



MÓDSZERTANI ESZKÖZTÁR

Youth For Change

Eszköztár a Youth4Change program módszertani útmutatójához

Az eszköztár az Autonómia Alapítvány és a Caritas által megvalósított Youth 4 Change (CERV-2022) program keretében készült.

Az alábbiakban összefoglaltunk néhány konkrét módszert, eszközt, amelyek a módszertan egyes részeihez kapcsolódnak. Ezek akár önmagukban, vagy más tevékenységek részeként, a komplex módszertan egyes elemeiként is használhatóak.

Tartalomjegyzék

1. Bevonás	4
<i>Bemutató óra</i>	4
2. Eltérő csoportok együttműködése, csapatépítés	7
<i>Korábban közösen megélt kihívás</i>	7
<i>Rövid film egymásról</i>	8
3. Társadalmi témák feldolgozása	9
<i>Közösségi témameghatározás</i>	9
<i>Társadalmi problémák feltérképezése</i>	11
4. Művészeti munka	15
<i>Közösségi dalírás és zenekészítés</i>	15
5. Eredmények bemutatása és terjesztése	17
<i>Bemutató esemény szervezése</i>	17

1. Bevonás

Bemutató óra

A programhoz kapcsolódóan bemutató foglalkozásokat tartottunk különböző iskolákban, azzal a céllal, hogy a diákok számára bemutassuk, mire számíthatnak a csatlakozás esetén, és az ízelítő segítségével kedvet csináljunk a részvételhez. Számos civil kezdeményezés számára kiemelten fontos, hogy iskolák tanulói körében toborozzon résztvevőket. Az iskolákban rendelkezésre álló, szigorúan meghatározott időkeretek miatt általában 45 perces, vagy legfeljebb 2*45 perces foglalkozások megszervezése ajánlott.

A foglalkozás elemei és céljai:

- A tervezett program céljainak, fő tevékenységeinek bemutatása, annak tisztázása, mire számíthatnak a kapcsolódó diákok és mi mit várunk el tőlük – ez az informatív rész legyen logikus, érthető, összeszedett, és ne tartson tovább 10 percnél.
- Foglalkozásvezető bemutatkozása – a program részleteinek megismerése mellett legalább ilyen fontos, hogy a diákok megismerjék azt a szakembert, akivel a későbbiekben dolgozni fognak. A résztvevő diákok visszajelzései alapján a döntésük hátterében, hogy kapcsolódjanak a programhoz, legalább olyan fontos volt a foglalkozásvezető személye, az, hogy bizalmat ébresztett bennük, mint maga a tevékenység, amire invitálta őket. A munkatárs röviden mutatkozzon be, szakmai előéletéről is hangozzon el infó, illetve bármi olyan személyes információ is, aminek mentén a diákok emberi kapcsolódást tudnak érezni vele. Fontos, hogy nyitottan, lazán kommunikáljon, megfelelően használva akár a humor és a közvetlenség kommunikációs eszközeit.
- Ízelítő a program tevékenységeiről, illetve a kapcsolódó üzenetek, fókuszok felvillantása – hasznos, ha a fiatalok már megízlelhetik, hogy milyen tevékenységeket fognak majd végezni a programban, ha csatlakoznak. Ezek a tevékenységek szerezzenek számukra élményt, örömet és sikert. A konkrét tevékenységek mellett – amennyiben van ilyen fókusza a programnak – jó, ha a kapcsolódó értékek, üzenetek is előkerülnek, azonban ezek ne váljanak túl direktté, lehetőség szerint az elvégzett tevékenységhez kapcsolódjanak, és ne maradjanak túlságosan teoretikusak. Fontos, hogy tudatosan döntsük el, milyen tevékenységeket valósítunk meg a rövid időkeretben, hogy azok kerek és teljes élményt nyújtsanak. Ugyanakkor célszerű olyan kíváncsiságot és inspiráló hiányérzetet is ébreszteni a résztvevőkben, amely miatt szívesen csatlakoznak, és folytatásra vágynak.

Fontos szempont volt, hogy a programban részt vevő fiatalok lehetőséget kapjanak arra, hogy jobban megismerjék önmagukat és társaikat. Tudatosíthatták, mennyi mindenben hasonlítanak, illetve különböznek egymástól. Emellett a program célkitűzései közé tartozott a társadalmi témák iránti érzékenyítés és a sérülékeny csoportokkal kapcsolatos szemléletformálás, amelyeket szintén igyekeztünk beépíteni a

bemutatózó órákba. Az önismeret, társismeret és kooperáció hármasa kiemelt szerepet játszott a program egészében, mint a közös munka és fejlődés alapvető pillérei.

Ezen célok és megfontolások mentén jött létre a „Mindenki Más – Mindenki Ugyanolyan” 2*45 perces foglalkozás terve, amelyet több középiskolai diákcsoportban is megtartott egy helyi foglalkozásvezető. A foglalkozás célja az volt, hogy a fiatalok a közös gyakorlatok során felismerjék, hogy számos dologban különbözhetünk akár egy közeli osztálytársunktól, és lehet bennünk számos hasonlóság egy villamoson mellettünk utazó idegennel is.

Rövid bemelegítő gyakorlattal kezdődött a foglalkozás: „Ha azt mondom állj, akkor menj, ha azt mondom menj, akkor állj!” – ennyi volt a könnyen megérthető instrukció, ami hozzásegítette a fiatalokat ahhoz, hogy birtokukba vegyék a teret, mozogjanak, ébredjenek fel, nézzenek össze egymással.

Ezután következett egy ön- és társismereti gyakorlat, amikor a tömegben kavargva, egymás után több – kevésbé ismert csoporttárrsal kellett röviden találkozni és beszélgetni. A kezek eltérő ujjait összeérintve az alábbi kérdésekre vonatkozóan kellett megismerni a másikat:

Hüvelykujjnál: Hogy hívnak?

Mutatóujjnál: Hol laksz?

Középső ujjnál: Mi a hobbyd?

Gyűrűs ujjnál: Ki a hősed?

Kisujjnál: Mi szeretnél lenni?

10 perc alatt mindenki körülbelül 5 társával találkozott, beszélgetett, és tudott meg róla vélhetően új információkat is, míg saját maga is végig gondolhatta, hogy neki mi is a hobbyja, ki a hőse, és mi szeretne lenni (sok fiatal nincs feltétlenül tisztában ezen kérdésekre adható saját válaszaival sem).

Közös kéz

Ezután a diákok 4-5 fős csoportokban dolgoznak. Elsőként körbe rajzolják egy papíron annak a diáknak a kezét, akinek a legnagyobb keze van a csoportban. A lerajzolt kéz ujjába olyan dolgokat írnak, amikben csak egy-egy ember igazán jó az adott csoportban, és amiben ő tudja erősíteni a csoportot. Ezután a tenyérbe azok az erösségek kerülnek, amik mindenkire igazak az adott csoportban. Az eltérő és hasonló erösségek szemrevételezése után a csoport nevet ad saját maga számára, valamint terveznek egy csapatlogót is. A kis csoportok ezután egymás számára prezentálják, hogy mire jutottak.

A foglalkozás során több kooperációra építő csoportjátékra kerül sor, majd ezután rátérünk a hősök témájára. Minden résztvevő magában gondolja végig lehunytt szemmel, hogy ki az ő hőse, és mi jellemzi ezt a hőst az alábbi kérdések viszonylatában?

- Ki a Hősöd, a példaképed, akire szeretnél hasonlítani... Miért Ő a hősöd?
- Képzeld el milyen a bőrébe bújni?
- Hogyan kezdődik a napja?
- Mit csinál, miután felkel?
- Mit reggelizik?
- Elindul-e valahová? Hogyan, mikor, mivel?
- Mit csinál délelőtt?
- Mit ebédel?
- Mi történik veled délután?
- Mit kell megcsinálnia aznap? Mit akar elérni?
- Mikor indul haza megpihenni?
- Mi számára a kikapcsolódás?
- Mi a hőstette, amire legbüszkébb aznap?

A személyes hős egyéni végiggondolása után csoportmunkára kerül sor, melynek keretében ismeretlen emberek kerülnek fókuszba. A kiscsoportok az alábbi linken elérhető fotókból választanak egy arcot, és rá vonatkozóan gondolják végig a hősről vonatkozó kérdéseket.

<https://www.worldpressphoto.org/collection/photo-contest>

- Ki ő? Mi a neve?
- Hány éves?
- Mivel foglalkozik épp?
- Mivel foglalkozik egyébként?
- Hol él? Milyen lakásban?
- Kik a családtagjai?
- Ki az, akivel leghamarabb megosztja az örömét, bánatát?
- Mit érez a kép elkészültekor?
- Mi következik 1 nappal/1 héttel később?

A többnyire más kultúrákba tartozó személyekhez közelebb kerülnek a diákok a közös beszélgetés során, megpróbálják beleélni magukat a helyzetükbe, kapcsolódni hozzájuk. A fotót, illetve a hozzá tartozó leírást, történetet végül plenárisan is bemutatják csoporttársaiknak.

Ezután a foglalkozás során még több gyakorlatra kerül sor, amelyek keretében a fiatalok állóképet, illetve rövid jelenetet hoznak létre. Mindegyik feladatban fókuszot kap a fantázia, az empátia, az egymáshoz való kapcsolódás, az értékeken és jövőképen való gondolkodás, valamint a csoporttagok közötti kreatív együttműködés.

2. Eltérő csoportok együttműködése, csapatépítés

Korábban közösen megélt kihívás

Egymást nem ismerő emberek között könnyebben alakul ki kapcsolódás, ha korábban hasonló kihívást éltek át. Amikor a másokban felismerjük a sorstársat, könnyebben tudunk hozzá érzelmileg kapcsolódni. Ez a kihívás lehet egy valós, személyes élmény is, például: „Mindketten utáltuk a matekot a suliban”, „Mindketten 14 évesen kollégiumba költöztünk” vagy „Mindketten átéltünk diszkriminációt.” Ugyanakkor a való életbeli élmények gyakran túlságosan traumatikusak lehetnek, vagy az érintettek nem szívesen beszélnek róluk egy új csoportban. Továbbá egy vegyes csoportban valószínűleg minden résztvevő más-más tapasztalatokkal érkezik, így nehéz olyan kihívást találni, ami nem túl érzékeny, és mindenki számára közös kapcsolódási pontot jelenthet.

Ha azonban a közös találkozó előtt mindkét csoporttal tartunk egy-egy megelőző foglalkozást, akkor kontrollált keretek között mi magunk teremthetünk egy közös kihívást. Ez a megosztott élmény hatékonyan összekötheti az eltérő háttérű és különböző kihívásokkal szembesülő fiatalokat.

Ilyen játék lehet az „Egyenesből-keresztbe”.

A játék alapvetően egy szabálykereső játék, melynek lényege, hogy a résztvevőknek meg kell találniuk azt az egy szabályt, ami mozgatja a folyamatot.

Körben ülünk és egy labdát dobunk. A dobásnál mondanunk kell egy verziót a négy közül:

- egyenesből keresztbe
- keresztből egyenesbe
- keresztből keresztbe
- egyenesből egyenesbe

A résztvevőknek rá kell jönniük, hogy melyik verzió miért hangzik el. A szabály pedig az alapján alakul, hogy kinek, milyen helyzetben/pózban van a lába. Ha össze van kulcsolva, keresztbezi egymást a dobó lába, akkor „keresztből” indul majd, ha az elkapó lába egyenesen áll, nem keresztbezi egymást, akkor a labda „egyesbe” érkezik. Így lesz „keresztből egyenesbe”.

A szabály megtalálása mindkét csoport számára kihívást jelent, így minden résztvevő átél egy közös nehézséget, de végül sikerélményt is, hiszen mindkét csoport rátalál a megoldásra. Amikor a két csoport találkozik, már van egy közös, megélt élményük, amely kapcsolódási pontként szolgál. Ez az élmény kezdetben sokkal nagyobb hangsúlyt kap a köztük zajló kommunikációban, mint az esetleges társadalmi különbségek.

Rövid film egymásról

A közös élmények átélése mellett ugyanúgy csapatépítő hatással bírhat, ha a fókusz egymás megismerésére, és bemutatására kerül. Gyakran használt ismerkedős játék, hogy a csoport tagjai párosával beszélgetnek, néhány kérdés mentén megismerik egymást, majd a másikat mutatják be plenárisan a többiek számára.

Ez a gyakorlat hasonló módon kezdődik, mint más, csoportdinamikát erősítő feladatok. Először olyan párokat alakítunk ki, amelyek tagjai nem ismerik jól egymást. A párok 5-7 percet kapnak arra, hogy minél több információt gyűjtsenek egymásról. Érdekes az érdekességekre fókuszálni: olyan dolgokra, amelyeket senki más nem tud a párunkról a csoportban, vagy akár megpróbálhatjuk kitalálni, mi lehet a „szupererőjük”. Ehhez adhatunk konkrét kérdéseket, de rábízhatjuk a párokra is, hogy miről beszélgetnek. A lényeg, hogy pozitív és érdekes dolgokat tudjunk meg egymásról.

Ezt követően készítünk egy-egy hangfelvételt, amiben mindenki bemutatja a párját:

Például: *“Ő itt Pisti. 18 éves és a Kolpingba jár. Itt, ebben a csapatban ő tud legjobban programozni... stb.”*

A hangfelvételek elkészítése után le is filmezzük a párunkat valamilyen (hozzá illő vagy számára izgalmas) környezetben és a hangot hozzáadjuk a videóhoz.

A fiatalok nagyobb csoportban akár komplexebb videókat is készíthetnek egymásról. A film alapját olyan kérdések adják, mint: Mi az, amit szeretsz? Mi az, amiben jó vagy? Mi az, ami feltölt? Mi az, ami megnyugtat? Ezekre a válaszokra építve a stáb közösen találja ki a videó koncepcióját. Az elkészült videó valakit mutat be, de nem a hagyományos narrációs formában, hanem a lehető legtágabb művészeti eszköztárat felhasználva. Ez lehet például rajz, stop-motion technika legóval, főzős receptvideó, sminkelős film, vagy bármilyen kreatív megközelítés. Nem szükséges, hogy a bemutatott személy szerepeljen a videóban, de érdemes arra törekedni, hogy a végeredményt látva a csoport számára egyértelmű legyen, kiről van szó. Ezáltal nemcsak a másik mélyebb megismerése valósulhat meg, hanem annak megismertetése is a többiekkel.

Fontos kiemelni, hogy ezekben a gyakorlatokban a kreatív tevékenység, például a filmkészítés, és az egymás megismerése párhuzamosan zajlik. Ez azért lényeges, mert lehetnek olyan résztvevők, akik egy pusztán ismerkedésre irányuló játékban kevésbé nyílnának meg vagy mutatnának érdeklődést a többiek iránt. Ebben az esetben azonban szakmai feladatot is kapnak, ami megkönnyítheti a kapcsolódást.

Az is fontos szempont, hogy az elkészült alkotások maradandóak, és később is visszanezeshetők. Ezáltal az adott fiatal számára erőt és örömet nyújthatnak olyan helyzetekben, amikor rosszabb kedvű, vagy kevésbé érzi derűsnek a világot. Az, hogy pozitív dolgokat mondtam valakiről, mások pozitívan nyilatkoztak rólam, és mindez alkotásokban is megörökítésre került, mindenképpen megerősítő hatással bír a fiatalok számára.

3. Társadalmi témák feldolgozása

Közösségi témameghatározás

Amikor közösen keresünk olyan témát, amelyet a csoport később kreatív alkotás vagy más projekt munka során feldolgoz, érdemes kezdetben néhány fókuszált ötletet javasolni. Ezek alapulhatnak azon, hogy mi érinti a résztvevőket a mindennapjaikban, de a horizontot szélesebbre is nyithatjuk, hogy izgalmasabb és változatosabb ötletek születhessenek. Fontos azonban tudatosítani a csoportban, hogy a korlátlan ötletelésnek is lehetnek buktatói. Ezeket érdemes előre felismerni és kezelni, hogy az esetleges nehézségeket elkerüljük.

A sikeres ötleteléshez elengedhetetlen valamilyen ösztönző behatás: egy megmozgató kérdés, inspiráció vagy egy szituáció, amely elősegíti, hogy a fiatalok szívesen vegyenek részt a folyamatban. Ezáltal gondolkodásuk és kommunikációjuk kreatívabbá, bátrabbá és közlékenyebbé válhat, így valóban releváns és érdekes ötletekkel állhatnak elő.

A bizalmi légkör megteremtése alapvető fontosságú. A résztvevőknek érezniük kell, hogy itt nincsenek „jó” vagy „rossz” válaszok, és ötleteik nem kerülnek minősítésre vagy elutasításra sem a csoportvezető, sem társaik részéről. Ehhez elengedhetetlenek a közösen elfogadott és tiszteletben tartott keretek, valamint a pozitív csoporttémények, amelyek már más feladatok során kialakulhattak.

Az ötleteléshez szükséges megfelelő mentális állapot eléréséhez fontos, hogy a fiatalok ellazultak legyenek a nemformális oktatási helyzetben. Ezt elősegíthetik olyan gyakorlatok, amelyek eltérnek a hagyományos tanulási helyzetektől, például mozgásos vagy interaktív tevékenységek, illetve olyan feladatok, amelyek az imaginációt is aktiválják.

Ha a csoportban megvan a bizalom, a résztvevők komfortosan érzik magukat a nemformális helyzetekben, és már megtapasztalták, hogy örömet és sikert nyújthat a kreatív önkifejezés, akkor adottak a feltételek a közös ötleteléshez.

Az ötletelés alapvető keretei:

- Legyen egy egyértelmű nyitott kérdésünk, amihez rövid ötleteket gyűjtünk (pl.: Milyen társadalmi probléma van jelen körülöttünk?)
- Minden ötletet röviden fejtsenek ki a résztvevők, ne menjenek bele a részletekbe
- Ne minősítsünk egyetlen ötletet se, általánosan megerősítő, pozitív jelenléttel legyünk jelen
- Minden ötletet írjunk fel röviden egy flip chart papírra.
- Ha nem jönnek az ötletek, az alapkérdés mellé tegyünk fel segítő kérdéseket, amik beindíthatják a gondolkodást, esetleg újabb ötleteket adhatnak (pl.: a nők mellett milyen más csoport tagjainak van sok nehézsége – figyelem ráirányítása más cso-

portokra; az egészségügyön kívül mi az a terület, ahol a legtöbb fiatal naponta sok órát eltölt – figyelem átirányítása más területre)

- Mi magunk ne fogalmazzunk meg ötleteket, amennyiben facilitátorként vagyunk jelen, és azt szeretnénk, hogy a csoport tagjai maguk ötleteljenek
- Ha valaki(k) sok ötletet mondanak, mások keveset, a hallgatagabb résztvevők felé forduljunk többször, amikor kérdezzük, esetleg szólítsuk meg konkrétan őket – de ne azzal, hogy ők még nem mondtak semmit, hanem valami megerősítővel, ami a speciális szakértői helyzetüket emeli ki, erősíti meg a csoportban. (pl.: Ti, akik szeretitek a focit, tudtok olyasmiről, hogy focisták kapcsán felmerült mostanában bármilyen társadalmi kérdés?)
- Az ötletelés legalább 5 maximum 20 percig tartson, és eredményezzen lehetőség szerint több, mint 5 de kevesebb, mint 30 ötletet – az ötletek egy-két szóban kerüljenek felírásra jól láthatóan egymás alá egy flip chart papírra.
- Ha zárni akarjuk az ötletelést, akkor nyitott kérdések helyett alkalmazzunk inkább eldöntendő kérdéseket (pl.: Milyen ötletek van még? helyett Van még valakinek teljesen más ötlete, amit eddig nem írtunk fel?).
- A végén köszönjük meg a csoportnak a közös munkát és adjunk pozitív visszajelzést, hogy ennyi mindent összeszedtek.

Az ötletek összegyűjtése után az egyes lehetőségek végiggondolása, kifejtése, valamint az opciók értékelése és szelektálása következik. Ha viszonylag kevés ötlet gyűlt össze (pl.: 5-10), akár mindegyik témáról beszélgethetünk kicsit. Ha túl sok az ötlet ahhoz, hogy mindegyiken végigmenjünk, akkor vagy alkossunk nagyobb csoportokat egymáshoz kapcsolódó témákról (pl.: oktatás, diákok jogai, telefonhasználat az iskolában) vagy kérhetünk rögtön egy szavazást a csoporttól. Minden résztvevő egy papírra írja fel annak a három témának a megnevezését vagy számát (ha számmal láttuk el őket az egyszerűbb hivatkozás érdekében). A papírokon összegyűjtött szavazatok alapján minden téma mellé húzzunk egy strigulát, és végül a legtöbb szavazatot kapott 3-6 témával kezdjük részletesebben foglalkozni.

Az, hogy hányszor beszéljük át és milyen szempontok szerint elemezzük a lehetséges témákat, illetve hányszor tartunk szelektációt, teljes mértékben rajtunk múlik. A több témával való foglalkozás előnye, hogy a fiatalok olyan kérdésekről is beszélgethetnek, amelyekről ritkán esik szó, kevés információval rendelkeznek, vagy amelyek kevésbé népszerűek számukra. Az elmélyült beszélgetés ráadásul tudatosabb döntésekhez vezethet arról, hogy a csoport milyen irányba szeretne továbbhaladni, és miért.

Ugyanakkor nem mindig áll rendelkezésre elegendő idő a hosszas megbeszélésekhez, és a hosszú elemzés, egyeztetés idővel unalmassá válhat, ami csökkentheti a motivációt. A facilitátor szerepe kulcsfontosságú: kérdésekkel támogathatjuk a folyamatot, és csak akkor érdemes határozott véleményt formálni, javasolni, vagy helyteleníteni egy opciót, ha a csoportból senki nem hozza fel az adott szempontot, és a helytelen irányba való továbblépés veszélyeztetheti a csoport további munkáját vagy tagjait.

A kérdésfeltevés irányt mutathat, és felhívhatja a figyelmet bizonyos szempontokra. Például, ha fontosnak tartjuk, hogy a választott téma személyes kötődést teremtsen, megkérdezhetjük, ki érzi magához közel az adott témát (érzékeny témáknál óvatosan fogalmazzunk, pl. „Ki utazik rendszeresen vonattal?” megkérdezhető, de a „Ki fogyasztott már drogot?” nem). Ha tisztázni szeretnénk a téma fókuszát, feltehetünk irányított kérdéseket is, például: „Az abortusz kapcsán mi érdekel benneteket? Mi az, amit szeretnétek megtudni vagy bemutatni, ha ezt a témát dolgozzuk fel?”

A beszélgetések során minden résztvevőnek lehetőséget kell biztosítani a megszólalásra. Ez azonban időigényes lehet, és gyakran a bőbeszédűek véleménye kap hangsúlyt a csendesebb társaikkal szemben. Ennek ellensúlyozására használhatunk gyorsabb véleménynyilvánítási módszereket, például kézfeltétellel vagy helyváltotatással. Például kérhetjük a csoport tagjait, hogy álljanak balra, ha nem értenek egyet, és jobbra, ha igen. Ez nemcsak gyors visszajelzést ad, hanem a résztvevők megmozgatásával segít felfrissíteni a csoportot hosszabb beszélgetések után.

A témák szelekciója során fontos kiszűrni azokat az opciókat, amelyek túlságosan megosztóak vagy problémásak lehetnek. Például egy erősen megosztó téma (pl. abortusz) nehezítheti a közös gondolkodást és alkotást, míg az aktuálpolitikai vetületű témák (pl. tanártüntetések, tanárok bérezése) veszélyt jelenthetnek a diákokra vagy az iskolára. Az ilyen opciók kizárását úgy is segíthetjük, hogy a csoport elé tárunk átgondolásra ösztönző kérdéseket, például: „Jó ötlet-e olyan témáról üzenetet megfogalmazni, amelyben ti sem értetek egyet?”

Ha több téma merül fel, és következő alkalommal csak néhány kerül fókuszba, fontos, hogy a kizárt témák csak akkor kerüljenek részletesebb megbeszélésre, ha valaki nehezményezi azok mellőzését.

Célzottan fontos lehet olyan témák kiválasztása, amelyekre a fiatalok szerint kortársaik kevésbé figyelnek, de amelyek kiemelkedően fontosak lehetnek számukra. Ezáltal a választott téma nemcsak az alkotás, hanem az üzenet szempontjából is relevánsabbá válik.

Társadalmi problémák feltérképezése

A fiatalokat érintő és érdeklő társadalmi problémák feltérképezése egy több alkalomból álló foglalkozássorozat keretében is megtörténhet.

A Youth4Change program keretében az egyik iskolában a diákok 4X50 perces foglalkozás-sorozatban vettek részt a toborzási szakaszban. A projektben dolgozó mentor több kilencedikes és tizenegyedikes osztályban is lebonyolította a foglalkozásokat, így összességében mintegy 150 diákot vont be egy közös problématerkép elkészítésébe. A diákok által megnevezett társadalmi problémákat kódolni és csoportosítani kellett az első alkalom után, hogy értelmezni lehessen. A prioritizálás eredménye az

lett, hogy a „közösségi fragmentáció” elnevezésű problémahalmaz kapott a legtöbb szavazatot/említést, ez a bullyingot, a verbális és érzelmi erőszak különböző fajtáit, a bizalmatlanságot, az előítéletes és minősítő beszédet tartalmazta (ezen belül megjelent a diszkrimináció számos formája). Így a harmadik és a negyedik foglalkozást már ezekre a témákra lehetett felépíteni, vagyis a folyamat közben történt a tervezés.

Társadalmi problémák:

- Mentális egészség – megfelelési kényszer, függőségek, depresszió, önbecsülés hiánya, konfliktusok elfojtása, depresszió, stressz, drogok, öngyilkossági hajlandóság, digitálizációval összefüggő problémák
- Diszkrimináció – LMBTQ-ellenesség, homofóbia, rasszizmus, szegregáció, sztereotípiák, romákkal kapcsolatos szociális kérdések
- Közösségi fragmentáció – bizalomhiány, közömbösség, bezárkózás, elfogadás hiánya, elismerés hiánya, kiközösítés, empátiahiány, verbális zaklatás, bullying
- Nők egyenlőtlensége – tárgyiasítás, szexizmus, feminizmus hiánya, nők lenézése, besaktulyázás

A foglalkozássorozat a következőképpen épült fel:

Első foglalkozás

A facilitátor és a program rövid bemutatása. Az iskolai osztály minden tagjának rövid bemutatkozása két kérdés mentén: 1. mondj 1-3 dolgot, amivel ki lehet téged kergetni a világból 2. mondj 1-3 olyan dolgot, amit szeretsz csinálni, vagy amiben fejlődnél (esetleg kifejezett fókusszal a művészeti tevékenységekre) A facilitátor jegyzetel.

Frontális: „társadalom”, „társadalmiság” kifejezés rövid meghatározása (sosem vagy egyedül, fejben vitatkozol másokkal, használsz mások által készített eszközöket, viszonyok tömkelegében élünk: család, iskola, osztály, utca, település, város, etnikai, vallási, nemi csoportok és meghatározottságok stb.)

Csoportmunka: 4-5 fős csoportokban gyűjtsetek össze olyan társadalmi problémákat, amelyeket 1. a tágabb környezetekben tapasztaltok 2. amelyek a ti korosztályotokat, generációtokat különösképpen érintik.

Csoportmunkák eredményeinek összegzése és írásos rögzítése, félreértések tisztázása, általános megfogalmazások konkretizálása stb.

Második foglalkozás

Bemelegítő gyakorlat (keress a teremben 2-3 embert, akivel ritkábban kommunikálsz, és kérdezd meg milyen napja van, milyen érzések vannak benne, épp mi foglalkoztatja stb.).

Az összes párhuzamos csoportban elkészített problématerképek elemzésének bemutatása diagramon:

- A megnevezett társadalmi problémák csoportosítása és prioritálása az említések gyakorisága alapján.
- Visszahivatkozások az előző foglalkozáson elhangzottakra, megerősítés, kontextualizálás.
- Visszajelzés kérése a felállított prioritási sorrend elfogadhatóságával kapcsolatban.

A legfontosabbnak és leghozzáférhetőbbnek bizonyuló téma (verbális erőszak) fölvezetése: mindenki írjon föl egy papírra olyan sértő mondatokat, kifejezéseket, gesztusokat, amelyek tipikusak a környezetében, amelyeket alkalmazták már rá, vagy ő alkalmazta másokra. Nem muszáj felolvasni, be lehet adni írásban is, és lehet paszszolni is.

Zárókör: 1-2 szóban írd le hogy vagy, mi van benned.

Harmadik foglalkozás

Kezdetes figyelemgyakorlattal (1. számolás húszig 2. átjáró megtalálása: egy ember ki-megy a teremből, a többiek sorfalat alkotnak és megbeszélik, hogy hol a kapu. Aki kint volt, annak a puszta tekintetünkkel kell jeleznünk, hogy én vagyok-e a kapu vagy sem)

Előző foglalkozás témájának visszaidézése. Néhány, az előző foglalkozáson elhangzott példán keresztül szabad beszélgetésben elemezzük, hogy mik az erőszakos kommunikáció ismérvei, ezeket rögzítjük táblán vagy flipcharton (személyek minősítése, kérés helyett parancs, humorba csomagolt agresszió, stb.)

Ötletelés moderált beszélgetés formájában arra vonatkozóan, hogy mit érzünk, amikor erőszakhoz folyamadunk; mit akarunk elérni az erőszakkal; az elkövető érzelmi állapotának, csoportbeli pozíciójának megértése; ki az erőszaktevő, mit érez, mit akar elérni, mik az előzményei az erőszaknak?

Csoportmunka: olyan párbeszédsszituációkat kell kitalálniuk, megalkotniuk és eljátszaniuk a résztvevőknek, amelyben:

- 1. valaki verbális erőszakot alkalmaz és az áldozat is verbális erőszakkal válaszol
- 2. valaki verbális erőszakot alkalmaz, az áldozat azonban nem erőszakkal válaszol, hanem más módon próbálja leállítani vagy kitérni az agresszió elől (lehet családi, iskolai, utcai, bolti stb. jelenet).

Miközben az egyik csoport eljátsza a jelenetét, a többiek feladata megfigyelni a szereplők érzelmi reakcióit. Figyelnek arra, hogy mit tesznek a tanúk és más résztvevők, hogy mi történik az egyik és mi történik a második esetben.

Zárókör: mi volt nehéz a feladatban vagy az egyes szerepekben. Hol, mikor, miért durvult el? Melyek a túlságosan megalázkodó kitérések stb. Mit lehetett volna másképpen és miért? Megfigyelések és tapasztalatok összegzése.

Negyedik foglalkozás

Körbeülés. Egy-két szóban elmondjuk, hogy ki hogy van, milyen érzéssel, gondolattal van most jelen stb.

Arra kérjük a résztvevőket, hogy mindenki magában gondolkodjon el arról, hogy melyik az a hely, ahol leginkább biztonságban érzi magát, ahová szeret visszavonulni, amely leginkább kifejezi őt magát (saját szoba, park, mező stb.), és esetleg írja le a csoportnak ezt a helyszínt, meséljen róla.

Kiscsoportokban beszélgetés arról, hogy mi a jellemzője egy jó közösségnek (mi jellemzi és mi nem jellemzi). 3-4 négy alapelv vagy szabály megalkotása és ezek indoklása

Nagy csoportban közös csoportszabályok kialakítása aszerint a kérdés szerint, hogy milyen keretek szükségesek egy jó közösség kialakulásához. Alapelvek + csoportszabályok írásbeli rögzítése táblán/flipcharton

Az elmúlt 4 alkalom rövid összefoglalása: honnan hová jutottunk el. Jelentkezési ívek aláírása azok számára, akik szeretnék az iskolán kívüli foglalkozások keretében folytatni azt, amit itt elkezdtünk.

4. Művészeti munka

A projektben kiemelt szerepe volt a művészeti foglalkozásoknak, a művészeti tevékenységekkel történő közösség- és készségfejlesztésnek. Az alábbiakban az egyik alkalmazott módszert mutatjuk be.

Közösségi dalírás és zenekészítés

Tíz alkalmas egymásra épülő fejlesztés során a fiatalok párhuzamosan választottak számukra fontos témákat, majd írtak ezek mentén dalszöveget, illetve ismerkedtek meg a zenélés, hangrögzítés és hangfeldolgozás eszközeivel, és hoztak létre saját zeneszámot.

A folyamatban fontos volt a lépésről, lépésre való haladás, illetve, hogy minden alkalom eltérő fókuszú és jellegű aktivitásokat foglaljon magában. Alább összegezzük a fő modulokat, amelyek más típusú és fókuszú kreatív csoportmunkákhoz is adaptálhatók.

1. alkalom

- közös keretek megalkotása
- ismerkedős játékok
- ismerkedés és élményszerzés az adott kreatív tevékenység kapcsán – jelen esetben hangszerek kipróbálása és egyszerűbb hangminták rögzítése

Fontos, hogy első alkalommal kialakuljon a bizalmi keret, a foglalkozásvezetők megismerjék a diákokat, akik egymásról is új infókat tudnak meg, illetve megszerzik első pozitív sikerélményüket az adott kreatív tevékenységre vonatkozóan.

2-4. alkalom

- fokozatos ismerkedés az adott kreatív tevékenységgel – jelen esetben hangfelvételek készítése a környezetben, csoportos zenei játékok, illetve szövegírással való barátkozás (meglévő dalszöveg egyes sorainak saját magukra való formálása és átírása), szövegmondással, rapeléssel való barátkozás
- témák rögzítése – jelen esetben az egyéntől indultunk el (Miben vagy jó, mire vagy a legbüszkébb?) majd a tágabb közösségre tértünk át (Milyen csoportok meghatározóak az életetekben? Milyen pozitívumok és problémák vannak a környezetetekben?)

A 4. alkalomig érdemes a kreatív alkotás témáját rögzíteni, és lehetőséget biztosítani arra, hogy a fiatalok az adott kreatív alkotás egyes elemeit kipróbálhassák, ők maguk és a foglalkozásvezetők is lássák, mi az ami vonzó számukra, és ami az erősségük.

5-9. alkalom

A foglalkozássorozat második szakaszában már kiemelt fontosságot kap, hogy a ki-tűzött kreatív produktum létrehozásának lépései megvalósuljanak. Míg korábban a fiatalok olyan kreatív tevékenységeket is végezhettek, amelyek végül nem kerültek be a végleges alkotásba – hiszen ebben a szakaszban az élményszerzés és a megtapasztalás állt a középpontban –, addig most már minden alkotói tevékenységet a közös produktum létrehozásának érdekében kell végezni. Ez nemcsak azért fontos, hogy a produktum elkészítésével ne csússzunk el, és elkerüljük a kapkodást a végső fázisban, hanem azért is, mert a közös cél erősebb motivációt nyújt a csoport tag-jainak. Itt már megtapasztalhatják, hogy mindannyiuk munkája hozzájárul a nagy egész sikeréhez, ami erősíti a csoportkohéziót és a közös felelősségvállalást.

Természetesen ebben a szakaszban is lehetnek változások: előfordulhat, hogy egyes részletek nem sikerülnek úgy, ahogy tervezték, vagy valaki új feladatot vállal a korábbiakhoz képest. Azonban fontos, hogy már legyen egy konkrét terv, amelyet a csoport tagjai is ismernek és elfogadnak, valamint, hogy minden résztvevő számára legyenek vonzó és világos feladatok. Jelen esetben a dal témája már fixálva lett, és nagyjából körvonalazódott, hogy ki milyen szerepet vállal: ki szeretne szöveget írni, felmondani, vagy a zenén dolgozni. Kiemelten fontos, hogy mindenkinek legyen saját autonóm feladata, amelyet önállóan végezhet, ugyanakkor legyenek közös döntési pontok is, amelyekben a csoport közösen határoz. Például a dal zenei alapjának ki-választásakor a csoport tagjai három, általuk készített verzió közül szavazással dön-töttek. Ez az eljárás nemcsak a döntéshozatalt támogatta, hanem a közös felelőssé- get és az egyéni kreativitás értékét is erősítette.

Az elkészült dal és az ahhoz készült videóklip itt érhető el:

<https://www.youtube.com/watch?v=KjXRQGO5-qU>

10. alkalom

A foglalkozás sorozat végén fontos, hogy legyen időnk arra, hogy közösen megün-nepeljük az eredményt, illetve kölcsönösen visszajelzést adjunk egymás számára, és közösen értékeljük a folyamatot – mi tetszett benne, és mi nem? Miben fejlődünk, és miben kaptunk megerősítést a folyamat során.

5. Eredmények bemutatása és terjesztése

Bemutató esemény szervezése

Az alábbiakban bemutatjuk, milyen szempontok alapján érdemes megszervezni egy bemutató eseményt. A példát az egyik csoport által készített könyv bemutatója ihlette, aminek tapasztalatai irányadóak lehetnek hasonló események szervezéséhez.

Releváns helyszín és minőségi körülmények

Fontos, hogy a fiatalok alkotásainak bemutatása méltó körülmények között történjen, hiszen ez megerősítheti őket abban, hogy értékes és maradandó eredményt értek el. Mivel az említett csapat egy könyvet készített, kézenfekvő volt, hogy a bemutató a helyi könyvtárban legyen, ahol az alkotásukat később más fiatalok és generációk is elérhetik.

A minőségi körülmények biztosítása a kivitelezésre is vonatkozik. Ahogy a zenekészítés során a jó hangosítás vagy a képzőművészeti alkotások esetében a megfelelő világítás és kiállítási körülmények fontosak, úgy a könyv esetében a nyomtatott példányok elkészítése is kiemelt jelentőségű. Bár eredetileg online kiadvány készült volna, végül a nyomtatott változat mellett döntöttünk, amely kézzelfogható, valódi könyvként élményszerűbbé tette az alkotást.

Hangosítás és vetítési eszközök is szükségesek lehetnek, még akkor is, ha ezek nem állnak az esemény fókuszában. Például a foglalkozássorozat során készült fotók vagy egyéb anyagok vetítése színesebbé teheti a programot.

Megszólalók

Az esemény egyik központi eleme, hogy a résztvevő fiatalok is megoszthassák élményeiket. Lehetőség szerint olyan diákok szólaljanak meg, akik szívesen beszélnek a közös munka során szerzett tapasztalataikról és fejlődésükről. Ez történhet egyéni beszéd formájában vagy kerekasztal-beszélgetés keretében, amelyet moderátor vezet. A moderátort alaposan fel kell készíteni, hogy tisztában legyen a projekt lényegével, és kerülje az érzékeny, személyes kérdéseket, amelyek kényelmetlen helyzetbe hozhatják a fiatalokat.

A diákok mellett szót kaphatnak a projektet vezető szakemberek is, akik közérthetően ismertetik a munkájuk során alkalmazott szakmai és emberi szempontokat. Fontos, hogy az eseményen részt vegyenek olyan külsős vendégek is – például szakemberek vagy elismert személyiségek –, akik presztízsükkel emelhetik az esemény színvonalát. Például a könyvbemutatón a helyi könyvtár vezetője mondott beszédet, a fiatalok írásaiból pedig egy fővárosi színész olvasott fel részleteket.

Ügyeljünk arra, hogy a meghívott vendégek ne vonják el az esemény fókuszát, és ne váljanak öncélú szereplővé. A nézők emlékezetében ne egy híres személy fellépése domináljon, hanem a fiatalok alkotása.

Program struktúrája és időzítés

Az esemény hosszát jól mérjük fel: ne legyen túl rövid, hogy tartalmas élményt nyújtson, de ne is legyen túlságosan hosszú, hogy elkerüljük a közönség kifáradását. A beszédeken túl érdemes interaktív elemeket is beépíteni, például a közönség bevonásával. Az időzítést igazítsuk a közönség, a megszólalók és a résztvevők lehetőségeihez. A késődélutáni időpont általában ideális, de ez a konkrét körülményektől függően változhat.

A közönség bevonása

A célcsoport meghatározását érdemes a fiatalokkal közösen végezni. Fontos szempont, hogy kinek örülnének, és milyen közönséget nem látnának szívesen. A közvetlen családtagok és barátok mellett érdemes szélesebb körű meghívást is fontolóra venni: hasonló kezdeményezések résztvevőit, releváns szakembereket, és akár a nagyközönséget is megszólíthatjuk.

A kommunikációt több csatornán keresztül érdemes folytatni: például a helyszínt biztosító intézmény saját csatornáin, valamint a szervezők által létrehozott Facebook-esemény vagy regisztrációs felület segítségével. Ez nemcsak a létszám előzetes felmérésében segít, hanem a megfelelő helyszín kiválasztásában is.

Nyitott esemény esetén meghívhatjuk a sajtót is, de ügyeljünk arra, hogy olyan újságírókat válasszunk, akik szakmailag felkészültek és tapintatosan kezelik a fiatalokkal való interakciót.

Apró, de fontos részletek

Készüljünk valamilyen kedves gesztussal a vendégek számára, például harapnivalóval, kis ajándékokkal vagy meglepetéssel.

Az esemény dokumentálása is fontos: minőségi fotók és videók készítésével megörökíthetjük az alkalmat, és felhasználhatjuk őket későbbi kommunikációs célokra.

A példaként említett könyvbemutatóról az alábbi videót készítettük:

<https://www.youtube.com/watch?v=RA6hpAREfsU>

Az Európai Unió finanszírozásával. Az itt szereplő vélemények és állítások a szerző(k) álláspontját tükrözik, és nem feltétlenül egyeznek meg az Európai Unió vagy az Európai Oktatási és Kulturális Végrehajtó Ügynökség (EACEA) hivatalos álláspontjával. Sem az Európai Unió, sem az EACEA nem vonható felelősségre miattuk.