

UNITY in COMMUNITY

Gyakorlati kézikönyv befogadó
közösségi alkalmakhoz

Az Unity in Community

négy kelet-európai civil szervezet által megvalósított projekt. A résztvevők Mareena (Pozsony, Szlovákia); Be International (Brno, Csehország) Global 2000 (Bécs, Ausztria) és a Kalunba (Budapest, Magyarország) voltak. A projekt 2019. szeptemberében kezdődött és 2020. szeptemberéig tartott; szlovákiai, csehországi, ausztriai és magyarországi szervezetek nemzetközi együttműködése keretén belül valósult meg. A Szlovákiából, Csehországból és Magyarországról származó partnerek bevándorlókkal együtt különböző területekre fókuszáló programokat tartottak (képzések, tapasztalatok megosztása, kultúrák közötti párbeszéd, egyenrangú tanulás). Az ausztriai szervezet környezetvédelmi tematikájú közösségi projektek oktatási programjait valósította meg.

A Unity in Community egyik célja a szervezetek munkavállalói közül megfelelő felnőttképzési szakemberek képzése és az ehhez szükséges megfelelő módszerek kidolgozása volt, különös tekintettel közösségi programokban alkalmazható mentorálással összefüggő képességek fejlesztésére. A kidolgozott módszertant a projektpartnerek a gyakorlatban is megvalósították. Gyakorlatunkat átvehetik felnőttképzési intézmények vagy más civil szervezetek, amelyek foglalkoznak a befogadás és a fenntarthatóság témáival. Mentorálásra alkalmas munkavállalókat képezhetnek, vagy menekültek bevonásával közösségi projekteket valósíthatnak meg egész Európban. A projektrésztvevők bevándorló hátterű és nem bevándorló hátterű szakemberek voltak, akik a négy szervezetben dolgoznak; vezetők, felnőttképzők, szociális munkások, vagy más civil szervezeti dolgozók. A Unity in Community eszköz azok számára, akik képesek megvalósítani befogadó kezdeményezéseket közösségeiken belül, de vagy nem jutottak még el a konkrét ötletig, vagy nincs megfelelő kapcsolatrendszerük hasonló gondolkodású emberekkel.

A négy szervezet együttműködésében 24 hónap alatt egy tanulmány is létrejött, amely tudományos igényteljesítésével mutatja be és támasztja alá az eredményeket és a kidolgozott módszertant. A kötet felnőtttoktatók segítségére lehet fenntartható közösségi projekteket mentorálásánál. A négyoldali együttműködésben amellett, hogy kapacitásépítő tréninget tervezünk és bonyolítottunk le azok számára, akik létre kívánnak hozni hasonló programokat a jövőben; létrehoztunk egy kézikönyvet és egy oktatóvideót is annak érdekében, hogy eredményeinket publikáljuk és lehetővé tegyük a munkánkhoz való nyílt hozzáférést.

A projekt népszerűsítésének érdekében országonként 4-4 programot valósítottunk meg. A kézikönyvet azoknak ajánljuk, akik számára fontos a civil felelősségvállalás és kezdeményeznének, indítanának közösségi projekteket.

Ezt a kiadványt azért hoztuk létre, hogy ötleteket adjunk azoknak az embereknek, akik érdeklődnek a polgári szerepvállalás iránt és elindítanának közösségi projekteket. közösség vezetőinek, szervezeteknek, szociális munkásoknak, közösségszervezőknek és mindeneknek, akik szeretnék elősegíteni a társadalmi változásokat, valamint közösségeik aktív résztvevői kívánnak lenni. Ajánljuk ezt a kiadványt közösségek vezetőinek, szervezeteknek, szociális munkásoknak, közösségszervezőknek és mindeneknek, akik a közösségekkel együttműködve szeretnének társadalmi változásokat előidézni.

TARTALOMJEGYZÉK

I.	Bevezetés	6
II.	A kutatás és a módszerta	7 - 8
III.	A közösség kialakításának folyamata; módszertanunk	9 - 29
	A. I. fejezet: Bevezetés a módszertanba	9 - 11
	B. II. fejezet: A csoporttal való együttműködés alapjai	12
	C. III. Fejezet Cselekvés kidolgozása a közösséggel együtt; konkrét lépések	14 - 29
	1, Első lépés: Közös alap létrehozása	14 - 17
	2, Második lépés: Elmélyülés: Az SDG céloktól az aktív állampolgárságig	18 - 22
	3, Harmadik lépés: Készüljön fel a közösségi projektekre	23 - 25
	4, Negyedik lépés: A folyamat	26
	5, Ötödik lépés: Projekt befejezése és értékelése	27 - 29
IV.	Kísérleti projektek:	30 - 33
V.	A kapacitás építő tréning:	34 - 38
VI.	Következtetés:	39



Üdvözölünk és köszönjük, hogy kezedbe vetted a kiadványunkat. Ez a szöveg az Unity in Community projekt történetét meséli el. A projekt négy kelet-európai civil szervezet (Mareena; Pozsony, Szlovákia, Be International; Brno, Csehország, Global 2000; Bécs, Ausztria és Kalunba; Budapest) munkája. Ezt a kézikönyvet azért hoztuk létre, hogy gyakorlati eszközököt és ötleteket kínálunk azoknak az embereknek, akik érdeklődnek a civil szerepvállalás iránt és készen állnak egy közösségi projek elindítására. Ajánljuk ezt a füzetet a közösség vezetőinek, szervezeteinek, szociális munkásoknak, közösségszervezőknek és mindeneknak, akik szeretnék elősegíteni a társadalmi változásokat és aktívan részt venni közösségeük formálásában. Munkánkat kutatással alapoztuk meg; egy közös kutatás eredményeire támaszkodva néhány módszert, gyakorlatot szeretnénk megesztani, amelyek kiindulópontként szolgálhatnak a közösségi munka iránt érdeklődők számára. Mivel a projekt négy különböző ország négy civil szervezetének együttműködése volt, helyi és bevándorló lakosokat egyaránt bevonva, füzetünk interkulturális kiadvány. A kiadvány azt kérdést járja körül, hogyan tudunk együtt élni és aktívan részt venni saját közösségeinkben fenntartható módon. Fenntarthatóság jelentésmezőjének társadalmi, környezeti és gazdasági aspektusa is fontos számunkra. A közösséget a tág értelemben vett szomszédságon keresztül vizsgálta a kutatás.

Mindenek előtt megvizsgáltuk azokat a különböző feltételeket és tényezőket, amelyek arra ösztönzik a helyi lakosokat és bevándorló közösségeket, hogy aktív viszonyt alakítsanak ki a szomszédaikkal. Figyelembe vettük azokat a különböző akadályokat is, amelyek gátolják az egyént a környezetében megtalálható közösségekbe való becsatlakozásban.

Másodsor, olyan innovatív módszereket mutatunk be, amelyek növelhetik a közösségekben való részvételt, a jelenlét befogadó és fenntartható irányba mutató aspektusait és más közösségekben is alkalmazhatók a társadalmi elkötelezettség ösztönzésére, valamint az erős közösségi érzés előremozdítása érdekében. Munkánkban igyekszünk elkülöníteni két tényezőt; a helyi közösségi projektek szervezésekor alkalmazott módszertan bemutatását, valamint a Unity in Community projektünkben megvalósított, sikeresnek bizonyuló gyakorlatok és példák bemutatását. Az általunk létrehozott gyakorlatokat „kísérleti projekteknél” neveztük, mert a szervezetek a létrehozásukkor egyszersmind közvetlen kapcsolat kialakítását kezdeményezték az őket körülvevő közösséggel.

Végül példákon keresztül bemutatjuk, hogy 2020 őszétől hogyan valósítottuk meg a képességfejlesztő projektet. Közönségünk azok a közösségi szervezetek, vagy a téma irányába nyitott emberekből állt, akik hajlandóak a közvetlen környezetükre fókuszálni. Mindemellett azt is meg szerettük volna mutatni, hogy a Covid-19 által online terekbe szorított módon mindez hogyan volt megvalósítható.

Reméljük, hogy történetünk megismérése hozzásegíti ahhoz, hogy átgondolhassa saját közösségeken belüli szerepét, így tudatosan hozzájárulhat társadalmi változások előmozdításához.

II.

A CommUNITY KUTATÁS

A CommUNITY projektünk legnagyobb része egy saját kutatásra épülő tanulmány létrehozása volt a négy szervezet (Mareena; Pozsony, Szlovákia, Be International; Brno, Csehország, Global 2000; Bécs, Ausztria és Kalunba; Budapest) együttműködésével. 2019-ben és 2020-ban végezte a kutatását és írta meg saját tanulmányát a négy együttműködő fél, ami a kutatást végzők környezetében élő lakosság közösségről, környezetéről alkotott képének minél jobb megértését szolgálta. A létrehozott programok alkalmasak hatékony közösségefjesztésre kulturálisan sokszínű környezetben. A projekt fő célja olyan felnőttoktatási módszerek kidolgozása volt amelyek elősegítik a fenntartható közösségi projekteket, és képessé teszi az embereket arra, hogy aktív polgárokká váljanak miközben pozitív kapcsolatokat alakítanak ki a kulturális és társadalmi szakadékok között.

A négy szervezet mindegyike készített interjúkat a szervezetek közösségein belüli emberekkel és közösségeükön kívüliekkel is. A következő kérdésekkel foglalkoznak: Mit jelent a "szomszédság" és milyen határok keretezik. Kihez fordulna, ha segítségre lenne szüksége? Mennyire része a szomszédságnak? Mennyire vesz részt a környék életében, ahol él? Érdekli-e a társadalmi felelősségvállalás és előnyösnek tartja-e?

MINTÁNK A KÖZÖSSÉGBŐL	<ul style="list-style-type: none">79 kérdezett a négy szervezetből.Helyi, külföldi, vagy bevándorló háttér; nemzetiségi háttér és tartózkodás hossza szerint kategóriákba rendezve.
KÖRNYÉK, SZOMSZÉDSÁG MEGHATÁROZÁSA	<ul style="list-style-type: none">A minta nagyobb része (51) a vizsgált közösség tagja. A válaszadó környezetének, illetve az aktív, hétköznapi kapcsolatainak besorolása társadalmi dimenzió szerint.21 résztvevő mondta azt, hogy a környezetet téren határozza meg, utcák, hidak, parkok és más nevezetességek alapján.
KAPCSOLATOK	<ul style="list-style-type: none">A válaszadók több, mint fele, 55%-a válaszolta azt, hogy egyáltalán nem ismeri a szomszédjait. 19%-uk válaszolta azt, hogy felületes tudása van a szomszédjaikról.Csak a helyi származású és a hosszú ideje helyben élő válaszadóknak van erősebb kapcsolata a szomszédság közösségeivel.
VÁLTOZÁST ELÉRNI	<ul style="list-style-type: none">A minta nagyobb része valamilyen módon kifejezte a vágyát arra nézve, hogy valamiféle változást szeretne a környezetében a természet, a parkok megközelíthetőségét tekintve.Másik jelentős kategória a forgalommal és a zajjal kapcsolatos változtatások igénye.A többség úgy érzete, hogy a helyi önkormányzatnak kell megoldania a problémát, de néhányan felelősnek érezték magukat és úgy gondolták, hogy közös erőfeszítéseket kellene tenni.
AZ ELHIVATOTTSÁG SZINTJEI	<ul style="list-style-type: none">A válaszadók 36%-a felelősnek érezte magát a közösségréйт.Általában a fiatalok, fiatal párok, idősebbek, nyugdíjasok érezték magukat felelősnek a környezetükért.67% nyilatkozta, hogy ritkán vesz részt, kevésbé bevonódott közösségekben.
EMLÉKEZZÜNK A NYILVÁNVALÓ AKADÁLYOKRA:	
<ul style="list-style-type: none">NYELVEKKULTURÁLIS KÜLÖNBSÉGEKKAPCSOLATOK MEGALAPOZOTTSSÁGAKÉPESÉGEK SZINTJEI	

A tanulmány alapján 10 ajánlást fogalmaztunk meg Ön és környezete számára.

+



○

—

+

+

- 1) Határozza meg a közösséget: Győződjön meg arról, hogy minden vezető a közösségen ugyanazon a véleményen van, egy oldalon áll. Készítsen térképet, hogy átlássa a közösséget érintő munkáját.
- 2) Hozzon létre egy listát a környékbeli szereplőkről: kiket érint vagy érinthet a potenciális változás, és kik segíthetnek vagy jelenthetnek akadályt az úton?
- 3) Tudj meg, kik élnek régebb óta a környezetében: ezek az egyének és családok hajlamosabbak arra, hogy az Ön közösségebe becsatlakozva vegyenek részt a közösségfejlesztésben, és információt adhassanak a közösség történetéről.
- 4) Tudjon meg többet a környékbeli kapcsolatokról: ez lehet néhány alapvető felmérés, vagy talán még hosszabb mélyreható beszélgetések is lehetnek. Bármit is választ, a kapcsolatok megismerése létfontosságú a fenntartható változás érdekében.
- 5) Derítse ki, mik a környezetének fő közösségi központjai. Ez lehet kétváros, park, de akár egy imaház is. Néha nagyon egyedi közösségi terek a környezet valódi központjai. Térképezze fel ezeket.
- 6) Ismerje meg a közösség szükséglétéit; az előrelépés feltétele a környékbeli hiányosságok megismerése. Például, ha a felmérésében azt találja, hogy a legtöbb ember lakásbérlet díjai jelentősen emelkedtek, ami miatt a bérőknek többet kell dolgozniuk, ami időt von el a közösségi élettől, akkor sikerült kimutatnia a szükségét egy lakásbérleti szabályozásnak.
- 7) Javasoljon olyan kezdeményezést, ami a helyi igényeknek megfelel.
- 8) Érje el, hogy a változás diszkrusába minden jelenlévő bekapcsolódhasson. Bár sokan nem vesznek részt aktívan a folyamatban, de a diszkrusnak részesei szeretnének lenni. Legyen nyitott a kommunikáció.
- 9) Ne feleje a motiváció fenntartásának szükségességét! Egyes embereknek szükségük lehet a folyamatos jelenlétre a projektben.
- 10) Tartsa szem előtt azokat az akadályokat, amik nehezítik az emberek részvételét a közösség életében. Sok olyan fiatal van, aki kisgyermeké miatt nem tud részt venni az alkalmakon? Lehet, hogy a gyerekfelügyelet megszervezése növelné a részvételt közösségi alkalmakon.

○

○

○



+

○



FEJEZET 1

BEVEZETÉS A MÓDSZERTANBA

A CommUnity mentorálási módszertant a fent említett tanulmány eredményein alapul; Andrej Navojsky és Miriam Bahn szerzőpáros munkája, középpontjában az emberek támogatása áll.

- Ismerje meg a szomszédjait és mélyítse el a kapcsolatokat velük.
- A szomszédság etnikai összetételének megismerése.
- Az emberek megerősítése abban, hogy képesek megváltoztatni a közösségeket.
- Több ismeretet szerezni az emberek hátteréről és identitásáról.
- Az állampolgári aktivitás és a közösségi életbe való bekapcsolódás mértékének növelése.
- Olyan impulzusok közvetítése a közösség felé, amik egy zöld infrastruktúra létrehozásának példái lehetnek.

A módszertan **célcsoportja** azok a **trénerek**, akik rendelkeznek némi tapasztalattal a csoportokkal való munka terén és **fenntartható fejlődés területeiről való tudást, közösségi munka készségeit szeretnék fejleszteni**.

Ebben a részben megtanulhatja, **hogyan kell mentorálni a projektben résztvevő csoportok tagjait**, akik jelen vannak, fejlesztik a közösségi-projekttervezési készségeiket és elmélyítik a kapcsolataikat. A miénkhez hasonló közösségi projektek az **egyént, mint állampolgárt aktivizálják, és képessé teszik az embereket** arra, hogy fenntartható módon formálják közösségeiket. A **közös szükségletek felismerésével** eltávolíthatja az akadályokat és elősegítheti a gazdag közösségi életet. Hangsúlyozzuk, hogy a közösségi kezdeményezésekben belül olyan célokat tűzünk ki, amelyek **elérhetőnek** és **társadalmilag, gazdaságilag és környezetileg fenntarthatóak**. A módszer középpontjában a **kapcsolatok** állnak. Az a kérdés, hogy hogyan építük őket, hogyan dolgozzunk velük és hogyan tartuk fenn azokat.

Először is informáljuk a csoportot az elérhetőségünkről és biztosítjuk a **munkához szükséges alapvető eszközöket a résztvevők számára**. Másodszor a csoport tagjai osszák meg egymással az elemző folyamatokhoz meglévő módszertani ismereteiket. Meggyőződésünk, hogy mielőtt megváltoztatnánk a világot, **először magunkat kell megismernünk, hogy tudjuk, milyen változást szeretnénk valójában**. Így el kell kezdeni dolgozni magukkal a csoportokkal, és egyszerre a csoporttagok egyéni identitásaival, amit beépíthetünk a csoportidentitásba. Ezután a változásra főződő elvárások artikulációja következik. Ha megismerik önmagukat és egymást, ha a csoport megérti, kik ők és mit akarnak, egy csoport közösséggé válhat. Elég erős lehet ahhoz, hogy szembenézzen a kihívásokkal.

A Unity in Community kifejezetten a sokszínűségről és a fenntartható fejlődéshez való hozzájárulásról szól. Esetünkben ez azt jelentette, hogy **tevékenységünket olyan globális kontextusba helyeztük, amik a fenntartható fejlődéssel és az aktív állampolgársággal összefértek**. Hinnünk kell abban, hogy a **kommunikációt, mint párbeszédet fejleszteni** tudjuk, így olyan készségeket fejlesztünk, **amik segíteni tudnak a közösségek a résztvevők kölcsönös megismérésében**.

Mivel **tényleges projekteket indító csoportokat** szeretnénk mentorálni, a projekttervezek kidolgozása a következő lépés. Ez magában foglalja a projekt előkészítésének módját, ötletek előterjesztését és közös kiválasztását. A fenntartható közösségi projekt tervezése **csoportos folyamat**. Közösen kialakítunk egy csoportdinamikát és csoportok által megfogalmazott kérdéseket. Megtanuljuk, hogyan kell a kérdéseket kibontani.

Végül, de egyáltalán sem utolsósorban a **projekt zárására** kell a legnagyobb figyelmet fordítanunk. Ha sikkerrel járunk, tudnunk kell, hogy mi a siker kulcsa, **hogyan értük el azt**. A fenntartható közösségi projektek megvalósításával változást akarunk elérni. Éppen ezért meg kell vizsgálnunk a kiindulópontot (célpontokat), bizonyítékokat kell gyűjtenünk a változásról, mérhetővé kell tennünk, és át kell gondolnunk ezeket a dolgokat. A siker megünneplése alapvető felelőtlen az érintetteknek és azon túl is. A projekt belső befejezése mellett azonban nem szabad elhanyagolni a külvilággal való kommunikációt sem. Tudatnunk kell másokkal, hogy mit értünk el, mi a változás, lehetővé kell tennünk számukra, hogy amikor szeretnénk, részt vegyenek a változásban.

A FOLYÓ ÁBRA

Ez az ábra segíti az aktív polgárokat az Unity in Community módszertanát maguk elé képzelni. Az ábra úgy mutatja be a folyamatot, mint egy utazást egy folyón. Az utazás a résztvevőket személyes, lokális és globális felfedezésre sarkallja. Az út során aktív polgárokként készszégeket és tudást fognak fejleszteni, annak érdekében, hogy megvalósítsák elképzelésüket, amely a közösségi projektben jön létre.



+ POPULAR EDUCATION

A következő módszerekkel találkozhatunk a Popular Education-ön belül, így szeretnénk néhány szót ejteni róla. A Popular Education kifejezés a brazil Paolo Freire nevéhez köthető. A hagyományos oktatás alapfeltételezése, hogy a tanár hordoz minden szükséges tudást egy tantárgyról. A Popular Education viszont más szerepbe helyezi a tanárokat. A módszer feltételezi, hogy az ember alapvetően rendelkezik tudással- Ahelyett, hogy a tanár „kiróná” a diákjaira a tanórán az elsajátítandó ismereteket, a tanár segítő szerepbe helyezkedik, amely lehetővé teszi egy olyan tér kialakítását, amelyben az egymástól és egymásról való tanulás megtörténhet. A Popular Education azt vizsgálja, hogy az emberek életére milyen hatással vannak a kérdések és a problémák a minden napokban. Ez nem csak a világ jobb megértésének elősegítéséről szól, hanem az emberek azon felhatalmazásáról is, hogy megváltoztassák a körülöttük lévő világot.



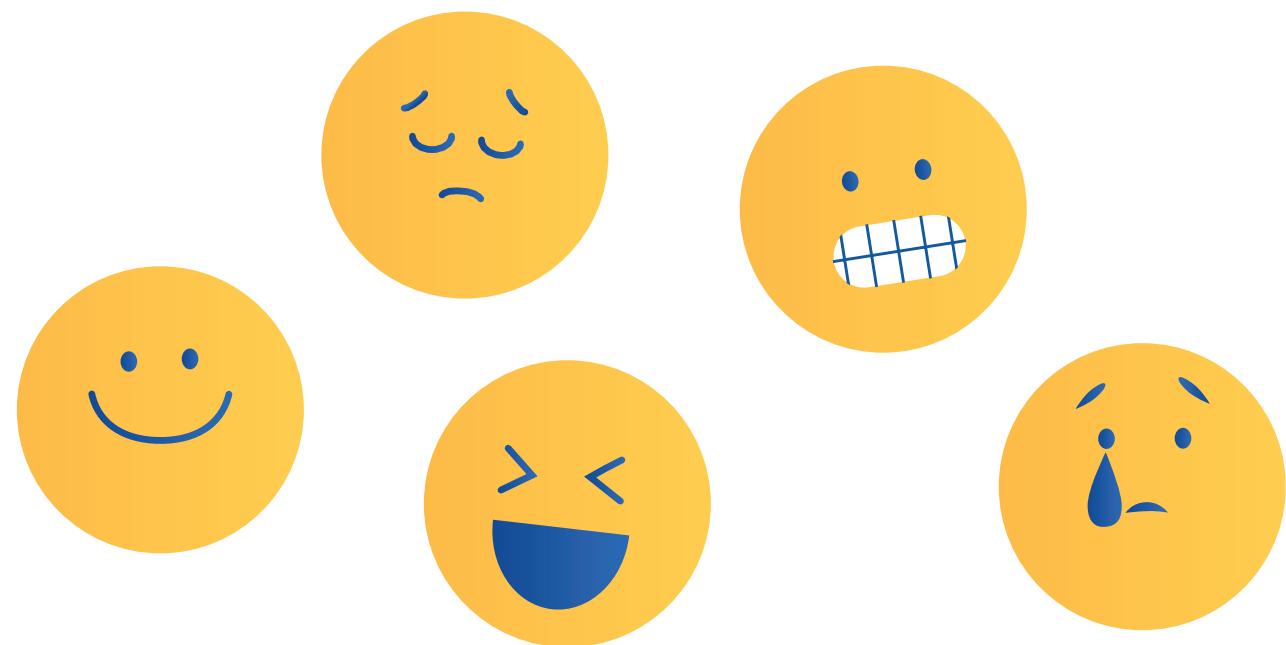
Ebben a fejezetben bemutatunk egy pár módszert, amik **általánosságban használhatók csoporttal való munkákhoz**. A módszer azért roppant hasznos, mert segíti a csoporttal való kapcsolatbalépést, valamint a csoporttalálkozók megfelelő bezárását (bejelentkezés, kijelentkezés). Az energetizálás nagyon hasznos, segít fenntartani a csoport figyelmét, ha a csoporttagok a fáradtság hatására kezdenek eltávolodni egymástól.



BEJELENTKEZÉS, KIJELENTKEZÉS MÓDSZEREK



- Nevek hangokkal és mozdulatokkal: egy felelevenítő aktus a csoportmunka második napján, amikor ellenőrizni kell, hogy mindenki emlékszik-e a másik nevére. A résztvevők körben állnak. Arra kérjük őket, hogy gondolkozzanak el a bemutatkozás lehetséges módján. A bemutatkozásukat egy bizonyos mozdulattal társítsák össze (ugrás, gesztikuláció, kis tánc stb.) A mozdulatot a nevük kimondásával kell kísérni, ami különböző stílusú hangon történhet (drámai hang, vicces hang stb.). Ezután minden résztvevő egyenként a kör közepére megy és bemutatkozik. A csoporttagok után az egész csoport együtt megismétli a mozdulatokat és a neveket.
- Rajzolj egy smiley-t vagy más hangulatjelet és írj egy szót: Egy másik egyszerű bejelentkezési vagy kijelentkezési gyakorlat az, hogy megkérjük a résztvevőket, hogy rajzoljanak egy hangulatjelet (boldog arc, szomorú arc stb.) A nap leírásához. A résztvevők post-it-re rajzolnak és a flipchart táblára helyezik őket.
 - Megismételhetjük a játékot úgy, hogy a smiley-t használó résztvevők egy-egy szót írnak a cetlire.



ENERGETIZÁLÁS

- Igen, csináljuk! A módszer megteremti a pozitív, energikus lékört, ami szükséges a jó hangulat támogatásához és a proaktív jelenlét előmozdításához. Az energetizáláshoz hely kell a teremben. Egy-egy résztvevő mond egy ötletet, mint például: ugrálunk körbe!" Ezt követően mindenki azt kiáltja: „Igen, csináljuk!” és mindenki elkezd ugrálni. Az ugrálásnak akkor van vége, amikor egy másik résztvevő nem mond be valami új ötletet, mint például „Gurulunk a padlón!” -és megint mindenki egyszerre kiáltja: „Igen, csináljuk!” és gurulni kezdünk a padlón. A gyakorlatot addig kell folytatni, amíg nem kínálkozik a megfelelő alkalom egy pozitív pillanatban való abbahagyásra.
- Párnafutam: Ehhez a játékhoz szükségünk van két párnára, ideális esetben két különböző színűre. Keressen szabad teret, és kérje meg a csoportját, hogy álljon körbe és befelé nézzen. Mondja el, hogy a versenyen két csapat fog versenyezni. Segítőként mi is az egyik csapat része vagyunk! Fogjunk meg egy párnát és mondjuk el, hogy kik a csoport tagjai: körben állva minden második ember tartozik ugyanahhoz a csapathoz. A játék abból áll, hogy a csapattagok körben adogatják egyik irányba haladva a párnát. Önnel pontosan szemben álló másik csapat tagjának adja oda a másik párnát, aki önnel egyszerre indítja majd el a párnát ugyanabba az irányba. A párnáknak utol kell érniük egymást.
 - A lényeg az, hogy az egyik csapat gyorsabban járassák körbe a párnát, mint a másik csapat. Tilos megéríteni a másik csapat párnáját! Az a csapat nyer, amelyik először éri utol a másik csapat párnáját, először tudja a párnáját a másik csapat párnájára rárakni.



LÉPÉS 1 Hozzunk létre közös alapot

Az első lépés a csoport tagjaival való együttműködésben, legfőképpen azokkal, akik az egyéni identitásukra összpontosítanak. A személyes identitás kérdéséről a csoport térjen át a csoportidentitás témájára, majd elgondolkodhat azon, hogy a csoport milyen változást akar elérni.

BEMELEGÍTÉS ÉS AZ ISMERKEDÉS MÓDSZEREI

CÉLOK: a jég feltörése, csoportosba tartozás érzésének kialakítása, ismerkedés, az elvárások megismerése.

HOSSZ: 60 PERC

Úgy döntöttünk, hogy különböző módszereket használunk, amelyek egymásra épülnek.

1. gyakorlat: People to People

A folyamat elindításához a People to People egy jó gyakorlat, hogy segítsen az embereknek a pillanatba megérkezni. A fizikai érintés is része a gyakorlatnak, mindenivel előre meg kell beszálnie, hogy benne van-e. Önnek is részt kell vennie a gyakorlatban.

Kérjük, vegye figyelembe, hogy interkulturális csoportokban nem mindenki érzi jól magát, ha mások megérintik. Ha valakinek kellemetlen az érintés, úgy hagyja ki ezt a gyakorlatot és haladjon tovább.

Segítő által mondott utasítás: Mozogjatok a térben, járjatok folyamatosan, de igyekezzünk ne szabályos körökben haladni, hanem a folyamatosan a szabad terek felé fordulva a lehető legtöbb irányváltással haladjunk. Aki mellett elhaladunk, rámosolyoghatunk, vagy biccenthetünk neki. Ez a gyakorlat segít felismerni, hogy mennyi kedves ember van körülötted. Ne hagyjuk abba a sétát.

Amikor a folyamat beindult és az emberek felvezíték egymással a szemkontaktust, mosolyognak egymásra jöhet a következő utasítás: sétát folytatva fogjatok is kezet egymással. Igyekezzetek minél több emberrel kezet fogni és ne álljanak meg, folytassátok a sétát.

Amikor azt mondom, hogy GO, álljunk meg és finoman érintük meg annyi embernek a térdét, ahánynak csak lehetséges.

A következő GO-nál próbáljatok meg minél több könyököt megérinteni a könyökével.

Térjünk vissza a sétához. Végül van egy utolsó kihívásom a számotokra. Ha azt mondom, hogy STOP, álljatok meg és álljatok egy lábra. Próbáljatok meg a kezeitekkel egy-egy másik ember kezét megfogni és álljunk meg. Ha kész, folytassuk a sétát, aztán ismételjük meg az utolsó részt egy nagy mosollyal. A gyakorlatot közös tapssal zárjuk le.

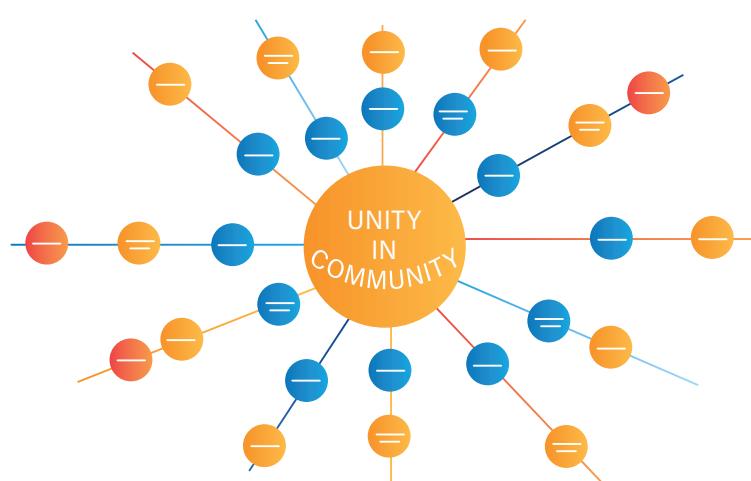
2. gyakorlat: Gyors randi

A résztvevők sétáljanak a térben. Egy adott jelre mindenikük megáll, és keres egy másik személyt a közelben. minden párnak három perc áll a rendelkezésére egy kérdés kölcsönös megválaszolására. Másfél perc elteltével a segítő hangjelzést ad emlékeztetőül, hogy a másik

személyen a sor. mindenki válaszoljon a kérdésre. Ha letelt a három perc, adjon ismét jelet. A résztvevők folytatják a sétát és addig keverednek, amíg jelést nem hallanak és új partnert nem találnak, akivel megbeszélik a második kérdést.

- 1.) Mi inspirált arra, hogy csatlakozz ehhez a csoporthoz?
- 2.) Ossz meg egy történetedet vagy ötletedet, ami mosolyt csal a másik arcára.
- 3.) Mit csinál szívesen szabadidejében?

3. gyakorlat: Bevezetés mandala



Ezzel a gyakorlattal mindenki lehetőséget kap arra, hogy megnyilvánuljon és megoszthasson magáról valamit.

Előkészület: Előzetesen készítsen flipchartot: rajzoljon egy kört a közepére és írja rá a projekt vagy találkozó nevét. A napsugarakhoz hasonlóan húzzon vonalakat a körből, pontosan annyit, ahány résztvevő van.

Gyakorlat: Üljünk körbe. mindenki kap négy kerek lapot, mindenik más színű. minden szín egy másik kérdést jelent.

- 1.) Mi a neved? Melyik névmásokkal szereted, ha rád hivatkoznak?
- 2.) Mitől érzed magad igazán élőnek?
- 3.) Mire számítasz a héten?
- 4.) Milyen készségeket, hozzáállást vagy tapasztalatokat szeretnél megosztani?

A résztvevők a színes kártyák segítségével válaszolnak ezekre a kérdésekre. írhatnak vagy rajzolhatnak/firkálhatnak rájuk. Néhány perc elteltével a résztvevők egyenként előállnak és bemutatják kártyáikat. Kiválasztanak egy sort a flipcharton és a prezentációjuk befejezése után erre a sorra ragasztják színes kártyáikat. Lassan megjelenik egy mandala a projekt összes résztvevőjével.

KÖZÖSSÉGI MEGÁLLAPODÁS

CÉLOK: olyan téma, keret meghatározása, amelyben a csoport együtt akar dolgozni. A csoportoknak meg kell beszálnie, hogy milyen az a légbőr amiben mindenki jól érzi magát.

HOSSZ: 30 perc

SZÜKSÉGES ANYAGOK: flipchart papír „Közösségi megállapodás” címmel ellátva.

LEÍRÁS: A csoportmunkában nagyon hasznos egy közösen kidolgozott projekt, ami egy közös megállapodáson alapul. Támogatja a csoport munkafolyamatát és olyan hangulatot teremt, amiben az emberek kibontakozhatnak, megosztathatják egymással erősségeiket.



Kérд meg a résztvevőket, hogy kis csoportokba gyűljenek össze és beszéljenek a következő kérdésekről:

- Mi kell ahhoz, hogy jól érezzem magam egy csoportban? Mire van szükségünk, hogy csoportként jól együtt tudunk működni egymással?
- Mondjon néhány példát, úgy, mint: tisztelet, egymás meghallgatása,...

Minden csoport írja le a megállapításait. 10-15 perc múlva térjen vissza a legnagyobb csoporthoz. minden csoport ossza meg a legfontosabb ötleteit. A segítő minden ötletet írjon fel a „Közösségi megállapodás” flip chartra.

IDENTITÁSGYAKORLAT

CÉLOK: beszélgetést indítani az egyéni identitásokról egy változatos csoportban, elmélkedni a „hogyan vagyok most” érzékelésén és szembeállítani a „hogyan érzékelnek engem a többiek” kérdéssel.

IDŐKERET: 45 perc

SZÜKSÉGES ANYAGOK: 7 ágú csillagok papírból minden résztvevő számára.

LEÍRÁS: Ha változatos összetételű csoporttal dolgozik, fontos, hogy vitát indítson minden résztvevő személyéről. Ez megakadályozhatja a vizuális identitáson (férfi/nő, bőrszín, öltözködés) alapuló előítéleteket, sztereotípiákat. Mindannyian rendelkezünk bizonyos sztereotípiákkal és ezért kulcsfontosságú, hogy a csoportban mindenki önállóan narrálhassa a saját identitásának elbeszélését. Ez a tevékenység segíthet abban is, hogy megnézzük, mit osztunk meg és mi köt össze bennünket a csoportban. Hogyan jelenítjük meg identitásunk különböző rétegeit és mi az ezzel szembeni elvárásunk. A gyakorlatot normákkal is összekapcsolhatjátok - az általunk kiválasztott attribútumok gyakran tükrözik azokat a címkéket, amelyek a társadalmunkban létező normák, hiszen minden egyes identitásunk társadalmi eredetű.

ELŐKÉSZÍTÉS: minden résztvevő kap egy csillagot (csillag alakú papír, 7 sarokkal). Magyarázza el, hogy ezek a csillagok a résztvevők sajátosságai, tehát olyan tulajdonságokat, szerepeket, hiedelmeket, képzeteket, személyiségeket, megjelenést és/vagy kifejezéseket hordoznak, amelyek egyedivé teszik az embert. Mindannyunknak más a csillaga, mindenki fontosnak találjuk az identitás különböző rétegeit az életünkben.

1. rész: Ki vagyok én

Minden résztvevő feladata, hogy minden sarkot töltön ki egy réteg saját identitással. Egy sarkot csak egy szóval lehet kitölteni. minden résztvevőnek el kell döntenie, hogy mi a fontos, hogyan tudja a önazonosságát megragadni, de lehet egy tippet, vagy előállíthatja saját csillagát segítőként. Hangsúlyozhatja azt is, hogy a rétegek ne olyan jellemzők legyenek, mint a bátor, lusta stb., Hanem inkább a szerepek, hiedelmek, értékek, háttér, gyökerek és személyiségek egyéb elemei (pl. Segítő - liberális, feminista, labdarúgó, zenész, magyar, muszlim). De ügyeljen arra, hogy ne befolyásolja a résztvevők által választott kategóriákat.

2. rész: Amit megosztunk

Miután minden csillag kitöltése véget ért, kérje meg a résztvevőket, hogy alakítsanak 4-5 fős csoportokat. Kérje meg az egyes csoportokat, hogy osszák meg egymással azonosságukat és beszéljék meg, mi köti össze őket (azonosságok, amelyek mindegyik csillagra fel vannak írva) illetve mi különbözteti meg őket a többiből (mi az, ami nagyon egyedi és ritkán fordul elő más csillagokban). E lépés után beszélje meg a résztvevőkkel ezeket a kérdéseket:

Nehéz volt hét tulajdonságot megtalálni? Hogyan döntötted el, hogy melyik a legfontosabb számodra? A szövegkörnyezet befolyásol téged? Hogyan?

Talált valakit a csoportból, akit megosztja az identitás egy rétegét? Volt valami, amit nem osztott meg senivel?

3. rész: Az identitás elvesztése

Mondja el a résztvevőknek, hogy a csillag három sarkának behajtásával meg kell szabadulniuk az identitás három rétegétől. Várjon egy kicsit és mondja meg nekik, hogy most van itt az ideje, hogy még kettőt elveszítsünk, így csak két sarok marad. Az utolsó körben kérje meg őket, hogy hajtsanak be még egy sarkot, így mindenki csak egy réteget őriz meg személyazonosságának (a csillag egyik sarka). Kérdezze meg őket, hogy mondják ki hangsúlyosan a csoportban a önazonosságukra leginkább jellemző szót.

Beszéljétek meg: *Mit éreztél, amikor elvesztetteidentitásodat? Teljesnek érzi magát, ha már csak egy személyazonossága maradt?*

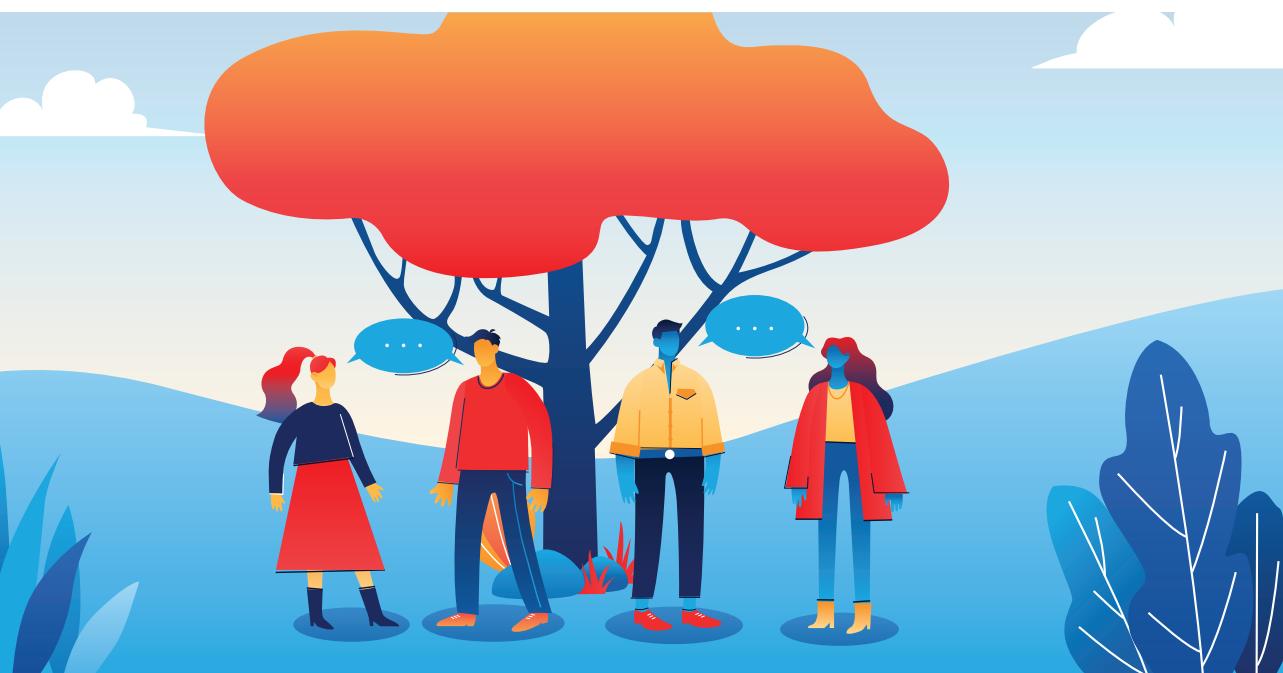
A gyakorlat sztereotípiához és előítéletekhez köthető. Gyakran láthatjuk, hogy az embereket egy látható azonosság alapján ítélik meg, amelyet más emberek adnak nekik (a bőrszín, a vallás, az alak, az etnikai hovatartozás alapján) és nem az általuk választott identitás alapján.

4. rész: Kiváltságos és megkülönböztetett

Ezt a lépést megtehetik akár az egész csoportban közösen, akár kis csoportokban. Kérje meg a résztvevőket, hogy válasszák ki az identitás azon részét, amely kiváltságos helyzetbe hozza őket, és azt, amelyik alapján hátrányosan megkülönböztetik őket. Adjon nekik egy kis időt a megbeszélésre, majd kérdezze meg, milyen összefüggést tudnak felfedezni az álláspontok között. Ne biztasson senkit! Előfordulhat, hogy a résztvevők egy része nem nyitott a diszkrimináció téma előtt. Ez a lépés inkább a privilegiumok használatáról szól és arról, hogy különböző kontextusokban különböző hátrányos megkülönböztetés érhet bennünket.

2. LÉPÉS

Tudás elmélyítése: az SDG -ktől az aktív állampolgárságig



Miután létrejött a „**mi**” érzése, kimehet a csoporttal (pl. kirándulhat, meghívhat szakértőket a csoportba való belépésre), hogy az emberek **csoportként tekintessék a külvilágra**. A fenntartható fejlesztési célokra összpontosítva megállapítottuk, hogy a mi csapatunk esetében a közösség minden kihívásokkal kényszerült szembenézni a külvilág; a környezet javításának folyamata közben. Ha tudatosítjuk a kihívásokat, gondolkodhatunk a változásokon is és elindíthatunk egy projektet, amely a fenntartható fejlődés alapvető szükségleteivel foglalkozik a környéken.

Ahhoz, hogy valakit az aktív állampolgár léte felé

mozdítsunk el, nem lehet csak azt mondani neki, hogy tegyél valamit. **Azt szeretnénk kideríteni, hogy mit jelent aktív állampolgárnak lenni a csoport tagjai számára.** minden csoportnak mászt fog jelenteni, viszont a csoport számára elengedhetetlen az önreflexió. Természetes, hogy minden csoport eltérő eredményeket fog elérni, hiszen a módszer a párbeszédről, valamint személyes és közösségi növekedésről szól.

Módszerünk másik alapvető gyakorlata a „közösségi gondolattérkép”. Ha egy közösséget földrajzi aspektusával együtt vizsgálunk, abból valójában aktív közösséget hozhatunk létre.

RÖVID BEVEZETŐ A FENNTARTHATÓ FEJLŐDÉSI CÉLOKHOZ (SDG)

2015. szeptember 25 -én az ENSZ valamennyi tagállama elfogadta az Agenda 2030-at, ami a fenntartható fejlődésről szól. Az Agenda 2030 17 fenntartható fejlődési célt (SDG) tartalmaz, amelyek a fenntartható fejlődés három dimenziója terjednek ki: gazdasági dimenzió, társadalmi dimenzió és környezetvédelmi dimenzió. A fenntartható fejlesztési célok új, több szintű megértést kínálnak a globális kihívásokhoz, úgy, mint például a szegénységhöz, a környezet romlásához, az egyenlőtlenségekhez, a termelési módokhoz, a fogyasztáshoz, a korruptionhoz és másokhoz. A 17 pont lényege abban rejlik, hogy sok probléma valójában összefügg egymással és csak egyszerre kezelhetőek. Ez azt jelenti, hogy a globális környezetet érintő közösségi problémák kezelése, valamint a gyaloglóbarát környék népszerűsítése hatással lehet például a szén-dioxid kibocsátás csökkentésére. Következésképpen a célok megvalósításának felelősséget nemzeti és nemzetközi szinten is vállalni kell. Összehangolt erőfeszítésekre van szükség a befogadó, fenntartható és ellenálló jövő építése érdekében az emberiség és a bolygó számára.

PÁRBESZÉD, NÉGY SZÓ GYAKORLAT

CÉL: a párbeszéd céljának, elveinek és megközelítéseinek megértése, az aktív állampolgár jellemzőinek megvitatása.

HOSSZ: 30 perc

SZÜKSÉGES ANYAG: kártyák vagy papírlapok, színes tollak.

LEÍRÁS: A gyakorlat segít megérteni a tanulással és a másokkal való megosztás kihívásait, lehetőségeit. A résztvevők önállóan gondolják át az aktív állampolgár négy fő jellemzőjét, mielőtt párbeszédbe vagy vitába kezdenek. Egyezzen meg négy szóban az egész csoport, amik számukra az aktív állampolgárságot a leg pontosabban írják le. A gyakorlat során a csapattagok végig gondolják a másokkal való együttműködés kihívásait és lehetőségeit. A gyakorlat hasznos a csapatban betöltött szerepek meghatározásakor is (pl. Vezető, facilitátor, megfigyelő...)

Mondja el a csoportnak, hogy az aktív állampolgár legfontosabb jellemzőit fogják meghatározni, ami egyéni és csoportos szinten is kihívást jelent majd számukra és a gyakorlat után reflektálni fognak ezekre a kihívásokra. Kérje meg a résztvevőket, hogy találjanak négy szót, amivel az aktív állampolgár négy legfontosabb jellemzőjét ragadják meg. Nagyon fontos, hogy a csoport ne használjon mondatokat vagy szókapcsolatokat. minden szónak be kell tudni zárnia azt a mondatot, hogy: „egy igazán aktív állampolgár ...” Miután minden résztvevő megtalálta a négy szavát, alkossanak párokat a csoporttagok és együtt egyezzenek meg négy szóban.

Ha ezzel megvannak, kérje meg a párokat, hogy más párokkal négy fős csoportokat alkotva újra négy szóban állapodjanak meg. Ismételje meg ezt a folyamatot, amíg mindenki úgy érzte, hogy szervesen része a folyamatnak, ha nem vitassák meg, miért)

TÁJÉKOZTATÁS: Gondolkodjon el a gyakorlaton ezekkel a kérdésekkel (beszélje meg az egész csoporttal)

- Hogy érezte magát? Mit gondol, miért érezte úgy magát? (összpontosítson mindenki érzéseire, ellenőrizze, hogy mindenki úgy érezte, hogy szervesen része a folyamatnak, ha nem vitassák meg, miért)
- Mit csinált ebben a tevékenységben? (a csoport ismertesse a folyamatot, a döntéshozatalt, az érvelést stb.) Hogyan használhatja fel a feladat elemeit a közösségi munkájában?
- Voltak olyan részei a folyamatnak, amik kifejezetten támogatták vagy épp gátolták a párbeszédet?

Hangsúlyozza, hogy ez a tevékenység segít megérteni, hogy mi lehet, hogyan alakulnak ki konfliktusok egyéni, személyközi és csoportszinten. Vegye figyelembe, hogy a konfliktus az emberi interakció része és kreatív, romboló potenciállal egyaránt bírhat. Annak ellenére, hogy ebben a gyakorlatban konfliktusok jönnek a felszínre, nagyon fontos összpontosítanunk végig arra a kérdésre, hogy miben rejlik a „jó párbeszéd” nyitja.

A folyamat végét úgy zárja le, hogy egy közös listán gyűjtsék össze a pozitív/serkentő és az akadályozó párbeszéd formáit.

KÖZÖSSÉGI GONDOLATTÉRKÉP



CÉLOK: a közösség értelmének együttes átgondolása.

HOSSZ: 45 perc

SZÜKSÉGES ANYAGOK: Nagy papírguriga, színes toll.

LEÍRÁS: Ez az gondolat feltérképező gyakorlat. A gyakorlat erőssége, hogy együtt mélyülhetünk el egy témaban, és erősíthetjük a közösség közös megértését.

Tekerje ki a papírt a szoba közepén. Írja a „közösség” szót a lap közepére. Kérdezze meg a résztvevőket: „Mi jut eszébe, ha közösségre, mint fogalomra gondolnak?”. Írja le a megosztott szavakat és kösse össze őket a középponttal egy vonallal. Így feltárható a közösség szó összetettsége és különböző dimenziói. A kérdésekhez kapcsolódó összes dolgot kék vagy zöld színben kell leírni. Tegyen még hozzá egy kérdést: „Mi teszi büszkévé arra nézve, hogy a közösségeiben el?”. Írja le narancssárga vagy piros színnel a „büszke” szót. Az ezután elhangzott szavakat szintén írja le piros színnel. Miután megvan a szavak alapváza, osszon tollakat a résztvevőknek. Szabadon mozoghatnak a papíron és ide-oda hozzáírhatják asszociációikat. Zöld és kék színekkel az első kérdéshez, valamint vörös és narancssárga színekkel a második kérdés megválaszolásához. Bátorítsa a résztvevőket a papír szabad mozgására. Miután a papír tele van szavakkal, az írási folyamat lelassul, kérje meg a résztvevőket, hogy írják le utolsó gondolataikat, tegyék vissza a tollakat a közepére, és álljanak körbe.

Értelmező kérdések:

- Mit látysz?
- Van valami, amit nem értesz és többet szeretnél róla hallani?
- Mit jelent a közösség?
- Mitől vagyunk büszkék arra, hogy közösségeinkben élünk?

KÖZÖSSÉG FELTÉRKÉPEZÉSE

CÉLOK: a közösség különböző nézőpontjainak megértése, a közösségen belüli megoldandó társadalmi fejlődési problémák azonosításának képessége, valamint az igények és lehetőségek átlátása.

HOSSZ: 45 perc

SZÜKSÉGES ANYAGOK: flipchart, színes szövegkiemelők vagy tollak, példa a közösségi térképre (lentebb 1. kép), szimbólumok (2. ábra), amelyeket le lehet rajzolni vagy ki lehet nyomtatni.

COMMUNITY MAPPING

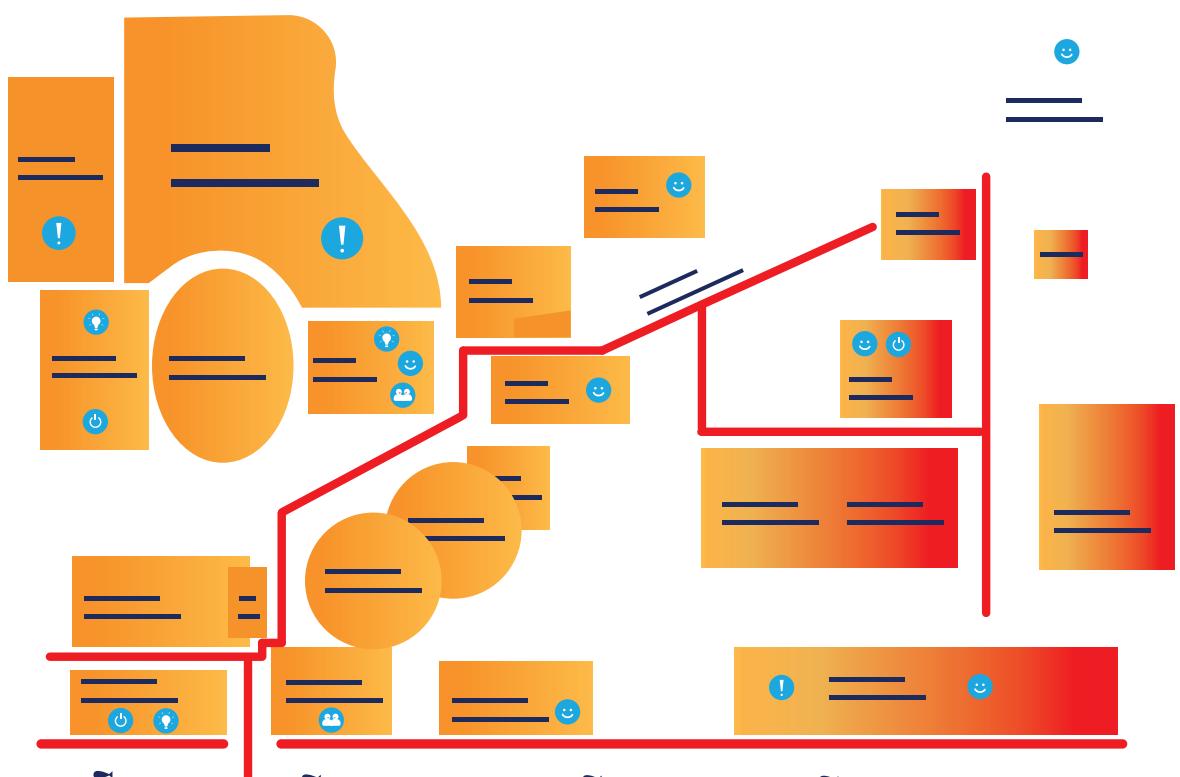
 POSITIVE PLACES

 ISSUES / PLACES OF CONCERN

 PLACES OF OPPORTUNITIES

 DECISION MAKING

 POSSIBLE ALLIES



LEÍRÁS: A résztvevők közös térképet készítenek helyi közösségiukról, beleértve a pozitív és aggodalomra okot adó területeket, lehetőség szerint a közösség lehető legszélesebb körű bevonásával.

A csoport feladata, hogy térképet készítsen a fizikai térről, ami jellemzi a csoportot egy nagy flipchart papírlapon. Ha a csoport több településről érkezett, ossza őket kisebb csoportokra a származási helyük alapján. Fontos, hogy ez a gyakorlat egy olyan hely feltérképezése legyen, amely ismerős számukra és ahol esetleg később végrehajtják a közösségi projektet, tehát ne legyen túl kiterjedt. Például szolgálhat a közösség számára az ön saját terve, ami alapján megvalósult az adott program.

1. rész:

Kérjen meg minden csoportot, hogy rajzoljon egy elnagyolt térképet a lakóhelyéről: utakról, épületekről, parkokról, üzletekről, kulturális központokról, nyilvános helyekről, játszóterekről. Mindegy, hogy milyen lesz a méretarány, a terület és az épületek méreteinek viszonya, például azé az épületé, ahol dolgoznak. Hangsúlyozza, hogy nem a pontosság számít, hanem a részletesség. Használjon különböző színeket a különböző típusú épületekhez (például zöldet az üzletekhez, pirosat a lakásokhoz, kéket a kormányzati épületekhez. Így tovább...).

2. rész:

Mutassa be a csoportnak a gyakorlat előtt elkészített szimbólumokat és magyarázza el, hogy a nekik is ezeket a szimbólumokat kell lerajzolniuk (a területre vagy a céltíkre) a helyek mellé az utasítások szerint. A szimbólumok különböző jelentést képviselik:

- pozitív helyek
- döntéshozatal
- kérdéses vagy aggodalomra okot adó helyek
- lehetséges szövetségesek
- a lehetőségek helye

3. rész:

Kérd meg a csoportot, hogy nevezzen meg néhány olyan dolgot, amelyet javítani szeretne a közösségen. Mit szeretnének fejleszteni az adott területen, különös tekintettel a fenntartható fejlesztési célokra?

TÁJÉKOZTATÁS: Hívda össze a csoportot és kérd meg őket, hogy osszák meg a tevékenységgel kapcsolatos érzéseiket. Kérd meg a résztvevőket, hogy vegyék komolyan ezt a gyakorlatot a témákkal együtt, amelyek felmerültek és felhasználhatók a közösségi projektek tervezéséhez. Hogyan jelöli ki a térkép a közösség fellépésének lehetséges területeit? Hogyan használhatja a közösségi térképet a közösségi projektek tervezéséhez?



3. LÉPÉS: Készüljön fel a közösségi projektekre

Az előző lépésekben már létrehoztunk egy közös alapot. Vizsgáltuk a megoldható helyi igényeket globális összefüggésben. Figyelmet fordítottunk az első lépések nél a fogalmakon való elmélkedésére is. Szeretnénk hangsúlyozni: elengedhetetlen, hogy a csoport tagjai „mély lélegzetet” vegyenek mielőtt folytatják a közösségi projekt megvalósításának folyamatát.

A fázis irányító kérdései a következők:

- Mi a fontos számomra?
- Mire van szüksége a közösségnak?

Kulcsfontosságú kérdéshez érkeztünk:

- Miben más közösségen megvalósítani a projektet, mint egyedül lenne?

A helyi fenntartható közösségi projektekre vonatkozó ötletek létrehozása után fontos a megfelelő kiválasztási folyamat. Miután kiválasztotta a projektet, mindenkor egy egyszerű tervre van szüksége.

Különféle indítási módszerek léteznek: módszertanunkban egyszerű csoportos szavazást javasolunk, amelyet egy projektterv kidolgozása követ. Ebből a célból meglehetősen hatékonyan kell leülnünk az asztalhoz egy világos elképzéssel. *Legyen egyszerű és sima, majd ússzon a sodrással.*

A közösségi projektek folyamán olyan feladatok is felmerülhetnek, mint például a kulcsszereplőkkel folytatott külön kommunikáció vagy a közösség érdekképviselete.

PROJEKTÖLET MEGTALÁLÁSA

CÉLOK: indítsa el a projektötlet létrehozásának folyamatát, mutassa be a projektötleteket

HOSSZ: 45 perc

SZÜKSÉGES ANYAGOK: papírlap irányadó kérdésekkel minden résztvevő számára és flipchart a projektötletek leírásához.

LEÍRÁS: Ebben a gyakorlatban a résztvevők számára időt kell biztosítanunk az ötleteikre és a gondolataikra. Ki kell mondaniuk, hogy mit szeretnének megváltoztatni saját közösségeikben, mi erről a saját elképzélésekük. Hagyja, hogy mindenki a fantáziájára hagyatkozzon. Adjon a csoportnak elegendő időt az előző folyamatról szóló gondolatok rendezésére.

A gyakorlatot kétféleképpen lehet elvégezni. Vagy úgy, hogy irányító kérdésekkel ellátott „betűket” adnak át a résztvevőknek, vagy úgy, hogy az előző gyakorlatokban használt flipchartokat és látványelemeiket használják: rendezzenek be egy galériát inspiráció céljából. Mindkettőnek ugyanazon eredménynek kell zárulnia - egy konkrét elképzéssel kell előállnia a projektről egy mondatban megfogalmazva.

1. rész:

Levél - Szemle a látni kívánt változtatásokról.

Írjon egy-egy levelet minden résztvevőnek az alábbihoz hasonlóan. Mondja el nekik, hogy 30 percük van arra, hogy átgondolják a levélben talált kérdéseket. Sétálhatnak, kényelmesen ülhetnek a fűben vagy bárhol, ahol jól érzik magukat.

Kedves!

Minden bizonnal fontos önnel a környezete, az emberek, akikkel minden nap találkozik és fenntartható, örömteli közösséget szeretne létrehozni. Mindazonáltal minden lehetőség a környezet javítására, amelyben él. Megoszthatja ötleteit a többiekkel és egy jobb közösséget hozhat létre, ahol mindenki úgy érzi, hogy benne van, felhatalmazást kapott arra, hogy másokkal részt vegyen a közösség fenntartható fejlődésében.

Ezek a szavak segíthetnek abban, hogy elgondolkodjon azon változáson, amelyet el akar éni. Szánjon rá időt, engedje el fantáziáját és írja le gondolatait. Ez az Ön személyes elképzelése a változásokról, amelyeket látni szeretne.

Mit szeret a legjobban a közösségeben, mire büszke?

Mi foglalkoztatja, hány -félé dolgot szeretne megváltoztatni a közösségeben (írjon egy számot)?.....

Gondolja át, mennyire reális a változás, és hogyan járulhat hozzá.....

És most írja le a projektötletét, amely meghozza a változást, elég, ha most csak egy mondatot ír le, egy projektötletet, amely tükrözi azt a változást, amelyet látni szeretne a közösségeben.....

2. rész:

Miután minden résztvevő befejezte leveleit, gyűjtse össze őket a teremben. Magyarázza el, hogy most be kell mutatniuk az ötleteiket az egész csoport előtt. Tömörnek kell lenniük, de be kell mutatniuk az ötlet fő pontjait, úgy, hogy a többiek megértsék. Amit bemutatnak, az a „lift pitch” - egy ötlet vagy termék rövid leírása, amely úgy írja le a koncepciót, hogy minden hallgató gyorsan megérthesse azt. minden előadó egy mondatban írja le a projektötletet a flipchartra.

PROJEKT KIVÁLASZTÁSA A CSOPORTBAN

CÉLOK: Válasszon ki egy projektötletet, amelyet a csoport később közösségi projekté fejleszt.

HOSSZ: 15 perc

SZÜKSÉGES ANYAGOK: színes ragadós pöttyök (résznevőnként 3) vagy színes szövegkiemelők.

LEÍRÁS: Sokféleképpen lehet kiválasztani egy projektötletet, amelyet az egész csoport megvalósít. Ha van elég ideje, megpróbálhatja a párbeszédet (lásd négy szó) vagy a konszenzust (minden résztvevő egyetért egy projektben). Ez a gyakorlat felgyorsíthatja a folyamatot és igazságos, mivel mindenkinél ugyanannyi szavazata van.

Adj minden résztvevőnek 3 színes pontot (ha nincsenek, használjon szövegkiemelőket). A feladat egyszerű. mindenkinél van 3 pontja / szavazata, és háromféleképpen oszthatja el őket:

- Ha valaki nagyon elkötelezett egy projektötlet mellett - adja meg minden 3 szavazatot erre az ötletre.
- Erős előnyben ossza meg a szavazatait egyik másik ötlet között - adjon 2 szavazatot az egyik ötletnek és 1 szavazatot a másiknak.
- Három ötlet előnyben részesítése - 1 szavazat minden ötletre.

Miután minden résztvevő szavazott mindenki szavazatával, számolja össze az összes szavazatot és a legtöbb vokot kapott projektötlettel folytatódjon a fejlesztés a későbbi szakaszban.

Annak érdekében, hogy elkerüljük a csalódást, amit az okozhat, hogy nem minden ötlet választható ki, mutasson rá, hogy csak az ötleteket választották. minden ötlet továbbfejlesztése a csoporton múlik és továbbra is minden résztvevő együtt alakítja a folyamatot. Egy másik könnyítő eszköz lehet egy „parkoló”, ahol a látszólag méltatlannak elhanyagolt ötleteket parkolhatnak; átmenekítve azokat a jövő számára.

PROJEKTERV KIDOLGOZÁSA

QUESTIONS	KEY INFORMATION	ANSWERS
• WHAT PROJECT DO YOU WANT TO DO?	AIM	
• WHY DO YOU WANT TO DO IT?	REASON	
• WHO IS YOUR TARGET GROUP?	TARGET GROUP	
• WHERE ARE YOU GOING TO DO IT?	PLACE	
• WHEN IS IT GOING TO HAPPEN?	TIME	
• HOW ARE YOU DOING IT?	PROCESS	
• WHAT MATERIALS DO YOU NEED?	MATERIALS	
• WHAT IS THE BUDGET?	BUDGET	

CÉLOK: lendítse fel a projektet és indítsa el a keret kialakításával, az első lépések megtervezésével.

HOSSZ: 60 perc

SZÜKSÉGES ANYAGOK: Sablon - írja le a sablon kérdéseit flipchart papírra.

LEÍRÁS: Annak érdekében, hogy egy csoport elindítja a folyamatot, hasznos típuskérdéseket feltenni nekik, amelyeket meg kell válaszolniuk a projekt tervezésekor. Magyarázza el a sablont (lásd lejjebb) a csoportnak. A következő lépésben a csapat válaszolhat ezekre a kérdésekre a projektjével kapcsolatban.

A SABLON:

Név/Cím:

- Milyen projektet szeretnél megvalósítani? Mik a projekt céljai?
- Miért akarod megcsinálni? Releváns a közösség számára?
- Kit szeretnél megszólítani? A célcsoportod?



- Mely SDG -khez kapcsolódik a projekt? (társadalmi, ökológiai, gazdasági)
- Hol meg fogod csinálni?
- Mikor lesz?
- Hogyan csináljuk? Gondolja át, milyen lépésekkel kell tennie a projekt megvalósítása érdekében. Döntsön egy konkrét első lépésről.

Kommunikáció:

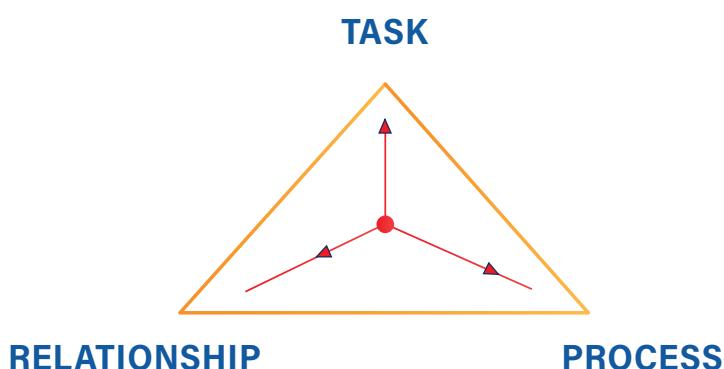
- Hogyan fog kommunikálni a csoporton belül? (például What's App, Signal)
- Felelősségek, szerepek a csoporton belül - ki mit csinál?
- Erőforrások. Milyen anyagokra van szüksége? Mennyi a költségvetés?

4. LÉPÉS Folyamat

Egy projekt megvalósításakor a szervezeti vagy logisztikai szempontok mellett a csoportdinamika a legfontosabb.

Ezért ebben a fejezetben bevezetünk különböző kommunikációs módszereket annak érdekében, hogy tisztában legyünk ezzel a dinamikával és megismerjük a konfliktusok elkerülésének, kezelésének eszközeit.

MODELL: FOLYAMAT, FELADAT, KAPCSOLAT



Mután a csoportja elkezd dolgozni a projektjein, mutassa be ezt a modellt. A folyamat során a résztvevők időnként megnézhetik ezt a modellt és elgondolkodhatnak rajta. A háromszög megmutatja, hogy mely szempontokat kell figyelembe venni egy projekt kidolgozása során.

- **A feladat:** Ez a projekt eredménye: Például: közösségi kert.
- **A folyamat:** Ez az út a kívánt eredmény eléréséhez, például a projekt találkozók, a partnerekkel folytatott kommunikáció stb.
- **Kapcsolat:** A csapat hogyan dolgozik egymással? Milyen a léhkör? stb.

Egy projekt során ezt a három szempontot kiegysúlyoztnak kell tekinteni és egyformán kell kezelní. Nagyon gyakran előfordul, hogy csak az egyik szempont kerül kiemelésre, mások elfelejtődnek. Például megeshet, hogy az egész csapat csak a feladatra koncentrál, de személyes szinten, a kapcsolatok szintjén ez egyáltalán nem működik. Vagy egy csapat csak a folyamatra koncentrál és megfeledkezik a feladat fontosságáról. Ez a három elem nem mindenkor egyformán fontos, de nagyon jó szem előtt tartani őket. Ha az egyiket elhanyagolják, akkor közben is lehet kompenzálni.

5. LÉPÉS Projekt befejezése és értékelése



Végül de nem utolsósorban - a legnagyobb figyelmet kell fordítani egy **projekt befejezésére**.

Ha sikerrel járunk, **fontos tudnunk, hogyan sikerült a sikert elérni**. A fenntartható közösségi projektek megvalósításával változást akarunk kieszközölni, ezért meg kell néznünk a kezdetet (céljainkat), meg kell győződni rólunk a változásról, bizonyítékokat kell gyűjtenünk és meg kell fontolnunk ezeket a dolgokat. **A siker megünneplése alapvető felemelő hatást eredményez** az érintettek számára és azon túl is. A projekt belső befejezése mellett nem szabad elhanyagolni a kommunikációt sem, hiszen tájékoztatnunk kell másokat arról, amit értünk el.

A PROJEKT ÉRTÉKELÉSE

CÉLOK: indikátorok és eszközök kialakítása egy sikeres projekthez három szinten.

HOSSZ: 45 perc

SZÜKSÉGES ANYAGOK: flipchart és szövegkiemelők.

LEÍRÁS: A folyamat ezen része segít megtervezni a csoport vagy csoportok által tervezett közösségi projekt nyomon követését és értékelését. Ebben a szakaszban a változás három szintjének értékelésére összpontosítunk:

- a projektcsapatom és én (a projekt hogyan változtatott meg engem személyesen és a csapatunkat?)
- Közösség (a projekt hogyan változtatta meg/érintette közösségeinket?)
- Milyen változást értünk el az SDG -k tekintetében?)

Minden szinten három oszlop található:

- | A változás, amit látni szeretnék (Mikor mondhatjuk, hogy a projekt sikeres volt? Mit jelent ez számunkra?)
- | A változás bizonyítéka (értékelési mutatók)
- | Eszközök a változás mérésére/értékelésére (Hogyan értékelik a projektet?)

Kérд meg a résztvevőket, hogy tekintsenek vissza a projektjükre (Kitöltött sablon a 3.3. Tevékenységből: A projektterv kidolgozása), és közölje velük, hogy gondolkodniuk kell a változásban, amelyet látni szeretnének, a változás árulkodó jeleiről, valamint a változás mérésének módjáról. A változást a fentiek szerint három szinten kell megtervezni. Adjon flipchartot a résztvevőknek és kérje meg őket, hogy készítsenek táblázatot, töltésük meg az ötleteikkel.

	Változás, amit látni szeretnék	A változás indikátorai	A változás mérésének eszközei
En és a projekt			
közösségünk			
Probléma a fenntarthatóság függvényében			

Adjon időt a csapatnak a táblázat kitöltésére (30 perc). Az idő leteltével hagyja, hogy a csoport bemutassa a táblázatot. A csoporttagok vitassák meg a lehetséges kihívásokat és véleményezzék egymás ötleteit.

KOMMUNIKÁCIÓ ÉS A PROJEKT BEFEJEZÉSE

CÉLOK: beszélje meg, hogyan kommunikálja a projektet és hogyan tervezzi lebonyolítani az utolsó találkozót.

HOSSZ: 30 perc

SZÜKSÉGES ANYAGOK: nagyobb papírlapok és tollak/szövegkiemelő filcek, flipchart.

LEÍRÁS: A projektről szóló megfelelő kommunikáció elengedhetetlen a célcsoportok eléréséhez, elérhetőségehez és a szélesebb nyilvánosság figyelmének felkeltéséhez. Számos mód és innovatív eszköz létezik, de a csoport elsősorban a saját erejére tud támaszkodni. Az ötletelés bármilyen gondolattal kezdődhet, nem szabad korlátoznunk a kreativitásunkat. Ugyanez vonatkozik az utolsó találkozó megszervezésének tevére is. A közös ötletelés segíthet a találkozó megtervezésében. A záró értekezletet arra érdemes használni, hogy visszanézzék a folyamatot, elmélkedjenek és értékeljék, ami történt. Tervezzen néhány további lehetséges folyamatot és mutassa ki a háláját, amiért végigcsinálták a projektet.

Ossza a résztvevőket 2 csoportra. Írja a flipchart közepére: A projekt befejezése. Magyarázza el, hogy a csoportok a közösségi projekt utolsó szakaszához kapcsolódó két kérdésre összpontosítanak. Az 1. csoport közösen ötletteljen arról, hogy hogyan lehet a projektet a külvilág számára kommunikálni, a 2. csoport pedig arról ötletteljen, hogy mivel érdemes foglalkozni az utolsó találkozón.

15 perces ötletelés után hagyja, hogy a csoportok bemutassák és rögzítsék az összes ötletet a flipcharton.

A FOLYAMAT ÉRTÉKELÉSE

CÉLOK: a folyamat értékelése, olyan tér létrehozása, amelyben visszajelzést lehet kapni, gyűjteni a projektről, a csoporttal közösen kellemes légkört kell teremteni a folyamat befejezéséhez.

HOSSZ: attól függően, hogy melyik módszert választja

SZÜKSÉGES ANYAGOK: lásd az alábbi gyakorlatot

LEÍRÁS: Összegyűjtöttünk néhány módszert, amelyek segítenek egy projekt csoportos értékelésében és befejezésében. Használhatja az összes módszert ebben a sorrendben, vagy kiválaszthatja azokat, amelyek Ön szerint támogatják a folyamatot.

1. gyakorlat: Egymásról beszélés.

(10 perc)

Alakítson ki három fős csoportokat. A csoportok háromszögben ülnek össze. Két fordulóban minden résztvevő kérdéseket tesz fel a másiknak. A fókusz inkább a jövőn van, mint a múltban. Egy kérdés vagy nyitott mondat irányítja azt a választ, ami egymás jövőjéről elmondanak a résztvevők. A beszél B -ről, B C -ról, C pedig A -ról. A második

körben az irány megváltozik, tehát a második körben A C -ről, C B -ről, B pedig A -ról beszél. mindenkinél két perce van a beszélgetésre. Két percenként adjon hangjelzést, hogy a résztvevők tudják: a következő személyen a sor. Mondja el a résztvevőknek, a szünetek is rendben vannak. Kérdés/Nyitott mondat a két fordulóhoz:

- 1 | Mit csodál az emberekben?
- 2 | Többször szeretném látni, hogy...

2. Gyakorlat: utolsó forduló

(hossza 30 perc) (15 fős csoporttal)

Szükséges anyagok: kő (kb. 3 cm) minden résztvevő számára, toll a kövekre íráshoz, gyertya.

Egy folyamat befejezésének mozzanata leginkább az utolsó találkozóra összpontosul. A sikeres kulcsa minden résztvevő meghallgatásában rejlik. Üljünk körbe. Helyezzen köveket a kör közepére. minden résztvevő választhat egy követ és ráírhatja azt, amit magával visz. Ez lehet szó, kép vagy szimbólum. Amíg a résztvevők rajzolnak, tegyen egy gyertyát a kör közepére és gyújtsa meg. Miután minden résztvevő elkészült, mondja meg nekik, hogy tegyék a köveket a középpontba, válaszolva a következő kérdésre: „Milyen volt a

projekt folyamata egészében, miben fejlődött?”. A résztvevők elhelyezik a kör közepén a köveket. Minél jobban ment számukra a projekt (mindenki a saját érzése szerint), annál közelebb kell rakni a követ a középponthoz. Miután mindenki egymás után elhelyezte a követ, minden résztvevő elveszi a saját kövét, és elmondja, mit visz magával. Elmagyarázva a rajzot vagy a kövén lévő szavakat.

Van még hely, ahol megoszthatjuk mindenkit, amit el kell mondani.



Érdeklik a fenti módszertan keretében kidolgozott projektek?

A következőkben a közösségünk tanulmányának négy társszerző szervezet által megvalósított projektek rövid leírását olvashatja. Ezeket „kísérleti projekteknek” nevezzük, mivel ezeknek a szervezeteknek első kísérletük volt a bemutatott projekt a környezetük megváltoztatására és a körülöttük élő emberekkel való kapcsolatfelvételre. A programok megvalósítási időszaka 2020. volt. Ebben az évben különösen nehéz volt közösségeket építeni. A rövid leírásokkal együtt több idézetet is mellékeltünk a résztvevőktől.



KALUNBA



BE INTERNATIONAL



MAREENA



GLOBAL 2000

MAREENA



MAREENA

A Mareenada olyan eseményt valósított meg, amelynek célja, hogy a pozsonyi Jakub térről környékén élő embereket közelebb hozza a Mareena közösséghöz. A program közvetlenül a Jakub téren történt. A látogatók süteményversenyen, könyvcserén, vetélkedőn vehettek részt, vagy meghallgathatták egy kis fuvolaművész zenei előadását. Az egész rendezvény körülbelül 2 órát tartott (a rossz idő miatt lerövidítették), és megközelítőleg 50 ember vett részt. A projektben 6 közösségi vezető mellett (4-en voltak igazán aktívak) további 5 önkéntes is részt vett, akiket maguk a közösség vezetői toboroztak.

A résztvevők véleménye Mareenadáról:

„A rossz idő ellenére nagy számban érkeztek az eseményre. A rendezvény ideje alatt jó hangulat volt a jellemző és sok segítséget kaptunk az önkéntesektől.”

„Nagyon örülök, hogy részt vehettem egy közösségi rendezvényen. Nehéz volt azonban olyan emberekkel dolgozni, akik a közösség számára ismeretlenek. Ilyen rövid idő alatt, ennyi különböző megközelítésekkel és minden résztvevő sikerességéért érzett felelősségtudattal nehéz volt dolgozni.”

KALUNBA



KALUNBA

Kalunba közösségi házának közvetlen szomszédságában található Budapest legnagyobb menekült-, bevándorló- és roma közössége. Ez egy feltörekvő negyed is egyben, ahol sok fiatal szakember él, akik érdeklődnek a gasztronómia és a kulturális események iránt. Annak érdekében, hogy összehozzuk a környéken élőket, és hogy megvalósítsuk menekült és bevándorló családjainak kedvenc tevékenységeit, főzö alkalmat szerveztünk, de a COVID19 miatt különleges óvatosságra volt szükség. A COVID19 következménye volt az is, hogy az önkormányzat engedélyezett egy balatoni privát partszakasz ingyenes használatát (ami a Kalunbát is magába foglaló kerület önkormányzatának tulajdonát képezi), de a kerületben mégis kevesen tudtak erről a lehetőségről. A bevándorlók és menekültek folyamatosan lehetőséget keresnek az ország felfedezésére. Fontosnak tartottuk, hogy megismertessük őket olyan olcsó lehetőségekkel, amik segítenek az ország megismerésében. Egy csoport helyi bevándorló és menekült családját busszal vittünk a Balatonra. Egy éjszakára vendégül láttuk őket a helyi plébánia taborhelyén. Egy jellegzetes perzsa ételt főztünk a szabadban, meghívítük a táborhely szomszédaiz és két napon át játszottunk a helyi strandon; bevándorlók, menekültek és helyiek együtt.

A résztvevők gondolatai a balatoni közösségi eseményről:

„Úgy gondolom, hogy a projekt legjobb része az emberek közötti kapcsolatteremtés és az, hogy segíthetek többet megtudni másokról. Jobb képet fest az emberekről, ha elfogadóak más vallásúakkal, más nyelven beszélőkkel, más bőrszínű emberekkel vagy bármilyen más kultúrájú emberekkel.

„A legjobb az volt, amikor elkezdtük hozzászokni a strandhoz, használtuk a homokozót és fociztunk, beszélgettünk a jövőről pingpongozás közben, megbeszéltük az iskolát, egymás tervezet, az elmúlt nyári táborokat, ki mit csinál, de főleg a közös jelenlét volt fontos. Érezve a napot és a vizet a bőrünkön. Nagyon ritka, hogy ilyen boldog lehessenek; mondták nekem a gyerekek. Spontán elkezdtünk táncolni egy kicsit a part közelében, amikor két női résztvevőnk zenét adott. Rám mosolyogtak, de nem tudtam nem csatlakozni hozzájuk, elengedni a bizonytalanságom a mozgásom, tánctudásom kapcsán.”

„A vacsorát közös erővel készítettük el. Sok zöldséget, húst és rizst. A szomszédok eljöttek vacsorázni. Egész évben a Balatonon élnek, és ritkán látnak ilyen sokszínű csoportot a környéken. A fiuk tollaslabdáztak néhány kalumbás gyerekkel, beszélgetések kezdődtek, párbeszédek és közös terek alakultak ki.”

GLOBAL 2000



Az aktív polgárok egy csoportja kísérleti projektet indított a városi kertészkedés téma körében. 4 hónap állt rendelkezésükre a projekt megtervezésére és megvalósítására. Global2000 mentorálással támogatta a résztvevőket, valamint a biokertészet egy szakértője kísérte a csoportot. A tervezés folyamata közben kiderült, hogy a koronavírus járvány miatt az összejövetelek és személyes találkozók már nem lehetségesek. Ehelyett a civil résztvevők úgy döntötték, hogy online tartalmat tesznek közzé a városi kertészetről, amelyet az érdeklődők szabadon felhasználhatnak. Ezt a Global2000 weboldalán és online csatornáin tették közzé.

A résztvevők gondolatai a városi kertészeti projektről:

„Létrejött egy csoport, amely érdeklődött a városkertészet általános téma iránt, készítettünk egy gondolattérképet, ahol minden elképzélést leírtuk arról, hogyan nézhet ki a projektünk.”

„Mivel a projekt online történt a lezárás miatt, az én ötleteim is csak online térben valósultak meg. A Zoomon való találkozás alkalmával és a kész projekt bemutatásakor elégedettséget éreztem, mert mégis csoportként beszélgettünk arról, amit elértünk.”

BE INTERNATIONAL



BE
INTERNATIONAL

A Be International két kísérleti projektet hajtott végre, amelyek egyaránt közösségi események voltak. Az első egy tánc/étel/kultúra csere volt, amely két különböző részből állt. Először egy arab dabke estet tartottunk július 14-én, kedden Spolkovnán (a 0.008 -as terem, Társadalomtudományi Kar, Joštova 10). A program elején a résztvevők megismerkedhettek „dabke” táncossal: típusaival, fejlődével, fogalmaival. Ahmad Asadi oktató mindenkinél megtanította a „dabke” táncot. Az esemény végén a résztvevők megkóstolhattak közelkeleti jellegzetes ételeket, mint például a hummuszt falafellel pitában. A második eseményre, a „cseh hagyományos táncműhelyre” augusztus 17 -én, hétfőn került sor a Skautský Institutban. A rendezvény során táncoktatónk megtanították a résztvevőket valčík, polka és mazurka táncra. Végül a résztvevőknek lehetőségük volt többet megtudni egymásról és megkóstolhattak hagyományos cseh ételeket.

A második rész a „Tegyük jobbá a környékünket” elnevezésű közösségépítő rendezvény volt. A résztvevők összeültek, hogy virágot és növényeket ültessenek szeptember 15-én a Vinařská kollégium kertjében. Energetizáló és jágtörő foglalkozások után a résztvevők virágokat ültettek, miközben egymást tanították az SDG-król és a fenntarthatóságról. Ezt követően nyitott pikniket tartottak, ahol minden résztvevő hozta kedvenc ételeit, harapnivalót és italát, hogy megossza másokkal.

A résztvevők gondolatai a Be International közösségi eseményeiről:

„Nagyon tetszett! A cél az volt, hogy egy helyen összegyűjtsük a különböző háttérrel rendelkező embereket és összekapcsoljuk őket a növények ültetésével. Nemcsak arra kaptunk lehetőséget, hogy új barátokat szerezzünk, megoszthassuk tapasztalatait, és kellemesen időt töltünk egy pikniken, hanem arra is, hogy kedves Brnónkat zöldebbé tegyük.”

„Fel kellett kutatnom a lehetséges növényeket és magokat, amelyek alkalmasak lehetnek az ősziszponzorált programra, valamint a szükséges felszerelést be kellett szerezni. A folyamat és a rendezvény megvalósítása során csoportunk segítette egymást a feladatokban, valamint motiválta egymást.”

A módszertan megvalósításának másik módja a „Kapacitásépítő tréning” volt. Ez a képzés a közösség azon vezetőit célozza meg, akik aktívak akarnak lenni saját közösségeikben és eszközökkel szeretnének fejleszteni ehhez. A témánk a közösségepítés lehetőségei volt a szomszédság környezetében. Eredetileg személyes részvétellel megvalósuló képzésként terveztük Csehországban november 16. és 20. között, egy online alkalommal, amely egy héttel a képzés előtt zajlott volna, hogy előzetesen felkészítse a résztvevőket a tanulási folyamatra. A koronavírus-járvány miatt azonban a képzés online zajlott. A képzés történetének elmondása segíthet megvilágítani, hogyan valósíthatjuk meg a módszert online környezetben és hogyan tehetjük a képzést a lehető legbefogadóbbá. A virtuális tér kihívást jelent, de elérhetőbbé és rugalmasabbá is teheti az tréninget.

Végül a „Fenntartható közösségi projektek fejlesztése” című képzés előkészítő értekezletére november 10-én került sor, majd a terveknek megfelelően november 16-tól november 20-ig zajlott a tréning. A programon 15 résztvevő, 2 oktató és 2 technikai támogató személy vett részt. Az program angol nyelven zajlott. Előzetes megfontolásunk szerint a projekt általános pedagógiai programokat, tanulásmódszertani tréningeket tartalmazott résztvevők által fejlesztendőnek ítélt kompetenciák területén, amelyek a következők voltak:

- különböző háttérrel rendelkező embereket toborozása és felhatalmazása, bátorítása aktív állampolgárságra.
- Az aktív állampolgárság erősítése gyakorlatban, megvalósításában a munkaterületükön.
- az interkulturális csoportok mentorálása és támogatása közösségi projektjeik megvalósításában,
- teljes mértékben megérteni és tudni, hogyan kell végrehajtani a fenntartható fejlődés elveit,
- vezetői képesség fejlesztése,
- interkulturális kompetenciánk növelése, erősítése.

A képzés online szervezésével kapcsolatban tisztában voltunk azzal, hogy nem fogjuk tudni ezeket a témaikat lefedni, újradefiniáltuk a célkitűzéseket, és konkrét kompetenciákhoz igazítva megfogalmaztuk a tanulási célokot.

KOMPETENCIA AZ AKTÍV ÁLLAMPOLGÁRSÁG MEGVALÓSÍTÁSÁBAN (PROJEKTÖTLET-FEJLESZTÉS)

- Határozza meg, hogy mi az igényfelmérés és milyen eszközökkel lehet ezt elvégezni.
- Próbálja meg elvégezni a szükségletek elemzését egy előre meghatározott célcsoporton.
- Értse meg az igényfelmérés, a szükségletek megismérésének fontosságát, mint a projektfejlesztés első lépését.
- Ismerje a projektfejlesztési ciklus egyes részeit és azok helyes sorrendjét.
- Legyen képes projektötletet létrehozni egy olyan eszköz segítségével, amely végigvezeti a folyamat lépésein.
- Fogadja el a projektciklust, mint egy keretet, amikor a saját tevékenységeit fejleszti.

A FENNTARTHATÓ FEJLŐDÉS ALAPELVEI

- Legyen tisztában a fenntartható fejlődés céljaival.
- Értékelje az SDG -k figyelembenének mértékét a közösségi projektek tervezésekor.

BEFOGADÓ VEZETÉS ÉS SAJÁT SZEREP EGY KÖZÖSSÉGBEN

- A csoporttagoknak meg kell érteniük, hogy az identitások különböző rétegekből állnak.
- Azonosítsa azon rétegeket, amelyekből identitásunk áll és kritikusan értékelje azokat.
- Fogadja el, hogy a közösségekkel való együttműködés során fontos, hogy tisztában legyen saját identitásával.

A fő tanulási célokon kívül az egyik napot a résztvevők sajátos tanulási igényeinek kielégítésére használtuk fel. Néhány téma nem tartozott a fent említett tanulási célok körébe. Mindazonáltal némelyik felmerülő témát relevánsnak tartottuk a képzés általános célja szempontjából és úgy döntöttünk, hogy legalább részben lefedjük azokat a párhuzamos műhelymunkák során, amelyekre a fő program 5. napján került sor. A téma a közösségi tájékoztatás, a befogadó vezetés, a közösségi és oktatási munka online és offline eszközei, valamint az időgazdálkodás/kiégés megelőzése voltak.

HOGYAN ÉPÍTETTÜK FEL A FOLYAMATOT?

A programfolyamat megtervezésének fő inspirációjául a projekt keretében kifejlesztett kimenetet használtuk: a mentoring módszertant. A módszertan inspirációt adott számunkra az általunk kiválasztott tevékenységekhez. A folyamat során az absztraktról a konkrét felé haladtunk; egy általános működési móddal. Először olyan kereteket dolgoztunk ki, amelyeket a résztvevők később felhasználhatnak saját projektötleteik kidolgozásában.

Itt található a képzés ütemterve, amely tervezési mintaként szolgálhat hasonló képzésekhez, amik a helyi közösségekbe való bekapcsolódással foglalkoznak. A képzés felépítése a módszertanon alapul.

	10.11. (Kedd)	16.11. (hétfő)	17.11. (kedd)	18.11. (szerda)	19.11. (csütörtök)	20.11. (péntek)
11:00 - 13:00		Felkészülés a programra - képek kiválasztása az előadásokhoz	Házi feladat - megközelítések a szükséges elemzési kutatásokhoz	Házi feladat - projektmenedzsment, szociális és szükségletelemzés	Csoportmunka projekteken és konzultációk az oktatókkal	Csoportmunka a projektötletek véglegesítésén
16:00 - 19:30	Ismerkedés egymással A kísérleti projektkintése A tanulási igények felmérése	Bevezetés a programba Az identitás és a szerepem a közösségen	Fenntartható fejlődési célok bevezetése Elemzésre és projektmenedzsmentre van szükség	SDG a tevékenységekben A közösségi igényektől a konkrét ötletekig	Gyakorlati műhelyek Projektfejlesztés	Fontos pontok Akciótervezés Értékelés

1. táblázat: A program vázlata

A résztvevőkkel folytatott konzultációt követően úgy döntöttünk, hogy a képzést minden nap 16 órától 19:30 óráig tartjuk, mivel ez a legtöbbjüknek kedvező volt a kijárási tilalom miatt. minden nap végén reflexiós csoportot tartottunk, úgy, ahogyan azt egy személyes részvételre épülő képzés esetén tennénk. A reflexiós csoportok célja az volt, hogy beszéljenek a tanulásról, összegyűjtsék a jövőbeli elvárásokat és visszajelzést kapjanak a résztvevőktől. Az alkalmak nagyobb részében házi feladat is volt, amelyet a résztvevők választhattak ki és amin következő nap folyamán dolgoztak, hogy rögzítsék a tanultakat, illetve, hogy felkészüljenek a következő foglalkozásra. Az 5. napon a résztvevőknek délelőtt személyes konzultációkat is felajánlottak a trénerek, hátha valamelyik résztvevőnek, csoportnak segítségre lenne szüksége projektötleteikkel kapcsolatban.

TIPPEK TRÉNEREKNEK

A képzés alatt bizonytalanná váltak a körülmények a COVID-19 világjárvány miatt. Az utazási korlátozások és a fizikai találkozók korlátai miatt úgy döntöttünk, hogy a képzést online szervezzük. A folyamat során sokat tanultunk arról, hogyan lehet lebilincselő, feszes oktatási tevékenységet létrehozni anélkül, hogy közös teret, épületet, szemináriumot kellene használni egymással. Szeretnénk néhány tippet megosztani itt arra az esetre, ha Ön oktató vagy online oktatási tevékenység lebonyolítója lenne.

A STÁB

Tapasztalataink szerint az online tréning lebonyolításához minimálisan 2 oktatóra/segítőre van szükség, de az optimális 3 fő. Mindig ügyeljen arra, hogy a csapaton belüli szerepeket előzetesen ossza le. Három fő szerepet határoztunk meg:

- **A vezető** oversees the specific activity. She prepares and delivers the content and has a high level of responsibility and agency towards the group. She introduces the tasks, follows the process and runs the debriefings.
- **A támogató** feladata az, hogy megkönnyítse a vezetőre osztott munkát. Ismeri az alkalmak előzetes tervezetét és bővebben tud tájékoztatni, ha szükséges. Figyelmesen kíséri a csoportot, különös tekintettel annak hangulatára és ha úgy látja, hogy a vezető nem volt egyértelmű, akkor tisztázza a félreérteket. A megbeszélések során a támogatók a vezetővel együtt figyelik a csoportot és felügyelik a beszédrendet.
- **A technikus** tudja, mikor és hogyan kell a résztvevőket csoportokra osztani. Gyorsan elintéz minden technikai problémát és segít a résztvevőknek, akiknek technikai problémájuk lehet.

Győződjön meg arról, hogy a csapat rendelkezik elegendő kommunikációs csatornával. Gyakran találhatja magát olyan helyzetben, ami gyors alkalmazkodást igényel és lehet, hogy a tervezet változtatását kell kezdeményeznie időzítési korlátok miatt például. Készüljön fel olyan munkavégzésre, ami több feladatból áll. A tartalom elmondása közben előfordulhat, hogy gyorsan meg kell néznie egy üzenetet, amelyben arra figyelmeztetik, hogy 5 perc múlva fejezze be a munkát, vagy módosítsa a tevékenységet az észlelt csoport energiaszintje miatt, vagy jelentsen be egy korai szünetet, ha egy megoldandó technikai probléma ezzel hidalható át a stáb többi tagja számára.

Mindig értékelni kell. Nem csak a résztvevőkkel közösen, hanem a stábbal is. Szánjon erre 30-60 percet minden nap után, hogy reflektálni tudjon magára és a többiekre, újra átélnesse az elmúlt alkalmat. Adjon visszajelzést a stábjainak és tegye élvezetesebbé a következő napokat.

SZABÁLYOK

Annak érdekében, hogy mindenki jól érezze magát, feltétlenül közölje az alapvető szabályokat (vagy ha van ideje, közösen hozza létre őket a csoporttal). Többek között mindenkinél időben kell érkeznie, lehetőleg használjon videokamerát és némiítsa el a mikrofont, ha nem beszél.

KOMMUNIKÁCIÓ

A képzés megkezdése előtt kellőképpen tájékoztassa a résztvevőket. Adjon részletes információkat az időkeretről, a lefedett témakról, a használni kívánt szoftverekről stb. Tartson „technikai találkozót” 30 percssel a hivatalos program kezdete előtt, hogy a résztvevők, akik azt gyanítják, hogy nehézségeik merülhetnek fel a hardverükkel, csatlakozhassanak és meg tudják oldani a problémáikat az ön támogatásával.

IDŐZÍTÉS

Az időzítés rendkívül fontos. Ehhez a képzéshez 3 órás könnyített programot és 30 perces szünetet választottunk 16:00-19:30 között. Miután a legtöbb résztvevővel konzultáltunk és megtaláltunk egy mindenki számára megfelelő időkeretet, az után alakítottuk ki az időtervezetet. A reggeleket egyéni munkával töltötték a résztvevők, amit a résztvevők beilleszthették saját időbeosztásukba.

VIZUALITÁS

Győződjön meg róla, hogy elegendő vizuális segédeszközöt használt. Készítsen flipchartokat, szkennelje be és mutassa meg őket a képernyőmegosztáson keresztül. Hozzon létre interaktív dokumentumokat. Használjon videókat. Kerülje, hogy állandóan egy beszélő fej legyen a képernyőn.

NEM BAJ, HA NINCS REAKCIÓ

Az apróságok teszik élvezetesebbé munkánkat. Bármi a szemkontaktusból, a feladatot kitaláló tanuló időnkénti mosolya, egy zűrzavaros arccal teli kör egy sikertelen vicc, vagy spontán nevetés. Ezek személyesebbé teszik a résztvevőkkel való kapcsolatot, nagyban segíthetik a tanulási folyamatot és energiával töltethetnek fel bennünket. Nos, a legtöbb hasonló gesztust, mimikát elfelejtheti online munka közben. Egyszerűen azért, mert amikor egy résztvevő a képernyőjére bámul, az agya azt mondja neki, hogy a képernyőre néz: nem egy másik emberre. Rengeteg unott vagy semleges arcot fog látni az idő nagy részében és ez teljesen rendben van. Jól végzi a munkáját (valószínűleg), csak az emberek gyakran nem ugyanúgy néznek a képernyőre, mint ahogy egy másik emberre néznének.

VEGYÍTSE A TEVÉKENYSÉGEKET

Próbálja meg elkerülni a 15 percnél hosszabb elméleti szakaszokat. Az emberek valószínűleg abbahagynák az aktív hallgatást. Próbálja egyensúlyba hozni az inputokat, az egyéni munkát és a kiscsoportos munkát. Adjon esettanulmányokat és szimulációkat, amelyeken a résztvevők dolgozhatnak. Ne feledje, hogy annak ellenére, hogy számítógépen keresztül érintkezünk, nem korlátozódunk a digitális eszközökre. Bátorítsa például a résztvevőket, hogy használjanak papírt, színeket és készítsenek plakátokat, amelyek feltérképezik közösségeiket. Találja meg mindenki a számára megfelelő szintet, hogy optimális ritmusban tudjon haladni és beszéljék ezt meg csoportos szinten is.

ISMERJE MEG ESZKÖZEIT

Kevés dolog frusztrálóbb a résztvevők számára, mint egy tréner, aki azzal a technikával küszködik, amelyet éppen használni szeretne a csoporttal. Győződjön meg róla, hogy tisztában van az Ön által használt platformok és szoftverek lehetőségeivel, valamint korlátáival. Szánjon időt arra, hogy előzetesen tesztelje a programokat kollégáival, vagy ha Ön tapasztaltabb, biztosítson biztonságos teret kollégái számára, hogy kipróbálhassák és megtanulhassák a szoftverek működését.

ENERGIASZINT



Ügyeljen a csoport energiaszintjére. Bizonyára nem szeretne fáradt és bosszús csoporttal dolgozni. Néha szükség lehet egy a tervezett nél korábbi szünetre, ha úgy látja, hogy az emberek elveszítik a figyelmüket. Vagy vegyen be egy energizáló etapot, amikor elkezdi a munkát, vagy amikor fel kell venni a ritmust a szünet után. Összegyűjtöttünk néhányat, amelyek online használhatók.



ZENE

Bár önmagában nem energetizáló, segít zenálni (a megosztott hang opció révén) minden szünet vége felé. A résztvevők tudni fogják, hogy a szünet vége közeledik, és elkezdenek megjelenni a képernyőn, fejükkel bologatva a zenére, vagy talán még mozogni is fognak.

FELRÁZÁS



Kérj meg mindenkit, hogy álljon fel és legyen látható a kamerájában. 10 -től 1 -ig számoljon és rázza meg a testrészeit. Rázza meg tízszer a jobb karját, majd a bal karját, majd a jobb lábat és a bal lábat. Az első ciklus után ismételje újra úgy, hogy egyel kevesebbet ráz a testrészén. 9 -szer egészen 1 -ig, amikor egyszer megrázza a jobb karját, a bal karját, a jobb lábat egyszer és a bal lábat egyszer, vége.

ONLINE TÉR



Dolgozzunk azon, hogy megjelenhessünk a képernyőn. A résztvevők kezükkel megéríntik a kameraablak oldalát, mintha egy szobába zárták volna őket, és a falakat érintenék. Emelje fel a kezét, hogy „elkapja a wifit”. Húzza a fejét a kamera közelébe, hogy „ellenőrizze, működik -e”. Dob a kezével az alattunk lévő személyhez a képernyőn. És amikor valaki azt mondja: „Zombik!” bújj el a kamerád elől, hogy a zombik ne lássanak.



ÉRINTSE MEG A SZÍNT



Egy tréner kiválaszt egy színt, és azt mondja: „Most érintse meg a zöld színt.” mindenki körülnéz a szobájában, talál egy megfelelő színű elemet, megéríti, majd visszatér a képernyőre. Az utolsó személy új színt választ. A színeken kívül dolgozhat anyagokkal, konkrét tárgyakkal („Mindenki fogja meg kedvenc csészéjét, és hozza el”) vagy akár tartalommal kapcsolatos dolgokkal („Mindenki fogjon meg meg egy olyan dolgot, ami a befogadást jelenti számára”).



VI. KÖVETKEZTETÉS

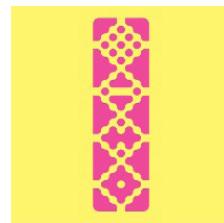


Reméljük, hogy ez a füzet inspiráló ötleteket ad Önnek arról, hogyan indítsan el, fejlesszen és hajtson végre közösségi projektet egy adott közösség igényei alapján, amely fenntartható és releváns mind globálisan, mind lokálisan. Ha érdekli a résztvevő szervezetek munkája, bátran vegye fel velük a kapcsolatot az alábbi elérhetőségeken. Sok erőt és bátorságot kívánunk Önnek ahhoz, hogy aktív polgárrá válhasson, és közösséggével kapcsolatba léphessen a pozitív változás elindításához. Élvezze a folyamatot!

A RÉSZTVEVŐ SZERVEZETEK ELÉRHETŐSÉGEI



MAREENA
<https://mareena.sk/>



BE INTERNATIONAL
<https://www.beinternational.cz/>



GLOBAL 2000
<https://www.global2000.at/en>



KALUNBA
<https://www.facebook.com/kalunbacharity>

UNITY IN COMMUNITY

GYAKORLATI KÉZIKÖNYV BEFOGADÓ KÖZÖSSÉGI ALKALMAKHOZ

A kiadványban szereplő információk és nézetek a szerzőktől származnak, és nem feltétlenül tükrözik az Európai Unió vagy a Bizottság hivatalos véleményét. Sem az Európai Unió intézményei, sem a Bizottság, sem a nevükben eljáró személyek nem tehetők felelőssé a kiadvány tartalmáért.

Szerzők: Miriam Bahn, Andrej Návojský, Eva Gänsdorfer

Az angol nyelvű kiadvány szerkesztői: Claire Weihe, Kállay Eszter

Layout: Moodive

Az angol nyelvű kiadványt magyarra fordította: Urbán Ákos

Pozsony, 2021



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Erasmus+

