуации.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Добре е да започнете с някакво упражнение за разгръвка. То може да е от подготвителните упражнения на театъра на импровизациите или енергизираща игра, която изисква използване на тялото и ума и взаимодействие с останалите от групата. Създайте спокойна атмосфера без напрежение, както и безопасна среда за експериментиране. Уверете участниците, че няма правилни и грешни действия и думи. Разбира се, не са позволени обиди или насилие.

Стъпка 1: Необходими са ви 2-ма или 3-ма доброволци. На тях публиката ще даде насоки за представлението: място, ситуация, роли, тема и др., а те трябва да започнат да играят (с думи и тела).

Стъпка 2: Представлението ще продължи, докато някой от тях, като част от представлението, не попита „Какво?“. В този момент останалите трябва да променят ситуацията напълно, като използват въображението си, позицията на сцената, позицията на телата си, външните звуци или просто своята атрактивна креативност.

Стъпка 3: Представлението продължава, докато някой друг на сцената попита „Какво?“ и ситуацията трябва да се промени отново.

Стъпка 4: Това може да продължи до 10 пъти или дори повече, но когато видите, че хората започват да се изморяват, спрете ги и извикайте нова група от доброволци.

Стъпка 5: Продължете, докато всички участници са били на сцената поне веднъж.

Използвано от CENTRUL
DE VOLUNTARIAT RESITA
ROMANIA



КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Обикновено хората усещат, че съзнанието им се отваря – харесва им усещането да се възползват от възможностите, които се отварят пред тях, да правят шеги и да разглеждат ситуациите от различни гледни точки. Те се чувстват предизвикани и по-креативни, по-смели и дори по-срамежливите участници се включват активно. Упражнението е забавно, тъй като се случва в група и по правило е съпроводено от много смях.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВЪРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО СПИТАТ?

Дори ако изглежда като лесно упражнение, уверете се, че ще можете да се справите с групата и че нещата няма да излязат извън контрол. Важно е да не позволявате на участниците да се присмиват един на друг и да ги накарате да се чувстват свободни да експериментират. Някои групи навлизат в методологията много лесно и са изключително креативни и забавни, докато други са по-срамежливи и нещата се случват по-трудно. Освен това успехът на метода зависи от атмосферата в групата и понякога един и същ човек може да е брилянтен „актьор“ в една група, а да блокира в друга. Запомнете (и ако е необходимо, припомнете го на участниците), че целта не е да направим добро представление, а да дадем шанс на участниците да бъдат креативни и спонтанни. Независимо какъв е резултатът, той е правилният.



Моите бележки

ПРЕОСТАВЕТЕ СИ, ЧЕ СТЕ...

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Това упражнение е разработено за представяне на европейските младежки програми като „Младежта в действие“ и „Еразмус +“. Целите му се следните:

- ★ Разбирането на мотивацията на различните заинтересовани страни относно международната мобилност и обучителните програми за млади хора;
- ★ Осмисляне на важността на международната мобилност и обучителните програми за млади хора.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Не е необходима специална подготовка – трябва само да набавите снимки или рисунки на лицата на хората, които ще представляват различните персонажи, използвани в упражнението.

Стъпка 1: Разпръснете в различните части на залата лицата на хора с различни имена. Разделете участниците в три групи и помолете всяка група да избере едно лице.

Стъпка 2: Кажете на всяка група да си представи, че те са човекът на снимката. Дайте следните детайли за всяко от избраните лица:

- Работи за Европейската комисия;
- Началник отдел „Младежки дейности“ в местната община;
- Млад човек.

Попитайте групите какви според тях биха били отговорите на представените персонажи на следните въпроси:

1. Какво е тяхното мнение и мотивация за съществуването на международни програми за обучение и мобилност на млади хора?
2. Какви според тях са целите на международните програми за обучение и мобилност на млади хора?
3. Какви дейности според тях трябва да има в международните програми за обучение и мобилност на млади хора?

Дайте време на групите да обсъдят въпросите.

Стъпка 3: Всяка група споделя резултатите от своята дискусия пред останалите (по възможност ги записва на постер).

Важно е да се подчертае какви са различните мотиви и виждания на различните заинтересовани страни, представени в упражнението.

След това дискутирайте какви програми за млади хора съществуват към момента на международно ниво и какви програми трябва да има.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Това упражнение ни помага да разберем целите на международните програми за мобилност и обучение за млади хора, особено „Еразмус +“.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВЪРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО ОПИТАТ?

→ Въпреки че е създадено за представяне на програми за международна мобилност и обучение за млади хора като „Еразмус +“, това упражнение може да се адаптира за други институционални теми на международно, национално или местно ниво.

**Използвано от RATO ADCC
PORTUGAL**



Моите бележки



КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Този метод е подходящ за започване на сесия или обучение, посветено на стереотипи и предразсъдъци, но е също добър начин да се провери какво е нивото на самоувереност на участниците в различни ситуации, в които могат да изпаднат.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Трябва да начертаете линия на земята. Можете да използвате тиксо или въже. Трябва да подготвите 10-12 въпроса, които се отнасят към темата на обучението ви, но не само. Опитайте се да формулирате различни въпроси, които да поставят участниците в три различни зони – зона на комфорта, зона за учене и паник зоната. Примери за въпроси:

- Как бихте се почувствали сами в тъмна гора посред нощ?
- Как бихте се почувствали, ако водехте сесия с тази група?
- Как бихте се почувствали, ако трябваше да се грижите за малко дете през деня?
- Как бихте се почувствали, ако трябваше да живеете една седмица в ромски квартал?
- Как бихте се почувствали, ако трябваше да минете голи през стая, пълна с хора?
- Как бихте се почувствали, ако трябваше да изнесете реч в университета?

Стъпка 1: Обяснете, че единият край на линията на пода е 0% и това е зоната на комфорта, а другият край е 100% и това е паник зоната. По средата е зоната на учене.

Стъпка 2: Помолете хората да застанат по средата на линията и прочетете първия въпрос. Дайте време на участниците да се позиционират.

Стъпка 3: Попитайте хората, които са най-близо до двата края за причините, поради които са избрали своето място, и за техния опит, свързан с въпроса.

Стъпка 4: Прочетете следващия въпрос и дайте време за промяна на местата. Отново попитайте хората за причините, поради които са в краищата на линията. Дайте възможност и на хората по средата да споделят какви са техните усещания. Избягвайте да давате думата на едни и същи хора.

Стъпка 5: Поканете участниците обратно в кръг и ги помолете да си спомнят в кои ситуации са били в зоната на паниката или комфорта. Попитайте ги отново дали решението им за позициониране е свързано с конкретно преживяване или е резултат от липса на опит. Оставете участниците да дискутират този въпрос. Може да е добре да започнете разговор за същността на предразсъдъците, стереотипите, дискриминацията и начините за борба с тях. Насочете дискусиата в друга посока според целите на семинара ви – например, ако правите семинар за млади фасилитатори, които се страхуват да водят обучителни дейности с група за пръв път, можете да сравните техния страх с други ситуации – такива, които са нови и неизпробвани. Поговорете с участниците за процеса на учене и за различните зони:

- ✓ Зоната на комфорта е тази, в която сме обикновено. Това е мястото на уменията и знанията, които вече сме развили. Докато зоната на комфорта е по дефиниция „най-комфортна“, в нея по-трудно постигаме някакъв прогрес и развиваме нови умения, тъй като в нея ползваме уменията, които вече имаме.
- ✓ Предизвикателствата в паник зоната са толкова големи, че дори не знаем как да подходим към тях. Основните чувства в паник зоната са чувството на дискомфорт и най-вероятно – обезкуражаване. Както в зоната на комфорта, рядко постигаме развитие.
- ✓ Между паник зоната и зоната на комфорта се намира зоната за учене. Даден човек може да постига напредък най-успешно, ако извършва дейности в зоната за учене. Ето един пример – заемаме се с проект, който е много сложен и труден. Това ни поставя в паник зоната, тъй като дори не знаем как да започнем работа по него. Трябва да направим крачка назад към зоната за учене – да направим проучване, да прочетем насоки или да поговорим с експерт. Това води до развиване на нови умения и така преместваме проекта от паник зоната в зоната за учене, а след като натрупаме толкова умения, че работата ни по проекта да се превърне в рутина – и в зоната на комфорта.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВЪРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО ОПИТАТ?

Подгответе добре въпросите, които ще използвате за това упражнение. Ако познавате групата, формулирайте въпроси за ситуации, които ще бъдат познати, и за такива, които ще бъдат нови за участниците, за да направите отговорите по-разнообразни. Можете да използвате този метод за различни теми.

Доброто обобщение е най-важната част от това упражнение. Подгответе се – помислете какво искате методът да даде на участниците ви, в каква посока искате да водите дискусиата и помислете за въпроси, които ще ви помогнат.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Методът е подходящ за разбиране на процеса на учене, който се случва най-качествено в зоната за учене. Много участници ще стигнат до заключението, че не винаги си струва да сме винаги в зоната на комфорта и че понякога си струва да изтичаме себе си в по-малко безопасна позиция. Новите преживявания обикновено разширяват зоната на комфорта и улесняват претъпването на линията между нея и зоната за учене.

Докато правите обобщение, можете да попитате групата:

- Как оценявате зоната си за учене?
- Как избягвате попадането в паник зоната? А в зоната на комфорта?



**Използвано от
ANGELUS
SILESUS HOUSE
POLAND**



Моите бележки

YOUTUBERS

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Нашите ВИПове използват този метод, за да представят дадена тема пред група от връстници. По-специално методът беше използван от българския участник Мустафа (Муси), който организира кратък семинар със свои съученици за трафика на хора. Той използва няколко кратки клипа, за да въведе групата в темата и да представи някои основни факти, които да се използват за начална точка на по-нататъшна дискусия.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Прекарайте известно време в YouTube (или друг сайт за видео споделяне). Намерете клипове, които могат да помогнат на участниците да се запознаят с темата, по която искате да работите. Ако е възможно, намерете лични истории и избягвайте видео клипове със статистика. Уверете се, че имате необходимата техника, за да прожектирате клиповете пред по-голяма група – компютър, прожектор, тонколони. Ако няма интернет там, където провеждате срещата си, изтеглете клиповете предварително.

Стъпка 1: Направете кратко въведение.

Стъпка 2: Прожектирайте клипа (или клиповете) и дайте няколко минути на участниците да помислят след края.

Стъпка 3: Задайте няколко въпроса, за да започнете дискусията. Конкретните въпроси ще зависят от конкретната тема, по която работите, но има няколко универсални въпроса, с които можете да започнете: Как се чувствате? Хареса ли ви клипа и защо? Научихте ли/осъзнахте ли нещо и какво?

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Групата има начална точка, която може да започне да коментира. В зависимост от видеото, което сте избрали, то може да се окаже вдъхновител на много задълбочена дискусия. Както споделя и Муси, само един въпрос към участниците може да се окаже достатъчен за много добро обсъждане.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО ОПИТАТ?

Най-важният момент е изборът на клип/клипове, които да използвате. Както вече споменахме, избягвайте клипове, които може да се приемат от участниците за скучни; опитайте се да изберете такива, които участниците могат да свържат със своя живот и опит – клипове, показващи лични истории или аспекти от живота, които участниците могат да разпознаят. Също така избягвайте клипове, които се опитват да докажат определена теза, а търсете клипове, които са безпристрастни и които не се опитват да манипулират участниците и да им „казват какво да мислят“. Точно обратното – изберете клипове, които показват повече от една гледна точка по дадена тема или проблем. Избягвайте и клипове, които просто информират участниците, а търсете такива, на базата на които можете да започнете дискусия.



**ИзпОлзвАно Ог
PRO EUROPEAN NETWORK
BULGARIA**



Моите бележки

ФЛАШМОБ

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Флашмобът е организирано събитие от група участници, които работят заедно в голям мащаб, за да изненадат и развеселят публиката за кратък период от време със спонтанно представление. Обикновено предизвиква безобидно обтъркване или сатира на нещо, което членовете на публиката могат веднага да разберат и да реагират.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Преди всичко разгледайте някои флашмоб събития в YouTube. Те могат да са страхотен източник на вдъхновение, но все пак помислете и за своя оригинална идея.

Ще ви трябва желаници, които да се включат във флашмоба и за целта използвайте добре социалните мрежи онлайн. Поканете всички групи от хора, които познавате, да се включат във флашмоба, като ги информирате за детайлите.

Идеалното време за такъв вид събития е края на работния ден (между 17:00 и 18:00 часа например) през седмицата, когато по улиците има повече хора и когато евентуалните участници са по-свободни. Често посещавани молове или туристически зони са добър пример за местоположението на един флашмоб.

Преди да обявите мястото, направете детайлна проверка дали можете да го използвате. Може да има правни ограничения или такива, свързани с безопасността.

Стъпка 1: Подгответе аксесоари или костюми, ако са ви необходими. Най-добре е участниците сами да си ги организират, но понякога се налага вие да ги осигурите.

Стъпка 2: Дайте ясни инструкции на групата. Успехът на всеки флашмоб се крие в това участниците да знаят точно какво и кога трябва да направят. Не забравяйте да ги информирате защо правите флашмоба, какво ще се случи и как точно те могат да участват.

Стъпка 3: Ключът към успешния флашмоб е елементът на изненадата. Не пускайте цяла страница във вестника, за да поканите хората да дойдат. Можете да дадете информация на местните медии предварително, но не издавайте твърде много детайли (напр. кажете им, че ще се проведе важен и необикновен протест в определен ден и час; кажете им, че ще си струва да дойдат с камера). Мистерията около събитието дори може да увеличи шансовете за медийно отразяване.

Стъпка 4: Започнете флашмоба си! Уверете се, че ще бъде забелязан, че ще е шумен и атрактивен. Уверете се, че идеята и посланието са лесно разбираеми. Направете го кратък – няколко минути са достатъчни.

Стъпка 5: Организирайте качествено заснемане на събитието. Определено си струва да го имате заснето, за да го качите в YouTube и да го разпространите. Кой знае?

Стъпка 6: Завършете, все едно нищо не е станало.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Флашмобът е метод за изостряне на общественото внимание чрез публично действие. Организираните флашмоб, когато искате да разпространите някакво послание сред широката публика. Той въздейства както върху наблюдателите, така и върху активните участници.

Флашмобът се използва все повече и повече от активисти по целия свят като креативен начин да се вдигне шум за даден проблем. Добре направеният флашмоб има способността да привлича вниманието на журналистите и на широката публика. Освен това е енергичен, забавен и бърз начин за включване на голяма група хора в някаква дейност.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВЪРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО ОПИТАТ?

Повечето хора знаят за флашмобовете от Facebook или YouTube, а не от класическите медии. Всички организатори на флашмобове включват екип от оператори и фотографи да заснемат събитието.

Можете да направите професионален флашмоб с много малко финансови средства!

Използвано от ЕРЕКА
SLOVENIA



Моите бележки

ЛОВ НА СЪКРОВИЩЕ

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Ние използвахме това упражнение, за да започнем да изследваме темите „Европейска доброволческа служба“ и „младежки обмен“. Това е забавно групово упражнение, което изгражда сътрудничество между участниците. Поставя предизвикателства пред участниците и всички трябва да участват активно. Добре е да се използват различни пространства (физически и мислени) и предизвикателства, така че всеки участник да може да допринесе със своите знания и опит.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Изследвайте околностите и изберете местата за различните предизвикателства за лова на съкровища. За всяко предизвикателство трябва да отговаря някой, който да дава указания на групата. На голям лист хартия или картон напишете или нарисуйте финалното съкровище (в нашия случай: Какво е Европейска доброволческа служба? Какво е младежки обмен?) и го нарежете на парчета като части от пъзел. Групата ще получава по едно парче от пъзела за всяко преодоляно предизвикателство. Подгответе предварително материалите за различните предизвикателства (Пример 1: Групата трябва да разреши заграда: от 6 клетки за зъби трябва да направят 4 еднакви триъгълника; Пример 2: Всеки член на групата трябва да се спусне по пързалка с лъжица в устата, в която лъжица има сурово яйце – и трябва да го направи, без да счупи яйцето).

Стъпка 1: Разделете участниците на малки групи, поне по 3-ма души във всяка група. Кажете им, че това е лов на съкровище и че те ще имат около 40 минути (в зависимост от това колко предизвикателства сте подготвили – предизвикателствата трябва да отнемат около 5 минути всяко). Обяснете им, че при преодоляването на всяко предизвикателство ще получават награда. Когато съберат всички награди, трябва да се върнат на стартовата позиция.

Стъпка 2: Отговорникът за всяко предизвикателство отива с всяка група към своята задача. Когато групата преодолее предизвикателството (максималното им време е 5 минути), отговорникът им дава парче от „пъзела“ и изпраща групата към следващото предизвикателство (за улеснение номерирайте предизвикателствата – така 1 отива на 2, 2 отива на 3 и така нататък). Един съвет – по-забавно е, ако отговорникът не каже на групата къде точно се намира следващото предизвикателство, а само подсказе (в този случай можете да подготвите и карти за всяка група). Все пак се уверете, че предизвикателствата не са твърде далеч и няма вероятност групите да се загубят.

Стъпка 3: Когато всички групи приключат и са в начална позиция, обяснете им, че наградите им са парчета от голям пъзел и че трябва да го сглобят всички заедно. Помнете, че играта не е състезателна, а е посветена на сътрудничеството. Всички печелят!

Стъпка 4: Когато групата подреди пъзела, прочетете го заедно и започнете да изследвате темата (или проблема) заедно чрез въпроси: *Кой вече е чувал или знае нещо по темата?* Помолете ги да споделят какво знаят. Дайте необходимата информация. Накрая попитайте участниците как се чувстват и какво са научили всички заедно.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Групата се изморява след тичането насам-натат, затова моментът е добър за почивка. Те са научили много, така че им дайте възможност да споделят как се чувстват спрямо това, което се е случило. Участниците се чувстват по-сближени, отпуснати и подготвени да работят по-добре заедно.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВЪРСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО ОПИТАТ?

Най-важното нещо в това упражнение е подготовката. Уверете се, че сте планирали всичко предварително. Ако е възможно, изпробвайте предизвикателствата, за да видите колко време отнема преодоляването им и колко време отнема придвижването от едно място до друго. Това ще ви помогне да планирате времето така, че да не се налага групите да се изчакват на различните места. Окуражавайте всички участници да участват активно. Когато подготвяте предизвикателствата, вземете предвид различните хора, които имате в групата, нещата, които харесват и които биха искали да научат.



**Използвано от
CAZALLA INTERCULTURAL
SPAIN**



Моите бележки



Усещам го във въздуха (...)
Горя и се чувства навсякъде
Вече нищо не ме плаши
“Summertime Sadness”, Lana Del Rey

Организираме сесии, семинари и подобни събития по някаква причина – защото искаме да изтълним някаква определена цел, да достигнем до конкретен резултат и/или да изградим специфични компетенции (знания, умения и ценности) сред участниците. Методите в тази глава са основното ни оръжие за постигането на всичко това.

Предложените тук методи би трябвало да помогнат на нас и на участниците ни в по-дълбочинното изследване на дадена тема, проблем или план за специфична дейност. Те ни дават шанс не само да минем през тях повърхностно, но да ги разгледаме през различни перспективи и да дълбаем по-дълбоко в съдържанието. Целят да ни заведат до ГОРЕЩАТА точка на даден проблем. Това е частта, в която пред групата има най-голямо предизвикателство, но това е и най-продуктивната фаза. През лятото плодовете узряват, а в нашия случай узряват идеи и разбирания. Това е моментът, в който горим и във въздуха се усеща, че се учим и постигаме резултати заедно, че нищо не може да ни изплаши – точно както в известната песен, цитирана по-горе.

За разлика от пролетните методи, тук предложените изследват в дълбочина специфичен проблем или са стриктно насочени към разбиването на специфични компетенции. Нека се върнем на примера, който дадохме в увода на глава „Пролет“. Представете си, че организираме семинар за възможности за младежка мобилност. С пролетните методи ще представим темата на участниците, като проверим какви са техните разбирания и интереси. През лятото ще се задълбочим в темата и ще искаме да развием повече знания за това какви възможности за младежка мобилност съществуват; да развием умения за търсенето и кандидатстването за тези възможности; да насърчим нагласи за младежката мобилност като мотивация и чувство за важност.

Летните методи са предизвикателство, но са и от особена важност. Но те са точката на китене и това ги прави забавни. Обикновено това са моментите, които участниците затомнят най-добре. Но пък малко лятна носталгия никога не е излишна!

ОТДЕЛ „ЧОВЕШКИ РЕСУРСИ“

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Това упражнение се използва, за да помогне на участниците да помислят върху важността на извънкласните дейности и неформалното образование в живота на младите хора. Целите му са следните:

- Да се осмисли важността на извънкласните дейности и неформалното образование;
- Да се разбере и признае неформалното образование;
- Да се разбере образованието като холистична концепция.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Трябва да имате длъжностна характеристика, описание на работно място или обява за свободно място за доброволец в рамките на

европейската
доброволческа служба,
както и 4 автобиографии
на реални хора.

Стъпка 1: Разделете участниците на малки групи. Добре е да имате поне 15 души.

Стъпка 2: Дайте описанието на работното място и 4 автобиографии на всяка група. Кажете им, че те ще играят ролята на отдел „Човешки ресурси“ и че трябва да изберат един от четиримата кандидати за работното място. Във всяка група кандидатите трябва да се подредят според това колко подходящи са за мястото, а за избрания кандидат трябва да се посочат поне 3 причини защо е по-добър от останалите.

Стъпка 3: Резултатите от работата на всяка група се представят пред голямата група. После се води дискусия за това как можем да подобрим автобиографиите си, особено в частта за езикови и дигитални компетенции.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Упражнението е насочено към разширяването на кръгозора на участниците относно това какво е образование и към изостряне на чувствителността им за дейностите, които се случват извън училище, но които имат влияние върху личностното им развитие.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО СПИТАТ?

Бъдете внимателни да не изпратите посланието, че трябва да участвате в доброволчески и младежки дейности единствено за да си намерим работа.

За по-силен ефект препоръчително е да използвате истинско описание на работно място и истински автобиографии, но е изключително важно да запазите анонимността и личните данни на хората, чиито автобиографии използвате. Използвайте автобиографии само на хора, които са се съгласили.

Използвано от
RATO ADCC
PORTUGAL



Моите бележки

ОБИЧНОСТИ ЗА УЛИЧНО ОЖИВЛЕНИЕ

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Ние използваме този метод с млади хора в нашия град в Румъния. Обикновено подготвяме забавни дейности с идеята да внесем малко оживление по улиците: Денят на шегата – 1 април – е любим на нашите младежи:

<https://www.youtube.com/watch?v=Aw4UeiTr8Bc>

<https://www.youtube.com/watch?v=kfSv5ZCkKv8>

Това е страхотен начин да насърчим младите хора да помислят какво липсва в тяхното ежедневие и какво могат да направят, за да си го осигурят; за някои това е и началото на по-засилено и дългосрочно доброволчество. Този метод има и други аспекти, тъй като е насочен към изграждане на: самоувереност, креативност, реагиране на неочаквани ситуации и човешки реакции на улицата, както и сближаване на групата.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Изберете и проверете мястото или местата, където искате да осъществите някаква дейност, вземете разрешения от местните власти, ако е необходимо. Подгответе костюмите и направете репетиция – ние правим една репетиция на закрити врати и една репетиция навън, като я правим през нощта, когато няма хора по улиците.

Стъпка 1: Излезте на улицата, облечени колкото се може поткачено. Не е задължително да имате истински костюми, импровизациите понякога имат по-добър ефект. Преструвайте се, че не се познавате и че сте просто случайни хора на улицата.

Стъпка 2: Вървете на пешеходна пътека без светофар и започнете да пресичате улицата един по един, с дистанция помежду си, но по такъв начин, че кола да не може да премине.

Стъпка 3: Изиграйте своя герой/роля.

Стъпка 4: След като сте пресекли улицата, продължете нататък, все едно нищо не се е случило.

Стъпка 5: Прегрупирайте се на предварително уговорено място. Продължете към следващата пешеходна пътека.

Стъпка 6: Организирайте си време и място за изпускане на парата. Това е силно преживяване и е добре да си починете, да го премислите и обсъдите.

Стъпка 7: Съберете идеи какво друго можете и искате да направите и инициирайте планиране.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

За нашите младежи това беше много овластяваща дейност. Те се почувстваха горди от себе си заради това, че са организирали интересно събитие в града си. Бяха много ентузиастични и искаха да правят още неща. Използвахме момента да поговорим за това какво означава да правиш нещо за своята общност, какво означава доброволчеството и защо е важно както за общността, така и за личностното развитие на доброволеца.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО ОПИТАТ?

Като всяко улично събитие, това също е непредсказуемо, така че във всеки момент е възможно участниците или хората (колите) на улицата да направят нещо (прекалено) откачено. Подгответе участниците за възможността от такива непредвидени ситуации и осигурете двама-трима младежи работници, които да се навъртат наоколо под прикритие и които да се намесят, ако се наложи.



**Използвано от
CENTRUL DE VOLUNTARIAT RESITA
ROMANIA**

Моите бележки

ИЗГРАЖДАНЕ НА КУЛА

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Този метод е много подходящ, когато работите по темите за комуникация и работа в екип. Добре е да се използва с група, която вече се познава. Ако работите с една и съща група продължително време, можете да използвате това упражнение, за да изследвате как групата може да подобри комуникацията помежду си и екипната си работа за следващите дейности. Методът е много подходящ като основен инструмент за разглеждане на темите за ефективна комуникация и работа в екип, ако това е темата на отделно организиран семинар.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

За този метод можете да използвате различни материали – например листове хартия с различен цвят, сламки, тиксо, бутилка вода или всичко друго. От тези материали трябва да изградите някаква фигура – например, кула. Запомнете всички материали, които сте използвали (като вид и количество) и трябва да подготвите същите материали за всички групи. Трябва да имате поне 2 групи с поне 4-ма души всяка.

Стъпка 1: Разделете участниците на групи. Трябва да имате поне 2 групи с по четирима участници, но може да има и повече групи, както и повече хора в една група, в зависимост от броя на хората.

Стъпка 2: Обяснете, че всяка група ще трябва да пресъздаде една фигура, която вече е построена. Само един човек от групата (пощальон) ще има възможността реално да види фигурата. След това всеки пощальон ще се срещне с друг член на своята група – (мениджър), и ще му обясни какво представлява фигурата. Тогава мениджърът отива при останалите членове на групата и обяснява на тях какво е разбрал, а тяхната задача е реално да построят фигурата.

Стъпка 3: Дайте време на всяка група да разпредели ролите между членовете си – един пощальон, един мениджър, а останалите – работници. Групите трябва да са разположени така, че да не се виждат една друга. Почальоните не трябва да имат директен контакт с групите си, а само с мениджърите.

Стъпка 4: Покажете фигурата на пощальоните. Дайте им две минути да я наблюдават и да запаметят детайлите. Уверете се, че никой от тях не рисува или не прави снимки.

Стъпка 5: Скрийте фигурата и поканете мениджърите да се срещнат с пощальоните от своите групи. Дайте им 2 минути за обяснения. Рисуването не е позволено.

Стъпка 6: Поканете мениджърите да се върнат обратното в групите си. Дайте на групите 10 минути да работят по построяването на своите фигури.

Стъпка 7: Повторете стъпки 4, 5 и 6 два или три пъти, в зависимост от това колко бързо работниците строят своите структури и колко бързо оползотворяват материалите си.

Стъпка 8: Поканете всички групи заедно с техните структури. Покажете оригиналните структури. Дискутирайте.

Някои въпроси, които да ви помогнат при дискусиата:

- ✓ Как се чувствате?
- ✓ Доволни ли сте от резултата?
- ✓ Защо според вас резултатът е такъв?
- ✓ Какво беше най-трудното в задачата?
- ✓ Коя роля беше най-трудна?
- ✓ Как упражнението е свързано с работата в екип?
- ✓ Как упражнението е свързано с реални ситуации, в които хората работят заедно?
- ✓ Кои са факторите, които влияеха на комуникацията?
- ✓ Влияят ли тези фактори и на комуникацията в истинския живот?
- ✓ Какво научихте?

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Първоначално групата може да е разочарована, защото рядко се случва построеното от участниците да прилича много на оригиналната фигура. От вас зависи да водите дискусиата в такава посока, че целта не е изграждането на перфектна структура, а съвместното учене за комуникацията и работата в група. Обикновено се стига до важни заключения за това какъв е механизъмът на комуникацията, какво е работа в екип и какви са факторите и пречките, влияещи и на двете. Ако това е група, която и в бъдеще ще работи заедно, насърчете ги да изготвят списък с правила, които трябва да спазват, за да гарантират добра работа в екип и качествена комуникация.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВЪРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО ОПИТАТ?

- Уверете се, че сте планирали добре логистичната страна на упражнението – че предварително сте подготвили всички материали за групите, както и местата, на които ще разположите различните участници – особено пощайлоните и работниците, така че да не се виждат едни други. Спазвайте времевите рамки.
- Не оставяйте участниците да се разочароват твърде много от резултатите. Обяснете им, че дори да не се построи кула, която да прилича на оригинала, това не означава, че са се провалили. Те ще се провалят само ако откажат да дискутират преживяното и изводите от него.

**ИЗПОЛЗВАНО ОТ PRO
EUROPEAN NETWORK
BULGARIA**



Моите бележки

СОЦИАЛНО ВМЪЗ - КЛЮЧВАНЕ

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Това упражнение дава възможност на участниците да преживеят ситуация, в която са „социално изключени“, да разберат порочния кръг на социалното изключване и да достигнат до общо разбиране на този проблем. Всеки участник получава роля в едно въображаемо общество. Всяка роля съдържа информация за финансовата ситуация, нивото на образование, позицията в обществото и др. За да оцелеят през „седемте дни“ на упражнението, те трябва да намерят работа. Има бюро по труда, банка, бар, магазин, полиция, болница и два завода. За повечето участници ще е трудно да оцелеят, някои ще се включат в криминална дейност, някои ще се разболеят, а някои може дори да не оживеят.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

В уебсайта на SALTO-YOUTH можете да намерите всички материали за този метод (на английски):

<https://www.salto-youth.net/tools/toolbox/tool/social-in-exclusion.31/>

Преди да започнете упражнение, уверете се, че сте помислили за всичко:

- Прочетете всички роли - важно е да знаете и разбирате какви са те, за да можете да отговорите на въпроси, ако има такива;
- Изберете трима души, които да ви помагат (може и да са участници) - за магазина, болницата и бюрото по труда;
- Подгответе предварително хората, които искате да имат ролите на „шеф А“, „шеф Б“ и „черния пазар“. Важно е те да разбират ролите си преди началото на упражнението
- Подгответе за всеки участник плик с „парти“ и описание на ролята;
- Вие отговорите за времето: в рамките на упражнението ще разиграете 4 дни, въпреки че ще обявите, че ще има 7 дни. Първият ден ще отнеме около 20 минути, а останалите не трябва да са повече от 15 мин. на ден. Уверете се, че всички спифат да играят в края на всеки ден и че има поне една минута почивка преди началото на следващия.
- Упражнете се как да представите играта в началото. Важно е да обясните добре стъпка по стъпка - не е нужно да обвърквате участниците с прекалено много информация. Те ще разберат повечето неща по време на самото упражнение.
- Веднага след края на упражнението дайте на участниците възможност да споделят първите си впечатления преди да започнете да дискутирате в детайли темата за социалното изключване. Как ще организирате тази част зависи от вас и от резултата, който искате да постигнете.
- Отпечатайте ролите на Е и F в различен цвят, тъй като те са от друга страна.

Стъпка 1: Обяснете упражнението и раздайте ролите на участниците.

Стъпка 2: Дайте време, за да могат участниците да опознаят своите роли.

Стъпка 3: Обяснете ролите или отговорете на въпросите, ако нещо не е ясно.

Стъпка 4: Разиграйте упражнението.

Стъпка 5: Направете обобщение.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Въпреки че е забавно, това упражнение може да предизвика силни емоции. Важно е да направите добро обобщение и ясна връзка с проблема за социалното изключване.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВЪРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО СПИТАТ?

Обобщението може да се направи по няколко начина – например да дадете на всеки участник по 2 минути, за да опише ролята си и как се е чувствал по време на упражнението. Предимството на този подход е, че всеки ще разбере какви са ролите на останалите.

Друг подход е да разделите участниците в малки групи. Дайте задача на всяка група да избере три думи, които най-добре описват преживяното в рамките на упражнението. Обсъдете избраните думи заедно с цялата група.



**Използвано от
ANGELUS SILESUS HOUSE
POLAND**



Моите бележки

ФИЛМОВ ФОРУМ

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Този метод може да се използва винаги, когато искате да създадете специална атмосфера и интелектуална и емоционална връзка между участниците. Можете също да го използвате, за да откриете лидери в групата или да опознаете идеите и историите на участниците по-добре. Освен това упражнението е идеално, когато целите да илюстрирате тема, която е неизвестна на участниците или когато целите да събудите интереса им по даден проблем. Това е и начин за участниците да покажат креативността си, така както създателите на филма и останалите участници в него са направили, за да предадат своето послание.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Изберете филм, който е посветен на тема, която бихте искали да разгледате с групата. (Гледайте го преди да го прожектирате!). Ще имате нужда от следните материали: компютър, прожектор, екран, тонколони, удобни места за сядане, филми, субтитри, камера и списък за участниците, ако искате да документирате събитието.

- Ако искате да разпространите информация за филмовата вечер, можете да направите плакати (с името на филма и/или снимка на обложката му, място, дата и час, информация как могат да се свържат с вас, лого на спонсори, ако има такива и т.н.)
- Изберете подходящите медии, които да разпространят информацията – вестници, социални мрежи, радио, телевизия; но също места като кафенета, барове, публични институции, в които можете да оставите плакатите си или друга информация.
- Свържете се с медиите предварително, за да им дадете информация.
- Потърсете информация от местните власти или организации дали могат да помогнат с рекламирането на събитието.
- Създайте група или страница в интернет (в една или няколко социални мрежи) и я поддържайте и обновявайте.

Стъпка 1: Поканете участниците да се настанят удобно и изчакайте всички да дойдат.

Стъпка 2: Представете себе си и/или организацията си (ако е подходящо) на участниците.

Стъпка 3: Представете филма на участниците и обяснете накратко и в общи линии какви са причините, поради които сте избрали този филм. Накарайте участниците да се почувстват удобно да се изразяват свободно и след това кратко представяне можете да започнете прожектирането.

Стъпка 4: След филма включете участниците в дискусия, като ги поканите да:

- 1.) Опишат как се чувстват, какво им е харесало и какво не им е харесало, имало ли е шокиращ момент и кой;
- 2.) Споделят какви послания са успели да идентифицират във филма; как тези послания са били изразени;
- 3.) Споделят мнението си за изводите от филма;
- 4.) Споделят как посланията и изводите от филма се отнасят към истинския живот;

Стъпка 5: (В случай, че организирате повече от една прожекция) Предложете на участниците да разработят някакъв артистичен продукт въщи, свързан с темата на филма и да го представят на следващата прожекция или среща.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

В зависимост от филма участниците може да изразят различни емоции и чувства. Може да се смеят, да плачат, да се стресират и др. Дайте им достатъчно време да изразят себе си и се опитайте да използвате изразените емоции за процес на учене чрез въпросите по-горе.

След обобщението участниците ще се чувстват по-близки един с друг, тъй като са направили нещо заедно, изразили са усещанията си и идеите си в безопасна среда и са се опознали по-добре. Те ще са осъзнали, че хората имат различни мнения, което е една възможност за учене и за разглеждане на дадена тема от различни гледни точки.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО ОПИТАТ?

Най-важното нещо за този метод е участниците да се чувстват комфортно да изразят мнението и емоциите си. Обяснете, че няма верни и грешни отговори, че всяко мнение е важно и че в тази група изслушваме и уважаваме всяка идея и всяко мнение. Окуражавайте мълчаливите участници също да се включат в дискусията. Бъдете подготвени за неловко мълчание и дайте достатъчно време на участниците да започнат да споделят. Не прибързвайте с въпросите. Хората имат нужда първо да осмислят видяното.

Препоръчително е дискусията да тече не повече от 30-35 минути.

Ако използвате метода в рамките на по-дългосрочна дейност (например обучителен курс или семинар, който продължава няколко дни), добре е да планирате свободно време след този метод.

**Използвано От
CAZALLA INTERCULTURAL
SPAIN**



Моите бележки



Време е за жътва, приятели! В предишните сезони садихме, разцъфтахме, отглеждахме идеи и преживявания, узрявахме заедно с тях. Есента е моментът да погледнем назад към този процес и да съберем най-доброто от него – точно както правят земеделците през есента.

Методите в тази глава ще ви помогнат да обобщите наученото и резултатите от сесиите, семинарите, обученията или подробните дейности, които сте организирали със свои връстници. Те ще помогнат на участниците ви да „ожънат“ наученото. Методите в тази глава са предназначени да фасилитират даване на обратна връзка, осмисляне, оценка и последващи дейности. Това е винаги важна фаза от всяка дейност и без нея съществува риск да загубите някои от плодовете на своята работа. А ние не искаме това, нали?

Докато есенният период е важен за вашите участници, той ще помогне и на вас самите да оцените как сте планирали и изпълнили целия процес с тях и какво можете да подобрите в следващия сезонен цикъл. Краят на годината не е краят на света, независимо какво казва календарът на майте. След всяка есен идва зима и така нататък. Има много млади хора, които се нуждаят от вашата помощ и подкрепа, така че ожънатото през есента използвайте за планирането на следващите сезони. Така правят истинските ВИПове!

МОЗЪЧНА АТАКА В ОБЛАК

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Това е метод, който се базира на графична визуализация на думи според честотата им на използване в текст – или с други думи Tag Cloud (буквално – „облак от етикети“). Текстът, който използваме, бива създаден чрез адаптация на метода „мозъчна атака“. Целта на това упражнение е да се разбере какво е основното виждане на участниците за даден проект или дейност.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Това упражнение не изисква никаква специална подготовка. Въпреки това препоръчително е да подготвите някаква музика (например ритмична инструментална), за да улесни мозъчната атака.

Стъпка 1: Помолете участниците да помислят за отговора на един въпрос (например „Какъв беше този семинар?“) и да запишат на лист хартия колкото се може повече думи като отговор. Всеки участник трябва да има лист хартия (за предпочитане – А4). Участниците имат време 5 минути.

Участниците могат да пишат каквото поискат, стига да е отговор на поставения въпрос. Целта е да се пишат думи, а не изречения, така че каквото изникне в ума им, е валидно и трябва да го запишат.

Стъпка 2: След като времето свърши, съберете листите. След това написаните думи се вписват в генератор на облаци като Wordle (<http://wordle.net>) или TagCrowd (<http://tagcrowd.com/>).

Те автоматично ще създадат изображение, като това, което направихме за проекта „ВИПове в действие“ и което можете да видите на адрес: http://www.wordle.net/show/wrdl/7839276/Tag_Cloud_of_Vips_in_Action

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Това упражнение дава възможност да се разбере как участниците колективно виждат даден проект или дейност, като се използва и подсъзнателното ниво. Поради това то представлява допълнителен инструмент, чрез който да се разбере мнението на участниците за дадена дейност, тема или проект.

Мои бeлeжки

САМООЦЕНКА С ДИКСИТ КАРТИ

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Методът е подходящ за края на обучение или по-дълъг семинар. Полезен е, тъй като стимулира креативността и въображението на участниците. Помага на по-срамежливите участници, като им дава начална точка, чрез която да определят и обяснят чувствата си. Особено то за картите Диксит (Dixit) е, че всяка карта има специфично изображение, което е многопластово и не съдържа думи. Изображенията обикновено са многоцветни и са съставени от много различни елементи (Например – малко момче пред голяма врата, която е леко откряхната, а през процепта влиза светлина).

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Трябва да си набавите комплект карти Диксит или сами да подготвите карти с различни изображения.

Стъпка 1: Преди участниците да влязат в залата, махнете столовете и освободете голямо пространство. Разпръснете картите на пода, така че всички изображения да се виждат.

Стъпка 2: Поканете участниците да влязат в залата тихо и без да говорят, да намерят удобно за тях място в залата.

Стъпка 3: Поканете ги да разгледат картите и да потърсят изображението, което най-добре описва чувствата им към момента и което най-ясно обяснява усещането им за резултатите от семинара, в който са участвали заедно през последните няколко дни (или часа). Трябва да го направят, без да говорят. Можете да им помогнете, като им кажете: „Припомнете си целия процес от последните няколко дни (часа), спомнете си как се чувствахте, когато пристигнахте, какви страхове имахте, как се чувствахте през различните дейности на семинара (или проекта), как опознавахте останалите, какви предизвикателства имахте...“. Припомнете им различни елементи от програмата на семинара (например – „Заедно организирахме разходка, която беше много изморителна физически, но много помогна за доброто ни настроение...“)

Стъпка 4: След 10-15 минути помолете участниците да седнат на пода в кръг и поканете участниците, които се чувстват подготвени, да обяснят коя карта са избрали и защо.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Обикновено това е доста емоционален момент, тъй като участниците споделят усещанията си и групата се сближава още повече.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВЪРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО ОПИТАТ?

За да създадете по-интимна атмосфера, може да поставите свеци на пода и да пуснете успокояваща музика за фон (не я усилвайте много, за да не разсейва участниците). Имайте предвид, че някои участници може да не искат да споделят, а други да искат да споделят твърде много. Според груповата динамика и нивото на доверие и споделяне, е възможно да се получи много емоционално интензивен момент. Планирайте почивка след тази сесия, за да могат участниците „да си поемат въздух“.



**ИзПОЛЗВАНО ОТ
VICOCORTO
ITALY**



Моите бележки

ОБРАТНА ВРЪЗКА

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Този метод е подходящ за групи, които работят заедно за по-дълъг период от време – или в рамките на обучение, което продължава няколко дни, или в рамките на периодични срещи с една и съща група от хора. Методът може да се използва, за да се настръчи спазването на правила, които групата сама е създала; за да предостави възможност за осмисляне на наученото от нас и другите около нас; за да се развият компетенции за даване и получаване на обратна връзка. Методът е особено подходящ за по-малки и задружни групи.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Методът трябва да се планира предварително, тъй като има две части, които са отдалечени една от друга във времето. Ако не сте запознати с концепцията за даване и получаване на обратна връзка, добре е да прочетете за нея и да се запознаете поне с основните правила:

ПРАВИЛА ЗА ДАВАНЕ НА ОБРАТНА ВРЪЗКА

1. Обратна връзка се дава само на хора, които са готови или искат да я получат.
2. Обратната връзка винаги трябва да е конструктивна, т.е. трябва да може да доведе до някакво подобрене.
3. Обратната връзка може да е само положителна или положителна и отрицателна; само отрицателна обратна връзка не се препоръчва.
4. Обратната връзка трябва да е конкретна.
5. Обратната връзка е субективна, т.е. трябва да е ясно, че това, което казвате, е вашето мнение и не задължително е универсална истина.

ПРАВИЛА ЗА ПОЛУЧАВАНЕ НА ОБРАТНА ВРЪЗКА

1. Приемете я или не я приемайте. Не всяка обратна връзка е вярна, така че можете да решите какво да вземете и какво да игнорирате.
2. Не прекъсвайте. Може да сте съгласни или да не сте, но трябва да оставите даващия обратна връзка да се изкаже.
3. Не се оправдавайте. Не давайте обяснения и не се опитвайте да опровергавате обратната връзка, която ви се дава.

Преди да използвате метода, трябва да решите какъв аспект от работата на групата искате да оцените и около него да организирате даване на обратна връзка. Например в рамките на местните дейности в проекта „ВИПове в действие“ в България работихме с група, която заедно изготви списък с правила, които да следват в своята съвместна работа. Решихме да организираме обратна връзка именно върху спазването на тези правила.

Стъпка 1: Когато започнете да работите с дадена група, кажете им, че специфичен аспект от тяхната работа ще бъде оценен накрая и че участниците ще бъдат поканени да дават обратна връзка един на друг. Обяснете какво е обратна връзка.

Стъпка 2: В края на съвместната ви работа (или на конкретна фаза от нея) съберете групата за сесия, посветена на обратната връзка. Обяснете отново какво е обратна връзка и много ясно дефинирайте какви са правилата за даване и получаване на обратна връзка. Дайте примерна обратна връзка.

Стъпка 3: Ако групата е голяма, разделете я на малки групи и поканете участниците да дават обратна връзка един на друг. По-голямата група може да повлияе на честността, както и да направи приемането на обратната връзка по-трудно. Уверете се, че всички спазват правилата и че се придържат към обратна връзка за конкретния аспект на работа, който сте избрали (например – дали сме следвали правилата за работа, които заедно сме изготвили).

Стъпка 4: Накрая попитайте участниците как се чувстват, дали виждат смисъл от даването и получаването на обратна връзка и как могат да използват това в бъдеще и в различни сфери на живота.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО СПИТАТ?

- *Бъдете много стриктни със спазването на правилата за даване и получаване на обратна връзка – не правете компромис с тях. Несполучливата сесия за обратна връзка може да навреди на груповата динамика и да създаде междуличностни конфликти.*
- *Подходете към участниците внимателно. Някои от тях се плашат от идеята да получат обратна връзка. Не ги принуждавайте! Вместо това обяснете защо обратната връзка е важна и полезна.*
- *Когато използвахме метода в рамките на проекта, нашите участници се включиха с неохота. Дискутирахме проблема дълго и в крайна сметка стигнахме до заключението, че не би трябвало да се страхуваме да проверим дали сме спазвали правилата, които сами сме създали и решили да следваме.*

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

Участниците може да са малко стресирани по време на сесията или веднага след края, особено тези от тях, които се сблъскват с механизма за обратна връзка за пръв път. Въпреки това методът дава възможност за осмисляне и оценка, тъй като всички (или поне тези, които искат) получават храна за размисъл; осмислянето бива подкрепено не само от получаването, но и от даването на обратна връзка на други. Методът подкрепя изграждането на компетенции за даването и получаването на обратна връзка по принцип.

**Използвано от PRO
EUROPEAN NETWORK
BULGARIA**



Мои бележки

ЛИЧНИ ВПЕЧАТЛЕНИЯ

КОГА И ЗАЩО СЕ ИЗПОЛЗВА?

Този метод е подходящ за края на обучителен процес, в който участниците са били въввлечени за дълъг период от време – в края на поредица от кратки семинари, в края на по-дълга инициатива или както в нашия случай – в края на проект. Методът се използва със следните цели:

- Да предостави пространство, време и инструмент за участниците, за да могат да осмислят целия процес и своята роля в него;
- Да събере обратна връзка от участниците за това какви са техните усещания спрямо този процес;
- Да помогне на участниците да оценят сами наученото от тях, както и промяната, която виждат в себе си;
- Да покаже на света какви личностни промени са настъпили в резултат на свършената работа.

КАК СЕ ПОДГОТВЯМЕ ПРЕДВАРИТЕЛНО?

Помислете за няколко въпроса, които биха помогнали на участниците да създадат разказ за своите лични впечатления. Планирайте достатъчно време за осмисляне и създаването на текста. Съберете видео, снимки или други материали от инициативата, в която са били въввлечени участниците и за която искате да съберете лични впечатления.

Стъпка 1: Направете преглед на проекта/дейността, за която искате да съберете лични впечатления. Припомнете на участниците всички важни фази и какви резултати са постигнати. Ако е възможно, покажете снимки, видео и други материали, които са създадени в рамките на този процес. Това ще помогне на участниците и ще ги вдъхнови.

Стъпка 2: Представете въпросите, по които бихте искали участниците да помислят. Дайте им достатъчно време да работят индивидуално и да подготвят разказа за своите лични впечатления. Насърчете ги да използват места, на които се чувстват добре и комфортно – могат да излязат навън, да седнат в кафене или парк или дори на плажа (ако такъв е наличен!). Трябва да използват времето, за да запишат своите лични впечатления.

Стъпка 3: Съберете участниците в голяма група и дискутирайте как е преминал процесът по създаването на разказа за личните им впечатления. Ако някои участници искат да прочетат своя разказ пред всички, дайте им тази възможност.

КАКВО БИХТЕ ПОСЪВЕТВАЛИ СВОИТЕ ВРЪСТНИЦИ, КОИТО ИСКАТ ДА ГО ОПИТАТ?

Ето някои въпроси, които можете да дадете на участниците, за да им помогнете при създаването на техните разкази:

- Върнете се назад във времето и опитайте да си спомните защо решихте да се включите в този проект (в тази дейност). Струваше ли си?
- Помислете за частите от проекта (дейността), които са ви оставили най-силен спомен. Кои са те и защо?
- Помислете за моментите, в които сте се чувствали наистина развълнувани и щастливи да бъдете част от този процес. Кои са те и защо?
- Помислете за моментите, в които сте били тъжни или разочаровани. Кои са те и защо?
- Какво е най-важното нещо, което научихте в този процес?
- Какво друго научихте?
- Промени ли се нещо във вас в този процес? Какво?

Ако планирате да използвате разказите на участниците (да ги публикувате в интернет или да ги включите в отчета на своя проект), уведомете участниците за това предварително и поискайте тяхното разрешение. В този случай можете да заснемете на видео разказите на тези участници, които не се срамуват да говорят пред камера. Видео разказите могат да бъдат много силен инструмент за популяризиране на резултатите от вашата работа!

Ние използвахме този метод по време на финалната среща на проекта „ВИПове в действие“. Събрахме разказите за личните впечатления на някои от нашите ВИПове. На следващите страници може да видите как те се чувстват спрямо цялостното си участие в проекта и какво са научили! Именно това имаме предвид, като казваме, че есента е време за събиране на плодовете на нашата работа. А това за нас е и един от основните резултати на нашия проект.

КАКВО СТАВА, СЛЕД КАТО СМЕ ИЗПОЛЗВАЛИ МЕТОДА? КАКВО СЕ СЛУЧВА С ГРУПАТА?

В рамките на метода на участниците е дадено достатъчно време да осмислят своите преживявания в рамките на проекта/инициативата. Те имат по-ясна идея как проектът им е повлиял; дали ги е променил и как; дали са научили нещо и какво. По-уверени са спрямо това, което са получили от това преживяване.

Едновременно с това вие – като фасилитатори на този процес – държите в ръцете си доказателство за резултатите от своята работа. Можете да видите ясно как процесът, който сте иницирали и управлявали, е повлиял на другите и каква промяна е настъпила в тях. Това е доказателство за работата ви и храна за размисъл за това как можете да я подобрите в бъдеще. В някои случаи разказите за лични впечатления могат да са добър инструмент да популяризирате работата си!

**ИЗПОЛЗВАНО
ОТ ЕРЕКА
SLOVENIA**





Нека ви се представя – казвам се Линда, на 22 години съм и съм от Италия. Първо трябва да кажа, че се присъединих към проекта „ВИПове в действие“, след като вече беше започнал, повечето хора вече се познаваха от предишната среща в България, а аз бях една от новите ВИПове, която се включи в младежкия обмен в Испания. Една от целите ни беше да разгледаме заедно няколко теми и си спомням, че се почувствах малко неудобно, след като видях, че някои хора вече знаеха какво искат да направят и изглеждаха много уверени в тази ситуация. За мен всичко в рамките на обмена беше ново – като започнем от останалите хора в групата и стигнем до различните методи на работа. Това беше само вторият ми проект и първият, в който не познавам никого дори в групата от моята държава. Това беше и основната причина, поради която бях малко притеснена.

В първия ден, по-точно нощта, в която пристигнахме в Пунтас де Калнегре, се почувствах малко неориентирана – всички бяха пръснати в хостела и трябваше да намеря стаята си сама. Там ме чакаха две красиви момичета и се почувствах малко странно. Страхувах се, че няма да можем да се разбираме, но накрая вече си говорихме на няколко езика – английски, разбира се, но също испански, френски, а те се опитаха да ме научат и на майчиния си език – португалски. **MUITO BEM!**²

Започнах да се чувствам по-комфортно в цялата тази ситуация и през следващите дни всичко си дойде на мястото, започнаха дейностите, а с тях аз започнах да разсъждавам много. Според мен абсолютно всяка дейност, през която преминахме, беше много полезна, а всички сесии, подготвени от различните национални групи, бяха добре структурирани, но и забавни!

Ден след ден всички предразсъдъци изчезваха, а ние се учехме как да споделяме, как да си сътрудничим, как да създаваме и как да променяме мнението си и самите себе си! Лично за мен този опит е като свещ в тъмното – сега знам, че трябва да се фокусирам повече върху себе си и върху това, което ще бъде добре както за мен, така и за хората около мен. От време на време трябва да скочим извън зоната на комфорта си, за да разберем повече за нас самите! А този проект наистина ми помогна да намеря една нова Линда – тази, която има голямо семейство от цяла Европа и която първоначално беше много объркана, но сега вижда път, по който да върви.

² „Много добре“ (португалски).

ФРАН, Испания

VIPS



Ако се замисля за моето участие в проекта „ВИПове в действие“, то започна в самия момент, в който се запознах с Cazalla Intercultural. Винаги ми е харесвало да пътувам и доброволствам, така че когато чух за организация, която изпраща хора в чужбина за доброволчески проекти, за мен това беше перфектната алтернатива да направя нещо със свободното си време. По това време бях малко дезориентиран. Вече 3 години живеях при родителите си и помагах на баща си на полето; смених няколко работни места, но на никое от тях не бях повече от месец. Тогава Cazalla Intercultural ме изпрати в Литва за краткосрочна доброволческа служба за месец и половина. Там се запознах с „неформалното образование“ и се влюбих в него. В Литва си прекарах страховтно и разбрах какво е „преживяване, от което се учиш“ и как работи неформалното образование.

След като се върнах от Литва, започнах да търся дългосрочна доброволческа служба, но не открих нищо подходящо и се върнах към скучната си рутина.

Тогава разбрах за обучителен курс в България и реших, че ще е хубаво отново да съм в межкултурна среда и да опитам отново от това интересно „неформално образование“. Кандидатствах и се включих в проекта.

Срещнах се с останалите участници от Испания и всички доста си приличахме. Заради това останах изненадан, когато видях останалата част от групата. Беше толкова разнообразна! Бяхме хора между 15 и 30 години, от различни етнически групи, религии и държави. От една страна ми харесваше, от друга страна се чудех дали няма да стане бъркотия. Но не беше изобщо. Научих много от всеки от връстниците си и се превърнахме в задружна група за много кратко време. Научих много за това какво е да си фасилитатор и колко полезно е неформалното образование. Отново бях на правилния път и заради дейностите в проекта на местно ниво, този път не го загубих.

Обратно в Испания изградихме силен екип. Имахме много конкретна идея, така че работихме по нея и „кино работилницата“ се случи доста лесно. Разпределихме си задачите и намерихме хубаво място, където да прожектираме филмите. Разбира се имаше периоди, в които нивото на енергията ни беше ниско. Очакваме повече хора и работихме здраво да разпространим информация за работилниците, но не винаги успяхме. Понякога ни идваха мисли да се откажем, но не го направихме. Когато приключихме, някои от участниците решиха да продължат идеята, което ме накара да се чувствам много горд.

По това време също научих много. Основно, че да се оплакваш от проблемите в обществото ни е напълно безсмислено, ако не се опиташ да ги разрешиш. Трябва да започнем с малки инициативи, а оттам ще се родят и по-големите, с които можем да постигнем промяна. „Не мисли прекалено много и направи едно малко нещо“.

На младежкия обмен в Лорка (Испания) очаквах да видя моите приятели и да си прекарам добре. Не беше точно така... Този път бяхме много вгълбени в работните сесии. Усещах напрежение заради сесията, която испанската група трябваше да проведе и този стрес ме извади от комфортната ми зона. Така успях да опозная себе си на много дълбоко ниво. Мисля, че успях да намеря своя път. Работейки усилено, се чувствах щастлив. Междувременно изградихме задружна група от стари и нови приятели и заедно си прекарахме много добре. Отново се изненадах от това колко много неща могат да се случат за толкова кратко време.

В края на проекта организирахме финална среща за оценка в Марибор (Словения). Беше време да разгледаме проекта в дълбочина. Разбрах значението на целия проект и цялото количество работа, което беше скрито от нашите очи досега. Беше време за осмисляне. Споделяхме различните реалности в различните държави. Отново учех много.

Накрая се случи нещо много красиво. От нашата „финална“ среща се родиха много идеи за нови проекти. „Финална“ не значи нищо; времето никога не свършва, но трябва да се ползва максимално.

Сега намерих перфектния си проект за доброволческа служба. Ще доброволствам във Филипините за 10 месеца и благодарение на „ВИПове в действие“ се чувствам готов да работя и постигам промяна, където и да съм.



Приятели, казвам се Роксана, от Румъния съм и съм доброволец вече пет години в моя малък роден град, в нашата организация Център за доброволчество Ресита.

Участвах в проекта „ВИПове в действие“ от началото до края след дълга почивка от доброволчеството, защото бях много заета със следването си. Преди този проект бях участвала в няколко други международни проекта, но те изобщо не могат да се сравняват с този. Истина е.

Въпреки че в началото на проекта бях малко срамежлива и не се чувствах уверена в английския си (но от друга страна много участници бяха в същата ситуация като мен), в края на проекта вече бях много горда от себе си, защото преминах през това и сега съм по-уверена в себе си и в хората около мен.

Този проект значи много за мен, защото за много краткото време, което прекарахме заедно в рамките на международните събития (обучителен курс и младежки обмен) и въпреки всички различия между нас (като например култура, личностни качества, минало), се сближихме много и успяхме да дискутираме много сериозни теми и да се учим един от друг. Сигурна съм, че всеки от нас научи поне едно много важно нещо и откри нещо за себе си, както и че всеки излезе от зоната си на комфорт поне веднъж – също като мен.

За да ви дам някаква представа за нещата, които научих, мога да кажа, че се научих да подготвям обучителни сесии по по-професионален начин или например, че не е добре да имаме големи очаквания, за да не сме много разочаровани, ако не ги изпълним. Когато подготвихме нашите местни семинари, въпреки че имахме много сложни идеи, беше трудно да ги осъществим на практика или дори да започнем да правим каквото и да е. Научих, че понякога е добре да започнем да правим нещо, като не обръщаме внимание на страховете си – просто трябва да скочим и да видим какво ще стане. Научих се да не поставям етикети на хората и да не бъда толкова песимистично настроена, колкото съм обикновено.

Преминах през дълъг процес на учене и за мен беше много полезно да участвам във финалната среща за оценка на проекта, защото добих по-добра представа как работи той, но също и колко е трудно да се планира дългосрочен процес на учене. Почувствах се добре, когато погледнах назад и видях колко съм развила себе си, колко по-уверена съм сега, колко много неща съм научила. Сигурна съм, че всичко това не се случи само с мен.

Благодаря ви, ВИПове в действие!

*ЛУИС,
Португалия*



Здравейте, аз съм Луис, на 25 години съм и искам да ви кажа няколко неща за моя опит в проекта „ВИПове в действие“.

Включих се в проекта за обучителния курс в България. Бях много развълнуван да се запозная с много хора от различни държави и да видя колко подобни сме всички, въпреки че всеки от нас е уникален и има своята история, но бързо се превърнахме в едно голямо семейство! В рамките на това обучение започнах да се уча как да фасилитирам и да използвам неформално образование, да се свързвам с участниците и да създавам добра среда за учене. За мен това беше много интересно, тъй като искам да се развивам в тази посока. Няколко месеца по-късно дойде и младежкия обмен в Испания!

Там имахме възможността да бъдем отново заедно, както и да се запознаем с нови хора! За този обмен всяка държава разработи сесия, която да представи на останалите. Беше трудна задача, аз бях нервен и притеснен, но получих силна подкрепа от нашето голямо семейство и всички направиха страхотни сесии. Научих толкова много от другите!

Не знаех какво да очаквам след това, но бях поканен за финала на проекта – имах късмета да участвам в срещата за оценка и да видя как се случват нещата „в кухнята“; как екипът комуникира и работи заедно, за да направи страхотен проект. Беше много вдъхновяващо! След края на проекта съм малко тъжен, но същевременно изпълнен с мотивация да направя свой собствен проект! Това е нещо, което искам да направя в бъдеще и да се развива като ментор!

THE VIPS in ACTION PROJECT WERE:

Мотото на CAZALLA INTERCULTURAL е „Променяме образованието, за да променим света“. Организира дейности по обучение и образование, доброволчески проекти, информационна точка за многообразие и мобилност (информация за младежи и мигранти), дейности за изостряне на чувствителността (човешки права, дискриминация, расизъм) на местно, национално, европейско и международно ниво. Основните направления на работа са обучение по човешки права, межкултурно образование, младежко участие, насилие, основано на полов признак и социално включване.



C/ Corredera 36 bajo, 30800 Lorca, SPAIN

E-mail: tea@cazalla-intercultural.org

Web: <http://cazalla-intercultural.org>

Facebook: <http://www.facebook.com/cazalla.intercultural>

„RATO (adcc) - Сдружение за насърчване на културата и науката“ е легално регистрирана младежка организация, която разработва инициативи и проекти, ориентирани към популяризирането на информационно общество.



Oficina da Juventude do Miratejo

Rua Adriano Correia de Oliveira, 8, 1º Miratejo

2855-227 Corroios

Tel: +351212275684 [Oficina da Juventude do Miratejo]

Mob: +351933778414 [Rato-ADCC]

Web: www.rato-adcc.pt

Facebook: <https://www.facebook.com/ratoadcc>

Vicolocorto е неполитическа и нестопанска младежка културна асоциация, създадена през 2006 година и намираща се в Песаро, Италия. Организацията специализира в младежката работа и работи в сферите на неформалното образование и извънкласните дейности, межкултурното учене, популяризирането на младежката мобилност, доброволчеството и младежкото участие, както и изследването на младежките политики и дейности.



Via mazzolari, 8 - 61122 Pesaro. Italy

email: info@vicolocorto.org

web: www.vicolocorto.org

blog: <http://vicolocortini.wordpress.com/>

facebook: <https://it-it.facebook.com/pages/Vicolocorto/9335562833>

„Къща Ангелиус Силесиус“ е основана във Вроцлав (Полша) през 1993 година. Ние сме образователна институция за младежи от града и цял свят. Мисията на организацията описва нашия стремеж за организационно и личностно развитие, както и за подкрепа на младите хора в тяхното развитие. За сегашните ни програми можете да прочетете във фейсбук страницата ни: <https://www.facebook.com/domspotkan?fref=ts>. Иначе можете да се свържете с нас на angelus@silesius.org.pl.



facebook: <https://www.facebook.com/domspotkan?fref=ts>

E-mail: angelus@silesius.org.pl

Доброволческият център „Ресита“ води началото си от проект в партньорство между местни неправителствени организации и местните власти, който се разраства в организация, която цели да популяризира неформалното образование и младежкото участие чрез включването на млади хора в доброволчески дейности и да подкрепи капацитета на неправителствените организации в предоставянето на услуги в общността. В центъра се събират и работят местни доброволци, като той инициира свои дейности и подкрепя инициативи на своите доброволци.



Telefona/ Fax: +40 255 224033

E-mail: voluntariat_resita@yahoo.com

Web: www.voluntariat-resita.ro

facebook: <https://www.facebook.com/centruldevoluntariat.resita>

320100 Resița, Petru Maior nr.2 cam.220, Caras-Severin, România

Сдружение „ПРО ЕВРОПЕЙСКА МРЕЖА“ е организация, регистрирана в България през 2007 година. Основният фокус на организацията е върху въвличането на млади хора от ромски и неромски произход в процеси на учене, за да се подкрепи тяхното развитие и да се насърчи гражданската им активност. Организацията работи особено много по темите межкултурен диалог, социално включване и права на човека.



Web: www.proeuropean.net

facebook: www.facebook.com/penetwork

E-mail: info@proeuropean.net

Научната асоциация за изкуства, култура, образователни програми и технологии ЕПЕКА е създадена през 2008 година. Организацията е активна в сферата на културата, изкуствата, младежките дейности, доброволчеството, екологията, образованието. Сдружението е и компания за социално предприемачество.



Združ enje Epeka, Koroška 8 2000 Maribor, Slovenija

E-mail: epeka@epeka.si

<http://epeka.si/>



Youth
in Action



Този проект е финансиран с подкрепата на Евротейската комисия. Тази публикация отразява само позицията на нейния автор и Комисията не носи отговорност за използването на информацията, съдържаща се в нея.



Поздравления! Устяхте... Как беше?



Останете ВИПове!