

SKRYPT DODATKOWY

WARSZTAT BAZOWY



WARSZTATY **MOC**
NIE  **AKCEPTACJI**



POLSKO-AMERYKAŃSKA
FUNDACJA WOLNOŚCI



FUNDACJA
ulica

WARSZTAT BAZOWY



jest warsztatem dodatkowym przeznaczonym dla osób rozpoczynających pracę z daną grupą. Zawiera dodatkowe ćwiczenia, które umożliwiają nawiązanie realizacji i ustalenie kontraktu pracy.



Pozostałe skrypty warsztatowe zostały stworzone jako odpowiedź na wyniki **BADANIA ODPORNOŚCI PSYCHICZNEJ DZIECI I MŁODZIEŻY** przeprowadzonego w 2022 roku na grupie 270 dzieci mieszkających w województwie Śląskim.

Fundatorem programu jest Polsko-Amerykańska Fundacja Wolności. Realizatorem Programu jest Fundacja „Edukacja dla Demokracji”.

Przedstawione skrypty trenerskie zawierają szczegółowe scenariusze, wraz z komentarzem trenerskim, jak również wszystkimi niezbędnymi materiałami.



Wszystkie materiały warsztatowe, znajdują się na stronie:

www.niemozliwego.pl/moc



ul. Mikołowska 72 A, 40-065 Katowice
www.niemozliwego.pl
ulica@fundacja.ulica.pl | tel. 512 337 937

WARSZTATY **MOC**
NIE  **AKCEPTCJI**



CC BY 4.0 DEED

Uznanie autorstwa 4.0 Międzynarodowe

Warsztaty zostały podzielone na 5 bloków każdy zaplanowaliśmy na ok 40 minut pracy. Zachęcamy jednak, jeżeli tylko istnieje taka możliwość, by pogłębiać pojawiające się dyskusje, a tym samym zarządzać samodzielnie czasem danego bloku i podążając za potrzebami grupy, elastycznie dostosowywać go do pojawiających się sytuacji. Warsztaty zostały zaplanowane dla grupy wiekowej:

- Grupa Youth - Młodzież w wieku 15-19 lat

Każdy z 5 bloków został rozplanowany wg następujących kategorii:

- **Nazwa ćwiczenia**
- **Czas** - określamy minimalną ilość czasu jaka jest potrzebna, aby wprowadzić dane ćwiczenie. Jednak podany czas będzie się zmieniał ze względu na ilość osób biorących udział w warsztatach, styl prowadzenia zajęć przez trenera, chęć grupy do działania, dzielenia się i rozmawiania o doświadczeniach, poziomu energii grupy, a także zmiennych okoliczności, w których będziemy pracować.
- **Potrzebne materiały** - informujemy jakie materiały są niezbędne do przeprowadzenia danego ćwiczenia
- **Przebieg**- tu pojawiają się krótkie instrukcje do ćwiczeń.
- **Instrukcja trenerska** - tutaj znajdują się rozszerzone informacje dotyczące przebiegu danego ćwiczenia, możliwe jego modyfikacje, zastępniki (w zależności od tego co dzieje się na sali) oraz warianty rozszerzone.
- **Przykładowe omówienie** - to nic innego jak proponowana treść, jaka powinna się pojawić w omówieniu danego ćwiczenia. Warto zawsze w omówieniu dzielić się z uczestnikami własnym doświadczeniem i dostosowanymi do grupy przykładami obrazującymi jak dana treść może być zastosowana w praktyce w ich życiu.

Konstrukcja warsztatów

Materiały dodatkowe

Wsparcie

Autorzy programu

Wszystkie, potrzebne do realizacji zajęć, arkusze znajdują się na końcu skryptu oraz można je pobrać ze strony **niemozliwego.pl/MOC**.

Zachęcamy do zapoznania się z materiałami trenerskimi, które można pobrać ze strony Wirtualnej Akademii Ambasadorów nieMożliwego: Podręcznikiem trenera

Zachęcamy Was, drodzy Trenerzy do pozostania z nami w kontakcie, dzieleniem się swoimi sukcesami w prowadzeniu warsztatów. Jeżeli na dowolnym etapie pojawiłyby się pytania, wątpliwości, trudności, prosimy o kontakt za pomocą formularza kontaktowego znajdującego się na naszej stronie **niemozliwego.pl**, ponieważ chcemy stale wspierać i towarzyszyć w rozwoju naszych trenerów - Ambasadorów nieMożliwego.

- Autorzy warsztatów: Agata Gemser-Wrębiak, Natalia Soja.
- Konsultant programu: Adrian Kowalski

Notki o autorach i konsultantach programu znajdują się na stronie www.niemozliwego.pl/o-nas

Przywitanie i przedstawienie idei warsztatów

15 min

Potrzebne materiały

Więcej informacji o podstawowych zasadach pracy trenera znajduje się w *Podręczniku trenerskim*.

1

Przebieg: Witamy uczestników warsztatów, jeżeli nie znamy grupy warto powiedzieć o sobie dwa, trzy zdania. We wstępie opowiadamy o głównym celu warsztatów, jakim jest zapoznanie uczestników z koncepcją rozwoju Ambasadorów nieMożliwego i sprawdzenia na ile taka idea będzie dla nich użyteczna, ciekawa, wartościowa.

Instrukcja trenerska: Warto by, każdy prowadzący sam dla siebie odpowiedział na pytanie dlaczego właśnie ten program chce zaproponować grupie, a potem by podzielił się swoją refleksją.

Cel warsztatów można zmodyfikować i dostosować go np. do programu wychowawczego prowadzonego w danej placówce.

Pamiętajmy, że w trakcie całego warsztatu ogromną rolę będzie odgrywało modelowanie zachowań uczestników, przez własny przykład trenera.. Dlatego im bardziej chcemy zachęcać grupę do otwartej komunikacji, tym częściej musimy dzielić się własnym doświadczeniem (nie tylko tym pozytywnym, ale również niekiedy trudnym) . Pamiętajmy, nasze zachowanie wpłynie w sposób zdecydowany na pojawiające się normy grupowe.

1a

Przebieg: Informujemy grupę, że nasza praca będzie miała charakter warsztatowy dlatego ważne, by każdy zastanowił się jak chce by się do niego zwracać.
Po kolei (czyli w tzw. rundce) prosimy uczestników, by się przedstawili oraz prócz imienia, przezwiska - odpowiedzieli na jedno z pytań znajdujących się w instrukcji trenerskiej.

Instrukcja trenerska:

Przykładowe pytania otwierające: (Można oczywiście wymyślić swoje dowolne, ważne by miało wydźwięk pozytywny i było na tyle łatwe, by uczestnicy szybko na nie odpowiedzieli)

1. Co pozytywnego spotkało Cię w ciągu dzisiejszego dnia?
2. Podziel się jedną rzeczą, jakiej o Tobie nie wiemy.
3. Jaka jest twoja ukochana bajka z dzieciństwa?
4. Jaka jest Twoja super moc?



Kontrakt

5 min

Potrzebne materiały

Więcej informacji o podstawowych zasadach związanych z tworzeniem kontraktu, a także rozszerzona lista proponowanych zasad znajduje się w **Podręczniku trenerskim**

2

Przebieg: Informujemy uczestników, że standardem w pracy warsztatowej jest tworzenie i przestrzeganie kontraktu. Przedstawiamy proponowane zasady. Tłumaczymy ich znaczenie i pytamy, czy grupa akceptuje zaproponowane zasady. Zasady dotyczą zarówno uczestników, jak i prowadzącego.

ZASADY:

1. Dobrowolności
2. 4 ścian
3. Wspierania, a nie oceniania
4. Punktualności
5. Aktywności

Instrukcja trenerska: Jeżeli grupa nigdy nie spotkała się z podobną formą pracy kontraktowej warto powiedzieć jaka jest jej rola:

- Zawiera w sobie najważniejsze zasady ułatwiające pracę warsztatową.
- Pozwala na nawiązywanie do niego, w przypadku gdyby w trakcie pracy zasady były łamane.
- Daje poczucie bezpieczeństwa.

Przykładowe omówienie

1. **Zasada dobrowolności** - uczestnicy mogą uczestniczyć w warsztatach na ile chcą. Nikt nie może zmuszać ich np. do odpowiedzi na pytania.
2. **Zasada aktywności** - Uczestnicy są aktywni, dlatego jeśli nie czują się na siłach, by odpowiadać na zadane pytanie na forum, nie muszą, ale dobrze gdyby odpowiedzieli na nie w myślach.
3. **Zasada 4 ścian** - Obowiązuje nas poufność, nie rozmawiamy o tym, co dzieje się na warsztatach z innymi osobami.
4. **Zasada wspierania, a nie oceniania.** Jesteśmy dla siebie mili, wolno nam mówić o pojawiających się emocjach np. o złości, ale nie wolno zamieniać jej w negatywne zachowanie - czyli w tym przypadku w agresję słowną.
5. **Zasada punktualności** - nie spóźniamy się, zajęcia zaczynamy punktualnie.

Poznanie grupy

20 min

Potrzebne materiały

Kartka papieru im większa tym lepsza, optymalnie kartka flipchartowa.

3

Przebieg: Dzielimy grupę na trzy zespoły. Zadaniem każdego jest stworzenie kwiatu, który składałby się z tyłu płatków, ilu jest członków grupy.

Każdy w wybranym przez siebie, jednym, płatku rysuje element, który wyróżnia go z grupy. W środku cały zespół powinien narysować dowolną ilość elementów wspólnych.

Instrukcja trenerska: Ćwiczenie można wykonać w bardziej zaawansowanej formie, rozszerzając go o dwa warunki. By umieścić dany element na swoim płatkach, musimy mieć pewność, że dotyczy wyłącznie nas, jest dla nas unikalny. Aby umieścić coś w środku, dany element musi łączyć wszystkich bez wyjątku. Jeżeli mamy czas zadanie kończy się przedstawieniem kwiatów na forum. Gdyby czasu nam zabrakło, możemy do przedstawiania wrócić na następnym module.

Przykładowe omówienie

Celem zadania jest lepsze poznanie się członków zespołu, wytworzenie atmosfery pracy zespołowej oraz pokazywanie, że każdy z nas posiada w sobie unikatowe cechy, niepowtarzalny potencjał, ale z drugiej strony ma też coś co pozwala mu nawiązywać relacje, porozumienie z innymi ludźmi.



WARSZTATY MOC NIE AKCEPTCJI



CC BY 4.0 DEED

Uznanie autorstwa 4.0 Międzynarodowe

Publikacja jest dostępna na licencji Creative Common. Uznanie autorstwa 4.0 Polska. Pewne prawa zastrzeżone na rzecz autorów Fundacji Pomocy Dzieciom ULICA oraz Fundacji Edukacja dla Demokracji. Zezwala się na dowolne wykorzystanie treści – pod warunkiem zachowanie niemniejszej informacji licencyjnej i wskazania autorów jako właścicieli praw do tekstu. Treść licencji jest dostępna na stornie <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.pl>

„Projekt jest finansowany w ramach Programu „Fundusz pomocowy dla organizacji pozarządowych oraz inicjatyw obywatelskich 2022-23”, utworzonego przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności, realizowanego przez Fundację Edukacja dla Demokracji.”.



POLSKO-AMERYKAŃSKA
FUNDACJA WOLNOŚCI

