



Values in **Action**:  
Methods of Working  
with **Values**

 Erasmus+

 ViA-ME



## TARTALOM

### 1. A VIA-ME-ről

#### 2. A nemzetközi cserék összefoglalása

Értékek Lengyelországból  
Egy emlékezetes hét, Szlovénia  
Művészet akcióban, Portugália  
Látvány, fény, szín, tér, Magyarország

#### 3. Hogyan használhatók érték közvetítésre a módszereink?

Creative Collaborative Approach  
British Drama  
Projekt munka a Tranzakcióanalízis használatával  
Hétlépéses képelemzési módszer

#### 4. Tapasztalatok a módszerek használatáról

Iskolai konfliktusok és kapcsolatok (Portói Egyetem, Portugália)  
A „nemlétező állat” technika (Látótér Alapítvány, Magyarország)  
A projekt munka folyamata a bábjátékban (PLYA, Szlovénia)  
A „bemelegítés” fontossága (Fundacija Atalaya, Lengyelország)  
Horse assisted education (Fundacija Atalaya, Lengyelország)

#### 5. Az ifjúsági vezetők visszajelzései

#### 6. Partnerszervezeteink

Fundacija Atalaya  
Látótér Alapítvány  
Ljudska uniwerza Radovljica  
Portói Egyetem

## A VIA-ME-RŐL

„VIAME - Values in Action: Methods Exchange” projekt célja olyan innovatív oktatási módszerek népszerűsítése, amelyek sikeresen vonhatják be az ifjúságot és fejlesztik kulcskompetenciáikat.

A megfelelő felkészítés nélkül a munkaerőpiacra belépő fiatalok gyakran nem tudnak megfelelni a munkáltatók által támasztott követelményeknek. A projekt célja a fiatalok körében a társadalmi vállalkozói szellem előmozdítása, lehetővé téve, hogy saját ötleteiket - többek között - szociális vállalkozásokban valósítsák meg és saját közösségeik kihívásaira és problémáira maguk találhassanak válaszokat.

Ezek az egyedi projektek a nemzetközi mobilitások eredményeként jöttek létre, melyek során a fiatalok meghatározták számukra fontos ér-

tékeiket, megosztva azokat amelyek közösek. Ezek a projektek azt mutatják be, hogyan válnak valóra ezek az értékek a közösség problémáinak megoldása érdekében.

Az önfejlesztésen és a kompetenciák bővítésén keresztül az ifjúsági vezetők nagyobb eséllyel találják meg a számukra megfelelő helyet munkájukban. A projekt nemzetközi megvalósítása, valamint a hátrányos helyzetű fiatalok bevonása lehetővé tette a résztvevők számára, hogy sokszínű tapasztalatokra tegyenek szert, miközben új módszereket ismertek meg.

A projekt négy szervezet, a Fundacija Atalaya (Lengyelország), a Ljudska uniwerza Radovljica (Szlovénia), a Portói Egyetem (Portugália) és a Látótér Alapítvány (Magyarország) együttműködésében jött létre.



## A NEMZETKÖZI CSERÉK ÖSSZEFOGLALÁSA - ÉRTÉKEK LENGYELORSZÁGBÓL

### LENGYELORSZÁG

A projektet a nagyon sikeres mobilitással indítottuk Lengyelországban (2016 októberében). Az alábbiakban azon értékek (nagyon szbjektív) listája, amelyek Lengyelországból érkeztek.

#### KÖZÖSSÉG

A résztvevők és az elkötelezettségük a munka, megosztás, inspiráció és nevetés iránt abszolút felülmúlta a várakozásaimat. Bár különböző országokból és kultúrákból érkezünk, hihetetlen volt látni a feladataink, a mindennapi küzdelmek és a jövőre vonatkozó terveink hasonlóságait. Csak egy hétbe telt, hogy 16 idegenből egy összeszokott csapat legyen.

#### SZEMÉLYES FEJLŐDÉS

Lenyűgöző volt látni, mennyire nyitott volt mindenki a csoportban, és hogyan tűzött ki mindenki maga számára célokat! Ahogy azt is gyönyörű volt látni, hogy sokatok (és jómagam is) mennyire messze ki mert lépni a komfort zónájából! Dönthettünk volna úgy is, hogy csak a módszereket sajátítjuk el, de végül mindenki sokkal messzebb jutott önmaga megismerésében és saját céljainak elérésében.

#### VEZETŐI KÉSZSÉG

Ez az érték amin a legtöbbet a Horse Assisted Education módszertanát megismerve dolgoztunk. A módszer ereje abban rejlik, hogy mindenki maga tervezi meg saját fejlődési útját, miközben vezetői készségeken dolgozunk. Lehetetlen színlelni, vagy másnak mutatni magunk, mint amik valójában vagyunk, ha olyan egy olyan állattal dolgozol, aki minden rezdüléssedet érzékeli, azokat is amiket te észre sem veszel talán. Minden pillanatban csak rajtunk múlik, hogyan szeretnénk együttműködni és vezetni.

#### HITELESÉG

Ez az az érték amihez rendszeresen visszakanyarodtunk a fiatalokkal való munka napi kérdései miatt. Hitelesség nélkül nem számíthatunk bizalomra. Bizalom nélkül nem tudunk tartós kapcsolatot teremteni sem másokkal. Ahogyan a ridegen tartott ló érzékel minden rezdülésünket, így a fiatalok is keresztül látnak rajtunk, ha nem vagyunk hitelesek és hűek önmagunkhoz, saját értékeinkhez.

#### EGYENSÚLY

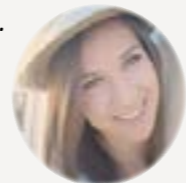
Nehéz a munka és a magánélet egyensúlyáról beszélni, ha úgy érzed, a munkád annyira szerves része az életednek, hogy nem is szeretnél lemondani róla.

Ha így érzed, akkor az tényleg ÉLET. Azonban ha az egyensúlyodat megtaláltad képes leszel észrevenni az élet más aspektusait: a szépséget, a humort, az embereket, a lehetőségeket amit az élet eléd tár és a bátorságot, hogy kockáztass és hiteles légy. Ezekkel az értékekkel gazdagodva vághatunk bele és oszthatjuk meg másokkal új szociális projektjeinken keresztül.



#### ANNA BRYMORA Fundacija Atalaya

*Project manager, PR specialista, pszichológus, angol tanár. Az oktatási munkáját Washingtonban kezdte, as an outdoor education counsellor. Azóta számtalan oktatási kezdeményezésben vet részt Lengyelországban és az Egyesült Államokban is. Személyes célja, hogy az amerikai oktatási rendszerben szerzett tapasztalatait Lengyelországba is átültesse. Szívesen szikla és hegymászó is.*



## A NEMZETKÖZI CSERÉK ÖSSZEFOGLALÁSA - EGY EMLÉKEZETES HÉT

### SZLOVÉNIA

Adult Education Centre Radovljica 1959-ben alapított közintézmény, melynek elsődleges feladata a felnőttoktatás. Megvalósítója emellett a Project Learning for Young Adults (PLYA)-nak, ami a fiatal iskola-elhagyók gondozását tűzte ki célul és a gondoyásukban levő ifjúsági központban bonyolítja programjait.

Adult Education Centre Radovljica több nemzetközi és Erasmus+ projekt partnere is, ami lehetővé teszi a célcsoportjuk és munkatársaik számára, hogy nemzetközi cseréken vegyenek részt, tudás és tapasztalatcserékben fejlődjenek.

Különböző nemzeti és európai projekteket hajtanak végre a veszélyeztetett célcsoportjaik számára. Küldetésük egyik alap gondolata az élethosszig tartó tanulás támogatása és a különböző generációk társadalmi befogadásának előmozdítása. A felnőttképzési központ elsősorban Radovljica, Bled, Gorje és Bohinj településeken számára nyújt szolgáltatásokat.

A szlovén mobilitás során (2017. február) megismertük Radovljicában és Ljubljanában működő szervezet elméleti és gyakorlati munkáját és megismerkedtünk a Tranzakció Analízis alapelveivel és alkalmazásával az ifjúsági munkában. A magyar, lengyel és portugál csoportok egy kis szállodában szálltak meg Radovljica történelmi részén, ahol a tradicionális szlovén konyhával és a hagyományokkal is megismerkedhettek. [http://www.lectar.com/penzion\\_sobe.html](http://www.lectar.com/penzion_sobe.html)

Első nap a TA (Tranzakció Analízis) filozófiai alapjaival és az ego állapotokkal (szülő, felnőtt, gyermek) ismerkedtünk meg. Második nap ellátogattunk Ljubljanába az Ulca (Az utca) fiatalok központjába és megismerkedtünk számos utaci munkán, táncon, környezeti elemek alapuló ifjúsági projekttel.

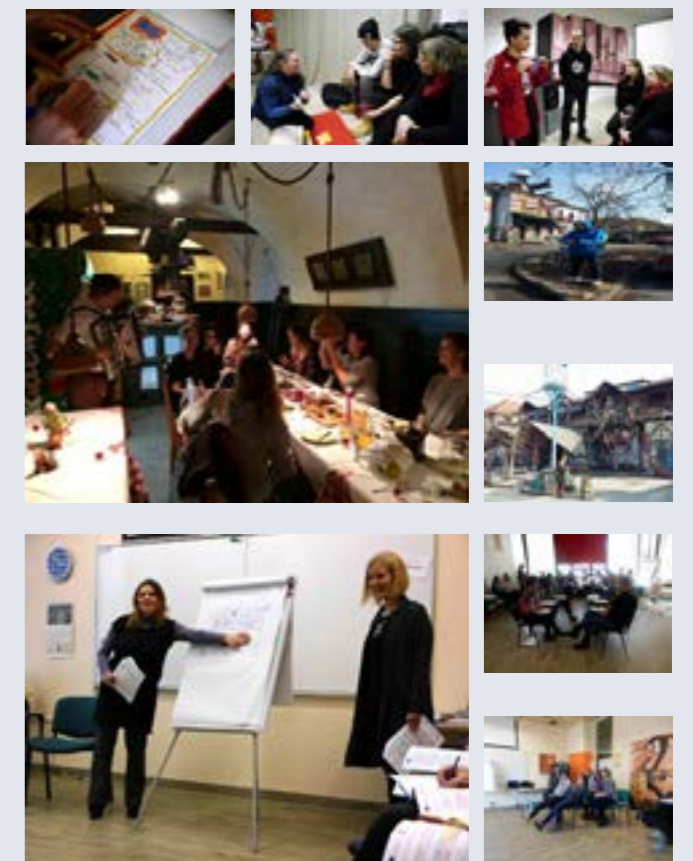
Harmadik nap folytattuk a TA-val, beszélgettünk a gyerekkor során kialakult 4 életciklusról, a többi emberrel való kapcsolatok szükségletéről, az egymásnak adott benyomások új irányokat, megközelítési utakat adtak. Claude Steiner történetét olvastuk (Warm Fuzzy Tale címmel) mely alapján sok egyéni és csoportos gyakorlatot csináltunk.

A műhelymunka után Bledbe utaztunk Megtekintettük a kastélyt és kipróbáltuk a tradicionális bledi krémet. Egy kis rendezvényvel és vacsorával zártuk

a napot, ami az elmúlt napok eseményeit, Szlovén töténéseket elevenítette fel.

A következő napot a PLYA (Project Learning for Young Adults program) fiataljaival és mentoraikkal töltöttük, betekintést nyerve projekt munkájukba. Hófehérke és a hét törpe bábelőadás előkészületein dolgoztak odalátogatásunkkor. Ez együtt eltöltött ebéd után beszélgettünk, a délutánt velük töltöttük. A napot mézeskalács sütéssel zártuk, melynek eredményeként elkészültek a saját mézeskalács szíveink.

Utolsó nap tranzakcionálissal dolgoztunk ismét, a struktúrált idő és a fiziológiai játékok keretében. A hetet tradicionális Szlovén ételekkel és zenével zártuk.



### PORTUGÁLIA

A portugál csapat számára, ez volt a legintenzívebb része a projektnek, hisz miénk volt a főszerep. Meg kellett osztanunk a saját művészi és koncepcionális világnézetünket és a különböző háttérrel rendelkező embereket bemutatni egymásnak.

A hetet két részre osztottuk. Köztéri művészet (Design thinking) illetve, művészi látásmód oktatása nem művészek számára (Learning by Design). Fontos volt számunkra, hogy különböző gyakorlati perspektívákat is megosszunk.

Fontos szempont volt a hét megvalósítása során, hogy a valódi változás mi a szociális intervenció eszközével képzeljük el és erre gyakorlati példaként az Acro Maior a "Második Esély" iskolával való együttműködésünket is bemutassuk.

Az Acro Maior diákjai számára a más európai országokból érkezőkkel való találkozás élményét akartuk elhozni. Annak ellenére, hogy egyértelmű nyelvi akadály állt fenn a találkozásaink során – különleges élmény volt látni az interakciókat, a résztvevők hatását a gyerekekre.

A portugál hét oktatói és résztvevői:

Ivan Silva  
Eduardo Pedreiro  
Ana Catarina Fonseca  
Ana Luísa Caldas



### MAGYARORSZÁG

2017 októberében a program Magyar eseményhétén egy hat napos utazásra indultunk a látvány és a képzelet világában és ahogy az közösségi épületeinkben és személyes fejlődésünkben működik. Figyelmünk középpontjában a csoportfolyamatokon belül élmény, alkotás és hatás fogalomhármása tükröződik, mint a Hétlépcsős Konfiguráció Analízis (SSCA – Seven Step Configurations Alaysis) és annak fotózási kiterjesztése –módszerként.

Napjaink témái a képi produktumok születésének útját követi, közelebb kerülve ezáltal a mélyebb megértéshez. A hét folyamán lehetőségünk nyílt találkozni és megérteni az SSCA alkotóelemeit, annak beépíthetőségét a mindennapi munkánk során. Kontextus, Folyamat, Jelenlétség és Benyomás Analízis / vizsgálat elemei és ezek fotográfiai vonatkozásai kerültek feldolgozásra a hét folyamán.

#### Fény és szín

Először fizikai és szellemi megérkezésre fókuszáltunk a résztvevőkkel. Bemutattuk a helyszínt, annak szolgáltatásait és lehetőségeit. Meghatároztuk tanulási kereteinket, céljainkat a hétre vonatkozólag. Az első valódi együttműködésünk során megalkottuk a hét szimbolikus vizuális kereteit, körbejártuk a témákat, megismerkedtünk, először papíron találkoztunk egy öt felvonásos drámajáték keertében. (Haifa terápia módszer) Találkoztunk a sáskarak különleges vizuális képességeivel és elkezdtünk dolgozni, játszani a színekkel. Miként írjuk le a színeket verbálisan, milyen kapcsolódó kulturális jelentéssel bírnak és mi a személyes színekönyvtárunk (Color Keys Method).

#### Árnyék, látvány, valóság

Folytattuk utazásunkat a választott koncepció mentén – "Elnyomás Színház", így találkoztunk a kék színnel és annak fotografikus felhasználási területével, vagyis a Cianotípiával. Elkészítettük első napnyomatunkat. Az ég színéből csak egy lépés volt az elkészítést megvalósítani. A nemlétező állat rajztechnikája volt napunk alapvetése. Az képzeletbeli állatok adták a kiscsoportos árnyékszínházunk főszereplőit.

#### Tér, tér szűkítés, tér növelés

LKésőbb egy hosszabb "Elnyomás Színház" előadást kezdünk különböző technikák használatával. Figyelmünk középpontjában a képek, képalkotás állta, amihez az emberi testet használtuk, ahogy az agyagot a szobrász. Szakmai életünk számára fontis helyzeteket generáltunk képsszínházba formálva. Zárásként megalkottuk az Ifjúsági munka gépezetét ismétlődő hangokkal és mozdulat-sorokkal. A lyukkamera alapvető ismertetése után és további két és fél nap intenzív belső és csapatmunka után, rövid szünetet iktattunk be térnövelés céljából, ami nem más mint egy szabad délután volt. Egyesek meglátokat-

ták a helyi fazekasműhelyt, mások a közeli Thermál fürdőt választották pihenésre. AZ esetet egy gyakorlati oktatójátékkal zártuk (The Day of the Triffids) Húsevő növények fenyegetettségében. Levezetesként csillagokat nézegettünk, az egyesek számára konforzónánk kívüli bekötött szemmel játszott aktivitás után, melyben csak a hangok voltak segítségünkre

#### Kifejezés

Megterveztük és megalkottuk gyufásdobozból saját lyukkameránkat, és elkezdtük használni őket a minket körülvevő környezetben, megörökítve a legszebb látványokat, amikért aznap érdemes volt felkelni. Délután folytattuk a terápia fotó folyamatokat. Az első "semmi" műhelymunka során, lehetőség volt fimés eszközzel a "semmit" megörökíteni, ennek lehetőségeit mutattuk be, kerestük. Az élmények növelése érdekében Thai-Chi mesterünk közel 1,5 foglalkozást tartott a csoportnak. A napot egy izgalmas fény-füst vizuális installáció élményével zártuk (6.kapu)

#### Kép

Thai-chi val indítottuk a napot. Mozgás és légygyakorlatokkal segítettük kinyitni képzeletünket a fotós terápia utolsó lépéseire. Kortárs művészek fotóin keresztül mutattunk be egy elképzelt valóságot, ami egyben utolsó közös utazásunk ugródeszkája volt. Hogy a képet teljessé tegyük, a délután folyamán rapid randit tartottunk: megalkottuk, megosztottuk jövőbeni szociális, közösségiprojektterveinket.



## HOGYAN HASZNÁLHATÓK ÉRTÉKKÖZVETÍTÉSRE A MÓDSZEREINK?

### Creative Collaborative Approach

A kurátori folyamaton alapuló "Creative Collaborative Approach" azaz a Kreatív Együttműködés módszere lehetővé teszi a kreatív művészetek számára a meghívást a területspecifikus környezetben kialakított projektekbe. Arco Maior volt a legfőbb esettanulmányunk. Értékeink: Együttműködő metodológia elősegítése, közösségi részvétel aktiválása, inetrkulturális kapcsolatok elősegítése a szociális és társadalmi diszkrimináció, kirekesztés csökkentése, kreatív folyamatok aktiválása egy mélyebb humanista és állampolgári felfogás irányába. CCA a felhatalmazás intenzív folyamatán alapul, amely megkísérli továbbadni a keratív eszközöket a tanulók kezébe. A folyamat során különböző módszertanokkal dolgoztunk, ezek közül két módszert választottuk ki publikálás céljából:

**DESIGN THINKING, CREATIVE PROCESS IN ART AND DESIGN (Gondolkodó tervezés, kreatív folyamat a művészetben és a tervezésben) és LEARNING BY DESIGN ART TEACHING APPROACH (Művészi tervezés általi tanulás).**

A konferencia kísérletet tesz arra a helyi hallgatóság körében, hogy a tanulás élményét szélesebb körben is kiterjessze, átadja.

### Eduardo Pedreiro

DESIGN THINKING, CREATIVE PROCESS IN ART AND DESIGN módszertana felépítést és gyakorlati eszközöket javasol a Kreatív Folyamat első lépéseként. A gyakorlati eszközök megközelítése előtt lehetséges néhány kiindulópont azonosítása, amelyeket érdemes figyelembe venni: a motiváció megértése, felmérni az irányítható lépéseket, illetve azokat amelyek nem irányíthatóak vagy amelyeknél segítségre van szükség, tévedések megengedése, ellentmondás és félreértés nem lehet a kreatív folyamat eredménye. A gyakorlati eszközök az együttműködés egyéni folyamatainak az alapja, első célja ötletek generálása. A kezdésnél kizárjuk a korlátozó gondolkodást, a folyamat középpontját a kommunikációra és az érzelmi gondolkodásra helyezve, a közösen kialakított ötletek megőrzése vagy értékelése nélkül. Végül a hiányos részeket kitöltjük és a próbadarab építés következik, amely az első lépés a kialakított koncepció megfelelő megalkotása felé. Míg kiegészítésként a szubjektív dimenziójának, a kreativitásra egy következetes nézőpontból tekintünk, ez a módszer a művészeti és tervezői project kreatív folyamatára összpontosít.

A koncepciótól az ötletig és a formáig. A javasolt feladatok kulcsfontként és hasznos eszközként jelenhetnek meg a kreatív munka során, egyénileg vagy együttműködve másokkal, eloszlata a tévhitet, hogy a kreatív gondolkodás és folyamat a művészek és tervezők sajátja.

A kreatív folyamat ezen lépéseinek bevezetése különösen

hasznos lehet csoport- vagy közösségi munka során, függetlenül attól, hogy a résztvevők ismerik e a kreatív gondolkodást mint eszközt vagy sem. Ez a módszer egyszerű lehetőség bárki számára, hogy növelje a project iránti elkötelezettségét, mivel jó alapot teremt együttműködő és résztvevő folyamatok számára, mindenki szerepét elfogadva.

### Ana Luísa Caldas

LEARNING BY DESIGN ART TEACHING APPROACH Tervezés általi tanulás egy pedagógiai módszertan, amely egy befoglaló módszert nyújt a tanulók különbözőségéhez az iskolai életbe beépítve az ötletet, hogy nem mindegyik tanuló ugyanazt az élettapasztalatot és tanuló érdeklődést hozza magával. A módszer némi innovatív szemléletet nyújt a tanulási témák és céleszközök folyamatáról – the placemat – ami átvihető az extracurricular kontextusba, ezen aktivitás esetében, a művészeti és együttműködő gyakorlatok megtervezéséhez.

A módszer lehetővé teszi a tanárok számára, hogy bármilyen témára gondoljanak, így a tanítványaik helyébe gondolva magukat, könnyebben felosztják és rendezik sorba a tanulási folyamatot. Olyan módon strukturálja a tudást, hogy az ember többféle úton szerezhesse meg a tudást, átgondolva, hogy minden egyes ember más módon dolgozza fel a körülötte levő világot. A módszer önmagában egy folyamatalakító eszköz, amely négy lépésen viszi át a tanulókat – tapasztalás, koncepcióalkotás, alkalmazás és vizsgálódás, melyekben a tanulók elő tudják vezetni a dolgokról alkotott saját nézeteiket és azokat össze tudják kapcsolni más hozzájuk érkező lehetőségekkel



## HOGYAN HASZNÁLHATÓK ÉRTÉKKÖZVETÍTÉSRE A MÓDSZEREINK?

### British Drama

Hogyan működik az értékekkel való munka drámamódszerrel? Úgy vélem, hogy ez nem könnyű, mert mindenki meg van győződve arról, hogy megvan a saját értéke, és ez egy olyan személye sminőség, ami nem feltétlenül szól a nyilvánosság számára.

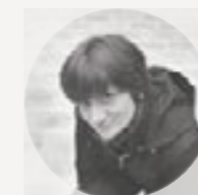
Gyakran értékeink tere valójában a neveltetésünk, kultúránk, hagyományunk, vallásunk tere. Egy hivatkozási halmaz, amelyben jót és szépet keresünk: egy olyan narratíván alapuló folyamat is, amely fontos egy adott kultúrában és intellektuális eszmékben. Vagyis rengeteget lehet BESZÉLNI az értékekről.

A dráma workshopok azt az egyedülálló lehetőséget kínálják, hogy a résztvevők tevékenységét ne a szellemi tükrözésekre korlátozzák – még ha ezek nagyon fontosak is –, hanem a tanulás testében és szívében történhessen meg. Az esély arra, hogy megtapasztalja a képet, amelyet ő teremt, hogy benne legyen, kívülről látva, álljon meg felette (mert a kép beszél, a gondolat eltűnik). Minden stimulátor (fotószimbólumok, sál, művészi elem vagy zene) különböző tapasztalatokra használható, melyek gazdagítják reflexióinkat.

Az értékek témaként való felhasználása lehet hídépítés, vagy párbeszéd különböző szinteken. A drámamódszerrel való munka olyan helyet teremt a bátorság számára, melyben közösen jöhetnek létre új utak, anélkül, hogy a korábban még kötött végpontokhoz ragaszkodnának, mivel az új végpontok meglepőbbek lehetnek, mint azt eredetileg gondoltuk.

### ANNA ŁOBODA

Oktató, dráma tréner, pedagógus, katekéta. A PRETEKST színházi csoportot, valamint saját fejlesztésű műhelyeket működtet Lengyelországban és külföldön, amelyek drámai és bibliográfiai módszereket alkalmaznak. Anna a Varsói Speciális Oktatási Akadémia szakán végzett, majd terápiás pedagógiai tanulmányokat és az oktatási nehézségek profilaxisának és terápiájának posztgraduális képzését végezte el. Folyamatosan fejleszti műhelyét, jelenleg a Lengyel Pszichodrámi Intézetben tanul.



PROJEKT MUNKA A TRANZAKCIÓ ANALÍZIS HASZNÁLATÁVAL



Az ifjúsági munkában a projektmunka nagyon hatékony, mert a résztvevők nem hagyományos módon tanulnak hanem a informálisan a project során. A csoport minden tagja képességének és érdeklődésének megfelelően működik együtt. A VIAME során egy napot töltöttünk PLYA-ban (project tanulás fiatal felnőttek program) és megfigyeltük az ifjúsági munkát. Ennek során bábszínházat készítették elő, amely az ő ötletük volt. Az egyik csoport a jeleneten dolgozott, a másik a színtéren, a harmadik a babokat varrta. A végeredmény egy bábszínház előadás volt melyet Radovljica színházában adtak elő a fiatalok a helyi környezetben.

A lényeg, hogy a kis csoportokban minden személy szerepet vállal, közreműködik és a csoport részének érzi magát. A fiatalok tanulási élményeket szereznek a project során, csoportmunkában, kreativitást és ötleteket kifejezve, történetet írva, kézimunka képességeket fejlesztve, színteret építve, színpadi munkával, bábkészítéssel, bábozással, profi bábozókkal együttműködve. Az előadás marketing anyagát és a vendéglátást is ők készítették el az eseményre. A legfontosabb az önbecsülés építésének aspektusai voltak. A bábelőadásban a bábok a volt Jugoszláv köztársaságból érkezettek és a fiatalok adtak életet a báboknak, rajtuk keresztül megszólalva, mert végül magukról és a saját kultúrájukról beszéltek a bábokon keresztül. A legnagyobb eredmény az volt, hogy láthattuk őket a nagy színpadon, tele örömmel, büszkén meugmutatva a közönségnek, a szülőknak, hogy létre tudnak hozni valami nagy-szerűt és sikeresek tudnak lenni. A projectmunkában ezeknek az érzéseknek a megtörténtét várjuk, mivel ezek azok amik a fiatalokat az életben előreviszik, bátorságot és motivációt adva az előrehaladáshoz.

A Tranzakció Analízis (TA) számos eszközt ad számunkra amivel az egyének értékeit felfedezhetjük. Az értékek az élettapasztalattal, családdal és a környezettel együtt fejlődnek. Fontos egy fiatal el-fogadni minden értékével és TA-t használni, hogy meghívjunk fiatalokat értékeikre gondolni és arra, hogy azok milyen hatással vannak életükre?

A fiatalok gyakran konfliktusban állnak környezetükkel (iskola, szülők, önmaguk) mert értékeik gyakran különböznek a társadalomban másokétól. Például az egészség, mint érték nem szerepel értékes értékek között és drogot, alkoholt, egészségtelen ételeket fogyasztanak anélkül, hogy felfognák károsítják magukat. A környezetük megpróbálja rávenni őket a változtatásra, de ez nem működik mert értékeik nem változnak.

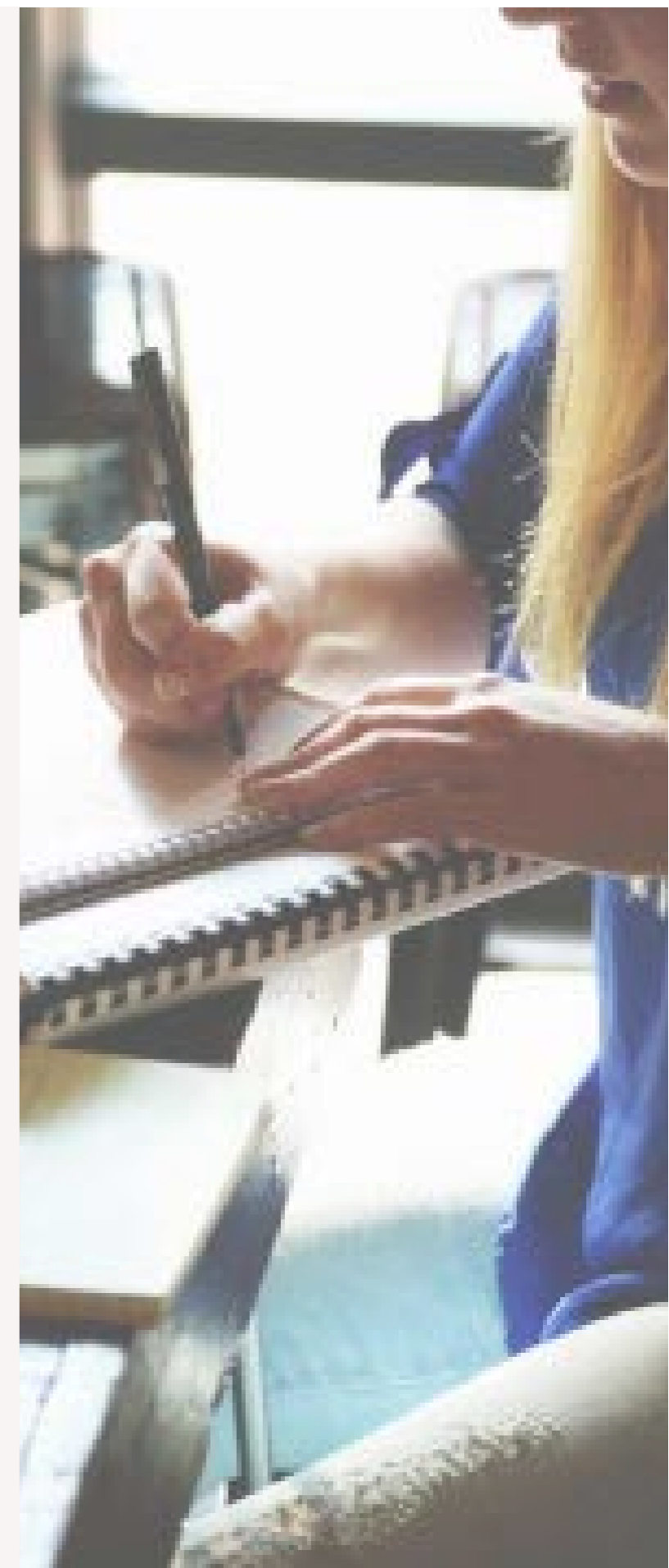
TA-val és project munkában beszélünk erről a témáról, a magunkkal és másokkal való törődés fontosságáról, tiszteletről és barátságról. Nem csak foglalkozások által, a tettek is nagyon fontosak (egészséges ételek főzése , sportolás) Általánosságban, a fiatalokkal történő projektmunka és a TA során leginkább a következő értékekre figyelünk: szolidaritás, tisztelet, tolerancia, bizalom, bátorság, erő, tartozni valahova, tudás, támogatás, barátság, megértés, függetlenség, önbizalom, együttműködés, törődés, kreativitás, öröm, megosztás, siker, motiváció. A TA használatával a project munka lehetővé teszi számunkra különböző konkrét szituációk kialakítását amelyekben a fiataloknak lehetőségük van felfedezni, újragondolni és megváltoztatni értékeiket, vagy újakat szerezni.

HÉTLÉPÉSES KÉPELEMZÉSI MÓDSZER

A Hétlépéses képelemzési módszer (SSCA - Seven Step Configuration Analysis) és kiterjesztése különböző lehetőséget ad az értékekkel való munkára: többnyire megfigyelőként, de aktív/alkotó szereplőként is segíthet minket.

A vizuális információk olyan mértékben befolyásolja életünket mint még soha korábban. Megfigyelőként használva ezeket az eszközöket, a mai világban alapvető vizuális médiumokon keresztül, lehetőségünk nyílik a mélyebb megértésre. Segít a megfigyelő mások iránti érzékenységének növelésére, kapcsolatban tud maradni a célcsoporttal és azok valóságával, eközben lehetőséget adva arra, hogy felfedezzék saját értékeiket.

Az alkotóként használhatjuk ezeket az eszközöket arra, hogy párbeszédet építsünk fel egy vizuális médiumon keresztül – értékeinket megosztva. Segíthet az alkotásban és a célirányos tevékenységek finomhangolásában a saját értékeinkre való visszajelzések során.



KONFLIKTUSOK ÉS KAPCSOLATOK AZ ISKOLÁBAN ( U.PORTO, PORTUGÁLIA)

Arco Maior (Porto), Második Esély Iskola fiataljaival végzett foglalkozás sorozat

1. rész – Tranzakció analízis
2. rész – Creative collaborative approach

Ez a foglalkozás sorozat – két lépésben – az emberek egymás közt kialakított kapcsolataira épít (TA) és a bevont fiatalok csoportjához van alakítva, egyben azt is célozza, hogy az elvégzett munkát az Arco Maior iskola falain kívül is tovább terjessze (CCA). Ebben az értelemben a különböző gyakorlatok egyéni akciók / reakciók közt mozogva gyűjti az eredményeket, az iskola sajátos környezetét is megjelenítve.

- 1- Napi rutin (mindenki rutinját írja le, hangsúly az iskolán)
- 2- Milyen szerepe van az iskolának az életedben? (egyénileg megválaszolva)
- 3- Az iskola gondola-térképe (térkép készítés csoportmunkában, rajzolás vagy eszköz használata)
- 4- Tanulás az ego állapotaikról (megérteni, mi rejlik az emberek interakciója mögött?)
- 5- Mikor alakulnak ki konfliktusok? (csoportmegbeszélés)
- 6- Megoldáskeresés a konfliktusokra (egyéni tapasztalatok megosztásából kiindulva megpróbálni a megoldásokat találni)
- 7- Húzz egy kártyát (továbbvinni a megoldást az iskolán kívülre: a közterület bevonása egy játék utcára vitelét célozza, hasonlóan a tarot kártyához, ahol mindenki húzhat egy lapot, amin van egy kép és egy üzenet, melyet a tanulók választottak ki és írtak le.)
- 8- Záró beszélgetés



Első nap

1. Az iskola térképének megalkotása, a három szint lerajzolása. Csoportos tevékenység, Szükséges anyagok: papír ragasztó, pamut szövet, másoló papír. (A diákokat a napi tapasztalataik alapján vezetjük)

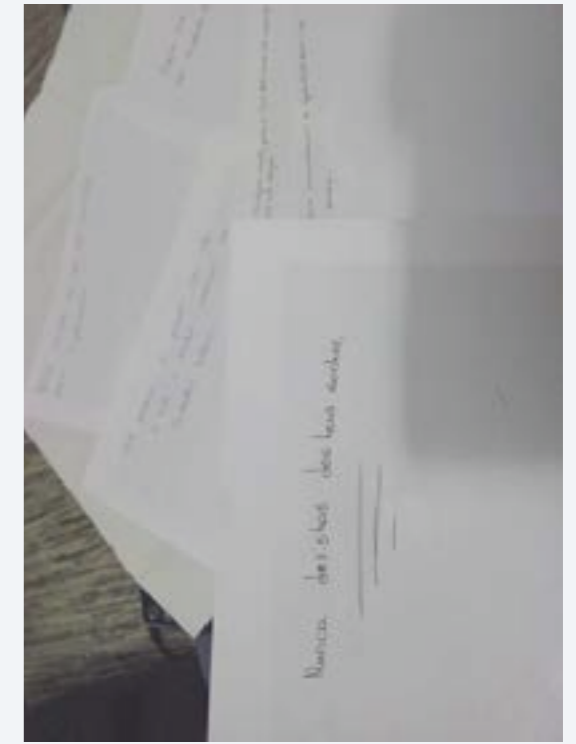
2. A tanulók kapcsolatainak megbeszélése: mikor keletkeznek konfliktusok, hogyan kezelik őket, beszélgetés az ego állapotok koncepciójáról (TA) és annak gyakorlati hasznáról.

Második nap

1. Kapcsolatalkotás az előző napon megbeszélte problémák és a fekete—fehér képek között. (Miért választották őket, milyen kapcsolat van közöttük, hol helyezik el magukat a képeken?)

2. . Ha a problémád vagy konfliktusod mástól ered, mit mondanál neki? (A "húzz egy kártyát" első lépése; üzenet írása másoknak vagy megoldás valaki más problémájára vagy számára.)

3. Dobozok díszítése a "Húzz egy kártyát" foglalkozáshoz



**A Nemlétező állat teszt  
(SSCA, Magyarország)**

Szükséges eszközök: puha grafit ceruza és A4-es papír.

**Instrukció:**

“Rajzold le magadat és a partneredet egy nemlétező állatként!” vagy „” A rajz elkészülte után: “írd le a következőket:

- (a) Melyik állat reprezentál téged és melyik a partneredet?
- (b) Milyen állatok részeiből állnak össze?
- (c) Hány százalékát adja egy állat a megrajzolt állatnak?
- (d) Adj nevet az állatoknak ami a lényegüket mutatja be!

**Cianotípiához használt alapanyagok:**

**A oldat:**  
Desztillált víz 100 ml  
Ferri-ammónium citrát 20 g

**B oldat:**  
Desztillált víz 100 ml  
Vörösvérpláza 8 g

Használat előtt legalább két órával a A és B oldatot össze kell keverni, majd sötét helyen átszűrni. A papír érzékenyítését az oldat felvitelével lehet elérni, amit ecsettel egy sötétebb helyen (40W lámpa fénye még elfogadható) érdemes megtenni.

**Hívási folyamat:**

Folyó vízben 5 percen keresztül kell áztatni, majd szárítani. Szükség esetén savakkal a kék szín erősíthető, lúggal halványítható.



**Utóteszt kérdések minden állathoz, egyéni rajz esetén:**

- Milyen képessége van a mozgásra?
- Milyen környezetet kedvel (fizikai, társadalmi)?
- Milyen környezetben érezné kellemetlenül magát?
- Milyen hatással van a környezetére (fizikai, társadalmi)?
- Milyen a kapcsolata a fajtársaival?
- Milyen a kapcsolata az emberekkel?
- Hogyan tudnak az emberek vele kommunikálni?
- Mi jelent veszélyt a számára?
- Hogyan tud ő veszélyt jelenteni más élőlények számára?
- Hogyan tud segíteni más élőlényeknek?

**Utóteszt kérdések minden állathoz, párterápiás rajz esetén:**

- Mit csinálna a két állat együtt?
- Hogyan tudják egymást zavarni?
- Hogyan tudják megvédeni önmagukat a másik élőlény szemben?
- Hogyan egészítik ki egymást (például: ha az egyik gyenge egy adott dologban, az a másik élőlényben erősség)?
- Milyen megoldatlan feladatok vannak kettejük kapcsolatában?
- Milyen konfliktusokat tudnak elkerülni?
- Mit tud az egyik adni amire a másiknak szüksége van?
- Hogyan tudják egymás személyiségének a fejlődését támogatni?
- Hogyan tudják a kapcsolatuk fejlődését támogatni?





PROJEKT MUNKA FOLYAMATA A BÁBELŐADÁS SORÁN



A teljes projekt munka folyamata általában több hónapot vesz igénybe, néha egy egész iskolai tanévet. Ha kisebb projekteket valósítunk meg, ahol csak néhány fiatalot vonunk be, akkor rövidebb időre van szükség.

1. BRAINSTORMING

A fiataloknak több különböző ötletük volt a project számára, ezért először összegyűjtöttük az összes ötletet. Mindegyik ötletet együtt átnéztük és több szempontból is megbeszéltük őket. Fontos, hogy a fiatalok ötletei számára nyitottá tegyük a projektet, hogy lehetőségeket találjunk a projektben. Ebben az esetben a fiatalok a rasszizmus és a tolerancia témáját választották. Ennek a fázisnak a lényege, hogy le-

hetőséget adjunk a fiatalok számára, hogy beszéljenek az általuk érdekesnek tartott témáról és az ötletekről, mert ez az ami motiválja őket abban, hogy továbbhaladjanak a projekttel és együttműködjenek annak lezárásáig. Ha saját ötleteinket erőltetjük, nem érzik magukat a project részének, nem érzik úgy, hogy meghallgatásra kerülnek. Az ötletválasztásnál a kompromisszumkötésről tanulnak, elfogadják mások ötleteit és egyezségeket kötnek.

2. A PROJEKT ÖTLET KIDOLGOZÁSA

Az ötlet kiválasztása után megbeszéltük miként valósítjuk meg a projektet, milyen tevékenységek szükségesek a teljes projekthez (történet, jelenet, bábok, díszlet, előadás szervezése) Öt csoportot alakítottunk (jelenet írás, bábvarrás, díszlet építés, előadás szervezés, vendéglátás) és mindenki megválasztotta, hogy mely csoporttal akar dolgozni?

3. KISCSOPORTOS MUNKA

Mindegyik csoportban első lépésként cselekvési tervet készítettünk: mit akarunk csinálni és mit kell csinálnunk. A bábelőadás esetében a jelenet csoport elkezdte megalkotni a történetet, bevonva minden közönségnek szánt üzenetet (az előítéletekkel és a más országokból érkező emberekkel kapcsolatos sztereotípiák és politikai problémákkal kapcsolatos tudatosság növelése) Miután a jelenet megszületett elkezdtek olvasni és gyakorolni. A gyakorlás során is átvettük további ötleteiket. A jelenetek zenei hát-

terét is ők választották ki. Egy tapasztalt bábozó Tadej Pišek tanította a csoportot az előadás előtt, hogy valódi szakembertől is tanulhassanak.

A tervező és varró csoport készítette a szüvetbábokat. Ezek a műhelymunkákat ebben a munkában tapasztalt nyugdíjas hölgyek végezték. Időt töltöttek a fiatalokkal, beszélgettek velük miközben közösen alkottak.

A díszelt csoport a színházban profi festővel dolgozott együtt. Nagyvásznat festette háttérként és több kisebbet a bábok által látogatott országok szerint. Más műszaki feladaton is dolgoztak, például fából készült állványt a vásznak számára.

A fotó és marketing csoport fotókiállítást szervezett. A fotókat a résztvevők készítették egy profi fotós közreműködésével. Elkészítették az előadás plakátját és a meghívókat. A vendéglátó csoport előkészítette az ételek és italok listáját, kiszámolták a szükséges összeget és süteményeket sütöttek. Ők szolgáltak fel a vendégeknek az esemény során.

4. AZ ESEMÉNY

A végeredmény a bábelőadás volt, egy előadás egy radovljicai színházban, ahol a fiatalok bemutatták project munkájukat a helyi közegükben. Körülbelül 100 néző gyűlt össze, hogy megtekintse az előadást, ami nagy sikert aratott.

5. ÉRTÉKELÉS

Az utolsó fázisban értékeltük a projektet. Minden folyamatot dokumentáltunk, ami később nagy segítség volt a munkanélküli hivatal formanyomtatványainak kitöltéséhez: a résztvevők személyes mappái és az igazolások kiadása minden résztvevőnek a PLYA befejezésekor.





### A BEMELEGÍTÉS FONTOSSÁGA A DRÁMA MUNKÁK SORÁN

A British Drama módszerrel való munka során a bemelegítés fontos és kihagyhatatlan rész, amely a folyamat része kell legyen függetlenül annak hosszától. Ez azt jelenti, hogy függetlenül attól, hogy a foglalkozás egy egész napig vagy csupán néhány órán át tart, és függetlenül attól, hogy a csoportunk tapasztalt a drama munkában vagy csak kezdő, a résztvevőknek időt kell fordítaniuk a bemelegítésre.

Ez egy fontos kérdéshez vezet – a trénernek is be kell melegítenie? Kell a csoport körül sétálni, bemutatnia magát, aktiválni az érintkezést a teljes gyakorlat során? Lehetséges a tréner számára hatékonyan vezetni a csoportot anélkül, hogy magát is bemelegítse? Ezt mindenki maga dönti el, de a tapasztalatok alapján (mind résztvevőként mind trénerként) erősen javasoljuk, hogy részben vagy teljesen, de vegyenek részt ebben a fázisban. Ez egy lehetőség nem csak felbreszteni valaki spontaneitását, felfedni valaki munkastílusát, őszinteséget és nyíltságot demonstrálni, és felépíteni a terület szerinti szabályokat, mint például humorérzék, tolerancia és határok. A csoport bonyolult tapasztalásba való invitálása által, mint a drama foglalkozás, a tréner résztvesz a kezdeti fázisban, hogy bizalmat építsen fel közte és a csoport között. Egy résztvevő szempontjából a tréner kifejezheti érzéseit és hangulatát a csoportban miközben spontán válaszol a gyakran felmerülő igé-

nyekre (bár gyakran me verbálisan) A tréner jelenlétének és elköteleződésének köszönhetően meghosszabbíthatja vagy megrövidítheti a bemelegítés speciális szakaszát, a tempót az új elemek bevezetéséhez igazítva úgy mint, érintés, közelség és szemkontaktus. Bár úgy tűnhet, hogy a bemelegítés levezetése és az abban való részvétel egyidőben több tudatosságot igényel, valójában paradox módon megkönnyíti a csoport folyamat érzését, a bemelegítés menetének meghatározását a csoport aktuális érzésének megfelelően és "itt és most" közös alapra helyznie magát a csoporttal. Ez egy nagyon erős alapja a drama foglalkozásnak, ami lehetővé teszi a második fázis számára a fejlődési élményt.

A bemelegítésre sok ötlet létezik. Ez a munkának egy nagyon kreatív fázisa és idővel a vezető trénernek egyre könnyebbé válik az ötletek megvalósítása, improvizálva és a csoport reakcióira választolva, a gyakoroltakat a résztvevők aktuális energiaszintjéhez igazítva.

Következzék néhány ötlet ehhez a munkafázishoz:

- A csoport szabadon sétál a szobában a saját tempójában és a választott irányban. A tréner a résztvevőket arra kéri, hogy érezzék saját testüket, ellenőrizzék, hogy kipihentek e, fáradtak e, feszültek e? A tréner azzal moderálja a seta tempóját, hogy résztvevőket arra kéri, hogy nem-verbálisan fejezzék ki érzéseiket. Ezután arra kéri őket, hogy úgy sétáljanak, hogy azzal az érzéseikkel ellenkezőleg fejezzék

ki magukat.. Majd ismét arra kéri őket, hogy úgy fejezzék ki magukat, ahogy érzik és ellenőrizzék változott e valami a testükben vagy érzéseikben?

- A tréner javasolja, hogy a résztvevők üdvözljenek valakit az általuk szokásostól eltérő módon. Első feladatuk lábbal üdvözölni, aztán könyökkel, csípővel, vállal és végül fejjel. Sok érzélem és vidámság van ebben a gyakorlatban és egyre több és több kifinomult formája jelenik meg az üdvözlésnek. A résztvevők általában szabadon és spontán módon cselekednek – új ötleteket keresve az üdvözlésre. Mindenkinek van esélye közeli kontaktusba kerülni valakki mással.

- A csoport körbe sétál a szobában. Miután valamilyen módon üdvözölték egymást a tréner kéri, hogy mindenki úgy mozogjon, hogy megérint valakit a kezével (mintha pacsit adnának egymásnak) Nem engedheted el senki kezét addig amíg nem érinted meg valaki másét. Folyamatos mozgásban kell lenni és törekedni arra, hogy sose állj meg, tehát ezt a gyakorlatot lassan és nyugodtan kell csinálni. A tréner nyugodt, (de nem álmosító) zenét kapcsolhat be hozzá.

- A csoport szabadon mozog a szobában és egy meghatározott jelre (például két taps) mindenkinek egy 4-6 fős csoportba kell húzódnia. Figyelembe kell venni a résztvevők számát, hogy minden csoportba körülbelül ugyanannyian legyenek. A jelre a csoportok kisebb csoportokra oszlanak és a tréner egy szóval vagy kifejezéssel áll elő. A csoportnak 10 másodperce van, hogy saját testükkel egy ilyen dolgot formázzanak. Ezalatt a tréner 10 másodpercre bekapcsolhatja a zenét vagy visszafele számolhat. Amikor az idő lejár a csoportok mozdulatlanul maradnak a kialakított formában. A szavak a következők lehetnek: óra, oroslán, tűz, villamos. Eldönthető, hogy a kiválasztott szavak a foglalkozáshoz illeszkedjenek. A csoportok néhány pillanatig ebben a pózban maradnak, megfigyelve egymást, majd újra szabadon sétálni kezdenek a szobában a következő jelig, amikor egy új csoportot kell találni a következő forma kialakításához.



### Anna Ejme

*Atalaya alapítója és elnöke, pszichológus, coach, csoport folyamat vezető, több mint 12 év tapasztalattal a szociális képességek fejlesztését célzó személyes fejlesztési kezdeményezések és műhelymunkák területén. Önmagát is folyamatosan fejleszti, jelenleg a Lénygel Pszichodráma Intézet hallgatója. Humorérzékkel és megfelelő távolsággal, az egész csoporttal egy szervezetet épít ami a bizalmon, elhivatottságon és szabadságon alapul.*





„ELVEZETHETSSZ EGY LOVAT A FORRÁSHOZ,  
DE NEM VEHETED RÁ HOGY IGYON IS”

### A LOVAKKAL VÉGZETT ÉRKÉP ALAPÚ MUNKÁRÓL

#### HORSE ASSISTED EDUCATION

A lovakkal végzett oktatás a személyiségfejlesztés egy innovatív formája, melyben a ló munkánk kulcsfigurája, ami hasznos módszer lehet az értékalapú ifjúsági munkában, mely értékek kucsfontosságúak motivációjuk és döntéshozataluk folyamataiban.

A lovakkal végzett oktatás során megteremtett tér és élmény különösen hasznos a következő tulajdonságai miatt: a munka a bizalmon alapul, önkéntes részvétel és ítélkezéstől mentes. Ez az atmoszféra megkönnyíti az álarcok levételét, melyek sok élethelyzetben viselünk és lehetővé teszi számunkra, hogy eljussunk a valódi "belső énünkhöz". A lovak a következő kérdést teszik fel: "ki vagy te?" melyre őszinte választ várnak. Ez a fiatalokkal végzett értékalapú munka és mások támogatásának alapja az önazonosság felfedezésének vagy felépítésének során.

#### EREDETISÉG

A ló képes olvasni belső motivációkat és leveszi rólunk az általunk viselt álarcot. Egy ló mellett nem túl hatékony másnak tettetni magad. Őszinteséget várnak el tőlünk a kezdetektől. A lovak számára fontos, hogy miként mutatkozunk mások előtt napi szinten. Olyan valakit fognak követni aki tudja miként mutassa meg magát.

#### ÖSSZHANG

A lovak értik nem-verbális kommunikációkat mindaddig amíg az összhangban van szándékainkkal. Lovakkal végzett személyes fejlesztő foglalkozások során kapcsolatba hozzuk a bennünk levő és a körülöttünk történő világot. Ennek érdekében saját céljainknak jobb megértésére van szükség. Szükséges továbbá testünk, szellemünk és érzéseink szinkronizálása.

#### ÖNTUDAT

Egy lóval történő érintkezésbe lépés lehetővé teszi, hogy sokkal tudatosabbak legyünk. Mind igényeink megértése által, mind azáltal, hogy kimozdulunk komfortzónánkból annak érdekében, hogy valaki mással foglalkozzunk. Ez a lovakkal végzett munka alapja.

#### CSOPORTMUNKA ÉS EMPÁTIA

Mivel a lovak társas állatok belső késztetésük van a közös munkára. Egy feladat elvégzése érdekében (vagy nem elvégzése érdekében) a gyakorlat során muszáj akarni a közös munkát és meg kell legyen a képesség benned arra, hogy párbeszédet indíts kettőtök közt. Ebben a párbeszédben arra van szükség, hogy te figyelj meg a másik igényeit. Ennek köszönhetően megvan a tökéletes lehetőségünk empátiánkon való munkára.

### Agata Wiatrowska

Született folyamatvezetőként, Agata hozta a Lengyelországba és közép Európába a lovas oktatást. Ő a HorseSense központja alapítója, ahol ezt a módszert alkalmazzák. Számos minősítése van: minősített lovas oktatásvezető, a HorseDream fejlesztett partnere, coach, a TROP csoport második szintű coach-a. Számos évig a az EAHA, Európai Lovas Oktatási Szövetség igazgatótanácsának elnöke volt. A lovakkal véhezett személyiségfejlesztésről könyvek szerzője, "A ló mint tréner. Személyiségfejlődés lóval és leckék lovas trénerektől. (2016)" és "A menedzser a lótol tanul" (2013.)



#### A KOMMUNIKÁCIÓ TISZTASÁGA

Egy lóval történő párbeszéd kezdeményezése érdekében, figyelni kell annak igényeire valamint sajátunkra is támaszkodni kell, egytiszta és megfelelő módon. A kommunikációval történő munka természetes módon történik, néha tudatlanul.

Az általunk kiküldött jelek azonnal ellenőrzésre kerülnek. A lótol érkező visszajelzés, ami segít következő köteleket kialakító próbálkozásunkban. Mindez lehetővé teszi különböző stratégiák és változtatások kipróbálását a hatékonyság érdekében.

#### MÉLY KAPCSOLATOK ÉS KÖTÖDÉSEK:

A Horse Assisted Education Approach a résztvevők számára biztonságos helyet kialakító szervezőn és a lovakon mint trainereken alapul. Ez a több éven át épített kapcsolat megadja a lovaknak azt a biztonság érzését és a megértést az levégzendő feladatok során. Ebben a térben lehetővé válik a fiatalok számára, hogy kipróbálják magukat a lóval egy "itt és most" kapcsolatban álarc és tettetés nélkül, egyszerűen jelen lenni.

#### FELELŐSÉG

Minden lóval való tapasztalat olyan lépés a résztvevő

számára, ami felelősséget, bátorságot és döntéshozatali követel.

Meg kell jegyezni, a kutatások azt javasolják, hogy a fiatalok értékrendje a személyiségükhöz, cselekvési stratégiájukhoz. Ez okból az értékalapú ifjúsági munkának fontos hatása lehet döntéshozó képességük fejlődésére a következő éveikben. (forrás: Ostrowska 2006, Michałowska, 2010)



**Önfejlesztő élmények lovakkal:**

**Miként gátolja a az észleléseink határai, hogy a valósággal találkozunk (különös tekintettel arra, miként látunk és tapasztalunk meg egy lovat) és hogyan tágíthatjuk ezeket.**

**Feladat: Megfigyelés és értékelés**

Ezt a feladatot olyan helyen végezhető, ahol szabadon megfigyelhet néhány lovat (2 ló elegendő). Lehet ez a tér akár egy munkaterület számukra, vagy csak a legelőjük. Szerencsésebb, ha nem egy tágas rét, mert itt kevésbé megfigyelhető a lovak közti interakció. Időtartam: 15 - 30 perc plusz 30 perc felkészülés (lovak be- és kikísérése) Anyagok: Nyomtassa ki ezt a gyakorlatot, vegyen egy tollat és egy jegyzettömböt, hogy kényelmesen írhatson.

A. rész: Figyelje meg a lovakat néhány percen keresztül és kezdje el írni amit lát. Írjon le mindent gondolkodás nélkül, amieszébe jut, ne cenzúrázza gondolatait, vagy törje a fejét a tényeken, véleményeken ezek kapcsán.

**Megfigyelések:**

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



**TAPASZTALAT**

B. rész: Most próbálja megjelölni azokat a megfigyeléseiket, amelyek a tények, és amelyek vélemények (minden megfigyelésnél jelölje meg azt M-mel, minden tényt T-vel).

A tények és a vélemények megkülönböztetése az első lépés a jó kommunikációhoz, a lovak és a világ számára. Ez az első lépés a tudatosság fejlesztéséhez, amely döntő fontosságú mind a lovakkal való együttműködésre, mind az önmagunk fejlesztésére.

Ha szeretné, csatlakozzon az Agata fejlesztői webinarjaihoz és online tanfolyamaihoz: [www.horse-sense.pl](http://www.horse-sense.pl) ahol saját lóval dolgozhat önismeretének erősítésén: [www.tajemnicekoni.pl](http://www.tajemnicekoni.pl)

**1. Mit tanultál önmagadról a projekt során?**

- Megtanultam, hogy több kreatív készségem van, amit gondoltam. Olyan dolgokat tettem, amikről úgy hittem nincs tehetségem hozzá, és nem jött ki rosszul. Újra megtudtam, és emlékeztetett rá, hogy ifjúsági munkásként mindig a csoportot kell szem előtt tartanom, amellyel dolgozom, és a tevékenységeket az ő igényeikhez kell igazítanom. Azt is megtanultam, hogy figyeljek önmagamra és az igényeimre, hiszen ez nagyon fontos üzenet a fiatalok számára is akikkel dolgozom.

- Ez egy nagyon nehéz év volt számomra, mivel olyan helyzetbe kerültem, ahol többet kellett magamról gondoskodnom, gyakorlatilag saját lábamra álltam. Mindez februárban kezdődött, amikor részt vettem a VIA-ME projektben, és egyre többet tudtam meg saját céljaimról, erősségeimről, gyengeségeimről. Az egész élmény nagyon mély felismerésekkel szolgált.

**2. Résztveleled miként érintett téged, mint személyt?**

- Többet akarok tenni a személyiségem formálásáért. Magabiztosabb, határozottabb, bátrabb lettem, és én is megpróbálok többet új nézőpontokat használni. Elfogadom, hogy nem kell mindent tökéletesen végrehajtanom; egészségem és boldogságom sokkal fontosabb.

- Nagyon boldog vagyok, hogy olyan munkát végezhetek amit szeretek, és esélyem van ebben foly-

amatosan fejlődni. Szerencsésnek érzem magam, hogy ismereteket és tapasztalatokat cserélhettem szakemberekkel, és továbbadhattam azt, amit tudok és amiben mélyen hiszek. Azt hiszem, sokkal gazdagabb lettem ez által. Néha jó újra tudatára ébredni mennyire is élvezem a munkát, amely az életem közel felét kiteszi.

- Az egyhetes projektben való részvételem azonnali következménye, hogy a legérzékenyebb kapcsolati univerzumommal békésen újra találkozom, ami nélkülözhetetlen a környezetem befogadásához és észleléséhez.

**3. Mi a legfőbb előnye az értékeinek azonosításával való munkában?**

- Nagyszerű élmény volt egy olyan helyzetben, ahol olyan értékekre kellett gondolkodni, amely nem olyan egyszerű, mint amilyenek hangzik. Mindig jó tudni, hogy mi az értéke, és nagyszerű megtudni, hogy az emberek különböző értékekkel rendelkeznek, és ezt el kell tudnunk fogadni.

- Válasz értékek egy olyan eszközt jelentenek, amely nagyon hasznos a fiatalokkal való együttműködéshez. Meg kell ismerned a sajátodat, hogy jól tudj dolgozni a fiatalokkal. Eszközként az értékek nagyon hasznosak, hiszen a men-



## A REFLECTION FROM THE YOUTH LEADERS

tor-fiatal személyes szintre kerülnek, és ez bizalmat épít. Az értékeken keresztül a fiatalok is megismerhetik, mi az ami számukra fontos, és felfedezhetik, hogy milyenek valójában, mi az ami érdekli őket, miben tehetségesek.

- Úgy vélem, minden arról szól hogyan mennyi értéket képvisel valaki. Más szóval, az önmagunk (és mások) érzése, hogy az Ön által kifejtett munka egy szilárd és megbízható alapra épül, és ez nekem a lényege annak, amit velem viszek a jövőbe

- Csodálatos országokat, embereket és új tanulási-tanítás módszereket fedeztem fel... Mennyi ismeretet sajátítottam el korábban, mennyit ez alatt az idő alatt és miként tudom ezeket

egyesíteni, hogy csodálatos dolgokat hozzunk létre a diákjaimmal vagy akár más emberekkel, akikkel majd találkozom az életem során.

- Új módszereket fedeztem fel a tudásom alkalmazásához és ami fontosabb: megtanultam látni a fizikai valóságon túl. Mondanom sem kell, hogy ez mennyire hasznos számomra tanárként és magánéletemben...



## PARTNER SZERVEZET

### Fundacja Atalaya

Az Atalaya 2014 végén létrehozott oktatási alapítvány. Főként az oktatásra koncentrálunk, és támogatjuk az ifjúságot és a fiatal felnőtteket az önismereti terveik kidolgozásában és megvalósításában.

Küldetésünk, hogy biztonságos teret hozzunk létre nevelőszülői gondozásba került gyermekek és közvetlen hozzátartozóik számára. Támogatjuk őket a személyes fejlődésük során, elsősorban a felhatalmazás, a kapcsolati készségek fejlesztése és az önbecsülés megerősítése révén.

Oktatási programjaink felkészültek arra, hogy megfeleljenek résztvevőink igényeinek, innovatív tanítási módszereket alkalmazzanak, proaktív megközelítést alkalmazzanak a tanulással és személyes felelősséget vállaljanak saját személyes növekedésükhöz. Főleg a nevelőszülők - intézményi ellátás (fiatal felnőttek, fiatalok, gyermekek) és nevelőszülők (szülők, jogi gondnokok) részére szánjuk projektjeinket.

Filozófiánk megosztása érdekében oktatási és önfejlesztési projekteket is kínálunk a nyilvánosság számára mind Lengyelországban, mind Európa-szerte, amelyek alternatív és innovatív tanítási és tanulási módszereken alapulnak.

Minden projektünk ötvözi az érzelmi fejlődést a társadalmi és kognitív képességek fejlesztését. Az erőszakmentes kommunikáció szellemében dolgozunk, amely az igények függvényében számos különböző fejlődési úthoz vezet. Szeretjük kombinálni a megközelítéseket és folyamatosan tanulni új munkamódszereket.

Az Atalaya folyamatosan fejlődik, csapatunkhoz új emberek csatlakoznak, akik új kompetenciákat és perspektívákat hoznak. Amit teszünk: me-

gfigyeljük a minket körülvevő társadalmi valóságot és megpróbálunk megfelelni az igényeinek, ezért alapértékünk, hogy nyitottak vagyunk a változásra és a fejlődésre.

Örömmel vállaljuk a helyi és nemzetközi együttműködést, valamint az Erasmus + programok keretében megvalósuló projekteket (KA1, KA2 - fiatalok és felnőttek számára). Ha szeretne hozzánk csatlakozni vagy együttműködni velünk, kérjük, lépjen kapcsolatba velünk:

Fundacja Atalaya  
fundacja@atalaya.pl  
ul. Wolska 66/39, 01-134 Warszawa  
NIP: 527-272-16-21  
KRS: 0000525808  
REGON: 147464754

Ifjúsági projektek koordinátora:  
Anna Brymora  
anna.brymora@atalaya.pl

Felnőtteknek szóló projektek koordinátora:  
Anna Ejme  
anna.ejme@atalaya.pl



## PARTNER SZERVEZET

### Látótér Alapítvány

Alapítványunk 2014-ben több évnyi informális csoportként való ténykedés után jött létre. Alapítványunk neve „Látótér” több jelentést is magába sűrít. Talán a legfontosabb ezek közül, a látótér létezése: fizikailag az emberi szem csak egy apró szeletét képes közvetíteni a minket körülvevő világnak. Ahhoz, hogy többet lássunk a világból meg kell mozdítanunk a szemünket, a fejünket és az egész testünket: változtatnunk kell a perspektíváinkon, fókuszainkon és pozíciónkon. Ezzel az aktív hozzáállással és erővel rengeteg mindent tudunk mozgásba hozni, megvalósítani közösségeinkkel és önmagunkkal kapcsolatban. Ennek a hozzáállásnak a megosztása közösségeinkben a célunk, Gárdonyi Tanodánkat és egyéb helyzi és nemzetközi projektünket is ennek az értéknek a tükrében hozzuk létre.

### Értékeink akcióban

A teljesség igénye nélkül az alábbi területeken dolgozunk és fogadjuk partnereink együttműködését:

- 1) Helyi művészeti események szervezése és megvalósítása
- 2) Gárdonyi tanoda projekt, hátrányos és halmozottan hátrányos helyzetű fiatalok számára
- 3) "Zenei szikra" - zenei eszközök a tehetség gondozásban
- 4) Együttműködés a helyi hatóságokkal a régiós fejlesztési stratégiák kidolgozásában
- 5) Nemzetközi térningek és ifjúsági cserék (partnerként és megvalósítóként)

[www.latoteralapitvany.hu](http://www.latoteralapitvany.hu)



## PARTNER SZERVEZET

### Ljudska univerza Radovljica

A Radovljicai Felnőttképzési Központ 1959-ben alapították állami intézményként.

Az intézmény elsődleges tevékenysége a felnőttoktatás (tanácsadás, tájékoztatás) ezen felül általános és középiskolai oktatás.

A fiatal felnőtteknek szóló projektet a Project Learning for Young Adults (PLYA)-n keresztül valósítja meg, amelyet iskolából kimaradó fiatalok számára hoztak létre. Az idősebb korosztályt a Harmadik Kor Egyetemében és az Intergenerációs Központban érik el foglalkozásaik során. A Radovljicai Felnőttképzési Központ részt vesz az Erasmus + európai projektjeiben is, nemzetközi ifjúsági cserék, felnőttképzési programok keretein belül.

Különböző nemzeti és európai projekteket hajtanak végre a veszélyeztetett célcsoportok számára. Küldetésük az élethosszig tartó tanulás és az összes generáció társadalmi befogadásának előmozdítása. Ezen tevékenységeiken keresztül szorosan kapcsolódnak a helyi igényekhez.

A felnőttképzési központ a Radovljica, Bled, Gorje és Bohinj települések területeit látja el jelenleg.



Ljudska univerza Radovljica  
Adult Education Centre Radovljica  
Kranjska cesta 4  
4240 Radovljica  
SLOVENIA  
PIC number: 949198739

## PARTNER SZERVEZET

### Portói Egyetem

A Képzőművészeti Kar az egyik legrégebbi és legismertebb európai művészeti iskola, amely nemrég töltötte be 230 éves fennállást. Évszázadokon keresztül az intézmény olyan művészeket és tervezőket képzett, akik hozzájárultak a portugál kultúrához és annak jelenléhez a világon. Diákjaink nagy számban más európai akadémiákról és egyetemekből származik. Intézményünk elkötelezett a képzőművészet, a multimédia és a formatervezés nagyobb nemzetközi elismertségével kapcsolatban.

A VIA-ME projektben való részvételünk főként a MADEP mesterképzéshez kötődik, amelynek tanulmányi területe a Táj és a Nyilvános Társadalom sokrétű megközelítései között tevékenykedik, erős társadalmi és relációs figyelemmel. A Masters pluri és az interdiszciplináris karakter célja, hogy a társadalmi, politikai, történelmi és városi területek megközelítésében reflexív és kritikus eszközöket dolgozzon ki a helyi közösségekkel való együttműködésre, annak érdekében, hogy összekapcsolják a művészetet és a formatervezési gyakorlatot a társadalommal egy nagyobb léptékben.

[www.fba.up.pt](http://www.fba.up.pt)  
[www.madep.fba.up.pt](http://www.madep.fba.up.pt)



## ORGANIZATIONS INVOLVED:

