



you create ART-KIT

**Art-kit pentru tineri, cadre didactice
și lucrători de tineret. Metodologie**

Ghidul de față a fost adaptat de Fundația Terre des hommes Moldova în cadrul Fondului Comun pentru dezvoltarea Centrelor de tineret și consolidarea participării și implicării civice a tinerilor din Republica Moldova al Ministerului Educației, Culturii și Cercetării, Agenției Elvețiene pentru Dezvoltare și Fondului Națiunilor Unite pentru Populație.

Opiniile exprimate în ghid aparțin autorilor și nu reflectă neapărat poziția Fondului comun sau a organizațiilor donatoare.

Autori: Vanessa Currie, Laura Lee, Laura Wright
Traducere în limba română: Nadejda Demian
Adaptare: Liliana Daltă-Astrahan
Redactare: Dumitrița Butnaru
Editare grafică și tipar: Tipografia Bons Offices



Terre des hommes este cea mai importantă organizație elvețiană de ajutorare a copiilor. Fondată în 1960, organizația participă anual la eforturile internaționale de a îmbunătăți calitatea vieții a milioane de copii vulnerabili din întreaga lume.

Tdh activează în Republica Moldova începând cu anul 2004, fiind dedicată protecției copiilor. Programele Tdh sunt orientate spre asigurarea ca toți copiii din țară să beneficieze de un sistem care le poate garanta supraviețuirea, protecția, dezvoltarea și participarea la evenimentele sociale, educaționale, culturale și de sănătate care îi privește.

Terre des hommes Moldova

str. Nicolae Iorga, 6, ap. 3,
MD-2009, Chișinău, Moldova
+373 22 238 039 / 22 238 637
mda.office@tdh.ch
tdh-moldova.md | childhub.org
facebook.com/tdhmoldova





Bine ați venit la art-kitul YouCreate!

Dragi tineri agenți ai schimbării,

YouCreate este o oportunitate de dezvoltare și învățare care vă va oferi posibilitatea să deveniți cei mai buni agenți ai schimbării care ați putea fi. Art-kitul este un instrument care vă va ghida de-a lungul unei călătorii, pe parcursul căreia veți construi relații puternice și veți învăța noi modalități de a utiliza creativitatea și artele pentru a aduce schimbări pozitive în comunitățile voastre.

În calitate de agenți ai schimbării, veți realiza activități împreună cu un grup de tineri din comunitate. Puteți utiliza acest art-kit ca suport în organizarea activităților cu semenii voștri și pentru a monitoriza lucrul pe care-l faceți împreună.

Toate activitățile din art-kit sunt concepute astfel încât să le realizați voi. Veți avea, de asemenea, susținerea din partea adulților aliați sau a persoanelor de suport din echipa Terre des hommes Moldova.

Prin intermediul procesului YouCreate, vă veți lansa într-o călătorie de descoperire alături de semenii voștri pentru a afla despre aspecte atât pozitive, cât și provocatoare ale vieții lor. Împreună veți ghida grupul vostru de tineri pentru a elabora un proiect de **art-acțiune**, care utilizează artele pentru a crea schimbări pozitive în viețile voastre.

Art-kitul include o serie de activități bazate pe artă și creativitate, precum și unele sugestii de jocuri distractive. Simțiți-vă liberi să adaptați sau să modificați activitățile pentru a se potrivi cât mai bine grupului vostru de tineret.

A fi un **tânăr agent al schimbării** implică multă distracție și o mare responsabilitate. Sperăm că veți învăța multe și veți susține grupul vostru de tineri prin această experiență.

Succes în această călătorie!



Introducere

Această metodologie a fost ajustată de către Terre des hommes Moldova, în cadrul Fondului comun privind dezvoltarea Centrelor de tineret și consolidarea participării și implicării civice a tinerilor din Republica Moldova al Ministerului Educației, Culturii și Cercetării, Agenției Elvețiene pentru Dezvoltare și Cooperare și Fondului Națiunilor Unite pentru Populație.

Metodologia YouCreate a fost elaborată de către echipa Terre des hommes din Elveția, în colaborare cu echipa Institutului Internațional pentru Drepturile Copilului și Dezvoltare din Canada și testat de către echipa Terre des hommes din Egipt și Irak.

Suportul este destinat tinerilor, lucrătorilor de tineret, profesorilor care predau disciplina „Educație pentru societate” și tuturor celor interesați să stimuleze împuternicirea tinerilor pentru participare.

Abordarea oferită în această metodologie se bazează pe convingerea fermă că împuternicirea tinerilor poate deveni o realitate prin formarea și suportul oferit acestora de către adulți pentru a deveni tineri agenți ai schimbării. Acest suport vine în ajutorul:

- *tinerilor* – să lucreze cu semenii lor pentru a le explora necesitățile la nivel de comunitate și rolul artelor creative și digitale care contribuie la starea de bine a tinerilor;
- *adulților* – să împuternicească tinerii, să le ofere suport și ghidare pe tot parcursul participării acestora.

Conținutul acestui suport este compus din 2 părți:

- prima parte oferă explicații și clarificări cu privire la metodologia YouCreate – cercetare privind acțiunile participative și sugestii pentru implementarea eficientă a metodologiei;
- partea a doua explică detaliat etapele cercetării privind acțiuni participative bazate pe arte YouCreate, fiind incluse activități specifice pentru fiecare etapă.

Terre des hommes speră că acest suport va susține efortul tinerilor de a se implica la nivel de comunitate și să contribuie la asigurarea bunăstării tinerilor, precum și munca importantă a lucrătorilor de tineret și a cadrelor didactice în procesul de împuternicire a tinerilor.

Cuprins

Bine ați venit la art-kitul YouCreate!	2
Introducere	3
I. Pregătirea bagajelor pentru călătorie	6
1.1 Noțiuni importante	8
1.2 Ce reprezintă art-kitul YouCreate?	11
1.3 YouCreate: cercetare privind acțiunile participative	15
1.4 Sfaturi pentru a fi un tânăr agent al schimbării	20
1.5 Sfaturi pentru facilitare	22
1.6 Sfaturi pentru luarea de notițe	27
1.7 Planificare și pregătire	30
II. Pilonii bunăstării	32
2.1 Cinci piloni ai bunăstării	33
Cum se integrează pilonii bunăstării în YouCreate?	35
III. Activități pentru realizarea cercetării privind acțiunile participative	40
3.1 Etapa 1: Întocmirea hărții	42
Activitatea 1: Cercul încrederii	44
Activitatea 2: Harta comunității	46
3.2 Etapa 2: Explorare	49
Activitatea 3. Tablouri murale pentru a descrie viziunea	50
Activitatea 4. Termometrul bunăstării	52
Să vedem unde ne aflăm pe traseul călătoriei... ..	56
3.3 Etapa 3: Planificare	60
Activitatea 5: Revizuirea constatărilor de la etapele Întocmirea hărții și Explorare și stabilirea priorităților	61
Activitatea 6: Arborele planificării	65
Activitatea 7: Harta art-acțiunii	68
3.4 Etapa 4: Art-acțiunea	73
Activitatea 8: Prezentarea art-acțiunii în fața familiilor și comunității	74
Activitatea 9: Colaj de monitorizare	77
3.5 Etapa 5: Reflecții și împărtășire	79
Activitatea 10: Reflecții asupra Termometrului bunăstării	81
Activitatea 11: Tablou mural al călătoriei pe râu	84
Activitatea 12: Trandafir, mugure și ghimpe	86
Activitatea 13: Tablou celebrativ pe pietre	90
ANEXE	92
Anexa 1: Formular de documentare a activității	93
Anexa 2: Diagrama tematicii	95
Anexa 3: Harta minții	97
Anexa 4: Harta art-acțiunii	98
Anexa 5: Formularul Reflecții	100
Anexa 6: Formularul Împărtășire	103
Anexa 7: Exemple din viața reală de activități bazate pe artă care susțin pilonii bunăstării	104
Anexa 8: Jurnal de reflecții ale tinerilor agenți ai schimbării	114
Anexa 9: Sugestii pentru planificarea procesului de cercetare privind acțiunile participative	118



I. Pregătirea bagajelor pentru călătorie

În cadrul acestui capitol vom:



clarifica noțiuni importante utilizate în cadrul metodologiei YouCreate;



înțelege ce reprezintă art-kitul YouCreate;



învăța ce este YouCreate: cercetare privind acțiunile participative;



cunoaște cine poate fi și cum trebuie să fie un tânăr agent al schimbării;



cunoaște ce este facilitarea și pentru ce este necesară;



învăța cum se iau notițe;



învăța cum se face o planificare și pregătirea pentru activități.

1.1 Noțiuni importante

Următorii termeni sunt utilizați frecvent în art-kitul de față, astfel am inclus aici noțiunile de referință.



Arte

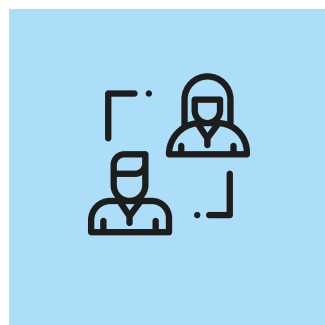
Acestea includ artele vizuale, teatrul, meșteșugăritul, dansul, filmul, muzica, media digitale, artele culinare (gastronomice), formele de artă tradițională și alte forme de acțiuni creative, cum ar fi arta spectacolului în direct și graffiti etc.



Drepturile copilului

Convenția Națiunilor Unite cu privire la Drepturile Copilului (UNCRC) enumeră drepturile de care au nevoie copiii pentru a trăi, a fi în siguranță și a-și dezvolta pe deplin potențialul lor. Copiii, cu vârsta cuprinsă între 0-18 ani, sunt ființe umane, având drepturi proprii.

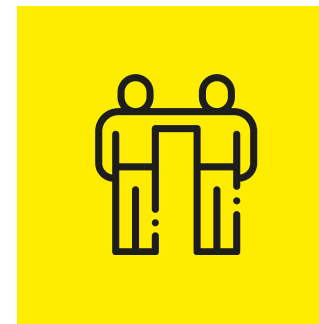
În conformitate cu Legea nr. 338 din 15.12.1994 a Republicii Moldova privind drepturile copilului, o persoană este considerată copil din momentul nașterii până la vârsta de 18 ani.



Tineret

Conform definiției Națiunilor Unite, tinerii sunt persoane cu vârste cuprinse între 15 și 24 de ani.

Conform Legii nr. 215 din 20.07.2016 a Republicii Moldova cu privire la tineret, tânăr/ă este o persoană cu vârsta cuprinsă între 14 și 35 de ani.



Comunități incluzive

Comunități care includ persoane diferite ca gen, rasă, etnie, religie, vârstă, abilități, unde este încurajat traiul în armonie și oricine poate fi un membru activ al comunității.



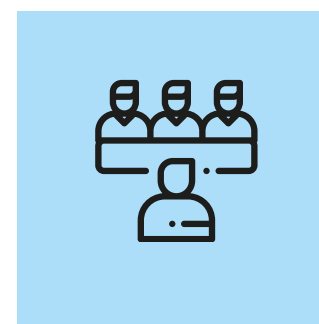
Monitorizare, evaluare și învățare

Activități care ne ajută să vedem ce funcționează bine și ce nu într-un anumit program.

Monitorizarea este procesul în care ne informăm permanent, prin colectarea informațiilor, despre cum decurge un program.

Evaluarea presupune să acordăm mult timp aprecierii unui program într-un anumit moment. Evaluarea se raportează la realizarea activităților și poate avea loc la mijlocul sau la sfârșitul programului.

Învățarea este importantă pentru a integra în program ceea ce însușim în timpul procesului de monitorizare și evaluare.



Cercetare privind acțiunile participative

Cercetarea privind acțiunile participative este procesul în cadrul căruia cercetătorii (tinerii agenți ai schimbării) și participanții (tinerii care fac parte din grupul de inițiativă) lucrează împreună pentru:

- a înțelege punctele forte și provocările din comunitățile lor;
- a planifica și dirija ulterior proiecte care valorifică punctele forte și a aborda provocările pentru a promova schimbări sociale pozitive;
- a reflecta, la finalul proiectului, asupra a ceea ce au învățat, pentru a realiza mai bine alte proiecte în viitor.



Reziliența tinerilor

Reziliența presupune că, în pofida provocărilor cu care se confruntă tinerii în viața lor, ei pot:

- întreprinde acțiuni pentru a supraviețui și a prospera;
- valorifica resursele personale, familiale, precum și pe cele comunitare, pentru a face față provocărilor;
- fi susținuți de unele persoane și servicii.

În urma experiențelor dificile de viață, mulți tineri însușesc lecții valoroase și, în rezultat, devin mai puternici.



Bunăstare (wellbeing)

Bunăstarea reprezintă **starea de bine în minte, corp, spirit și inimă**. Pentru orice om există diferite lucruri care îl fac să se simtă bine. Unele dintre lucrurile care contribuie la bunăstare sunt:

- relațiile puternice cu prietenii și familia;
- o comunitate de suport;
- activități pe care vă place să le realizați și care vă fac să vă simțiți fericit;
- accesul la asistență culturală, medicală și socială;
- faptul de a avea un rol în familia sau comunitatea voastră.

În conformitate cu Hotărârea nr. 143 din 12.02.2018 a Guvernului Republicii Moldova pentru aprobarea Instrucțiunii cu privire la mecanismul de cooperare intersectorială pentru prevenirea primară a riscurilor privind bunăstarea copilului, **bunăstarea copilului** presupune satisfacerea necesităților copilului în toate domeniile importante pentru creșterea și dezvoltarea armonioasă a acestuia, care îi asigură un început bun în primii ani de viață și pregătire pentru realizări pe tot parcursul vieții.

1.2 Ce reprezintă art-kitul YouCreate?

Secțiunea următoare este o introducere privind proiectul YouCreate și rolul vostru de tineri lideri. Vă îndemnăm să parcurgeți această secțiune împreună cu aliații voștri adulți. Puteți utiliza această informație și ca bază pentru prezentarea destinată tinerilor participanți atunci când le explicați ce este YouCreate.

Pentru cine este acest art-kit?

Pentru voi! Pentru orice tânăr cu vârsta cuprinsă între 14 și 20 de ani care este un agent al schimbării în cadrul proiectului YouCreate și este încântat de posibilitatea de a avea un impact pozitiv asupra semenilor săi, familiei și comunității prin intermediul artelor creative și digitale.

Adulții aliați pot citi și ei acest art-kit pentru a afla mai multe despre proiect și despre cum pot acorda cel mai bun suport tinerilor.

Art-kitul este resursa voastră de bază pentru a conduce tinerii participanți de-a lungul procesului YouCreate, prin urmare vă rugăm să-l citiți cu atenție.

Despre ce este proiectul YouCreate?

Acest proiect vă ajută să lucrați cu semenii voștri pentru a explora rolul artelor creative și digitale care contribuie la starea de bine a tinerilor. Veți colabora cu alți tineri pentru a le înțelege viața de zi cu zi și a veni cu proiecte bazate pe artă, care valorifică lucrurile bune din viața lor și abordează unele dintre provocări.

Care este scopul YouCreate?

A crea un spațiu pozitiv pentru tinerii din comunitate, pentru a le spori starea de bine, reziliența și sentimentul de apartenență, a le dezvolta abilități în domeniul leadership-ului și artelor și a susține activ comunitățile lor.

Care este rolul meu în calitate de lider de tineret?

- Participați la un curs de instruire (3 ateliere a câte 2 zile), pentru a învăța despre facilitare, leadership și luarea de notițe și despre activitățile interesante din acest art-kit.
- Veți acționa în calitate de agenți ai schimbării, ghidând grupul de tineri de-a lungul activităților din art-kit.
- Veți ajuta grupul de tineri să implementeze un proiect de art-acțiune la nivel de comunitate.
- Veți coordona acțiunile împreună cu adultul aliat și echipa de proiect (Tdh Moldova).

Cine face parte din echipa mea?

Fiecare echipă YouCreate va avea:

- **2 tineri agenți ai schimbării.** Fiecare tânăr se va implica, pe rând, în facilitare și în luarea notițelor în timpul activităților YouCreate.
- **2 adulți aliați.** O persoană adultă din cadrul instituției de învățământ secundar – cadru didactic pentru disciplina „Educație pentru societate” și un lucrător de tineret din cadrul Centrului de tineret. Adulții aliați vor fi disponibili pentru a vă susține pe parcursul realizării proiectului.

**Rugați-i pe adulții aliați să vă confirme cine face parte din echipa voastră.*

- Este posibil să aveți și alți membri, precum echipa Tdh Moldova: **specialist în monitorizare, evaluare și învățare și coordonatorul de proiect.**

Ce pot cere de la adultul aliat?

Acesta este persoana principală de suport pentru tineri în cadrul YouCreate. Aliatul adult vă poate ajuta prin:

- organizarea tinerilor participanți, găsirea unui spațiu pentru întâlnirile grupului vostru de tineret și a materialelor pentru ședință;
- prezență la fiecare activitate, inclusiv ajutor în planificarea activităților și la discuții, precum și la pregătirea notițelor după acestea;
- răspuns la orice întrebare de-a voastră referitoare la YouCreate, generarea ideilor și soluționarea problemelor împreună;
- legături cu alți membri adulți ai echipei, cum ar fi echipa Tdh Moldova;
- disponibilitate de a vă ajuta în alte domenii ale proiectului când veți avea nevoie.

Cine sunt tinerii din grupul meu de tineret?

În cadrul proiectului vor participa tineri cu vârsta de 14–20 de ani și veți gestiona un grup de 20 de tineri.

Care este timpul dedicat?

YouCreate va fi implementat pe parcursul a 3 luni împreună cu grupul vostru de tineri.

Activitățile pot avea loc după lecții și în weekend, ajustându-se la ritmul intens al vieții voastre. Veți stabili, pentru întruniri, orele care vă convin vouă și grupului vostru de tineri.

Acest aspect include instruirea voastră, activitățile de dirijare a tinerilor, întâlniri cu co-facilitatorul și cu echipa adultă de suport. În calitate de lideri de tineret, este important să fiți prezenți pentru a conduce întregul proces.

Dacă nu aveți prea mult timp, puteți face un mini-CAP pe parcursul unei săptămâni. **Discutați cu adulții aliați pentru a stabili ce se potrivește cel mai bine pentru grupul vostru.**

Care sunt avantajele participării la YouCreate?

Sperăm că vă veți alătura pentru a vă distra, a vă face noi prieteni, a reflecta asupra experiențelor voastre, a contribui la comunitatea voastră și a câștiga abilități valoroase de management al proiectului, abilități artistice, de cercetare prin acțiune și de leadership.

La sfârșit, veți obține un certificat care să vă onoreze rolul în proiect.

Ce include acest art-kit?

Art-kitul vă ajută să planificați, implementați, monitorizați și evaluați proiecte de tip art-acțiune realizate de tineri. Activitățile din acest art-kit vă vor ajuta să vă conduceți semenii pentru a înțelege mai bine unele dintre provocările cu care se confruntă, pentru a valorifica punctele lor forte și resursele disponibile și pentru a concepe proiecte care să rezolve provocările identificate.

Art-kitul este un ghid pe care îl puteți utiliza pentru planificarea și dirijarea activităților și vă oferă sfaturi și idei pentru a vă ajuta în activitatea voastră.

Pot să îmi planific propriile activități și/sau să fac modificări?

Da! Vă rugăm să fiți pe cât de creativi vă doriți.

Țineți cont de scopul principal al activităților pe care doriți să le adaptați și urmați viziunea stabilită de tinerii din grupul vostru, dar nu ezitați să revedeți jocurile și activitățile pentru a le face mai relevante pentru voi și comunitatea voastră.

Este acesta un proiect de cercetare?

YouCreate este un proces de cercetare privind acțiunile participative. Aceasta înseamnă că tinerii agenți ai schimbării vor acționa ca cercetători și vor lucra alături de participanții tineri asupra cercetării.

După cum am menționat în definiția cercetării în acțiuni participative, acesta este un proces care vă va ajuta să explorați punctele forte și provocările din viața de zi cu zi a tinerilor, apoi să planificați și să implementați împreună proiecte bazate pe arte, care să abordeze unele dintre aceste provocări.

Care este rolul artei în YouCreate?

- Fiecare activitate din YouCreate se va baza pe un anumit tip de artă, cum ar fi pictura, desenul, colajul, teatrul, muzica, dansul, graffiti, etc.;
- lucrând cu grupul vostru de tineri, veți alege diferite tipuri de artă pe care să le integrați în proiectul vostru;
- prin intermediul YouCreate veți avea ocazia să dezvoltați noi abilități bazate pe arte și să aprofundați abilitățile pe care le aveți deja.



1.3 YouCreate: cercetare privind acțiunile participative

Ce este cercetarea privind acțiunile participative?

Cercetarea privind acțiunile participative este un proces în care cercetătorii (tinerii agenți ai schimbării) și participanții (tinerii participanți) lucrează împreună pentru a înțelege punctele forte și provocările din viața de zi cu zi a tinerilor, apoi planifică și implementează proiecte care promovează schimbări sociale pozitive.

În cadrul cercetării privind acțiunile participative, atât voi, cât și semenii voștri veți avea timp să vă gândiți la viața de zi cu zi și apoi să creați schimbarea pozitivă pe care doriți să o vedeți.

În acest proiect, voi, în calitate de *tineri agenți ai schimbării*, sunteți de asemenea și *cercetători*.

Ce este unic în cercetarea privind acțiunile participative?

În cadrul YouCreate, veți folosi un model de cercetare privind acțiunile participative, condus de tineri.

Voi și tinerii cu care lucrați veți conduce întregul proces! Adică, de la tineri pentru tineri!

Un alt aspect interesant este că procesul se bazează pe arte, adică arta este integrată în fiecare activitate, precum și în proiectele finale de art-acțiune asupra cărora veți lucra.

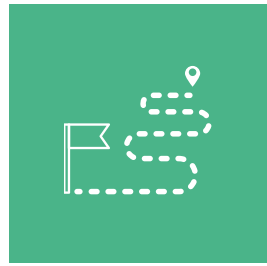
Care sunt etapele călătoriei YouCreate în cercetarea privind acțiunile participative?

Cercetarea YouCreate privind acțiunile participative are 5 faze:



1. Întocmirea hărții

Acesta este un moment important pentru a dezvolta încrederea în cadrul noului grup de tineri și a cartografia oamenii, organizațiile, serviciile, activitățile bazate pe arte și alte puncte forte și resurse din familiile și comunitățile voastre care v-ar putea ajuta în cadrul YouCreate.



2. Explorare

Acum puteți începe să conduceți grupul de tineri spre explorarea punctelor forte și a provocărilor din viața lor de zi cu zi, legate de starea lor de bine sau de nevoia de a se simți bine. După ce terminați, veți lucra împreună cu adultul aliat pentru a identifica temele sau ideile principale care au fost expuse în fazele de *Întocmirea hărții* și *Explorare*.



3. Planificare

Folosind temele cheie pe care le-ați identificat, veți prezenta aceste informații grupului vostru de tineri, efectuând revizuirile necesare în baza feedback-ului primit de la aceștia. Împreună, veți prioritiza provocările cheie asupra cărora doriți să lucrați, apoi veți propune câteva idei inspiratoare despre cum puteți utiliza arta pentru a face față provocărilor. Veți explora „cauzele de la rădăcină” ale acestor provocări, apoi veți întocmi o *hartă a art-acțiunilor* care va ilustra cum veți transpune în realitate ideea voastră.



4. Art-acțiune

Când veți avea o idee clară de art-acțiune, o veți prezenta familiei și comunității voastre pentru a le provoca interesul și a le obține suportul. Lucrând alături de grupul vostru de tineret și cu susținerea din partea aliatului adult, veți pune în aplicare art-acțiunea. Veți învăța, de asemenea, să măsurați tipul de schimbare sau impactul pe care l-a avut art-acțiunea.



5. Reflecții și împărtășire

După finalizarea art-acțiunii, veți reflecta asupra a ceea ce a fost bine, a provocărilor pe care le-ați avut de înfruntat și ce poate fi îmbunătățit.

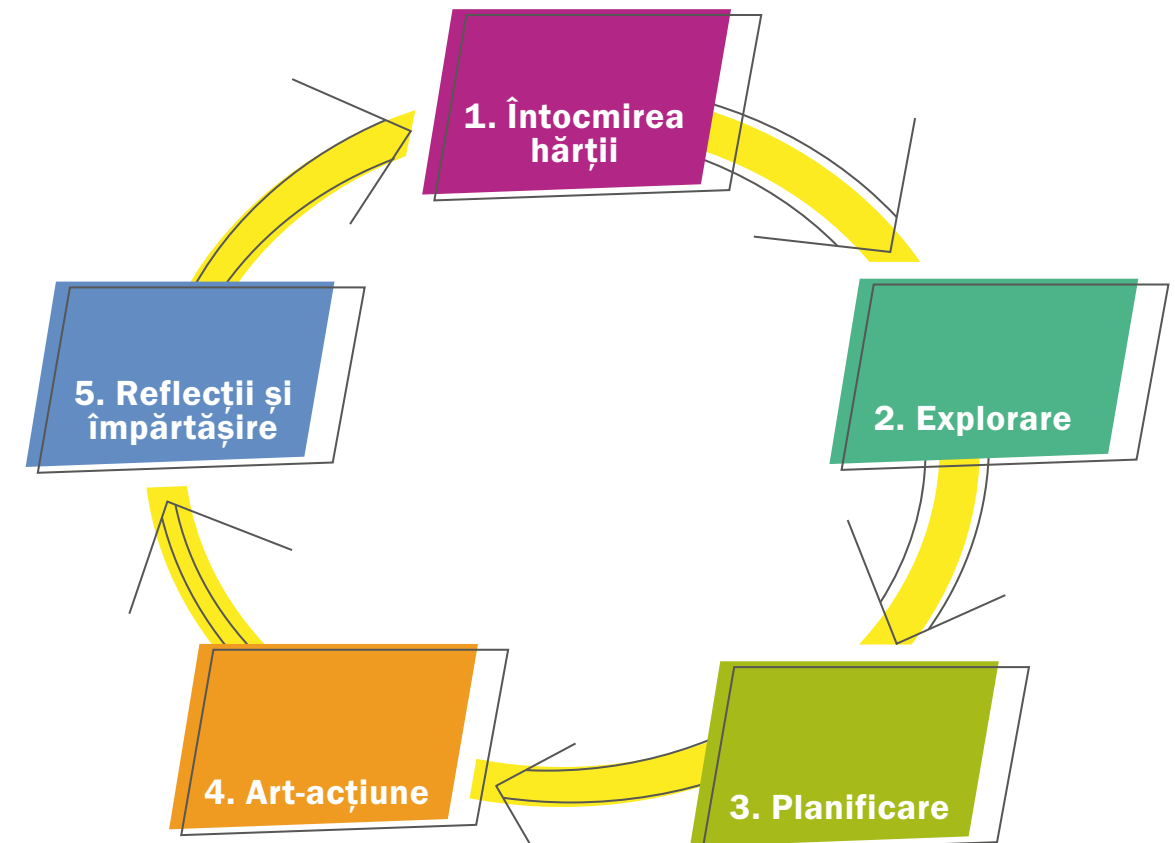
Exemple de art-acțiuni și provocări abordate

- Scrieți și montați o piesă de teatru pentru a împărtăși comunității ce înseamnă să fii tânăr, abordând provocările cu care se confruntă tinerii.
- Stabiliți legătura cu un artist local pentru a învăța dansul tradițional și a monta un spectacol în comunitate, abordând problema dispariției formelor de artă tradițională.
- Creați o grădină comunitară pentru a cultiva împreună produse alimentare și a o decora cu artă publică, abordând problema lipsei accesului la alimente de calitate și lipsa artei publice în comunitate.
- Creați un blog pentru a vă împărtăși lucrările de artă, poveștile și cântecele cu publicul, abordând problema lipsei atenției față de vocile tinerilor din comunitate, la nivel național și internațional.

Puteți apoi să planificați cum să vă împărtășiți gândurile și ideile cu comunitatea și/sau întreaga lume și să celebrați împreună succesul.

Lucrând cu adultul aliat, discutați despre posibilele etape următoare după încheierea proiectului.

Mai jos sunt prezentate, schematic, etapele cercetării privind acțiuni participative bazată pe arte YouCreate:



Care sunt principiile cheie ale cercetării privind acțiunile participative YouCreate?

Fiecare proces de cercetare privind acțiunile participative este diferit, în dependență de locul unde este implementat, cine sunt persoanele implicate și care sunt scopurile și obiectivele procesului. Pentru cercetarea privind acțiunile participative YouCreate sunt importante următoarele principii:¹

Abordarea YouCreate

Bază pe artă. YouCreate va folosi artele și activități creative pentru a-i implica pe tineri în reflecții despre lumea lor, precum și pentru a-i face să utilizeze artele ca mijloc de realizare a art-acțiunilor sau a ideilor axate pe schimbarea socială pozitivă.

Bază pe punctele forte. Valorificați punctele forte care există printre tineri, în familiile lor și în comunitățile mai largi, cum ar fi familiile iubitoare, cunoașterea cântecelor tradiționale sau un parc local, ori o întreprindere susținătoare la nivel local. Prin explorarea punctelor forte, tinerii pot susține și dezvolta proiectele lor de art-acțiuni.

Participare semnificativă. Participarea semnificativă a tinerilor este esențială pentru întregul proces. După ce ați urmat instruirea în calitate de tineri agenți ai schimbării, veți avea sarcina de a încuraja tinerii din grupul vostru să participe, să-și împărtășească gândurile, ideile și să lucreze împreună pentru a construi un proiect bazat pe arte. Veți avea nevoie de o anumită practică pentru a încuraja participarea egală a tuturor tinerilor din grupul vostru. Construind încredere și respect în cadrul grupului și respectând activitățile prevăzute în art-kit, veți urma calea cea bună.

Incluziune. Oricine este binevenit în YouCreate. De fapt, diferențele noastre de cultură, etnie, rasă, religie, vârstă, sex sau abilități suplimentează combinația bogată de experiențe și poate crea uimitoare oportunități de învățare și artă frumoasă.

Principii pentru realizarea acestei abordări

Flexibilitate. Renunțați la procedurile stricte de planificare a proiectului care urmăresc controlul procesului sau al rezultatelor. Permiteți proiectului să se dezvolte și oferiți-i flexibilitate pentru a reacționa la oportunități atunci când apar.

¹ Adaptat în baza:

- Currie, V., & Heykoop, C. (2011). CPP Circle of Rights Workbook Series: Reflective Planning for Social Change. Victoria, BC: International Institute for Child Rights and Development. Retrieved from http://www.iicrd.org/sites/default/files/resources/Circle_of_Rights_Workbook- CPP_2011.pdf
- Smith, L., Bratini, L., Chambers, D.-A., Jensen, R. V., & Romero, L. (2010). Between idealism and reality: Meeting the challenges of participatory action research. *Action Research*, 8 (4), 407–425. <https://doi.org/10.1177/1476750310366043>
- Kim, J. (2016). Critical Social Work Youth Involvement in Participatory Action Research (PAR): Challenges and Barriers *Critical Social Work* 17 (1). *Critical Social Work*, 17 (1). Retrieved from http://www1.uwindsor.ca/criticalsocialwork/youth_involvement.

Parteneriate egale. Tinerii vor fi liderii acestui proiect. Tinerii agenți ai schimbării, aliații voștri adulți și tinerii cu care lucrați vor colabora în cadrul unui parteneriat pe tot parcursul procesului.

Echipă. Egalitatea, încrederea și comunicarea deschisă vor contribui mult la crearea unei echipe puternice. Pentru a crește o echipă puternică, încercați să mențineți același grup de tineri implicați pe tot parcursul procesului. Dacă unii tineri trebuie să părăsească grupul, lucrați cu adultul aliat pentru a identifica noi tineri participanți.

Încredere. Consacrați timp pentru a dezvolta încrederea între tinerii participanți, tinerii agenți ai schimbării și adulții aliați. Acest lucru este extrem de important pentru succesul proiectului.

Comunicare deschisă. Stabiliți limite pentru comunicarea respectuoasă între membrii grupului. Rezervați timp pentru planificare, discuții de analiză și reflecții.

Confidențialitate. Întrucât tinerii ar putea povesti istorii personale în cadrul proiectului:

- încurajați-i să nu împărtășească în afara grupului ceea ce aud;
- reamintiți-le participanților să păstreze secretul informațiilor personale;
- spuneți-le că nicio informație colectată în proiect nu va fi atribuită numelui lor;
- informați-i, de asemenea, dacă împărtășesc informații care îi pun în pericol pe ei sau pe semenii lor, va trebui să-i urmăriți îndeaproape, împreună cu un adult de încredere, care îi poate susține pentru a fi în siguranță;
- rugați adultul aliat să vă ajute să faceți referire la Politica de protecție a copilului a Tdh.

Rolul și responsabilitățile tinerilor. Este important să recunoaștem angajamentele tinerilor participanți, cum ar fi cele de la școală sau de acasă și să-i ajutăm să se implice în YouCreate, îndeplinindu-și în continuare responsabilitățile respective.

Fiți gata să reacționați în orice moment la ideile de art-acțiuni. Dacă la începutul procesului apare o idee de o art-acțiune simplă, este bine s-o implementați, pentru ca tinerii să poată vedea imediat beneficiile procesului de art-acțiune.

De exemplu, dacă la sfârșitul activității de definire a viziunii tinerii doresc să facă un tablou mural pe un perete al Centrului de tineret din comunitate pentru a reprezenta viziunea, ați putea face acest lucru imediat, pentru a genera un avânt și emoții în cadrul echipei.

Distracție și amuzament. Țineți cont că sunteți într-o călătorie distractivă împreună, așa că rezervați-vă timp pentru a vă bucura unii de alții într-un mediu relaxant, râdeți și celebrați împreună.

1.4 Sfaturi pentru a fi un tânăr agent al schimbării

În calitate de tineri agenți ai schimbării veți avea două roluri importante: facilitarea și luarea de notițe

Cel mai important sfat pentru a fi tânăr agent al schimbării este să lucrați în echipă cu co-facilitatorul. Fiecare grup va avea doi tineri agenți ai schimbării, unul dintre care va facilita, iar celălalt va lua notițe și va acorda ajutor când va fi nevoie. Ați putea juca aceste roluri pe rând, deoarece ambele sunt foarte importante și vă vor ajuta să dobândiți noi competențe.

Practicați un leadership și o facilitare puternică

- Facilitatorul este ascultător și ghid.
- Este sarcina voastră de a ajuta tinerii să se simtă confortabil să participe la toate activitățile.
- Concentrați-vă pe dezvoltarea spiritului de echipă al grupului de tineri, asigurându-vă că fiecare tânăr se simte respectat și implicat.

Efectuați cu minuțiozitate luarea de notițe

Luând notițe, colectați și înregistrați detaliat ideile tinerilor (prin notițe scrise sau înregistrare audio).

Oferiți feedback

- Vei conduce ședințele împreună cu un co-facilitator (împărțind rolurile de facilitare și de luare de notițe).
- La sfârșitul fiecărei activități, cereți unul de la altul un feedback constructiv pentru a vă îmbunătăți performanța.

- Împărtășiți ce a funcționat bine și de ce. Apoi, rezervați timp pentru a discuta despre ce poate fi îmbunătățit pe viitor și *cum*.

Adică, un feedback *de consolidare* (îi ajută pe tineri să vadă comportamentele lor pozitive și modul în care contribuie la succes) și *corectiv* (îi ajută să vadă comportamentele pe care le pot schimba pentru a învăța și a crește).

- Când transmiteți feedback, concentrați-vă pe comportament, nu pe persoană. Fiți concreți pentru a susține creșterea!

De exemplu:

Feedback pozitiv	Feedback constructiv
„Ai avut un contact vizual puternic și ai încuviințat cu capul în timp ce ascultai participanții. Ca rezultat, participanții se aplecau să asculte și se simțeau auziți când vorbeau. Pe viitor, poți continua să utilizezi limbajul corporal ca suport în facilitarea pe care o efectuezi”.	„Am observat că, în timpul activității, ai întors spatele către participanți de câteva ori și vorbeai încet. În rezultat, participanții au spus că nu te pot auzi, iar unii au început să se agite și să discute între ei. Pe viitor, ar fi bine să stai cu fața spre participanți și să te asiguri că vocea ta și tehnicile excelente de facilitare pot fi auzite”.

Recunoașteți succesele!

Rezervați timp pentru a pune în valoare propriile puncte forte și pe cele ale tinerilor. Găsiți modalități de a face oamenii să se simtă speciali și apreciați.



1.5 Sfaturi pentru facilitare

Susținerea participării semnificative a celorlalți tineri ține atât de proces, cât și de rezultatul final. Iată câteva sfaturi despre cum să construiți relații și să lucrați cu semenii². Pentru a fi un bun facilitator, este nevoie să:

Construiți relații

- **Utilizați o abordare pozitivă.** Fiți pozitivi și energici.
- **Fiți un model.** Acționați pozitiv. Împărtășiți valori sănătoase pe care le pot însuși și alți tineri. Ghidați-i pe tineri, dar nu-i direcționați și nu vă impuneți opinia.
- **Construiți relații.** Ajutați-i pe tineri să se simtă apreciați și respectați. Creați spații de încredere, folosind activități precum *Cercul încrederii* (vedeți Activitatea 1). Fiți sensibili și sinceri.
- **Fiți răbdători și flexibili.** Lucrurile nu merg întotdeauna așa cum au fost planificate!
- **Fiți pregătiți cu idei și activități de rezervă.** „Planurile nu înseamnă nimic, planificarea este totul”. Fiți pregătiți ca lucrurile să nu meargă la fel de bine precum le-ați planificat. Dacă o activitate deviază, încercați s-o readuceți ușor în albia sa – nu uitați de simțul umorului și că este important să ascultați ce vă spun tinerii!

Ascultați și vorbiți cu tinerii

- **Ascultați activ.** Rezervați suficient timp și ascultați cu atenție tinerii și poveștile lor. Asigurați-vă că ascultați atent și nu doar așteptați să vă vină rândul să vorbiți. Ascultați ce spun tinerii, dar și ceea ce nu spun ei. Tăcerea și limbajul corporal spun foarte multe.
- **Tratați-i pe tineri cu respect.** Așezați-vă împreună cu tinerii în timpul activităților, puneți întrebări și aflați cum văd ei lucrurile și cum interacționează cu comunitățile lor.

² Adaptat din Currie and Heykoop, 2011.

- **Acordați atenție limbajului corporal.** Urmăriți limbajul corporal (de exemplu, persoana este agitată, gălăgioasă sau agresivă, ori foarte timidă sau liniștită). Căutați indicii despre cum se simt tinerii în timpul activităților.
- **Reflectați asupra propriilor atitudini.** Toți avem o viziune despre cum și de ce sunt lucrurile într-un anumit fel, în baza experiențelor de viață și a culturii noastre. Țineți cont de faptul că propria experiență va afecta modul în care veți înțelege istoriile celorlalți.

Puneți întrebările potrivite

- **Puneți întrebări deschise.** Întrebările deschise sunt cele, la care nu putem răspunde cu „da” sau „nu”.
Un exemplu de întrebare închisă este: *„Au fetele mai puține oportunități pentru activități creative decât băieții?”* O întrebare deschisă ar fi: *„Cum diferă implicarea fetelor în arte și activități creative față de cea a băieților?”*
- **Evitați să puneți întrebări sugestive.** Întrebările sugestive conțin răspunsul la întrebare și nu le oferă tinerilor o alegere în răspunsul lor.
Un exemplu de întrebare sugestivă ar fi: *„Când aveți timp liber, este sportul mai important pentru voi decât artele sau activitățile creative?”* O întrebare nesugestivă ar fi: *„Ce tip de activități vă place să faceți în timpul liber?”*
- **Confirmați faptul că nu există un răspuns corect sau greșit.** Încurajați-i pe tineri să-și exprime liber opiniile și sentimentele, fără a da aprecieri.
- **Folosiți cercetarea.** Cercetarea înseamnă să puneți delicat întrebări pentru a afla mai multe detalii în baza primei întrebări. Acest lucru este util pentru a afla mai multe despre ce gândește un participant.
Întrebări utile pentru cercetare sunt: *„Îmi puteți spune mai multe despre asta?”*, *„De ce credeți că este așa?”*, *„Ați menționat că vă place chitara, de ce anume?”*.
- **Utilizați mesaje de ghidare.** Mesajele de ghidare sunt expresii sau cuvinte care încurajează un participant în timpul povestirii sale.
Sunete precum „uh, ah” arată că sunteți interesat, ascultați activ și încurajați participantul să continue.
Asigurați-vă că nu folosiți cuvinte/expresii, cum ar fi „corect”, „perfect”, „ați făcut bine” sau „asta este o idee grozavă”, care sugerează că aveți o părere despre răspunsul lor. Rolul vostru este de a facilita un proces pentru ca ei să-și împărtășească povestea fără vreo apreciere din partea voastră. Găsiți mesaje frecvente de ghidare în zona în care veți lucra.
- **Utilizați repetiția.** Repetând ultimul cuvânt sau expresie spusă de un participant, îi confirmați, astfel, că-l ascultați și-l încurajați să spună mai multe.
- **Evitați redactarea și exprimarea opiniei.** Evitați să adăugați comentarii sau întrebări care vă arată gândurile sau opiniile despre subiectul respectiv.

- **Puneți întrebări de bază.** Întrebările de bază vă pot ajuta să explorați mai profund un subiect. Vă ajută să lăsați deoparte orice idei sau judecăți proprii și să învățați de la tineri.

Din acest punct de vedere, îl vedeți pe participant ca fiind „expertul” în materie. De exemplu: *Ce crezi despre asta? Cum te face acest fapt să te simți? Ai dori să spui mai multe despre asta?*

Susțineți diversitatea comportamentelor

- **Fiți răbdători.** Manifestați răbdare și empatie față de tineri.
- **Manifestați respect.** Arătați respect pentru opiniile tinerilor, chiar dacă nu sunteți de acord.
- **Oferiți-le tinerilor oportunități speciale.** Dacă un tânăr este neliniștit sau se comportă urât, dați-i o sarcină specială, de exemplu, să scrie pe flipchart, astfel încât să se simtă recunoscut și apreciat.
- **Explorați preocupările tinerilor.** Oferiți-le tinerilor spațiu pentru a-și exprima preocupările, inclusiv referitoare la proiect, pentru că astfel puteți obține informații valoroase.
- **Dacă un participant manifestă rezistență sau este nereceptiv,** permiteți-i să stea în propriul spațiu și să reflecteze. Creați un spațiu confortabil să simtă că se poate alătura activității oricând. Dacă vă pare potrivit, puneți-i câteva întrebări despre viața sa sau un alt subiect care să-l ajute să se relaxeze, apoi să revină la activitate.

Susțineți grupul

- **Implicați tineri de toate vârstele.** În dependență de intervalul de vârstă din grup, poate fi necesar să faceți mici schimbări în activități, astfel încât acestea să răspundă necesităților tuturor.
De exemplu, veți utiliza alte cuvinte și idei pentru a explica ceva unui tânăr de 14 ani, decât unui tânăr de 18 ani. Asigurați-vă că-i implicați pe toți.
- **Fiți incluzivi.** Găsiți modalități de a ajusta facilitarea, astfel încât toți tinerii prezenți să poată participa. Acordați o atenție deosebită tinerilor cu abilități fizice sau mentale speciale. Niciodată nu forțați pe cineva să participe. Incluziunea începe prin a ne asigura că spațiul este accesibil pentru toți și că fiecare poate realiza activitățile.
- **Responsabilizați oamenii.** Nu vă fie teamă să faceți oamenii responsabili pentru comportamentele lor. Stabiliți din start reguli de bază pentru toți într-un *Acord comun*, pe care vă asumați să le respectați și la care puteți face referire (a se vedea Secțiunea *Planificare și Pregătire* pentru mai multe detalii).

Fiți fermi, dar respectuoși și creați oportunități de a discuta orice probleme în afara grupului.

- **Confidențialitatea este importantă.** Explicați-le tinerilor că viața lor privată este extrem de importantă. Cercetarea va fi confidențială, numele tinerilor nu vor fi comunicate nimănui. Este important ca grupul de tineri să respecte viața privată a celorlalți și să nu povestească în afara grupului ce au auzit de la alții. Spuneți-le tinerilor că, deși majoritatea lucrurilor sunt confidențiale, dacă vă vor spune ceva sau dacă bănușiți că li se întâmplă ceva care le pune viața în pericol, veți colabora cu ei pentru a găsi pe cineva care să le ofere ajutor.
- **Încurajați gândirea critică.** Pentru tineri, aceasta este o oportunitate de a se gândi diferit la viața lor, de a pune întrebări și de a explora posibilitățile într-un mod inofensiv.
- **Simțiți-vă confortabil în situațiile neconfortabile.** Schimbarea poate aduce adesea sentimente de disconfort și confuzie. Recunoașteți aceste momente și faceți o pauză.
- **Învățați din greșeli.** Cu toții facem greșeli. Încercați să vedeți greșelile ca pe niște oportunități de învățare. Fiți sinceri cu tinerii din grupul vostru când comiteți greșeli, ca o modalitate de a modela rolul cum învățăm din ceea ce nu merge bine.
- **Țineți cont de dinamica puterii.** Fiți conștienți că, în virtutea vârstei, funcției, clasei, culturii, religiei sau a sexului, este posibil să fiți într-o poziție de putere, iar acest lucru poate avea un impact asupra modului în care reacționează tinerii.
- **Identificați suport extern.** Consultați-vă cu adultul aliat pentru a afla cine sunt persoanele de suport (de exemplu, consilieri, lucrători din domeniul sănătății) pentru tinerii care ar putea avea nevoie de ajutor pentru a aborda mai bine problemele. Fiți sinceri și expliciti cu privire la suportul pe care îl puteți și pe care nu-l puteți oferi tinerilor și informați-i despre alte persoane resursă care le pot fi de ajutor.

Lucrul cu tinerii asupra subiectelor sensibile

Acest proiect explorează modul în care putem colabora pentru a contribui la starea de bine a tinerilor. Ori de câte ori explorăm ce ne ajută să ne simțim bine, deschidem și discuții despre ceea ce nu ne ajută. Nu ne dorim ca tânărul să simtă că punem întrebări directe despre viața sa sau că-i cerem să povestească ceva ce nu dorește.

Sugestii pentru facilitarea discuțiilor sensibile

- Puneți întrebări care folosesc situații imaginare și explorează modul tinerilor de a înțelege experiențele curente din comunitățile lor.
De exemplu, ce tipuri de lucruri fac ca tinerii să se simtă bine în comunitatea voastră?

- Urmăriți indiciile non-verbale ale persoanelor și opriți discuția dacă un participant devine indispus.
- Așezați-vă lângă persoana indispusă și ascultați-o cu compasiune.
- Lucrați împreună cu co-facilitatorul și cu adultul aliat pentru a urmări un tânăr care prezintă semne de întristare în timpul unei activități.
- Țineți minte să conectați tinerii cu alte persoane de suport, cum ar fi psihologi sau alți specialiști. Puteți nota numele specialistului pe o hârtie de flipchart, în cazul în care tinerii doresc să apeleze în mod independent sau poate fi necesar să contactați persoana respectivă și s-o rugați să stabilească legătura cu tânărul.
- Discutați cu adultul aliat pentru a vă asigura că ați citit și ați înțeles *Politica de protecție a copilului* a Tdh și responsabilitățile voastre pentru asigurarea securității tinerilor.

Sugestie – exercițiu:

facilitator bun/facilitator rău, practici pentru tinerii agenți ai schimbării

Pentru a acumula puțină practică și a vă distra, jucați, pe rând, o scenetă despre un „facilitator rău”. Unul dintre tinerii agenți ai schimbării va juca rolul unui facilitator rău (de exemplu, nu-i ascultă pe alții când vorbesc, se consideră superior tinerilor participanți). Ulterior, discutați despre ce ar fi putut face mai bine „facilitatorul rău”. Toți tinerii agenți ai schimbării pot practica, pe rând, atât facilitarea inefficientă, cât și cea eficientă. Asigurați-vă că faceți totul într-un mod simplu și distractiv.

1.6 Sfaturi pentru luarea de notițe

Înainte de activități

Treceți în revistă programul zilei și obiectivele activității împreună cu co-liderul de tineret și aliatul adult. Discutați despre eventualele modificări necesare. Va trebui să vă adaptați notițele la obiectivele zilei.³

În timpul activităților

Luăți notițe detaliate și exacte. Acordați atenție la ceea ce este important pentru grup. Cum aflați ce este important?

- **Notați punctele principale.** Când un tânăr răspunde la o întrebare, notați punctele principale.
- **Notați cuvinte, expresii sau citate memorabile.** Notați expresii și citate care sunt cu adevărat importante și care se referă la obiectivele activității și expresiile utilizate de tineret.
- **Colectați istorii sau exemple.** Istoriile și exemplele oferă o idee despre modul în care semenii voștri percep lumea lor.
- **Identificați temele care sunt menționate periodic.** Dacă mai multe persoane spun același lucru, asigurați-vă că notați de câte ori l-ați auzit și specificați toate diferențele minore pe care le-ați auzit.

De exemplu, dacă mulți tineri vă spun că petrecerea timpului jucându-se cu prietenii îi face să se simtă bine, notați de câte ori ați auzit acest lucru și, posibil, diferențele în tipurile de activități care le place să le facă cu prietenii lor.

- **Repetarea.** Notați cuvintele cheie sau expresiile care se repetă.
- **Identificați întrebările cheie puse.**
- **Notați limbajul corporal sau indiciile non-verbale.** Aceste indicii non-verbale vă pot spune câte ceva despre ce gândește/simte participantul. De exemplu,

³ Adaptat după Currie și Heykoop, 2011.



dacă persoana nu vă privește în ochi sau stă aplecată, probabil se simte inconfortabil. Este important să știți ce indicii există în contextul vostru cultural.

Există 3 modalități de luare de notițe pe care le puteți utiliza pentru a ajuta la accelerarea procesului.

- **Notițele curente:** o modalitate de a nota aproape mot-a-mot ceea ce se spune.
- **Însemnări:** notarea cuvintelor și expresiilor cheie care vă vor împărtăși memoria atunci când veți scrie istoriile în întregime mai târziu (țineți minte să citiți notițele voastre în fiecare seară și să adăugați elemente suplimentare dacă utilizați această abordare).
- **Categorii:** includeți punctele principale, punctele conexe și exemple.

Rețineți că, indiferent de modalitatea voastră de luare a notițelor, va trebui să le transcrieți în **Formularul de documentare a activității din Anexa 1**, așa că utilizați metoda care vi se potrivește cel mai bine.

Sugestie importantă:

Cu cât mai devreme veți transcrie notițele, cu atât va fi mai ușor să vă amintiți detaliile.

S-ar putea să vă fie greu să o faceți la sfârșitul unei activități, dar va fi mult mai ușor decât dacă încercați s-o faceți peste câteva zile.

Sugestie – exercițiu:

Practicarea luării de notițe de către tineri agenți ai schimbării.

Luarea de notițe este o abilitate, așa că este bine să exersați. Găsiți-vă în partener, luați două scaune și așezați-vă față în față. Decideți cine va lua notițe și cine va fi un fotbalist celebru sau o altă celebritate, la alegere.

Celebritatea va răspunde, timp de un minut, la următoarea întrebare: „Cum vă pregătiți înainte de un meci sau de un spectacol de anvergură?”

Persoana care ia notițe va nota pe durata întregului minut, apoi îi va comunica partenerului ce a notat. „Celebritatea” va oferi un feedback constructiv despre notițe.

Apoi, puteți schimba rolurile, astfel încât ambii parteneri să aibă posibilitatea de a practica luarea de notițe.

Formulare de colectare a datelor

După activități va trebui să transcrieți notițele în caiet. Majoritatea activităților le veți înregistra în Formularul de documentare a activității din Anexa 1: *Formulare de documentare a activității*. Pentru alte activități, veți utiliza formularele din Anexele 2, 3, 4, 5, 6. Asigurați-vă că înregistrați fiecare activitate, prin urmare, informați-vă ce formular trebuie să completați.

Jurnal de reflecții

Jurnalul de reflecții vă ajută să formulați sau să vă scrieți ideile despre cum vă simțiți și despre ceea ce învățați pe parcursul acestui proces de transformare. Puteți utiliza jurnalul pentru a reflecta după fiecare activitate. Acest spațiu de jurnal este pentru voi, personal și nu-l veți împărtăși cu nimeni altcineva. De asemenea, puteți utiliza spațiul jurnalului oricând veți dori, atunci când aveți un moment de „aha!”, o preocupare, o idee nouă sau alte reflecții. De asemenea jurnalele sunt menite să fie spații de reflecții asupra ideilor, la care puteți reveni pe tot parcursul proiectului. Este o modalitate foarte bună de a vedea cât de multe ați învățat de-a lungul proiectului. Vă rugăm să consultați **Anexa 8: Jurnal de reflecții**.



1.7 Planificare și pregătire

În calitate de lider de tineret, aveți un rol important. Iată câteva sfaturi utile pentru a vă ajuta să vă simțiți confortabil și încrezător când planificați, conduceți și monitorizați activitățile.

Înainte de activități: planificați și pregătiți-vă

1. **Echipa.** Vorbiți cu adultul aliat despre tinerii care au fost invitați să facă parte din grupul vostru de tineri.
2. **Selectați ora, data și locația** pentru activitatea voastră, împreună cu adultul aliat, care vor corespunde necesităților persoanelor pe care le invitați.
3. **Stabiliți un program.** Folosind activitățile din art-kit și orice alte elemente pe care doriți să le adăugați, stabiliți un program. Notați ora la care va începe și se va termina activitatea. Puteți fixa o oră stabilă pentru întruniri, astfel încât să fie ușor pentru toți să și-o amintească.
4. **Întâlniți-vă cu echipa (2 tineri agenți ai schimbării și 2 adulți aliați).** Revizuiți activitatea, discutați despre roluri și responsabilități, decideți ce jocuri sau alte exerciții de energizare veți utiliza pentru a menține activ grupul de tineri participanți și asigurați-vă că aveți materialele necesare.
5. **Pregătiți locația.** Faceți ca sala/spațiul să fie distractiv, sigur, liniștit și susținător. Puteți posta un semn de bun venit, imprima fotografii din comunitate sau adăuga alte elemente care îi ajută pe semenii voștri să se simtă bineveniți. Discutați cu adultul aliat pentru a vedea dacă este posibil să aveți niște gustări în caz că activitatea va dura mai mult de câteva ore. Aceasta indică că le respectați timpul tinerilor și contribuie la consolidarea comunității.
6. **Stabiliți o listă de verificare.** Faceți o listă de verificare a materialelor pe care va trebui să le aduceți și a lucrurilor pe care va trebui să le faceți înainte de activitate. Discutați în prealabil cu adultul aliat care este responsabil de colectarea materialelor.
7. **Identificați o persoană de suport pentru tineri.** Întrebați-l pe adultul aliat cine va fi disponibil pentru a susține membrii grupului de tineri, în caz că cineva va avea nevoie de suport emoțional suplimentar. Persoana respectivă poate fi psiholog sau alt specialist ce poate oferi suport psihosocial, dar nu trebuie să fie direct implicată în facilitarea activității. Asigurați disponibilitatea informațiilor de contact ale acestei persoane și afișați-le în timpul fiecărei activități.

8. **Pregătiți-vă mental.** Fiți prezenți emoțional și disponibili să vă implicați în activitățile cu tinerii și pentru a asculta bine.

În timpul activităților

1. **Veniți mai devreme.** Veniți înaintea tinerilor, astfel încât să puteți organiza spațiul și să vă ocupați de toate detaliile de ultim moment.
2. **Urați-le tuturor bun venit.** Mulțumiți-le tuturor pentru prezență. Prezentați-vă și explicați-le că sunteți acolo pentru a lucra cu tinerii asupra unui proiect bazat pe arte, care începe cu explorarea unora dintre punctele forte și provocările din viața lor prin intermediul unui proiect de arte condus de tineri. Explicați activitatea specifică pe care o veți facilita în ziua respectivă.
3. **Facilitați prezentările.** Dacă tinerii se întâlnesc ca grup pentru prima dată, rezervați timp pentru prezentări. Puteți utiliza orice modalitate creativă și distractivă pentru desfășurarea prezentărilor.
4. **Stabiliți un acord comunitar.**
Lucrați cu tinerii pentru a elabora un acord, pentru a stabili instrucțiuni privind modul în care fiecare dorește să lucreze cu ceilalți. Este posibil să fie nevoie de îndemnuri și de ghidare cu idei suplimentare.
Asigurați-vă că afișați acordul într-un loc vizibil pentru toată lumea și rugați-i pe toți să-l semneze. Vă rugăm să consultați caseta pentru unele idei.
5. **Urmăriți nivelul de dispoziție din sală.** Discutarea sau conștientizarea provocărilor cu care se confruntă tinerii în viața lor de zi cu zi poate fi deprimantă și copleșitoare. În asemenea momente, le puteți aminti tinerilor despre lucrurile bune din familiile și comunitățile lor și/sau vă puteți opri pentru a face un joc cu scop de relaxare.
6. **Diversitatea și creativitatea sunt bine-venite.** Susțineți și respectați diferențele din sală și creați un spațiu sigur pentru fiecare.
7. **Discutați pașii următori.** Fiți întotdeauna gata să vorbiți despre următorii pași din călătoria YouCreate și să răspundeți la orice întrebare pe care ar putea-o avea tinerii.

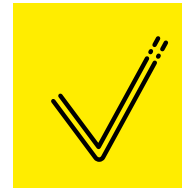
Exemplu de acord comunitar:

- Ascultați oamenii când vorbesc.
- Setați telefonul mobil pe modul silențios în timpul activităților.
- Tratați-i pe toți în mod egal.
- Susțineți-vă reciproc.
- Distrăți-vă!

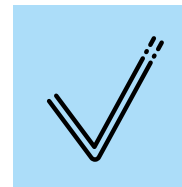


II. Pilonii bunăstării

În cadrul acestui capitol vom:



învăța ce este bunăstarea și importanța acesteia;



cunoaște pilonii bunăstării;



înțelege cum se integrează pilonii bunăstării în YouCreate.

2.1 Cinci piloni ai bunăstării

La baza YouCreate se află *Pilonii bunăstării*. Aceștia au fost elaborați pentru a înțelege mai bine modul în care oamenii își mențin starea de bine – sau bunăstarea – chiar și atunci când trec prin experiențe de viață dificile. Cercetătorii au identificat 5 piloni ai bunăstării:

Pilonul 1: sentimentul de siguranță

A ne simți în siguranță atât din punct de vedere fizic, cât și emoțional.

Pilonul 2: sentimentul de conexiune

A ne simți conectați cu persoanele și grupurile de suport din comunitate.

Pilonul 3: sentimentul de valoare

A ne simți valoroși și cu roluri, responsabilități și identități care reflectă cine suntem, de unde venim și ce facem sau am dori să facem.

Pilonul 4: sentimentul de respect

A ne simți respectați, cu capacitatea de a face față nedreptății din viața noastră și de a avea acces la drepturile noastre.

Pilonul 5: sentimentul de speranță

A ne simți plini de speranță în viitor, cu sete de viață.

Rețineți: cei cinci piloni ai bunăstării sunt descriși separat, dar funcționează împreună, ca un tot întreg, pentru a asigura bunăstarea unei persoane.

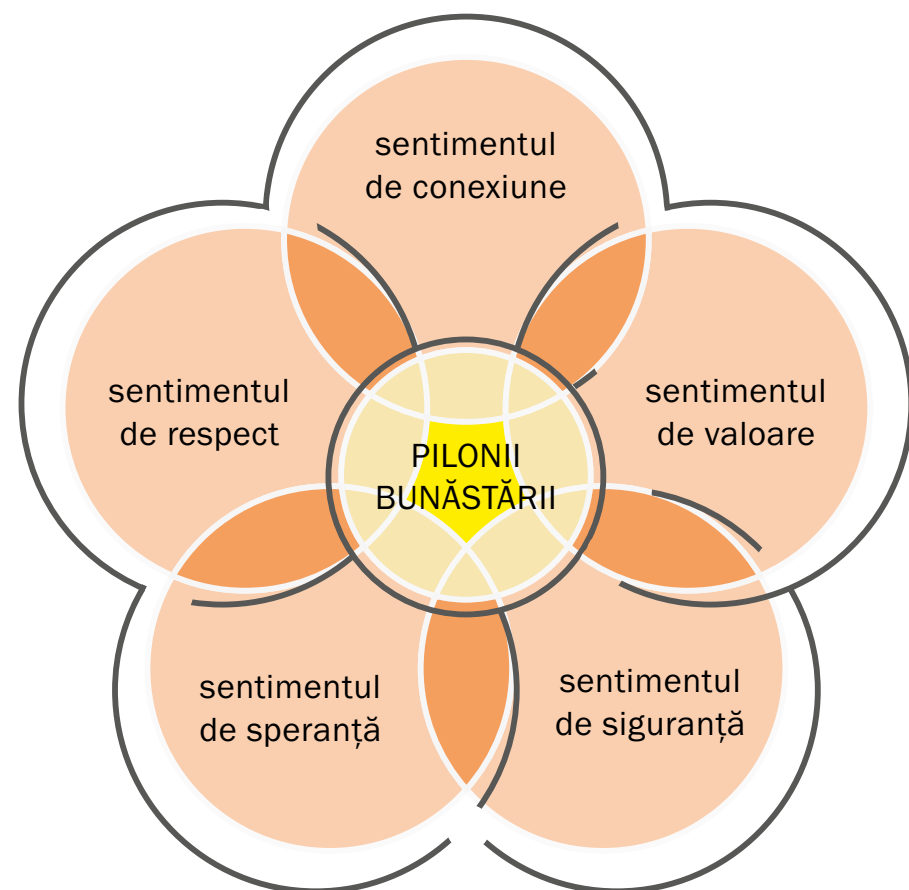
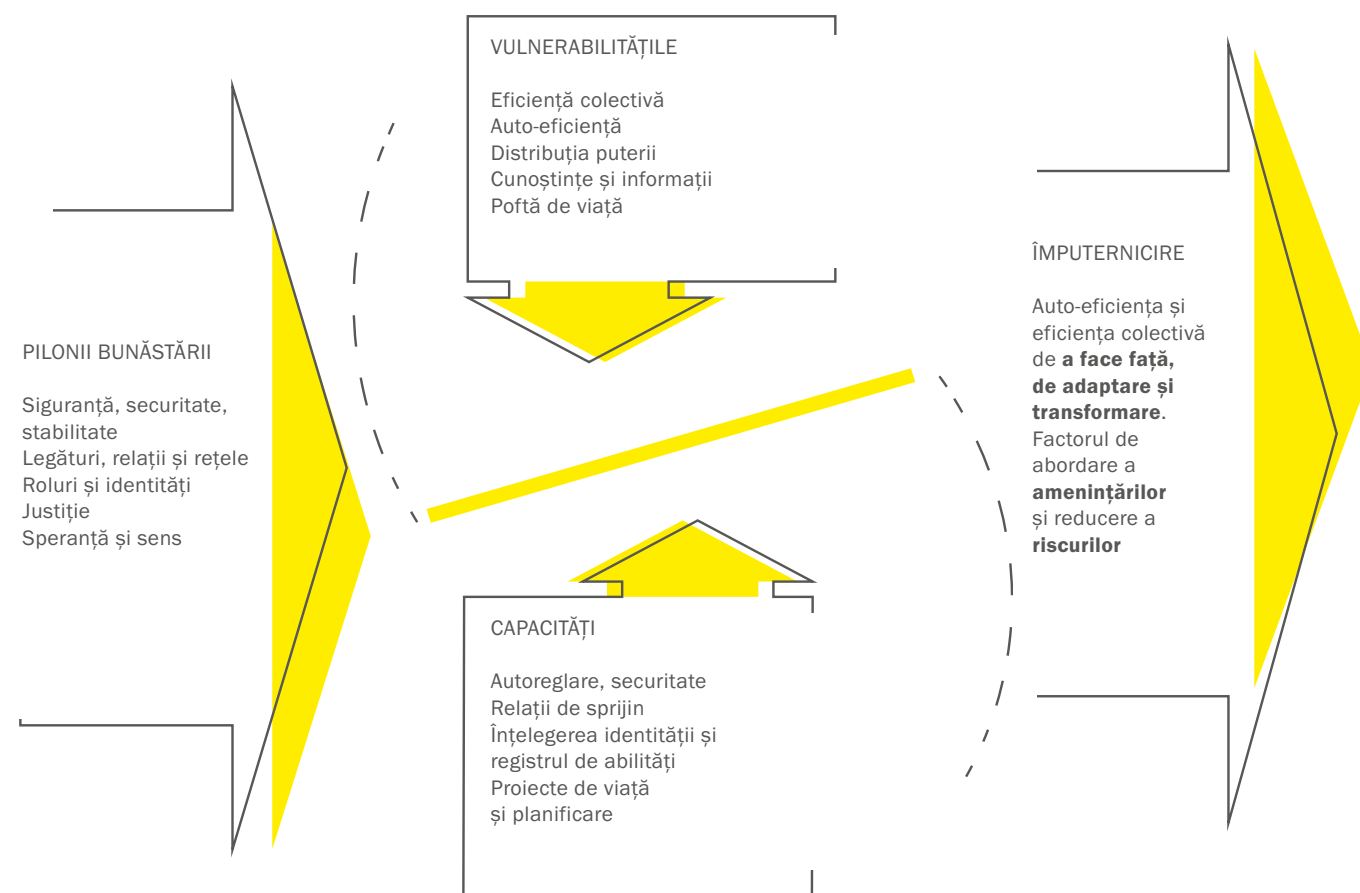
Fiecare pilon conține câteva teme importante, iar fiecare cultură are propria interpretare a acestor teme, fapt foarte important de reținut. Temele respective sunt:

- **Capacitatea.** Oportunitatea de a ne simți puternici, încrezători și având controlul asupra vieții noastre este o parte importantă a bunăstării.
- **Eficacitatea.** Oportunitatea de a avea un sentiment de control și de a ne îndeplini scopurile personale, iar pentru comunități – de a avea sentimentul de control și a-și îndeplini scopurile constituie o parte importantă a bunăstării.
- **Demnitatea.** Oportunitatea de a te respecta și de a te simți mândru constituie o parte importantă a bunăstării.

O abordare bazată pe punctele forte

O abordare bazată pe punctele forte se axează pe atuuiri, abilități și resurse pentru a face față provocărilor și a reduce vulnerabilitățile, pentru a crea schimbări sociale pozitive și a dezvolta capacitățile.

Vedeți diagrama de mai jos pentru o ilustrare a modului în care pilonii bunăstării interacționează cu punctele forte și provocările.



Cum se integrează pilonii bunăstării în YouCreate?

Din perspectiva YouCreate, analizăm modul în care arta și creativitatea pot susține bunăstarea tinerilor în cadrul fiecărui pilon. În calitate de tineri agenți ai schimbării îi veți conduce pe tineri printr-o serie de activități pentru a-i încuraja să exploreze și să urmărească bunăstarea lor pe parcursul proiectului.

În continuare vom explora pilonii bunăstării – o imagine de ansamblu mai profundă a fiecărui pilon.

Pilonul 1: Sentimentul de siguranță

Ce înseamnă să te simți în siguranță? Cum contribuie acest sentiment la bunăstarea tinerilor?

A te simți în siguranță, securitate și stabilitate este foarte important pentru bunăstarea tinerilor, precum și pentru recuperarea lor în urma experiențelor dificile.

Aceasta poate însemna atât *siguranță emoțională*, de exemplu siguranța de a-ți exprima opiniile și ideile, precum și *siguranța fizică*, cum ar fi a te simți în siguranță în mediul propriu.

Când vă simțiți în siguranță, puteți evalua provocările actuale sau viitoare.

Poate fi greu să vă simțiți în siguranță dacă ați trecut prin perioade dificile, dacă ați avut multe momente grele în viață sau trăiți într-un mediu nesigur, astfel este important să vă conectați cu oameni și activități care vă ajută să vă simțiți în siguranță și protejați.

De exemplu, dacă nu vă simțiți în siguranță în casa voastră sau în comunitate, lucrați împreună cu semenii voștri pentru a crea un spațiu de suport sigur, în care să vă puteți împărtăși sentimentele și să vă relaxați.

Pilonul 2: Sentimentul de conexiune

Ce înseamnă să te simți conectat? Cum contribuie acest sentiment la bunăstarea tinerilor?

Conexiunile cu familia, prietenii și membrii comunității sunt importante pentru bunăstarea tinerilor.

Relațiile strânse pe care le au tinerii cu membrii familiei, cu mentorii și prietenii de încredere sunt foarte importante pentru a-i ajuta să facă față provocărilor vieții.

În comunitatea mai largă, diferite persoane (de exemplu, vecini, semenii, liderii ai comunității) și grupuri (grupuri religioase, cluburi școlare, ONG-uri) au, de asemenea, un rol important în susținerea tinerilor în perioadele dificile sau atunci când se adaptează în medii noi.

Conectarea cu persoane și grupuri de suport, cum ar fi prin intermediul artelor și culturii, este importantă pentru a rămâne puternici.

Pilonul 3: Sentimentul de valoare

Ce înseamnă să te simți valoros? Cum contribuie acest sentiment la bunăstarea tinerilor?

Sentimentul de valoare este strâns legat de rolurile semnificative pe care le putem avea în viața de zi cu zi, care ne ajută să ne simțim productivi și ne dă o stare de bine.

Este important să avem roluri și responsabilități legate de cine suntem, de identitatea noastră. Fiecare dintre noi are, de asemenea, un rol de membru al societății, de cetățean sau actor social, având un rol semnificativ în conturarea lumii din jurul nostru.

De exemplu, ca tânără, poți avea un rol de fiică, soră, prietenă, angajată, studentă și/sau membră a unui grup de tineret. Fiecare dintre aceste roluri îi revin responsabilități. Responsabilitățile sunt importante pentru tineri, în special atunci când pot avea un impact pozitiv atât pentru ei, cât și pentru ceilalți.

Identitatea se referă la cine suntem ca indivizi, precum și la cultura, comunitatea și țara noastră. Conturarea unei idei clare despre cine suntem, despre identitatea noastră este o parte importantă a dezvoltării.

Cu toate acestea, atunci când mediul nostru se schimbă, aceste roluri, responsabilități și identități se schimbă uneori și ele și sunt necesare anumite ajustări în viața de zi cu zi. Rolurile, responsabilitățile și identitățile noastre ne ajută să ne modelăm înțelegerea despre noi înșine, să ne simțim capacitați, conectați, importanți și demni.

Pilonul 4: Sentimentul de respect

Ce înseamnă să te simți respectat? Cum contribuie acest sentiment la bunăstarea tinerilor?

A ne simți respectați de cei din jurul nostru, inclusiv de familia noastră, de comunitate și de țară, precum și în mediile de socializare și dincolo de limitele acestora, este important pentru bunăstarea noastră.

O parte importantă a sentimentului de respect este recunoașterea drepturilor noastre umane. Drepturile omului sunt lucrurile de bază pe care trebuie să le aibă sau să le poată realiza toți oamenii.

Există libertăți care aparțin tuturor, precum libertatea de exprimare și de a avea opinii, de a avea hrană suficientă și un loc de trai, de a avea oportunități economice și de a nu fi supuși violenței.

Copiii și tinerii din întreaga lume au drepturi speciale, cum ar fi libertatea de a fi protejați, de a participa la viața comunității, la educație, de a se juca și de a se odihni și de a avea acces la suport și tratament corect în justiție și sistemul medical. Aceste drepturi ale copilului sunt consemnate în Convenția Națiunilor Unite cu privire la drepturile copilului.

Când drepturile și libertățile noastre nu sunt respectate, este normal să ne simțim decepționați și supărați. Este important să ne dăm seama că acest lucru deseori se întâmplă din cauza sistemelor mai mari, cum ar fi politica și istoria regiunii noastre, care ne afectează viața și mai puțin din cauza a ceea ce se întâmplă la nivel personal sau familial.

Totodată, este util să recunoaștem aceste provocări și să ne reunim ca tineri pentru a vedea cum putem face schimbări pozitive în viețile noastre și în viața altora din comunitatea noastră.

Atunci când ne gândim la provocările majore în a ne exercita liber drepturile, poate fi util pentru tineri:

- a) să exploreze ce pot însemna pentru ei dreptatea și drepturile;
- b) să exploreze cauzele unora dintre aceste provocări;

- c) să găsească modalități de a participa în siguranță la activitățile care promovează drepturile copiilor și tinerilor.

Pilonul 5: Sentimentul de speranță

Ce înseamnă să te simți plin de speranță? Cum contribuie acest sentiment la bunăstarea tinerilor?

Speranța este o parte importantă a bunăstării tinerilor. Speranța înseamnă să te gândești la un viitor pentru tine, familia ta, prieteni și comunitatea ta, având o stare pozitivă sau sete de viață.

Pentru unii, speranța vine din gândurile legate de lucruri precum educația sau o casă, iar pentru alții, speranța își are rădăcinile în convingerile inspiratoare sau religioase.

Pentru fiecare există niște lucruri care-l fac să simtă speranță și să găsească un sens în perioadele dificile.

Artele creative și mișcarea vă pot ajuta să găsiți un sens în viața de zi cu zi și să vă sporiți speranța.

Pentru exemple practice de proiecte de artă care corespund pilonilor și care pot servi ca inspirație atunci când vă planificați art-acțiunea, vă rugăm să consultați **Anexa 7: Exemple din viață reală de activități bazate pe artă care susțin pilonii bunăstării.**

Acum, să începem călătoria!



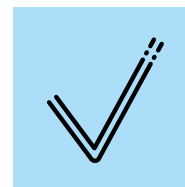


III. Activități pentru realizarea cercetării privind acțiunile participative

În cadrul acestui capitol vom:



clarifica în ce constă fiecare etapă din cadrul cercetării privind acțiunile participative;



cunoaște activitățile care pot fi realizate pentru fiecare etapă:

Etapa 1: Întocmirea hărții

Activitatea 1: Cercul încrederii

Activitatea 2: Harta comunității

Etapa 2: Explorarea

Activitatea 3: Viziunea în tablouri murale

Activitatea 4: Termometrul stării de bine

Etapa 3: Planificarea

Activitatea 5: Revizuiți constatările de la etapele de Întocmire a hărții și Explorare și stabiliți prioritățile

Activitatea 6: Arborele planificării

Activitatea 7: Creați propria hartă pentru acțiunile de artă

Etapa 4: Art-acțiune

Activitatea 8: Prezentați-vă art-acțiunile familiilor și comunității

Activitatea 9: Colaj de monitorizare

Etapa 5: Reflecții și împărtășire

Activitatea 10: Reflecții asupra Termometrului stării de bine

Activitatea 11: Tabloul mural al călătoriei pe râu

Activitatea 12: Trandafir, mugure și ghimpe

Activitatea 13: Tabloul celebrativ pe pietre

3.1 Etapa 1: Întocmirea hărții

Ce este etapa de întocmire a hărții?

Urmează să începeți o călătorie! Această călătorie necesită o hartă – o hartă care va indica punctul de plecare, punctul final și modul în care puteți ajunge acolo. Această hartă nu este încă întocmită, deoarece voi sunteți nu doar o parte importantă a călătoriei, ci chiar ghidați călătoria!

În etapa întocmirii hărții:

- veți dezvolta încrederea în cadrul grupului vostru de tineri și vă veți imagina cum ar arăta comunitatea voastră dacă artele ar fi folosite ca suport pentru bunăstarea tinerilor;
- veți explora comunitatea voastră și veți genera idei privind modul în care diverși oameni, locuri și lucruri v-ar putea fi de ajutor în acest proiect.

Tinerii agenți ai schimbării + adulții aliați

Înainte de a începe activitățile cu grupul vostru de tineri, organizați o întâlnire cu cei 2 tineri agenți ai schimbării și cu 2 adulți aliați. Veți avea, astfel, posibilitatea să vă cunoașteți, să dezvoltați încrederea în interiorul echipei de bază și să vă planificați activitățile împreună. Este foarte important să aveți o comunicare deschisă, să vă susțineți și să lucrați împreună.

Care sunt activitățile în procesul de întocmire a hărții?

În continuare vedeți lista activităților pe care le puteți desfășura cu grupul vostru de tineri la etapa de întocmire a hărții.

Activități pentru etapa Întocmirea hărții

Scop	Durata pregătirii	Durata activității	Durata ședinței de analiză și documentare	Total
Activitatea 1: Cercul încrederii				
Prezentarea proiectului YouCreate. Dezvoltarea încrederii în cadrul grupului, imaginându-vă cum ar putea arăta comunitatea voastră dacă artele ar fi folosite ca suport pentru bunăstarea tinerilor.	30 min	30 min	1 oră	2 ore
Activitatea 2: Harta comunității				
Generarea unei liste de persoane sau grupuri cheie care au impact asupra vieții de zi cu zi a tinerilor și generarea ideilor despre modul în care ar putea acestea influența proiectul.	1 oră	1 oră	1 oră	3 ore
Total	1.5 ore	1.5 ore	2 ore	5 ore



Activitatea 1: Cercul încrederii

Scop: obiectivul acestei activități este de a dezvolta încrederea în cadrul grupului, imaginându-vă cum ar putea arăta comunitatea voastră dacă artele ar fi folosite ca suport pentru bunăstarea tinerilor.¹

Arte de suport: joc și cântec, rap sau recitare.

Materiale: o funie lungă.

Timp necesar: 30 minute

Metodă:

1. Legați capetele funiei pentru a forma un cerc puternic. Verificați rezistența nodului pentru a evita accidentele.
2. Îndemnați-i pe tineri să formeze un cerc, ținând, cu brațele întinse, funia în centrul grupului.

Notă: Participanții s-ar putea simți mai confortabil dacă tinerii agenți ai schimbării și adulții aliați vor sta între fete și băieți.

3. Îndemnați-i pe tineri să se aplece spre stânga, apoi spre dreapta, pentru a verifica rezistența funiei.
4. Îndemnați-i pe tineri să încerce să se așeze toți odată, ținându-se de funie. Apoi, îndemnați-i să se ridice toți odată, producând un sunet de genul „ooiiooh” când se ridică în picioare și „ayyaahh” când se așază. Ar putea fi nevoie să exersați acest lucru de câteva ori.
5. Când tinerii sunt așezați, prezentați proiectul YouCreate. Vorbiți despre obiectivul proiectului și despre modul în care veți lucra împreună pentru a crea schimbări pozitive în viața tuturor. În timp ce vorbiți despre proiect, manifestați pozitivism și entuziasm. Răspundeți la toate întrebările tinerilor.

Scopul YouCreate: a crea un spațiu pozitiv pentru tineri, un spațiu pentru ca tinerii să-și consolideze starea de bine (bunăstarea), reziliența și sentimentul de apartenență, să-și dezvolte abilități de leadership în domeniul artelor și să susțină activ comunitățile lor.

6. Există o mulțime de exerciții/jocuri pe care le puteți încerca înainte de o acțiune colectivă, cum ar fi valul, numărul, inclusiv cu ochii închiși etc. Puteți trage puternic de o parte a funiei pentru a testa puterea grupului și pentru a le arăta tinerilor că este nevoie de întregul grup pentru a crea echilibru. Fiți creativi și țineți minte să reflectați împreună cu grupul despre cum te simți atunci când încerci ceva nou.
7. Acum îndemnați-i pe tineri să-și împărtășească gândurile despre cum ar putea arăta comunitatea lor dacă ar exista tot ce este necesar pentru a susține viața creativă (participarea la arte și cultură) și bunăstarea tinerilor. Îndemnați-i să cânte, să facă rap sau să recite pentru a-și împărtăși ideile, ținându-se, totodată, de funie. Puteți începe prin a vă expune propriile idei dacă ceilalți sunt timizi. Încurajați-i pe toți să participe, dar aveți grijă să nu forțați pe nimeni.
8. Persoana care ia notițe trebuie să se asigure că notează ideile de bază care au fost expuse în *Formularul de documentare a activității* din Anexa 1.

Sfat pentru facilitator

Cercul încrederii:

- este o activitate foarte potrivită pentru a începe și a încheia activitățile;
- este un mod eficient de a construi un sentiment de unitate și spirit de echipă;
- poate fi o activitate utilă pentru a tempera grupul când este prea multă energie în sală;
- este un loc sigur pentru discuții importante, precum:
 - importanța unității grupului și a lucrului în echipă;
 - a fi atent față de vecinul tău este important pentru succesul grupului/comunității;
 - dacă o persoană se simte supărată sau indispusă, aceasta poate rupe cercul și toți participanții trebuie să coopereze pentru a o sprijini și pentru a reechilibra grupul.

¹ Adaptat după Currie și Heykoop, 2011

Activitatea 2: Harta comunității

Scop: scopul acestei activități este de a întocmi o listă a persoanelor, grupurilor sau organizațiilor care au impact asupra vieții de zi cu zi a tinerilor și de a genera idei despre rolurile lor potențiale în YouCreate. După ce ați acumulat aceste informații, le puteți propune actorilor locali să participe la proces și/sau îi puteți informa despre activitatea voastră.²

Arte de suport: desenul și teatrul.

Materiale: coli de hârtie pentru flipchart, markere, o diagramă a ecologiei sociale a copilului (vedeți mai jos).

Timp necesar: 1 oră

Metodă:

- Scopul este de a cartografia diferite persoane și grupuri din comunitatea voastră care au un impact asupra vieții de zi cu zi a tinerilor.
De exemplu: profesori de la școală, proprietari de IT-cafe, profesori de artă teatrală, părinți, lideri publici de tineret, comunități online, etc.
Această activitate vă va ajuta să vizualizați cum percepeți lumea din jurul vostru și cine are impact asupra lumii voastre.
- Examinați, în grup, modelul de ecologie socială prezentat în Figura 1 - „Ecologia socială”.

² Adaptat după Currie și Heykoop, 2011.

nediscriminare

binele suprem
al copilului/
tânărului

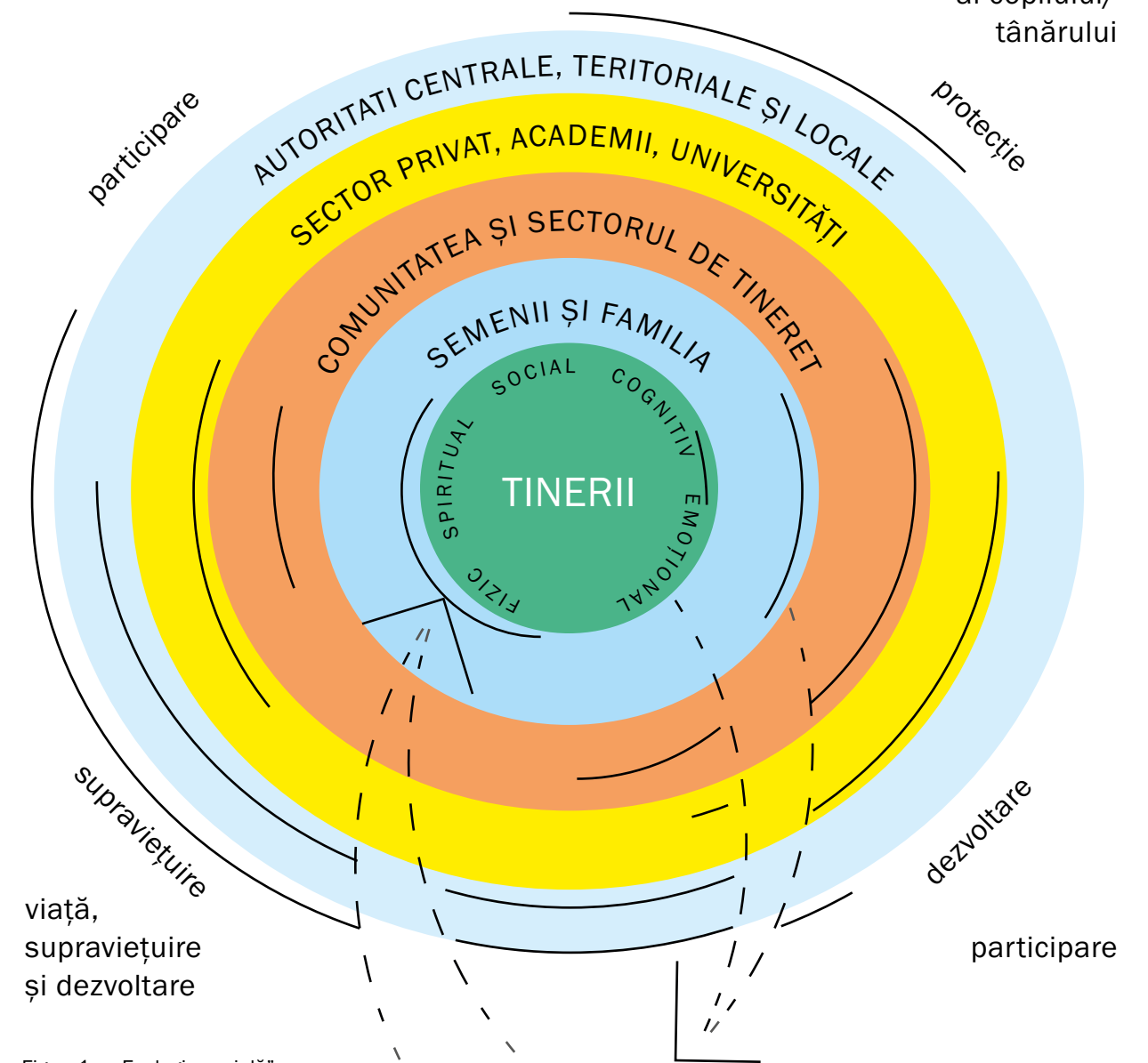


Figura1 - „Ecologia socială”

- Pe o coală de flipchart desenați o diagramă mare din cercuri concentrice, tinerii fiind plasați în centru și înconjurați de:
 - Nivelul 1. Semeni și familie
 - Nivelul 2. Comunitate
 - Nivelul 3. Mediu regional și național
 - Nivelul 4. Mediu internațional și online
 - Nivelul 5: Mediul natural
- Rezervați 10–15 minute pentru a desena/nota în această diagramă persoanele și grupurile care sunt importante la fiecare dintre nivele (de exemplu, părinții, liderii comunitari, liderii religioși, administrația locală, organizațiile locale, companii, artiști, comunități online de tineret, etc.). Acestea sunt persoanele



sau grupurile care au un rol important în bunăstarea tinerilor. Acordați o atenție specială artelor, creativității și culturii.

Lângă fiecare cerc concentric, marcați rolul potențial al persoanelor și grupurilor în YouCreate și discutați despre acest fapt (10–15 minute).

Câteva întrebări care v-ar putea fi de folos în acest proces:

- Cine sunt adulții care vor fi implicați în YouCreate și în ce mod?
- Care va fi rolul familiei în procesul YouCreate?
- Cine sunt principalii voștri susținători și ai semenilor voștri?
- Ce grupuri/organizații (ONG-uri locale și internaționale, școli, instituții religioase etc.) și persoane (angajați ai ONG-urilor, profesori, lideri comunitari și religioși, prestatori de servicii sociale) lucrează în prezent cu tinerii?
- Există în comunitate artiști sau grupuri de artă care pot fi incluse?
- Va reprezenta cineva o provocare pe care va trebui s-o abordați?

5. Împărțiți tinerii în grupuri mici, de 2–4 persoane și rugați fiecare grup să pregătească o mică scenetă prin care să reprezinte cum își imaginează stabilirea legăturii cu persoanele cheie din comunitate.

Întrebări de suport:

- Cine sunt acești oameni?
- Cum vor reacționa?
- Ce vor spune?

Acordați-le tinerilor 10 minute pentru a se pregăti și 15 minute pentru a-și prezenta scenetele.

6. Persoana care va lua notițe trebuie să se asigure că înregistrează ideile de bază în *Formularul de documentare a activității* din Anexa 1.

Moment pentru mișcare: Numele mingii

Un exemplu de activitate motrice pe care ați putea-o include:

1. Îndemnați-i pe tineri să formeze un cerc. Luați o minge și explicați-le că veți striga numele unei persoane din cerc și veți arunca mingea spre aceasta.
2. Persoana numită trebuie să prindă mingea și să spună numele dvs. Apoi va numi pe altcineva din cerc și va arunca mingea spre persoana respectivă.
3. Îndemnați-i pe participanți să mențină această activitate.
4. În timp ce mingea circulă, adăugați o altă minge în cerc, care va urma același scenariu.
5. Veți avea două mingi care circulă în cerc în același timp. În dependență de cum derulează exercițiul, puteți adăuga a treia minge!
6. Continuați să vă jucați atât cât vă permite timpul/până când scade energia grupului.



3.2 Etapa 2: Explorare

Ce este etapa de explorare?

La etapa Explorare îi veți ajuta pe tineri să afle mai multe despre propria lor bunăstare, despre implicarea lor în arte și creativitate și să înceapă să genereze împreună idei de art-acțiuni.

În această etapa veți:

- explora viziunea grupului de tineri privind bunăstarea prin artă;
- explora cei 5 piloni ai bunăstării și evalua unde se află tinerii conform unei scale, astfel încât, ulterior, să puteți măsura eventualele modificări.

Care sunt activitățile de explorare?

Mai jos este o lista de activități care pot fi desfășurate în timpul Explorării cu grupul vostru de tineri, precum și o activitate pe care o veți face doar cu tinerii agenți ai schimbării și adulții aliați.

Activități pentru etapa Explorare				
Scop	Durata pregătirii	Durata activității	Durata ședinței de analiză și documentare	Total
Activitatea 3: Tablouri murale pentru a descrie viziunea				
Explorarea viziunii grupului privind bunăstarea tinerilor și a comunităților prin artă.	1 oră	1 oră	1 oră	3 ore
Activitatea 4: Termometrul bunăstării				
Explorarea celor 5 piloni ai bunăstării, înțelegerea pașilor pe care tinerii îi au de parcurs pentru a-și asigura bunăstarea și a crea schimbări pozitive în comunitățile lor.	1 oră	1.5 ore	1 oră	3.5 ore

Dezvoltarea temelor (DOAR pentru tinerii agenți ai schimbării și adulții aliați)				
Înțelegerea informațiilor aflate pe parcursul activităților de „Explorare”. Aceste informații pot fi apoi prezentate tinerilor pentru a le verifica și adapta.		1 oră		1 oră
Total	2 ore	3.5 ore	2 ore	7.5 ore

Activitatea 3. Tablouri murale pentru a descrie viziunea

Scop: a explora viziunea grupului privind căile spre bunăstare prin artă pentru tineri și comunitățile lor.³

Arte de suport: pictura murală.

Materiale: perete alb, coală mare de hârtie sau set de hârtie pentru flipchart, vopsele (acuarelă, guașă etc), markere colorate, bandă, funie.

Timp necesar: 1 oră

Metodă:

- Îndemnați-i pe participanți să formeze un cerc. Puteți folosi funia de la activitatea *Cercul încrederii* pentru această parte a activității.
- Spuneți-le tinerilor: “Haideti să explorăm cum ar arăta un mediu pozitiv ideal pentru tineri pentru a-și susține bunăstarea prin creativitate, arte și cultură. Vă rog să găsiți o poziție comodă.”
Notă: puneți o melodie pe fundal (de relaxare).
- Spuneți-le participanților să închidă ochii (dacă se simt confortabil să facă acest lucru) și să se imagineze călătorind prin comunitate pe un covor magic:
 - Cum vă simțiți în această călătorie? Ce vedeți? Ce auziți? Ce fac tinerii? Cum se simt tinerii? Unde se simt bine tinerii în comunitate? Unde vă simțiți voi bine în comunitate?
 - La întoarcere, sunteți foarte încântați de tot ceea ce ați văzut și auzit. Punctele forte care au existat până acum sunt încă prezente, dar vedeți și multe îmbunătățiri.

³ Adaptat după Right to Play, 2015.

- Spuneți-le participanților să deschidă ochii.
- Îndemnați-i să se așeze și, în grupuri de 2-4 persoane, să discute despre ce consideră a fi cele mai importante aspecte ale comunității pe care le-au văzut în viziunile lor.
- Împărțiți fiecărui grup câte o foaie pentru flipchart, vopsele și markere colorate.
- Explicați că fiecare grup va avea 15 minute pentru a crea un desen al viziunii sale pentru comunitate. Dacă doresc, grupurile pot adăuga text în jurul desenului, pentru a explica ce se întâmplă.
- Scrieți următoarele pe o foaie de flipchart și afișați sau roștiți întrebările cu voce tare:
 - Cum arată comunitatea voastră?
 - Cum vă simțiți fiind acolo?
 - Ce fac tinerii? Ce fac adulții?
 - La ce tipuri de artă, activități creative și culturale iau parte tinerii?
 - Unde au tinerii oportunități de a participa la activități artistice, culturale și creative?
 - Cine susține tinerii și participarea tinerilor la activități artistice, culturale și creative?
 - În ce altceva mai sunt implicați tinerii?
- După 15 minute, îndemnați grupurile să deseneze:
 - inimioare alături de domeniile în care ei simt că acest lucru se întâmplă deja;
 - steluțe (*) - lângă locurile unde ei simt că ar putea avea loc îmbunătățiri;
 - X - acolo unde simt că acest lucru nu se întâmplă încă.
- Invitați o persoană din fiecare grup să-și afișeze desenul pe perete și să explice viziunea timp de un minut.
- Invitați toate grupurile să adauge idei suplimentare și / sau să pună întrebări.
- Rugați grupul să aranjeze foile de flipchart pe un perete, într-un mod în care să aibă sens pentru ei și care ar conecta viziunile lor. Rezervați 5 minute pentru a „conecta” viziunile, folosind vopsele sau markere.
- Dirijați o discuție, ghidându-vă după întrebările de mai jos:
 - Care sunt elementele comune în viziunile voastre?
 - Care sunt diferențele?
 - Ce lucruri pozitive se întâmplă deja în comunitatea voastră?
 - Ce nu se întâmplă din ceea ce ați dori să vedeți? (De exemplu, ce tipuri de oportunități ați dori să aibă tinerii pentru a participa la arte, cultură și activități creative?)
 - Ce idei aveți privind diverse tipuri de artă, activități creative și culturale în care tinerii pot fi implicați? Cine îi va susține? Ce impact ar avea acest lucru?)
- Rețineți să completați *Formularul de documentare a activității* din Anexa 1.

Activitatea 4. Termometrul bunăstării

Scop: a explora cei 5 piloni ai bunăstării și a înțelege pașii pe care tinerii îi fac pentru a-și susține bunăstarea și pentru a crea schimbări pozitive în comunitățile lor.

Arte de suport: scrierea, desenul, artele spectacolului, precum teatrul, cântecul, dansul.

Materiale: coli de hârtie pentru flipchart, foițe adezive, pixuri, markere.

Timp necesar: 1.5 ore

Metodă:

A) Joc de cuvinte - Bunăstarea:

1. Explicați grupului că în YouCreate ne axăm pe cei 5 piloni ai bunăstării (vedeți caseta):

Pilonul 1. Sentimentul de siguranță: a ne simți în siguranță atât din punct de vedere fizic, cât și emoțional.

Pilonul 2. Sentimentul de conexiune: a ne simți conectați cu persoanele și grupurile de suport din comunitate.

Pilonul 3. Sentimentul de valoare: a ne simți valoroși și cu roluri, responsabilități și identități care reflectă cine suntem, de unde venim și ce facem sau am dori să facem.

Pilonul 4. Sentimentul de respect: a ne simți respectați, cu capacitatea de a face față nedreptății din viața noastră și de a avea acces la drepturile noastre.

Pilonul 5. Sentimentul de speranță: a ne simți plini de speranță vis-a-vis de viitor, cu sete de viață.

2. Notați fiecare pilon pe o coală de flipchart și agățați foile pe perete.

3. Repartizați câte 4-6 foițe adezive și stilouri fiecărui tânăr. Rugați-i să examineze cei 5 piloni de pe perete. Parcurgând pilonii unul câte unul, întrebați-i pe tineri:

- Ce părere aveți despre pilonul „Sentimentul de siguranță”?
 - Care este pentru voi cel mai important lucru referitor la acest pilon?
 - Care este cuvântul sau expresia care vă vine în minte atunci, când vă gândiți la acest pilon?
 - Există ceva ce-ați putea influența referitor la acest pilon?
4. Îndemnați-i să scrie sau să deseneze cuvântul sau expresia pe o foiță adezivă și s-o lipească apoi pe flipchart-ul corespunzător. Repetați pașii 3 și 4 pentru fiecare pilon.
5. După ce fiecare dintre participanți și-a lipit fișele adezive pe flipchart-uri, parcurgeți fiecare obiectiv, rezumând sau citind răspunsurile grupului (sau rugați un voluntar să facă lucrul acesta). Întrebați:
- Ce teme ies în evidență din aceste răspunsuri?
 - Cum a fost să explorați pilonii?

Cercul tunetului

Un exemplu de activitate motrice pe care ați putea-o include:

1. Îndemnați toți participanții să formeze un cerc.
2. După ce formați un cerc al tunetului, spuneți-le participanților să repete mișcările pe care le veți demonstra.
3. Întindeți palma dreaptă. Apoi îndreptați degetul arătător spre cealaltă mână și loviți ușor palma deschisă.
4. Îndemnați-i pe participanți să repete ceea ce faceți.
5. În același timp, spuneți: „vine ploaia”.
6. Accelerați mișcările degetului și spuneți-le participanților să repete după dvs.
7. Spuneți: „ploaia se întetește”.
8. Începeți să bateți ușor din picioare, continuând să loviți cu degetul în palmă.
9. Spuneți: „vine tunetul”.
10. Îndemnați-i pe participanți să accelereze bătutul din picioare, continuând să lovească cu degetul în palmă.
11. Apoi, spuneți: „acum vine fulgerul” și loviți din palme de parcă ar fi o bubuitură de tunet.
12. În continuare, spuneți: „furtuna încetinește” și participanții vor reveni la ritmul ușor de bătaie cu degetul în palmă.
13. Încheiați cu: „soarele strălucește” și deschideți brațele în sus, deasupra capului pentru a îmbrățișa toți împreună soarele.

B) Termometrul bunăstării



1. Desenați un termometru pe o coală de flipchart, marcând 1 (scăzut) în partea de jos și 10 (înalt) în partea de sus, pentru ca tinerii să poată vizualiza.
2. Puneți 5 cutii sau găleți pe masă și distribuiți 5 foițe adezive fiecărei persoane. Scrieți fiecare obiectiv pe cutie sau pe un semn de lângă ea (o cutie pentru fiecare pilon).
3. Explicați-le tinerilor că vor măsura care le sunt percepțiile actuale despre fiecare pilon. Acest lucru va fi confidențial și nimeni nu le va vedea răspunsurile.
4. Îndemnați-i să se uite la termometru și să analizeze primul pilon (Sentimentul de siguranță – în familie, semenii, școala, comunitate, etc.). Îndemnați-i pe tineri să se gândească în liniște timp de un minut, apoi să scrie o cifră care ar corespunde modului în care se simt în prezent în raport cu primul pilon (1 – scăzut, 10 – înalt). După ce termină exercițiul, pot pune fișa în cutia destinată primului pilon.
5. Repetați același lucru privind și pilonii 2, 3, 4 și 5 – descrieți pe scurt pilonul, îndemnați-i pe tineri să analizeze modul în care se simt în prezent, să scrie o cifră și să pună foița în cutia corespunzătoare.
6. Explicați-le tinerilor că veți face acest lucru din nou la sfârșitul proiectului, pentru a vedea dacă, lucrând împreună, ați reușit să îmbunătățiți sentimentul de bunăstare.
7. Efectuați exercițiul Sculpturi umane din seria „Moment pentru mișcare” (vedeți caseta), pentru a-i ajuta pe tineri să-și analizeze sentimentele generate de activitate.
8. Țineți minte să completați *Formularul REFLECȚII* din Anexa 5. Asigurați-vă că înregistrați separat numerele din fiecare cutie.

Vă rugăm să rețineți! Acest instrument urmează a fi utilizat:

- la începutul proiectului
- la sfârșitul proiectului (Faza *Reflecții și împărtășire*).

Moment pentru mișcare: Sculpturi

Un exemplu de activitate motrice pe care ați putea-o include:

- Îndemnați-i pe participanți să-și găsească un partener. Unul dintre parteneri va fi numărul 1 și celălalt - numărul 2.
- Îndemnați-l pe participantul cu numărul 1 să modeleze (să miște) corpul participantului numărul 2 așa după cum se simte participantul numărul 1. De exemplu, dacă este trist, poate avea fața încruntată și capul aplecat. La final, îndemnați toate perechile să privească în jurul lor.

Notă: În unele culturi și comunități, nu este în regulă să atingeți o altă persoană de același gen sau de alt gen. În asemenea cazuri, rugați-l pe partenerul vostru să-și miște corpul în modul în care vă simțiți.

- Acum schimbați rolurile! În continuare, îndemnați-l pe participantul numărul 2 să modeleze participantul numărul 1 în modul în care se simte.
- Îndemnați toate perechile să privească în jurul lor.
- Încheiați activitatea prin a spune că uneori acest tip de activități ne dau o stare de fericire și relaxare, alteori ne fac să ne simțim prost și triști. Este în regulă să avem diferite emoții și să reflectăm asupra modului în care ne simțim.

Notă: Dacă cineva se simte prost și trist și dorește să vină să vorbească, îndemnați-l să vorbească cu dvs. sau cu un specialist (să aveți la îndemână numere de telefon ale consilierilor și asistenților).

Să vedem unde ne aflăm pe traseul călătoriei...

Acum ați finalizat activitățile de *Întocmire a hărții* și *Explorare* cu tinerii și este timpul să lucrați pentru a înțelege concluziile voastre și a dezvolta temele.

Mai jos este prezentat un proces care vă va ajuta să aflați mai multe despre cum să înțelegeți și să grupați temele din ceea ce ați învățat cu tinerii. Veți face aceasta doar cu echipa de bază: tinerii agenți ai schimbării și adulții aliați. Ulterior, veți prezenta concluziile tinerilor pentru a le putea verifica și ajusta, după caz.

Asigurați-vă că aveți pregătite toate *Formularele de documentare a activității* pe care le-ați elaborat împreună cu tinerii în fazele *Întocmirea hărții* și *Explorare*.

Dezvoltarea temelor din călătorie

Scop: Tinerii agenți ai schimbării și adulții aliați vor lucra împreună pentru a înțelege informațiile pe care le-au aflat pe parcursul activităților *Întocmirea hărții* și *Explorare*.

Aceste informații pot fi apoi prezentate grupului de tineri pentru a le verifica și adapta. Dacă vă puteți aminti *Codul bomboanelor* pe care l-ați practicat la instruire, vă va fi de mare ajutor.

Grup: Tinerii agenții ai schimbării, cu suportul adulților aliați și alții, precum echipa Tdh Moldova.

Notă: Tinerii participanți NU iau parte la această activitate. Aceasta este destinată doar dvs., în calitate de tânăr agent al schimbării și adultul aliat.

Materiale: Toate *Formularele* dvs. de documentare a activității de la fiecare activitate pe care ați desfășurat-o cu tinerii în fazele *Întocmirea hărții* și *Explorare*. Flipchart-uri și markere.

Timp necesar: 1 oră

De ce ar trebui să organizez datele?

Ați adunat multe informații pe care le-ați introdus în *Formularele de documentare a activității* (a se vedea Anexa 1).

Veți compila toate informațiile într-un singur document pentru a crea o imagine de ansamblu a comunității, inclusiv punctele forte, provocările și diferențele.

Veți face acest lucru, organizând informațiile într-o diagramă a tematicii (a se vedea *Anexa 2: Diagrama tematicii*), în baza tuturor informațiilor pe care le-ați aflat de la tineri despre punctele forte și provocările din comunitățile lor.

Apoi, le veți prezenta tinerilor aceste informații pentru a le confirma și prioritiza.

Alegerea temelor

Pentru a crea o imagine a comunității, va trebui să alegeți un set de „teme” mai largi.

De exemplu, băieții ar fi putut spune că „a cânta la instrumente muzicale” este un punct forte pentru ei, prin urmare, tema mai largă la care se referă acest lucru este „Muzica”.

Dacă un grup spune că „lipsa accesului la Internet în școală” este o provocare pentru ei, aceasta se referă la „Accesul la Internet”. Temele mai ample vă permit să identificați idei comune.

Alegeți temele care se referă la caracteristicile comune pe care le observați în informațiile pe care le-ați adunat.



Metodă:

După ce ați încheiat activitățile *Întocmirea hărții și Explorare*:

- Aveți deja organizate mai multe activități cu tinerii, iar acest fapt va constitui o oportunitate să puneți toate informațiile împreună. Diagrama tematicii vă va ajuta să faceți acest lucru.
- Înainte să începeți să completați *Diagrama tematicii*, citiți *Formularele de documentare a activității* pe care le-ați completat.

Fiți atenți la temele comune care apar în diferite formulare:

Pasul 1: citiți notițele.

Pasul 2: evidențiați temele și ideile de bază.

Pasul 3: citiți și încercuiți ideile care se repetă.

Pasul 4: notați în *Diagrama tematicii*.

Pasul 5: discutați despre temele pe care le-ați auzit, dar nu au fost notate – puteți să le înregistrați acum, deoarece veți verifica oricum constatările cu tinerii.

- Apoi, examinați punctele forte și provocările, gândindu-vă la ce grup de teme (de exemplu, *Familia* sau *Școala*, ori *Acces la arte*) se referă fiecare. Țineți minte că sunteți liberi să alegeți temele! Printre teme ar putea fi: educația, artele, familia, siguranța, jocul, semenii, spiritualitatea, politicile guvernamentale, etc.
- *Diagrama tematicii* se împarte în 3 secțiuni:

Coloana 1. **Puncte forte:** înregistrați aici temele care sunt pozitive sau constituie un punct forte sau o resursă.

Coloana 2. **Provocări:** înregistrați orice teme care constituie provocări sau dificultăți.

Coloana 3. **Idei / Strategii:** dacă în timpul discuțiilor participanții au avut idei despre cum să abordeze o provocare sau să valorifice un punct forte, înregistrați-le aici.

Mai jos este prezentat un exemplu de diagramă tematică parțial completată. Amintiți-vă că veți avea probabil multe teme, la fel ca și în tabelul de mai jos, precum și puncte forte și provocări la fiecare temă:

Diagrama tematicii		
Denumirea comunității	Strugari	
Data	20 aprilie 2020	
Numele facilitatorilor și adulților aliați	Tineri agenți ai schimbării: Ion și Tamara	
Puncte forte	Provocări	Idei/Strategii
Tema: Accesul la arte		
Centru comunitar local	Nu există niciun loc unde ar putea fi accesate artele creative în afara casei.	Arte la Centrul comunitar? Să vorbim cu Centrul comunitar despre inițierea cursurilor de arta.
Cunoaștem un bun actor de comedie din comunitate.	Activitățile artistice sunt scumpe.	Poate că unele dintre organizațiile cu care ne-am întâlnit ne vor ajuta să finanțăm aceste activități. Prezentul proiect YouCreate ar putea, de asemenea, să fie de ajutor! Să vorbim cu actorul pentru a vedea dacă poate preda o lecție.
Tema: Tinerii se simt singuri		
La YouCreate suntem cu toții împreună.	Tinerii se plictisesc. Tinerii nu cunosc mulți oameni din noua lor comunitate.	Haideți să valorificăm grupul nostru pentru a face multe lucruri distractive împreună.

Acum sunteți gata să completați **Anexa 2: Diagrama tematicii**.

3.3 Etapa 3: Planificare

În ce constă etapa Planificare?

La această etapă veți examina rezultatele etapelor *Întocmirea hărții* și *Explorare* și veți lucra împreună cu tinerii pentru a crea o viziune privind **bunăstarea și schimbările sociale pozitive**, prioritizând principalele provocări asupra cărora doriți să lucrați. Veți dispune de timp pentru reflecții profunde asupra provocărilor abordate de tineri și pentru a vă întâlni cu familiile, membrii comunității și alte grupuri importante.

În **etapa Planificare** veți:

- lucra împreună pentru a analiza punctele forte și provocările;
- identifica cauzele principale ale provocărilor și veți genera idei pentru a face față acestor provocări;
- dezvolta în continuare viziunea și utiliza *Hărțile minții* pentru a analiza ideile voastre;
- dezvolta idei privind art-acțiunea voastră.

Care sunt activitățile de planificare?

Mai jos este o listă de activități care pot fi desfășurate în faza **Planificare** cu grupul vostru de tineri.

Activități pentru etapa Planificare				
Scopul	Durata pregătirii	Durata activității	Durata sesiunii de analiză și documentare	Total
Activitatea 5: Revizuirea constatărilor de la etapele <i>Întocmirea hărții</i> și <i>Explorare</i> și stabilirea priorităților				
Tinerii agenți ai schimbării le prezintă tinerilor participanți constatările de la etapele <i>Întocmirea hărții</i> și <i>Explorare</i> , oferindu-le ocazia să facă modificări. Tinerii vor avea posibilitatea să discute despre provocările cele mai importante pentru ei și să voteze pentru una sau două provocări asupra cărora ar dori să se axeze.	1 oră	1 oră	1 oră	3 ore

Activitatea 6: Arborii planificării				
Examinarea cauzelor principale ale provocărilor pe care le-au împărtășit tinerii. Analiza mai profundă a punctelor forte și a resurselor disponibile și startul identificării posibilelor idei de art-acțiune pentru a aborda aceste provocări.	1 oră	1 oră	1 oră	3 ore
Activitatea 7: Harta art-acțiunii				
Elaborarea unei strategii pas cu pas privind planificarea, implementarea și monitorizarea art-acțiunii.	1 oră	1.5 ore	1 oră	3.5 ore
Total	3 ore	3.5 ore	3 ore	9.5 ore

Activitatea 5: Revizuirea constatărilor de la etapele *Întocmirea hărții* și *Explorare* și stabilirea priorităților

Scop: tinerii agenți ai schimbării le prezintă tinerilor participanți constatările de la fazele *Întocmirea hărții* și *Explorare*, oferindu-le ocazia să facă modificările necesare. Tinerii vor avea posibilitatea să discute despre provocările cele mai importante pentru ei și să voteze pentru una sau două provocări asupra cărora ar dori să se axeze.¹

Arte de suport: arta spectacolului (clovni, dramă, comedie sau cântec).

Materiale: hârtie pentru flipchart, markere colorate, autocolante colorate și recuzita necesară pentru scenete.

Timp necesar: 1 oră de activitate împreună cu tinerii (1 oră pentru pregătiri prealabile de către tinerii agenți ai schimbării).

¹ Adaptat după Currie și Heykoop, 2011.

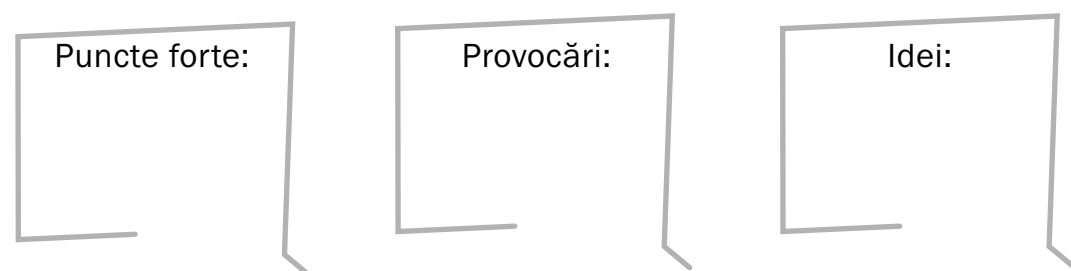
Metodă:

Pregătiri prealabile de către tinerii agenți ai schimbării:

- Luați *Diagrama tematicii* pe care ați elaborat-o împreună cu adultul aliat și enumerați, pe 3 coli de flipchart, ce-au împărtășit tinerii referitor la:

- 1) punctele forte;
- 2) provocări;
- 3) idei.

Indicați pe fiecare coală de hârtie titlul:



- După completarea foilor de flipchart, faceți un brainstorming împreună cu echipa pentru a identifica o modalitate creativă de prezentare a acestora în fața grupului de tineri. Puteți improviza o scenetă amuzantă, în care un lider de tineret reprezintă o personalitate TV locală, iar celălalt – un jurnalist; puteți interpreta un cântec care ar explica fiecare diagramă sau găsiți o modalitate de a folosi teatrul și spectacolul pentru a explica creativ cele 3 liste.

Întâlnirea cu tinerii:

1. Explicați-le tinerilor că, după ultima ședință cu ei, ați avut o întâlnire cu un specialist în monitorizare, evaluare și învățare care v-a ajutat să analizați toate informațiile pe care ei le-au prezentat în fazele *Întocmirea hărții* și *Explorare*. Acum puteți prezenta aceste informații din nou tinerilor, pentru ca ei să verifice dacă i-ați înțeles corect și, eventual, să adauge, elimine sau modifice ceva.
2. Înainte de a parcurge împreună informațiile de pe flipchart-uri, spuneți-le că ați dori ca ei să le prezinte prin intermediul unei interpretări artistice a datelor.
3. Jucați sceneta, interpretați ceva sau cântați în fața grupului.
4. Apoi purtați o discuție cu tinerii despre ce au perceput din interpretări și temele înregistrate pe colile de flipchart:
 - a. punctele forte
 - b. provocările
 - c. ideile

5. Pe măsură ce discutați cu tinerii, adăugați elementele noi pe care le prezintă, ștergeți orice element cu care nu sunt de acord sau faceți modificări direct pe foaia de flipchart, în fața grupului.

Fiți deschiși și efectuați toate modificările sugerate de grup, deoarece obiectivul este să identificați o art-acțiune asupra căreia grupul dorește să lucreze în mod colectiv.

Dacă tinerii nu ajung la un acord, asigurați-vă că toate ideile sunt reprezentate și sugerați-le să recurgeți la vot pentru a determina ideea de art-acțiune asupra căreia ar dori să lucreze tinerii.

6. Rezumați discuția și revedeți împreună cu tinerii ce va rămâne neschimbat în compartimentele respective și ce se va modifica.
7. Apoi, îndemnați-i pe tineri să examineze compartimentul „Provocări”. Împărțiți-le câte 2 autocolante.
8. Rugați-i să se gândească, dacă ar avea de lucrat cu semenii pentru a aborda una dintre aceste provocări, folosind artele, pe care ar alege-o?
9. Rezervați-le tinerilor câteva minute pentru a se gândi la acest lucru și să pună orice întrebări pe care le consideră necesare.
10. Îndemnați-i să se apropie de flipchart-uri și să pună câte un autocolant lângă două provocări asupra cărora ar dori să lucreze.
11. Dacă una sau două provocări se evidențiază dintre toate, atrageți atenția tinerilor asupra acestui fapt. Spuneți-le că le veți discuta mai detaliat la următoarea întâlnire. La această etapă nu este neapărat nevoie să ajungeți la un acord total. Dacă nu există o favorită clară, rugați-i pe tineri să se mai gândească, spunându-le că vă veți întâlni mai târziu pentru a discuta și a lua o decizie împreună.
12. Completați **Anexa 1: Formular de documentare a activității**, împreună cu adultul aliat.

Exemplu:

Tinerii sunt încântați să se întâlnească și să se vadă din nou. Tinerii agenți ai schimbării joacă o scenetă despre punctele forte și provocările pe care le-au auzit de la tineri în fazele *Întocmirea hărții* și *Explorare*.

Apoi, folosind foi de flipchart, tinerii agenți ai schimbării facilitează o discuție activă despre acestea, iar tinerii vin cu câteva completări și modificări la informațiile înregistrate.

Ulterior, grupul examinează atent lista provocărilor, pentru a decide pe care dintre ele o vor aborda în cadrul proiectului lor de art-acțiune. Tinerii decid că vor să lucreze asupra a 2 provocări: dezvoltarea sentimentului de speranță la semenii lor și extinderea oportunităților de exprimare. Grupul stabilește timpul pentru o nouă întâlnire.

Moment pentru mișcare: Puterea opțiilor

Iată un exemplu de activitate motrice pe care ați putea-o include: Acesta este un energizat rapid, în care se folosesc brațele și picioarele pentru a număra invers de la 8, la 4, la 2 și, în final, 1.

1. Derulați prima rundă lent pentru ca toată lumea să învețe energizatul înainte de a accelera ritmul.
2. Începeți cu brațul drept deasupra capului și mișcați rapid mâna înainte și înapoi de fiecare dată când spuneți un număr în timp ce numărați invers de la 8.
3. Apoi, faceți același lucru cu brațul stâng.
4. În continuare, numărați invers de la 8, utilizând piciorul drept – scuturați rapid piciorul înainte și înapoi de fiecare dată când spuneți un număr.
5. Repetați cu piciorul stâng.
6. După aceasta, începeți să numărați invers de la 4, în același mod, asigurându-vă că ați folosit toate cele 4 membre înainte de a continua.
7. După ce terminați de numărat invers de la 4, treceți la numărarea inversă de la 2.
8. Terminați cu numărarea inversă de la 1 și încheiați cu aplauze intense.



Activitatea 6: Arborele planificării

Scopul: analizarea, în mod colectiv, a cauzelor principale ale provocărilor identificate de tineri, examinarea profundă a punctelor forte și a resurselor de care dispun aceștia și demararea identificării posibilelor idei bazate pe arte pentru a aborda aceste provocări.¹

Arte de suport: desenele.

Materiale: coli de flipchart și markere colorate, foile de flipchart cu punctele forte, provocările și diferențele.

Timp necesar: 1 oră

Metodă:

1. În această activitate veți realiza un arbore care să vă ajute să vă gândiți la idei pentru a face față provocărilor. Afișați din nou cele două foi de flipchart (*Puncte forte și Provocări*) de la activitatea precedentă. Dacă tinerii au convenit una sau două provocări asupra cărora ar dori să lucreze, puteți merge mai departe, însă dacă mai există unele discuții, vorbiți cu tinerii despre primele 2-4 alegeri efectuate de ei.

Încercați să vedeți care ar putea fi cel mai realist lucru pe care să-l faceți. Întrebați-i pe tineri ce este cel mai important pentru ei și asupra a ce simt că ar putea avea un impact concret. (Dacă există un dezacord, îi puteți ruga pe tineri să voteze din nou după discuție.)

Dacă tinerii convin asupra a două provocări, va trebui să realizați doi arbori separați. Terminați de realizat un copac al planificării și treceți la următorul.

2. Desenați imaginea unui arbore mare, cu rădăcini, trunchi, frunze și fructe pe o coală mare de flipchart. Menționați că acesta este un *Arbore al planificării* și explicați ce reprezintă fiecare parte:
 - a. **Tulpina (provocările):** provocarea principală asupra căreia a decis să lucreze grupul.
 - b. **Rădăcinile (cauzele principale):** cauzele provocării de bază.
 - c. **Frunzele (punctele forte):** punctele forte și resursele pe care tinerii le-au identificat în activitățile anterioare.

¹ Adaptat după Currie și Heykoop, 2011.

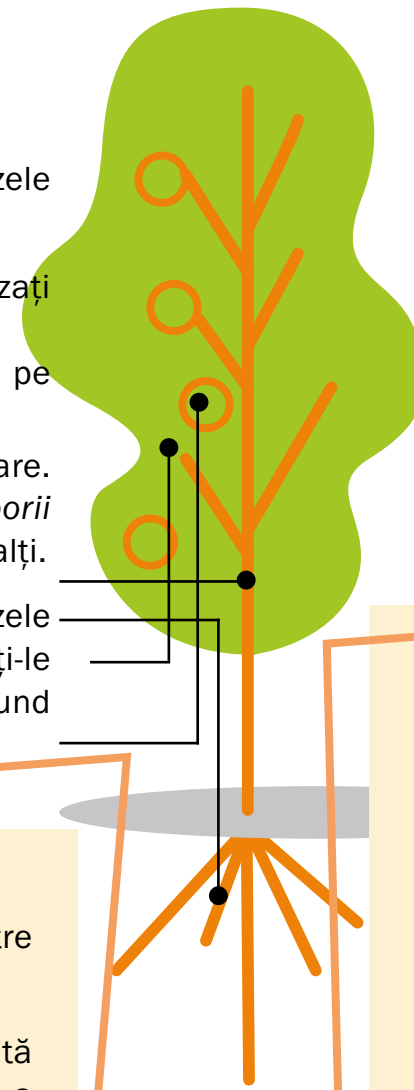
d. **Fructele (ideile):** posibile strategii bazate pe artă pentru a aborda cauzele principale.

3. Rugați-i pe tineri să se împartă în grupuri mici de 3 – 5 persoane. Repartizați fiecărui grup o foaie mare de hârtie și markere colorate.

4. Rugați grupurile să deseneze un copac similar pe foaia lor. Vor scrie apoi pe trunchiul copacului provocările pe care le-au selectat (10 minute).

Vă rugăm să rețineți că toate grupurile trebuie să se axeze pe aceeași provocare. Acest lucru va genera și va stimula discuțiile atunci când vor prezenta *Arborii planificării* celorlalte grupuri și se vor putea inspira, astfel, din ideile celorlalți.

5. Încurajați-i pe tinerii să discute în cadrul grupurilor lor mici despre cauzele principale (rădăcinile copacului) ale provocării (5 – 10 minute). Puneți-le întrebarea „Cum credeți, de ce?”, pentru a-i încuraja să analizeze mai profund provocările. Vedeti un exemplu în caseta de mai jos:



Exemplu:

Tinerii au decis că vor să lucreze asupra a 2 provocări: lipsa speranței printre semenii lor și lipsa oportunităților pentru tineri să se exprime.

Tinerii lucrează mai întâi pentru a crea arborele pentru „lipsa speranței”, discută despre cauzele principale, precum: acces limitat la educație, lipsa familiei și a prietenilor, incapacitatea de a schimba situația politică.

Apoi vorbesc despre punctele forte pe care le au la dispoziție, cum ar fi suportul din partea organizației voastre, suport din partea anumitor membri ai familiei, bani din partea proiectului YouCreate, profesori de artă care sunt dispuși să lucreze cu ei și propriul lor entuziasm de a face schimbări pozitive. Unele dintre strategiile pe care le generează pot fi crearea unei expoziții a speranței, la care fiecare tânăr contribuie cu o pictură; însușirea unui număr de pantomimă sau a unui rol de clown pentru a-i distra pe spectatori; crearea unei piese pentru a-și împărtăși gândurile despre deznădejde și a găsi o modalitate de a-și urma visele.

Când termină această sarcină, desfășurați o discuție de grup, apoi tinerii vor crea un *Arbore al planificării* pentru „lipsa oportunității de exprimare” și vor urma un proces similar celui de mai sus. Ulterior, vor alege câteva idei sau strategii bune care reies din toți *Arborii planificării*.

6. După ce tinerii au identificat câteva dintre cauzele principale ale provocării, le pot scrie pe rădăcini. Dacă există dezacord cu privire la cauzele principale, reamintiți-le tinerilor că împărtășim idei și că fiecare are dreptul la opinie.

7. Faceți referire la coala cu punctele forte, afișată pe perete. Îndemnați-i pe tineri să discute și să noteze pe frunzele copacului punctele forte care ar putea ajuta la abordarea provocării pe care au ales-o.

8. Facilitați o discuție despre cum pot lucra împreună pentru a aborda cauzele principale ale provocării pe care au identificat-o, bazându-se pe punctele forte pe care le-au stabilit (10 – 15 minute). Puneți următoarele întrebări:

- Ce idei au pentru a depăși provocarea?
- Ce „idei” sau „strategii” îi vor ajuta să se apropie de „viziunea” sau „visul” lor pentru viitor?

Notă importantă:

Uneori, unele dintre cauzele principale nu pot fi abordate de tineri, ei având nevoie de ajutorul altor membri ai societății (de exemplu: factori de decizie, familia, etc.) pentru a efectua o schimbare mai amplă. În unele cazuri, puteți invita aceste persoane să vă ajute, iar alteori problema poate fi prea mare pentru a fi abordată de către proiectele noastre.

Totuși, putem încerca să stabilim provocări pe care le putem aborda sau să găsim modalități de a-i susține pe cei care se confruntă cu aceste provocări.

De exemplu, dacă tinerii se simt nesiguri în comunitatea lor din cauza unor eventuale atacuri sau a unui război, nu putem le putem opri prin art-acțiunea noastră, dar îi putem totuși ajuta pe tinerii să aibă un spațiu unde să se simtă în siguranță și susținuți, să reflecteze asupra ce se întâmplă în comunitatea lor și să comunice publicului sentimentele lor (dacă este sigur să facă acest lucru).

9. Îndemnați-i să noteze pe fructe posibile idei creative (art-acțiuni). Dacă pentru unele idei nu sunt disponibile resurse, spuneți-le că pot totuși să le noteze, dar să se asigure că o parte din idei pot fi realizate. De asemenea, vă puteți referi la Activitatea 2: *Harta vieților noastre*, pentru unele idei generate de grup mai devreme.

10. Rugați fiecare grup să facă o scurtă prezentare (2 – 3 minute) a *Arborelui planificării* și facilitați o discuție.

11. Nu uitați că, dacă tinerii au ales două provocări, va trebui să-i ghidați în crearea celui de-al doilea *Arbore al planificării* pentru a analiza cealaltă provocare.

12. Acum, după ce aveți notate ideile creative, analizați-le împreună cu grupul și decideți privind una sau două idei de art-acțiuni pe care le-ați putea realiza împreună. Încercuiți sau evidențiați ideile de art-acțiuni.

13. Completați **Anexa 1: Formular de documentare a activității** împreună cu adultul aliat.

Activitatea 7: Harta art-acțiunii

Scop: Planificarea ideilor pentru art-acțiune, inclusiv modalitatea de planificare, implementare și monitorizare a art-acțiunii voastre.²

Arte de suport: Scrierea.

Materiale: Coli pentru flipchart, bandă adezivă, markere colorate, creioane și vopsele.

Timp necesar: 1.5 ore

Metodă:

Pasul A: Care este ideea noastră de art-acțiune?

1. Reamintiți-i grupului de una sau două idei de art-acțiune asupra cărora au decis să se axeze și notați provocarea pe o foaie de flipchart sau în **Anexa 3: Harta minții**.
2. Îndemnați-i pe tineri să închidă ochii și să-și imagineze realizarea ideilor lor de art-acțiune până la încheierea cu succes a proiectului.
3. Rugați-i pe tineri să facă un rezumat al ideii lor de art-acțiune.

De exemplu: Piesa noastră va crea un spațiu pentru a ne împărtăși gândurile și sentimentele. Astfel, familiile și comunitățile noastre ne vor înțelege mai bine. De asemenea, vom folosi piesa noastră pentru a inspira speranță altor tineri.

Pasul B: Harta minții

1. Explicați că urmează să elaborați o hartă a minții. *Harta minții* este un instrument care vă ajută să reflectați mai profund asupra ideii de art-acțiune cu care au decis tinerii să lucreze.
2. Explicați că fiecare grup va folosi o hartă a minții pentru a explora modul în care vor realiza ideea lor de art-acțiune. Repartizați fiecărui grup o coală de hârtie pentru flipchart sau o copie a **Anexei 3: Harta minții**. Îndemnați apoi grupul să revină la viziunea pe care a avut-o despre finalizarea cu succes a art-acțiunii.

3. În centrul paginii, scrieți ideea de art-acțiune. Rugați fiecare grup să scrie următoarele:
 - a. De ce resurse ați avea nevoie pentru a transforma această viziune în realitate?
 - b. Cine ar trebui să lucreze cu voi? Cine ar trebui să vă susțină?
 - c. Ce puncte forte de care dispuneți deja pot fi folosite?
 - d. Cine vi se va alătura în art-acțiune și când?
 - e. Ce tipuri de arte putem folosi?
 - f. Ce provocări potențiale va trebui să depășim?

A se vedea **Anexa 3: Harta minții**

4. Îndemnați fiecare grup să lucreze asupra *Hărții minții* și a întrebărilor, adăugând sub-idei.
5. După 15 minute, reflectați asupra *hărților minții*. Includ oare hărțile lor idei care să-i ajute să-și realizeze ideile de art-acțiune? Ar mai dori să adauge ceva?
6. Îndemnați-i pe participanți să mai reflecteze 5 minute pentru a adăuga noi elemente la *Harta minții*, asigurându-se că au fost incluse toate ideile. Participanții le pot adăuga direct pe *Harta minții* sau pot adăuga alături alte cercuri care vor susține art-acțiunea lor.
7. La expirarea celor 5 minute, rugați grupurile să-și prezinte *Harta minții* pentru restul grupului, timp de 2 – 3 minute.
8. După ce toate grupurile fac prezentarea, întrebați-i pe participanți dacă au aflat de la celelalte grupuri ceva nou despre necesități, resurse, provocări și arte la care nu se gândiseră inițial. Purtați o discuție pentru a confirma ideile de art-acțiune.

Moment pentru mișcare: Când bate vântul de vest

Iată un exemplu de activitate motrice pe care ați putea-o include:

1. Îndemnați-i pe toți participanții să se poziționeze în cerc.
2. Spuneți-le că veți începe prin a spune „Bate vântul de vest pentru” și veți prezenta un element (de exemplu, toți cei care poartă verde).
3. Când spuneți asta, toți cei care poartă verde trebuie să alerge și să-și găsească un loc nou în cerc.
4. Continuați să spuneți că „bate vântul de vest pentru...” până când fiecare a alergat cel puțin o dată.
5. (Alte exemple: toți cei cărora le place kebab-ul, toți cei care au o soră, toți cei cărora le place să cânte, toți cei care pictează pentru a se simți bine).
6. Veți încheia activitatea în dependență de timpul de care dispuneți și de energia grupului.

² Adaptat după Currie și Heykoop, 2011.

Pasul C. Elaborarea hărții art-acțiunii voastre

1. Acum puteți începe să completați *Harta art-acțiunii*, pornind de la ideile pe care le-ați generat împreună. Notați elementele din discuții pe foi de flipchart:

a) Denumirea art-acțiunii. Decideți asupra unei denumiri a art-acțiunii voastre.

b) Denumirea grupului sau a comunității.

c/d) Data de început și cea de finalizare. Când doriți să începeți și să terminați art-acțiunea?

e) Locația. Unde va fi realizată art-acțiunea?

f) Viziune / Obiectiv. De ce doriți să faceți asta? Identificați viziunea sau obiectivul art-acțiunii.

De exemplu: Tinerii își imaginează că, împărtășindu-și gândurile și sentimentele și vorbind despre frământările lor, îi vor face pe părinți și pe membrii comunității să devină conștienți de situația tinerilor. Ei își imaginează că piesa îi va inspira și alți tineri să-și spună poveștile și să folosească artele pentru a se exprima.

g) Provocări. Ce provocare va fi abordată? Notați provocările asupra cărora ați decis să lucrați.

h) Planul pas cu pas. Care sunt diferitele etape ale planului acestei art-acțiuni și care este graficul acțiunilor? Scrieți un plan pas cu pas, incluzând **persoanele responsabile** pentru fiecare etapă și graficul desfășurării fiecărei etape.

i) Resurse. De ce resurse veți avea nevoie? Gândiți-vă la toate lucrurile necesare (de exemplu, oameni, fonduri, materiale etc.) pentru a realiza această activitate.

j) Buget. Care este bugetul vostru? Dacă art-acțiunea are un buget, scrieți elementele de care veți avea nevoie și costul estimat pentru fiecare dintre ele.

k) Indicatorii progresului. Care sunt schimbările pe termen scurt pe care doriți să le vedeți în rezultatul desfășurării art-acțiunii? Explorați ce așteaptă tinerii, ce le-ar plăcea și ce și-ar dori mult să vadă ca rezultat al art-acțiunii. Gândiți-vă la astfel aspecte, precum numărul de persoane la care veți ajunge prin art-acțiunea voastră, tipul de schimbări personale sau comunitare, etc.

Exemple de indicatori ai progresului

Ce ne așteptăm să vedem?

- Ne așteptăm să ne facem prieteni noi.
- Ne așteptăm ca 20 de membri ai familiilor să vizioneze piesa noastră.
- Ne așteptăm să le placă.

Ce ne-ar plăcea să vedem?

- Ne-ar plăcea ca 35 de membri ai familiilor și ai comunității să vizioneze piesa noastră.
- Ne-ar plăcea ca, după prezentarea piesei, să aibă loc o discuție aprinsă despre piesă.
- Ne-ar plăcea ca, ulterior, părinții și tinerii să vorbească despre subiectele abordate în piesă

Ce ne-am dori mult să vedem?

- Ne-am dori mult ca 50 de membri ai familiilor și ai comunității să vizioneze piesa noastră, inclusiv profesori, lideri religioși și lideri ai comunității.
- Ne-am dori mult ca comunitatea să se mobilizeze pentru a reduce intimidarea în școli.

2. Anunțați grupul că veți înregistra informațiile importante în **Anexa 4: Harta art-acțiunii** cu ajutorul adultului aliat, iar la următoarea ședință le veți prezenta notițele. Stabiliți când urmează să vă întâlniți cu tinerii pentru a examina și confirma *Harta art-acțiunii* și a începe supravegherea și implementarea activităților. Confirmați data următoarei ședințe.

Felicitări, ați reușit – ați creat un plan pentru Harta art-acțiunii voastre!

Exemplu de art-acțiune:

După viziunea inițială, tinerii sunt într-adevăr încântați să monteze o piesă de teatru pentru a crește speranța și a oferi un punct de plecare pentru auto exprimare printre tinerii din comunitate. Ei au avut viziuni foarte clare despre cât de benefic va fi acest lucru atât pentru tinerii actori, cât și pentru cei care vor veni să vadă piesa.

Tinerii fac, în centrul foii de flipchart, un desen care descrie piesa lor. După aceasta încep să se gândească la întrebările: De ce resurse vom avea nevoie? Cine va trebui să lucreze cu noi? Ce puncte forte avem deja? Ce provocări va trebui să înfruntăm? Ce fel de arte vom folosi? Cine ni se va alătura și când?

De exemplu, în secțiunea *Necesități* vor scrie – instruire privind montarea spectacolelor și vor identifica, în secțiunea *Resurse*, o companie teatrală din comunitate care i-ar putea ajuta. Referitor la provocări, sunt preocupați de costurile acestei instruirii. În secțiunea *Arte*, vorbesc despre tipul de piesă pe care doresc s-o joace și decid să utilizeze o comedie pentru a vorbi despre subiecte dificile, folosesc pictura pentru a crea decorul și pentru a coase costume.



Moment pentru mișcare: Prindem mingea

Iată un exemplu de activitate motrice pe care ați putea-o include:

1. În cadrul acestui energizer participanții vor repeta ce face liderul.
2. Liderul începe prin a spune „Eu prind mingea” și sare într-o parte, cu mâinile întinse, de parcă ar prinde o minge. Participanții repetă cuvintele și acțiunile liderului.
3. În continuare, liderul strigă „Am mingea” și coboară mâinile, ca și cum ar ține o minge în fața pieptului. Participanții repetă cuvintele și acțiunile liderului.
4. Apoi, liderul spune „O pun aici” și face mișcări de parcă ar pune „mingea” pe o parte a corpului (de exemplu, pe umeri, cap, șolduri, etc.). Participanții repetă și pun propria „minge” în acea parte a corpului.
5. Liderul începe apoi să-și rotească acea parte a corpului, spunând „o mișc, o mișc, o mișc”. Participanții repetă cuvintele și acțiunile liderului.
6. Liderul va continua acest energizer atât timp cât dorește, mutând „mingea” de fiecare dată în diferite părți ale corpului.

Această activitate este adaptată în baza: Right To Play Energizer East Africa



3.4 Etapa 4: Art-acțiunea

Ce este etapa art-acțiunii?

Acum veți colabora cu grupul vostru de tineri pentru a implementa proiectul de art-acțiune. Aveți deja un plan, astfel puteți începe să vă distrați împreună cu tinerii!

În etapa art-acțiune veți:

- prezenta ideea voastră de art-acțiune familiei și comunității voastre;
- crea un colaj de monitorizare;
- implementa ideea de art-acțiune.

Care sunt activitățile art-acțiunii?

Mai jos este lista de activități care pot fi desfășurate cu tinerii în faza de art-acțiune.

Activități pentru etapa Art-acțiune				
Scopul	Durata pregătirii	Durata activității	Durata sesiunii de analiză și documentare	Total
Activitatea 8: Prezentarea art-acțiunii pentru familii și comunitate				
Prezentarea ideii de art-acțiune în fața membrilor familiilor și comunității și inspirarea acestora pentru a se implica și a vă susține.	1 oră	1 oră	1 oră	3 ore
Activitatea 9: Colaj de monitorizare				
Susținerea tinerilor în evaluarea succesului călătoriei lor efectuate împreună.	30 min	30 min	30 min	1.5 ore
După ce implementați Activitatea 9, veți realiza planul vostru de art-acțiune. Perioada de timp necesară pentru a proiecta și implementa planul art-acțiunii va depinde de conținutul acesteia.				
Total	3 ore	3.5 ore	3 ore	9.5 ore plus timp pentru implementarea art-acțiunii

Activitatea 8: Prezentarea art-acțiunii în fața familiilor și comunității

Scop: Prezentarea ideii de art-acțiune în fața familiilor și a comunității și inspirarea acestora pentru a se implica și a vă susține.³

Arte de suport: Urmează să fie selectate de către tineri.

Materiale: Hârtie de flipchart și markere colorate.

Timp necesar: 1 oră

Metodă:

Înainte de întâlnirea cu familiile și comunitatea:

Lucrați cu tinerii asupra următoarelor aspecte:

- Reamintiți-le tinerilor că vă întâlniți cu oamenii pentru a-i inspira să se implice și să-i susțină în art-acțiunea lor.
- **Cine?** Pe cine ar dori să invite la întâlnire? Gândiți-vă la diferitele niveluri ale modelului de ecologie socială: familie, prieteni, membri ai comunității, comunitate, lideri de afaceri și artiști. Gândiți-vă la oricine ar putea susține ideea de art-acțiune, acordând timp, influență sau resurse.

Aceasta este o modalitate excelentă de a aduce la bord părinții, autoritățile și alte persoane influente pentru a sprijini tinerii și toată munca pe care o vor face pentru a pregăti art-acțiunea.

- **Unde?** Unde ar fi un loc bun, ușor accesibil pentru a organiza ședința?
- **Când?** Care este timpul și data potrivită pentru a organiza ședința?
- **Ce?** Ce trebuie să aduceți pentru a facilita prezentarea ideii voastre? Ce puteți oferi pentru membrii comunității? De exemplu, gustări și apă.
- **Cum?** Cum doriți să decurgă întâlnirea? Cum vă veți împărtăși ideile?
- Decideți dacă există vreun mod creativ de a vă prezenta ideea în fața comunității. Puteți face un desen care să vă reprezinte ideea sau să pregătiți o scurtă scenetă pentru a vă exprima gândurile. Gândiți-vă la o modalitate rapidă și creativă de utilizare a artelor pentru a vă spune povestea în fața comunității.
- Colaborați cu adulții aliați pentru a invita oaspeții la întâlnire.

³ Adaptat după Currie și Heykoop, 2011.

În timpul întâlnirii cu comunitatea:

- Îndemnați participanții să se poziționeze în cerc. Rugați conducerea locală să salute grupul.
- Rugați-i pe toți să se prezinte și să împărtășească cu grupul un lucru creativ care le plăcea să-l facă când erau copii. Explicați proiectul. Mulțumiți-le tinerilor și membrilor comunității pentru contribuția lor.
- Explicați că ați colectat ideile și experiențele tinerilor. Vorbiți despre lucrul pe care l-ați făcut împreună cu tinerii pentru a elabora viziunea și prioritățile lor pentru viitor. Explicați că pentru membrii comunității aceasta este o oportunitate de a construi împreună o viziune și de a face schimbările pozitive pe care și le doresc. Încurajați-i pe toți să adere la vocea tinerilor.
- Rugați-i pe tineri să-și prezinte planul de art-acțiune în fața comunității. Dacă tinerii se simt confortabil pentru a prelua ștafeta, încurajați-i să o facă, acordându-le ajutor doar atunci când este nevoie.
- Verificați dacă cei din grup au întrebări.
- Apoi, întrebați-i dacă ar dori să adauge ceva la art-acțiunea prezentată de către tineri:
 - *Au vreun sfat de oferit?*
 - *Ce contribuții ar dori să facă comunitatea?*
 - *Ce resurse disponibile în comunitate ar putea susține art-acțiunea?*
 - *Cum se ajustează ideile tinerilor la viziunile lor pentru comunitate?*
- **Sugestie pro:** Puteți crea o *Pălărie a resurselor* pentru ca participanții să-și noteze, pe o bucată mică de hârtie, pe care o vor pune în pălărie, datele de contact și orice ajutor ar putea oferi. Puteți transmite hârtie, stilouri și pălăria sau puteți stabili un punct numit „Pălăria resurselor” către care veți direcționa lumea.
- Explicați că v-ar plăcea ca art-acțiunea să fie susținută de comunitate și că aceasta va fi îmbunătățită cu implicarea comunității.

Opțiune:

Puteți crea un *Cerc Comunitar* – un grup de persoane (inclusiv tineri, adulți și vârstnici respectați) care sunt interesați să lucreze împreună pentru a susține copiii și familiile din comunitățile lor.

Rugați persoanele interesate să se identifice. Notați-le numele și informațiile de contact. Transmiteți informațiile voastre de contact membrilor comunității, în caz că cineva ar dori să se alăture mai târziu.

Stabiliți un termen (de exemplu, 1 săptămână) pentru ca ei să vă comunice dacă ar dori să fie implicați.

- Mulțumiți tuturor pentru prezență. Împărțiți gustări și băuturi.
- După încheierea activității, completați **Formularul de documentare a activității (Anexa 1)** cu idei și povești cheie din această activitate.

Rețineți: Asigurați-vă că organizați întâlnirea cu comunitatea într-un moment strategic pentru grupul vostru. Veți simți care este cel mai bun moment pentru grup.



Activitatea 9: Colaj de monitorizare

Scop: Susținerea tinerilor în evaluarea succesului călătoriei lor efectuate împreună.

Arte de suport: Colaj

Materiale: Hârtie, vopsele, markere, reviste, fotografii.

Timp necesar: 30 minute

Când o veți face?

- Pentru un proiect YouCreate de 3 luni, puteți face această activitate **DE DOUĂ ORI**: acum, în Activitatea 9 și din nou, la un moment convenabil, în timpul art-acțiunii.
- În cazul unui training de 5 zile, puteți efectua această activitate **O DATĂ**, în ziua 3 sau 4.

Metodă:

1. În această activitate vă veți gândi la art-acțiunea pe care o planificați și o realizați, precum și la progresul pe care l-ați realizat în călătorie și le veți prezenta într-un mod artistic.

Reflectând asupra activităților grupului din luna precedentă, reveniți la *Harta art-acțiunii* elaborată de grup și revizuiți art-acțiunile și indicatorii progresului: ce așteptăm, ce ne-ar plăcea și ce am dori mult să vedem.

Întrebați-vă: „Care au fost cele mai importante schimbări din ultima lună?” „Ce schimbări văd în bunăstarea noastră, ca grup?”

2. Împreună cu grupul, creați un colaj de o pagină care ar evidenția progresul obținut în ultima lună sau orice schimbări importante pe care le-ați văzut sau simțit – mari sau mici.

Acest lucru se poate face pe o foaie mică, A4. Dacă pentru grupul vostru e mai potrivit să utilizați o coală mai mare de hârtie, este în regulă. Fiți creativi! Colajul vostru poate include oricare dintre următoarele elemente sau idei proprii:

- fotografii – imprimați fotografiile ale activităților din grup;
- decupări din reviste/alte materiale;
- desene sau picturi;
- poezie, cântec sau poveste.

3. Notați în **Formularul de documentare a activității (Anexa 1)** care au fost cele mai importante schimbări din luna respectivă și orice alte aspecte pe care doriți să le includeți.

Exemplu:

Tinerii decid că vor face fotografiile în timp ce planifică și repetă pentru piesă. Ei discută cu adultul aliat, care acceptă să tipărească fotografiile. Apoi, în fiecare lună, ei reflectează asupra activităților lor și folosesc indicatorii de progres (ce așteaptă, ce le-ar plăcea și ce doresc mult să vadă) pentru a face selecția fotografiilor care arată progresul realizat. Ei creează un colaj foto și înregistrează cele mai importante schimbări în **Anexa 1: Formular de documentare a activității**.



3.5 Etapa 5: Reflecții și împărtășire

În ce constă etapa de Reflecții și împărtășire?

Acum, împreună cu grupul de tineri, veți reflecta asupra experienței de implementare și monitorizare a proiectului de art-acțiune, după finalizarea acestuia. Puteți împărtăși comunității rezultatele muncii voastre asidue și celebra împreună succesul.

În etapa *Reflecții și împărtășire* veți:

- reflecta asupra modului în care s-a schimbat bunăstarea grupului în rezultatul proiectului YouCreate și veți explora schimbările importante care au avut loc;
- explora ce ați învățat din realizarea art-acțiunii și prezenta comunității voastre câteva aspecte importante;
- celebra succesul și încheia proiectul.

Care sunt activitățile de reflecții și împărtășire?

Mai jos este o listă de activități care pot fi desfășurate împreună cu grupul de tineri la această etapă.

Activități pentru etapa Reflecții și împărtășire				
Scopul	Durata pregătirii	Durata activității	Durata documentării	Total
Activitatea 10: Reflecții asupra Termometrului bunăstării				
Examinarea și reflectarea asupra schimbărilor importante care s-au produs pe parcursul călătoriei YouCreate în felul în care grupul percepe bunăstarea.	1 oră	1 oră	1 oră	3 ore
Activitatea 11: Tablou mural – O călătorie pe râu				
Explorarea celor mai importante schimbări produse în timpul călătoriei, ca evaluare finală a proiectului vostru de art-acțiune.	1 oră	1 oră	1 oră	3 ore

Activitatea 10: Reflecții asupra Termometrului bunăstării

Scop: Examinarea și reflectarea asupra schimbărilor importante produse de la începutul proiectului a modului în care grupul percepe bunăstarea.

Arte de suport: Imaginația, scrierea și desenul.

Materiale: **Anexa 5: Formularul Reflecții** pe care l-ați completat în Activitatea 4: *Măsurarea temperaturii*, 4 cutii sau găleți, foițe pentru notițe, stilouri, hârtie, creioane.

TimP necesar: 1 oră

Metodă:

Pasul A. Măsurarea bunăstării

- Împreună cu grupul, desfășurați mai întâi o scurtă activitate de reflecții asupra sentimentului de bunăstare al grupului. Îndemnați grupul să se așeze în cerc, punându-le la dispoziție o foaie de hârtie și creioane.
- Îndemnați-i pe tineri să reflecteze la următoarele întrebări, dar să păstreze deocamdată răspunsurile pentru ei:
 - Cum vă simțeați la începutul YouCreate?
 - Cunoșteți pe cineva?
 - Ce gânduri vă treceau prin minte? Aveați un sentiment de speranță? Erați nervoși când trebuia să vă implicați în activități de artă sau în activități cu oameni noi?
- Apoi spuneți-le: „Suntem la finalul proiectului de art-acțiune. Gândindu-vă la propria stare bine și la bunăstarea grupului, care sunt cele mai evidente schimbări care au avut loc de la începutul YouCreate?” Acordați câteva minute pentru împărtășirea gândurilor și discuții de grup.
- Distribuiți hârtie și creioane, astfel încât tinerii să poată schița sau desena ceva în timp ce se gândesc.

Pasul B: Termometrul bunăstării

- Desenați un termometru pe o foaie de flip chart, marcând 1 (scăzut) în partea de jos a foii și 10 (înalt) în partea de sus. Acest lucru se face pentru ca tinerii să vizualizeze scala.

Activitatea 12: Trandafir, mugure și ghimpe

Celebrarea succesului și planificarea modalității de împărtășire a lecțiilor însușite cu comunitatea mai largă și reflectarea asupra pașilor următori.	1 oră	1.5 oră	1 oră	3.5 ore
--	-------	---------	-------	---------

Activitatea 13: Tablou celebrativ din pietricele

Celebrarea succesului colectiv și a punctelor forte ale fiecăruia și încheierea YouCreate ca echipă.	1 oră	1 oră	1 oră	3 ore
--	-------	-------	-------	-------

Total	4 ore	4.5 ore	4 ore	12.5 ore
-------	-------	---------	-------	----------



2. Reamintiți-i grupului despre activitatea inițială de măsurarea temperaturii pe care ați făcut-o în faza *Explorare*, inclusiv de cei 5 piloni ai bunăstării:

Pilonul 1. Sentimentul de siguranță: a ne simți în siguranță atât din punct de vedere fizic, cât și emoțional.

Pilonul 2. Sentimentul de conexiune: a ne simți conectați cu persoanele și grupurile de suport din comunitate.

Pilonul 3. Sentimentul de valoare: a ne simți valoroși și cu roluri, responsabilități și identități care reflectă cine suntem, de unde venim și ce facem sau am dori să facem.

Pilonul 4. Sentimentul de respect: a ne simți respectați, cu capacitatea de a face față nedreptății din viața noastră și de a avea acces la drepturile noastre.

Pilonul 5. Sentimentul de speranță: a ne simți plini de speranță în viitor.

3. Puneți 5 cutii sau găleți pe masă și distribuiți câte 4 foițe pentru notițe fiecărei persoane. Scrieți fiecare obiectiv pe cutie sau pe un semn de lângă ea (o cutie pentru fiecare pilon).

4. Explicați-le tinerilor că vor evalua cum se simt în prezent în raport cu fiecare pilon. Acest lucru va fi confidențial și nimeni nu va vedea răspunsul lor.

5. Îndemnați-i să se uite la termometru și să se gândească la primul pilon (Sentimentul de siguranță). Îndemnați-i să se gândească în liniște timp de un minut, apoi să scrie numărul care corespunde modului în care se simt în prezent în raport cu pilonul respectiv (1 – foarte scăzut / 10 – foarte înalt). După ce termină sarcina, pot pune foița pentru notițe în cutia destinată primului pilon.

6. Repetați acest lucru pentru obiectivele 2, 3, 4 și 5 – explicați pilonul, rugați-i pe tineri să se gândească la modul în care se simt în prezent, să scrie o cifră de evaluare și să pună foița în cutie.

7. Puneți următoarele întrebări:

a. *Ce schimbări în raport cu pilonii se evidențiază cel mai mult (pozitive și negative)? De ce?*

b. *Starea cărui pilon s-a îmbunătățit cel mai mult? Cum credeți că s-a realizat acest lucru?*

c. *Cum credeți că s-ar putea realiza un progres în continuare?*

5. Faceți un sumar al discuției pentru grup și mulțumiți-le pentru participare.

6. Completați **Anexa 5: Formular de reflecție**. Asigurați-vă că înregistrați separat numerele din fiecare cutie.

Exemplu:

Acum, că tinerii au șansa să mediteze de unde au pornit la începutul proiectului, ei vor fi cu adevărat încântați să vadă câte schimbări pozitive au avut loc privind bunăstarea lor. Tinerii simt că au progresat în raport cu aproape toți pilonii. Ei constată că nu au înregistrat progrese într-un anumit domeniu și programează o întâlnire pentru a face un brainstorming și a vedea cum pot aborda acest aspect într-un alt proiect.

Moment pentru mișcare: Aliniere după data nașterii

Iată un exemplu de activitate motrice pe care ați putea-o include:

1. Îndemnați-i pe toți participanții să se alinieze într-un rând, în ordinea datelor nașterii, din ianuarie până în decembrie.
2. Pentru a se alinia, participanții nu se pot folosi de cuvinte, doar de mâini și gesturi.

Variații: Aliniere în dependență de distanța cea mai apropiată și cea mai îndepărtată de Centrul de tineret; animale favorite – de la cele mai mici la cele mai mari; etc. Asigurați-vă că participanții nu vorbesc atunci când se aliază, indiferent ce stil folosiți! Aceasta este, de asemenea, o modalitate utilă de a împărți participanții în grupuri pentru activități.

Activitatea 11: Tablou mural al călătoriei pe râu

Scop: Explorarea celor mai importante schimbări produse în timpul călătoriei, ca evaluare finală a proiectului vostru de art-acțiune.⁴

Arte de suport: Tablou mural.

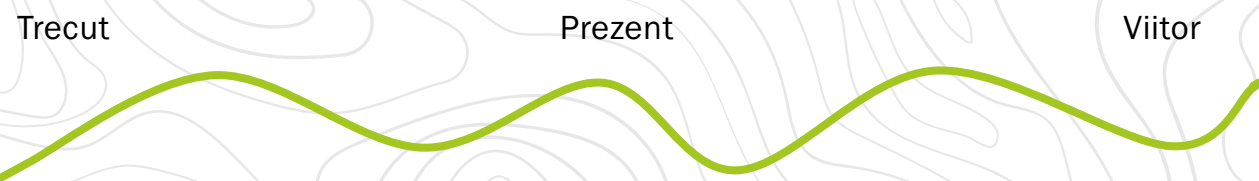
Materiale: Hârtie de flipchart (4 – 5 coli unite împreună), vopsele/creioane/alte culori, **Formularul Reflecții** (Anexa 5).

Timp necesar: 1 oră

Metodă:

Pasul A: Călătorie pe râu

1. Plasați o coală lungă de hârtie pe podea sau pe perete și scrieți sus, cu intervale între cuvinte – Trecut, Prezent și Viitor.



2. Îndemnați-i pe tineri să închidă ochii și să-și imagineze un râu frumos, care curge din trecutul lor (înainte de a începe YouCreate) până în prezent (art-acțiunea finalizată recent) și spre viitorul lor (ce speră să se întâmple în continuare?).
3. Întrebați-i pe tineri cum era viața lor în trecut, înainte de a începe YouCreate. Cum este viața acum, când au încheiat art-acțiunea? Ce speră că ar putea face pe viitor?
4. Întrebați-i pe tineri care au fost cele mai importante schimbări produse între fiecare dintre aceste perioade de timp (trecut, prezent, viitor). Aceste schimbări pot fi de ordin personal, familial sau din comunitate.
5. Rugați-i pe tineri să deseneze pe coală un râu (2 rânduri) și să-l împresoare cu poveștile lor individuale (în scris și/sau cu desene). Ei pot include, de asemenea, activități și evenimente importante care au dus la schimbări.

⁴ Prezentă activitate a fost elaborată de către IICRD, ca variantă a Most Significant Change (MSC) Participatory Monitoring Tool.

6. După finalizarea sarcinii, îndemnați-i pe participanți să deseneze sau să scrie „povești” semnificative care reflectă schimbările prin care au trecut în rezultatul participării la YouCreate.
7. Ce activități și evenimente au fost semnificative pentru voi / au dus la aceste schimbări? Vă rugăm să le desenați sau să le descrieți.
8. Facilitați o discuție, ghidându-vă de întrebările de mai jos. Faceți un rezumat al răspunsurilor grupului în **Anexa 5: Formularul Reflecții**.
 - a. Care au fost cele mai importante schimbări dezvăluite în călătoria pe râu? De ce sunt importante?
 - b. Au fost aceste schimbări percepute de toți participanții? Explicați, vă rog.
 - c. Ce lecții însușite veți prelua în activitățile viitoare pe care le planificați și în viața voastră?

Pasul B: Reflecții asupra indicatorilor progresului

1. Acum reveniți la **Indicatorii progresului** din **Harta art-acțiunii** (Anexa 4). Referindu-vă la reflecțiile grupului, gândiți-vă la progresul înregistrat până în prezent. Notați schimbările cheie pe fiecare indicator al progresului în **Formularul Reflecții** (Anexa 5).

Activitatea 12: Trandafir, mugure și ghimpe

Scop: Celebrarea succesului și planificarea modalității de împărtășire cu comunitatea a lecțiilor însușite și reflectare asupra pașilor următori.

Această activitate vă va ajuta:

- Să determinați impactul întregului proiect YouCreate.
- Să-i ajutați pe participanți să înțeleagă succesele, provocările și lecțiile însușite din proiect.
- Să ghidați tinerii și comunitatea în procesul de luare a deciziilor privind pașii următori.

Grup: Tineri (aliatul adult poate, de asemenea, invita la această activitate personal de suport suplimentar)

Arte de suport: Decuparea hârtiei și altele selectate de către tineri.

Materiale: Hârtie pentru flipchart și markere; **Anexa 6: Formularul Împărtășire**, hârtie de 3 culori, foarfece.

Timp necesar: 1.5 ore

Metodă:

Înainte de activitate:

Luați hârtie de 3 culori diferite și, înainte de activitate, decupați „trandafiri”, „ghimpi” și „muguri”. Faceți-i suficient de mari încât participanții să poată scrie idei pe aceștia.

În timpul activității:

Această activitate vă va ghida în următoarele etape de *Împărtășire*.

- A. CE? Faceți un sumar al succeselor, provocărilor și principalelor lecții însușite sub formă de câteva *mesaje cheie*.
- B. CINE? Decideți la cine trebuie să ajungă aceste mesaje cheie.
- C. CUM/UNDE/CÂND? Planificați cea mai bună metodă creativă de a împărtăși aceste mesaje cheie, inclusiv un forum pentru a discuta pașii următori.
- D. ÎMPĂRTĂȘI!

Partea A: CE? Faceți un sumar al succeselor, provocărilor și lecțiilor însușite sub formă de câteva mesaje cheie.

1. Explicați grupului că urmează să exploreze aceste 3 categorii prin utilizarea metaforică a unui trandafir – **succese** (trandafiri), **provocări** (ghimpi) și principalele **lecții însușite** (muguri). Activitatea este descrisă mai jos ca o activitate de decupare a hârtiei, dar o puteți face și sub formă de înscenare, cântec, poezie sau o altă formă de artă, la alegere.
2. Luați niște coli de flipchart și decupați o tufă de trandafiri – doar câteva ramuri care se ridică din pământ. Împreună cu grupul, veți adăuga florile de trandafir (succesele), ghimpii (provocările) și mugurii (lecțiile însușite) cu o scurtă descriere pentru fiecare.
3. Întrebări de orientare pentru a descrie fiecare categorie:
 - a. TRANDAFIRI – Succesul: *Ce a fost bine? De care realizare a grupului sunteți mândri în mod special? Nu uitați să revedeți indicatorii progresului din **Formularul Reflecții** pentru a vă reaminti succesele importante care nu sunt prea vizibile (de exemplu, conexiunile sociale stabilite, dezvoltarea respectului de sine, etc.).*
 - b. GHIMPI – Provocări: *Cu ce provocări v-ați confruntat pe parcurs? Cine le-a resimțit cel mai mult (toți tinerii, fetele, băieții, alții)? Ce ați întreprins pentru a face față acestor provocări?*
 - c. MUGURI – Lecții însușite: *Ce ați învățat din acest proiect? Ce ați face diferit data viitoare? Cum ați putea planifica și aborda provocările data viitoare? Ce oportunități au apărut prin intermediul proiectului? Ce posibilități au nevoie de creștere și dezvoltare?*
4. După ce faceți un brainstorming referitor la trandafiri, ghimpi și muguri, rezumați mesajele cheie și notați-le în **Anexa 6: Formularul Împărtășire**.

Partea B: CINE? Decideți la cine trebuie să ajungă aceste mesaje cheie.

1. Aruncați o privire asupra hărții *Lumea noastră* pe care ați realizat-o în Activitatea 2 – *Întocmirea hărții*. Citiți, pe rând, fiecare mesaj cheie scris în partea A din **Formularul Împărtășire** și discutați cine trebuie să audă aceste mesaje. Notați acest fapt în ultima coloană din fișa de lucru (partea B). Întrebați-vă:
 - a. Care dintre participanți, la orice etapă a proiectului, ar trebui să cunoască mesajele cheie?
 - b. Cine ar trebui să fie implicat în stabilirea pașilor următori?
 - c. Cine ar beneficia dacă ar afla aceste lucruri?
 - d. Cine are nevoie de aceste informații pentru luarea deciziilor pe viitor?

Partea C: CUM / UNDE / CÂND? Planificați cea mai bună metodă creativă de a împărtăși aceste mesaje cheie, inclusiv un forum pentru a discuta pașii următori.

1. Folosiți următoarele întrebări pentru a vă gândi la un plan de ÎMPĂRTĂȘIRE. Scrieți răspunsurile în fișa de lucru ÎMPĂRTĂȘIRE (partea C).
 - a. Care este cel mai bun format pentru împărtășirea mesajelor cheie (în scris, personal, creativ)?
 - b. Ce metode creative am putea folosi pentru a împărtăși aceste informații – o metodă care ar putea, în SINE, să arate impactul proiectului (de exemplu, spectacol public, tablou mural, expoziție de fotografii, grădină comunitară, spațiu deschis, etc.)?
 - c. Au loc în comunitate anumite întâlniri sau forumuri, la care am putea solicita posibilitatea de a face o prezentare?
 - d. Există comunități online care ar fi interesate să afle despre activitatea voastră?
 - e. Gândiți-vă la diferite categorii de public și întrebați-vă: „Va fi nevoie să elaborăm unele metode diferite de împărtășire pentru a ajunge la fiecare public într-un mod eficient?”
 - f. Care este timpul de care dispunem pentru a elabora planul de ÎMPĂRTĂȘIRE? Cine va dirija fiecare etapă?
 - g. Când și unde ar trebui să ÎMPĂRTĂȘIM pentru a ne asigura că ajungem la persoanele care trebuie să audă aceste lucruri și cu care să planificăm pașii următori?

2. ÎMPĂRTĂȘIȚI CU COMUNITATEA VOASTRĂ!

Examinați:

Cine? Pe cine am dori să invităm la celebrarea noastră? Gândiți-vă la diferitele niveluri ale modelului de ecologie socială: familie, prieteni, membri ai comunității, oameni de afaceri și artiști. Gândiți-vă la toți cei care au ajutat la realizarea acțiunii voastre sau ar putea avea un impact în viitor.

Unde? Unde ar fi un loc convenabil pentru a organiza evenimente de împărtășire?

Când? Care este timpul și data potrivită?

Ce? Ce trebuie să elaborați sau să aduceți cu voi pentru a prezenta ideea? Ce le puteți oferi membrilor comunității? (De exemplu, gustări și apă.)

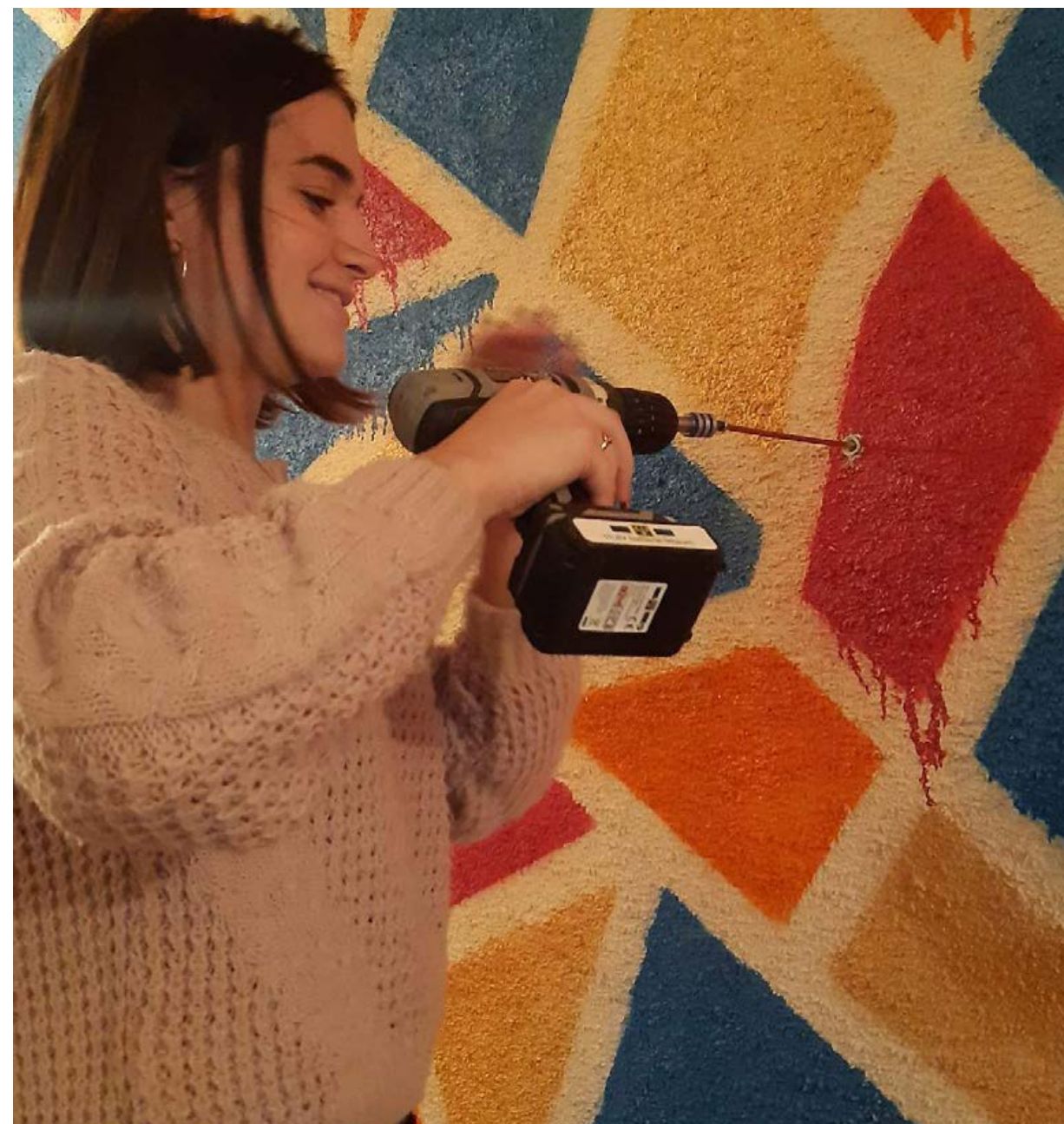
Cum? Cum veți facilita procesul? Cum vă veți împărtăși ideile?

Moment pentru mișcare: Bato

Iată un exemplu de activitate motrice pe care ați putea-o include:

1. Îndemnați-i pe participanți să se ridice și să formeze un cerc.
2. Liderul va spune trei cuvinte, iar participanții vor răspunde cu anumite acțiuni:
 - Când liderul spune „Ba”, participanții vor ridica brațele deasupra capului.
 - Când liderul spune „Bato”, participanții vor întinde brațele în fața lor.
 - Când liderul spune „Bato Bato”, participanții se vor lovi de două ori pe coapse.

Atenționați-i pe participanți să facă ce SPUNE liderul, nu ce FACE acesta.



Activitatea 13: Tablou celebrativ pe pietre

Scop: Celebrarea succesului colectiv și a punctelor forte individuale și încheierea proiectului YouCreate ca echipă.⁵

Arte de suport: Desenul și povestirea.

Materiale: Certificate, diferite materiale artistice; pietricele netede (câte una pentru fiecare persoană) și vopsele.

Timp: 1 oră

Metodă:

Partea A: Certificate

1. Pregătiți o pălărie sau o cutie cu numele fiecărei persoane scris pe o foaie de hârtie. Îndemnați-i pe tineri să aleagă un nume din pălărie. Dacă aleg propriul nume, îl pot pune înapoi și alege un alt nume.
2. Îndemnați-i pe participanți să elaboreze, timp de zece minute, designul unui premiu pentru persoana al cărui nume l-au extras.
3. Spuneți-le tinerilor că vor dispune de un minut pentru a prezenta premiul și modul în care acesta reprezintă persoana pe care au ales-o.
4. Rugați-i pe participanți să fie concreți și să împărtășească lucruri deosebite pe care le-au respectat și apreciat la persoana respectivă în timpul atelierelor.

Exemplu:

- a. Îi acord lui Ionel premiul pentru cel mai bun ascultător. El întotdeauna asculta ce spuneau ceilalți. De exemplu, când eram mai nervos în timpul unei activități, mi-a ascultat preocupările și mi-a oferit sprijin.
 - b. Îi dau Marei premiul pentru pictură. Atunci când eu nu am știut cum să obțin diferite culori, ea mi-a arătat cu răbdare cum să amestec roșu și albastru pentru a obține nuanța mov, fără a mă face să mă simt incomod că nu știam acest lucru.
5. După zece minute de pregătire, invitați-i pe toți tinerii să se reunească în cerc.
 6. Invitați un participant să dea start procesului.
 7. Invitați apoi persoana care a primit premiul să prezinte premiul pentru următoarea persoană și tot așa mai departe.

⁵ Adaptat după IICRD and Right To Play Closing Circle activities.

Notă: dacă timpul nu permite acordarea premiilor, schimbați mersul activității – fiecare persoană va oferi certificatul unei alte persoane și va spune în 2-3 enunțuri de ce apreciază persoana respectivă.

Partea B: Tablou pe pietre

1. Atunci când fiecare persoană primește premiul, îi puteți înmâna și certificatul.
2. După ce toți tinerii vor acorda și primi premii, îndemnați participanții să aleagă o piatră dintr-o grămadă de pe masă. Asigurați-vă că fiecare persoană are acces la vopsele.
3. Îndemnați-i pe participanți să se gândească la următoarele întrebări, în timp ce pictează piatra. „Ce ați câștigat în urma participării la YouCreate?” „Ce veți păstra pentru viitor?”
3. Rezervați-le tinerilor 5-10 minute pentru a reflecta asupra întrebărilor și pentru a-și picta pietrele.
4. După ce toți încheie sarcina, îndemnați-i să-și aducă pietrele la masă și să le aranjeze împreună, astfel încât să reflecte sentimentele lor despre YouCreate (de exemplu, un semn de exclamație, un soare, o inimă, o pensulă).
5. Încurajați membrii grupului să-și împărtășească gândurile și sentimentele și ce au desenat pe piatra lor. Tinerii își pot lua piatra acasă pentru a-și aminti de călătoria YouCreate.
6. Mulțumiți-le tuturor tinerilor pentru participare.
8. Încheiați activitatea cu *Cercul încrederii*.



ANEXE

- Anexa 1: Formular de documentare a activității
- Anexa 2: Diagrama tematicii
- Anexa 3: Harta minții
- Anexa 4: Harta art-acțiunii
- Anexa 5: Formularul Reflecții
- Anexa 6: Formularul Împărtășire
- Anexa 7: Exemple din viața reală de activități bazate pe artă care susțin pilonii bunăstării
- Anexa 8: Jurnale de reflecții ale liderilor de tineret
- Anexa 9: Sugestii pentru planificarea procesului de cercetare privind acțiunile participative

Anexa 1: Formular de documentare a activității

Dacă nu sunteți direcționat către un alt formular, utilizați acest formular pentru a înregistra notițele voastre referitoare la toate activitățile din art-kit.

Formular de documentare a activității

Denumirea comunității

Data și ora

Numele persoanei care va lua notițe

Numele facilitatorului

Numele aliatului adult

Participanți

(inclusiv băieți, fete și intervalul de vârstă)

Reflecții asupra activității

Vă rugăm să notați, când este posibil, citatele, cuvintele sau povestirile utilizate de participanți.

Denumirea și numărul activității

Descrieți activitatea

Ce s-a întâmplat?

Tema 3

Tema 4

Tema 5

Anexa 3: Harta minții

Vă rugăm să completați acest formular după finalizarea **Activității 7**. Puteți chiar să imprimați aceste fișe și tinerii să le completeze direct sau puteți transfera aceste informații pe câteva foi de flipchart.

DE CE RESURSE VOM AVEA NEVOIE?

CINE VA TREBUI SĂ LUCREZE CU NOI?

CE PUNCTE FORTE AVEM DEJA?

CINE NI SE VA ALĂTURA? CÂND?

Idee de art-acțiune

CE TIPURI DE ARTE PUTEM UTILIZA?

CE PROVOCĂRI VA TREBUI SĂ ÎNFRUNTĂM?



Anexa 4: Harta art-acțiunii

Vă rugăm să completați acest formular după ce veți încheia, împreună cu grupul de tineri, **Harta art-acțiunii**, după **Activitatea 7**. Puteți continua să adăugați elemente și s-o dezvoltați pe măsură ce treceți la planificarea art-acțiunii. Acesta este un lucru minunat de împărtășit și cu grupul vostru de tineri.

Harta art-acțiunii

Denumirea art-acțiunii			
Denumirea grupului sau comunității			
Când vom începe? (data)			
Când vom finaliza? (data)			
Locația <i>Unde va fi implementată art-acțiunea?</i>			
Viziune / Scop <i>De ce doriți să faceți asta?</i>			
Provocări <i>Care sunt provocările pe care doriți să le abordați?</i>			
	Sarcina	Persoana (-ele) responsabilă (-e)	Termenul
Planul pas cu pas <i>Care sunt pașii pe care trebuie să-i parcurgeți pentru a implementa art-acțiunea voastră?</i>	1		
	2		
	3		
	4		
	5		

Harta art-acțiunii

Resurse

De ce resurse veți avea nevoie? (persoane, fonduri, materiale)

Materiale:

Locația:

Transport:

Buget

Care este bugetul vostru și cum îl veți cheltui?

Produse alimentare:

Persoane de suport:

Instruire:

Ce ne așteptăm să vedem:

Ce ne-ar plăcea să vedem:

Indicatorii progresului

Schimbările pe termen scurt pe care doriți să le realizați prin această activitate.

Ce ne-am dori mult să vedem:

Anexa 5: Formularul Reflecții

Acest formular ar trebui completat în **Activitatea 4: Termometrul bunăstării** și în **Etapă de reflecții**, Activitățile 10-13.

SECȚIUNEA 1: INFORMAȚII DE BAZĂ

Denumirea organizației:

Denumirea grupului:

Numele tinerilor agenți ai schimbării:

Denumirea proiectului:

Data reflecțiilor:

Scurtă descriere a proiectului vostru:

SECȚIUNEA 2: TERMOMETRUL BUNĂSTĂRII (Activitatea 4 – Explorare și Activitatea 10 – Reflecții)

Vă rugăm să completați tabelul în faza Explorare (Activitatea 4: Termometrul bunăstării), apoi, din nou, în fazele Reflecții și împărtășire (Activitatea 10: Reflecții asupra Termometrului bunăstării). Calculați media în baza cifrelor din fiecare cutie/găleată referitoare la piloni.

De exemplu, dacă aveți 20 de fișe în cutia destinată Pilonului 1, adăugați aceste cifre și împărțiți-le la 20 pentru a obține media. Adăugați comentariile și notițele voastre referitoare la piloni în coloana finală.

Activitate	Scor (1 – foarte scăzut / 10 – foarte înalt)					Comentarii și note A avut loc vreo discuție interesantă despre piloni? Ați observat vreo schimbare de la Activitatea 4 la Activitatea 10?
	Pilonul 1: Siguranță	Pilonul 2: Conexiune	Pilonul 3: Valoare	Pilonul 4: Respect	Pilonul 5: Speranță	
Începutul proiectului Activitatea 4						
Sfârșitul proiectului Activitatea 10						

SECȚIUNEA 3: REFLECȚII (Activitatea 10: Reflecții asupra Termometrului bunăstării)

Reflecții - întrebări pentru voi, tineri agenți ai schimbării și tinerii participanți cu privire la **Activitatea 10: Reflecții asupra Termometrului bunăstării**.

A) Ce schimbări în raport cu pilonii se evidențiază, în opinia voastră, cel mai mult (pozitive și negative)? De ce?

B) Ce pilon a înregistrat cea mai mare îmbunătățire? Cum credeți că s-a realizat acest lucru?

C) Cum credeți, ar fi putut avea loc mai mult progres?

**SECȚIUNEA 4: TABLOU MURAL O CĂLĂTORIE PE RÂU
(Activitatea 11: Tablou mural „O călătorie pe râu”)**

Întrebări pentru voi, tineri agenți ai schimbării și tineri cu privire la Activitatea 11: Tablou mural „O călătorie pe râu”.

Care au fost cele mai importante schimbări care s-au dezvoltat pe parcursul Călătoriei pe râu? De ce sunt importante?

Au fost schimbările percepute de toți participanții? Explicați.

Ce ați învățat și ce veți prelua pentru:

a) activitățile viitoare pe care le planificați?

b) viața voastră

Indicatorii succesului:

Vă rugăm să consultați **Anexa 4: Harta art-acțiunii** și să reflectați asupra indicatorilor progresului (IP). Scrieți acești indicatori ai progresului mai jos și menționați, pentru fiecare dintre ei, dacă s-au modificat în urma art-acțiunilor (schimbări pozitive sau negative):

Indicatorii progresului

(vă rugăm să-i copiați din Harta art-acțiunii)

Ce ne-am aștepta să vedem:

Ce ne-ar plăcea să vedem:

Ce ne dorim mult să vedem:

Reflecții asupra schimbărilor după art-acțiuni (pozitive/negative)

Anexa 6: Formularul Împărtășire

Acest formular trebuie completat după **Activitatea 12: Trandafir, mugure și ghimpe.**

Ce?	Mesaje cheie (Partea A)	Cine (Partea B)
Succese		
Provocări		
Lecții însușite		
Planul de ÎMPĂRTĂȘIRE (Partea C)		
Cum?		
Când?		
Unde?		

Anexa 7: Exemple din viața reală de activități bazate pe artă care susțin pilonii bunăstării

Documentul de mai jos include exemple din viața reală referitoare la cei 5 Piloni ai bunăstării:

Pilonul 1. Sentimentul de siguranță: a ne simți în siguranță atât din punct de vedere fizic, cât și emoțional.

Pilonul 2. Sentimentul de conexiune: a ne simți conectați cu persoanele și grupurile de suport.

Pilonul 3. Sentimentul de valoare: a ne simți valoroși și cu roluri și identități care reflectă cine suntem, de unde venim și ce facem sau am dori să facem.

Pilonul 4. Sentimentul de respect: a ne simți respectați, a dezvolta conștiința critică și capacitatea de a face față nedreptății și a avea acces la drepturi.

Pilonul 5. Sentimentul de speranță: a ne simți plini de speranță în viitor.

PILONII BUNĂSTĂRII: EXEMPLE REALE

Pilonul 1. Sentimentul de siguranță

A. Crearea unui spațiu sigur

Idee. Unde vă simțiți cel mai mult în siguranță? Există vreo odaie sau vreun colț din curtea, casa sau cartierul vostru unde vă simțiți în siguranță? Un alt spațiu? Ideea acestei activități este să lucrați împreună cu semenii voștri și să vă gândiți la un loc care vă face pe toți să vă simțiți în siguranță și să-l transformați într-un spațiu primitiv. Dacă nu există un astfel de loc unde s-ar simți toți în siguranță, încercați să vă gândiți la un spațiu sigur pe care l-ați putea crea. Ce ar trebui să faceți pentru a-l face sigur?

Exemplu pentru inspirație: Fundația Județeană pentru Tineret Timiș (FITT) a inaugurat 5 centre de tineret în cartierele timișorene. Centrele de tineret reprezintă locul unde tinerii vor sta la masă cu creativitatea, vor inventa proiecte, își vor cânta planurile, se vor juca cu ideile lor, vor desfășura și vor pune cap la cap puzzle-urile activităților inițiate de ei, toate acestea sub îndrumarea și cu suportul FITT: fitt.ro/timisoara-si-ale-sale-5-noi-centre-de-tineret/

Și voi puteți face asta! Identificați un spațiu care credeți că ar putea fi potrivit. Fiți creativi. Poate fi sub un copac din curte, un birou neutilizat, colțul din spate al unei săli mari. Cereți permisiunea de a-l transforma într-un spațiu sigur pentru grupul vostru.

Începeți prin curățarea spațiului. Rugați fiecare tânăr să aducă obiecte care îi fac să se simtă în siguranță, pentru a decora spațiul. Ați putea face un tablou mural, atârna felinare sau păsări din hârtie ori puteți veni cu idei de alte proiecte de artă vizuală, sonoră sau tactilă prin care doriți să decorați spațiul. Invitați persoane să împartă acest spațiu cu voi. Ați putea invita un coleg sau un adult să desfășoare activități aici sau îl puteți păstra ca un loc liniștit pentru reflecții. Puteți examina oportunitatea creării unor spații sigure *pentru diferite sexe*. De asemenea, puteți crea un spațiu sigur *doar pentru voi acasă*, un locul preferat în natură sau în altă parte unde v-ați simți bine și în siguranță.

B. Siguranță prin dans și mișcare

Idee. Ca ființe umane, noi stocăm emoții în corpurile noastre fizice. Prin dans sau prin alte tipuri de mișcare, putem elibera sentimentele care se acumulează și crea spațiu pentru noi sentimente, precum sentimentul de siguranță și securitate. Practicând dansul și mișcarea, puteți învăța a vă controla corpul, iar aceasta ajută la consolidarea sentimentelor de siguranță și stabilitate. Dansul folosește și muzică, care ne poate conecta la cultura și casa noastră și, de asemenea, ne prezintă culturi noi și ne poate ajuta să ne simțim mai confortabil cu ele.

Exemplu pentru inspirație: din 2005, coregraful și dansatorul Taigué Ahmed și organizația sa, Ndam Se Na, organizează ateliere de dans în lagărele pentru refugiați din sudul Ciadului. El spune că dansul poate ajuta la exprimarea emoțiilor care sunt refulate. Dansul și cântecul împreună pot fi foarte puternice.

goethe.de/en/kul/tut/gen/tan/20710799.html

nonformalii.wordpress.com/2012/08/08/metode-laborator-2012-dans-contemporan-elemente-educationale-de-explorare-corporala/

Și voi puteți face asta! Decideți dacă doriți să învățați un anumit tip de dans sau dacă preferați să vă axați pe mișcări libere și dans liber. Găsiți un profesor de dans sau un antrenor care credeți că ar putea ajuta grupul vostru. Invitați-vă semenii să participe la sesiuni. În unele culturi poate fi mai potrivit să se organizeze sesiuni separate pentru fete și băieți.

Pilonul 2. Sentimentul de conexiune

A. Imaginea creativă a familiei

Idee. Consolidati relațiile cu o persoană importantă din viața voastră, folosind diverse forme de artă pentru a prezenta o amintire, experiență sau poveste importantă pe care o aveți despre ea. Creați apoi o galerie în care fiecare își poate prezenta persoana importantă.

Și voi puteți face asta! Unii oameni își au familia în apropiere, alții se află departe de familiile lor, iar mulți oameni au pierdut membri importanți ai familiei. Familia este definită, de regulă, prin relațiile de sânge, dar familia poate fi constituită și din oamenii care sunt foarte importanți pentru noi.

Îndemnați tinerii să se gândească la una sau două persoane care sunt importante pentru ei și ale căror profiluri ar dori să le facă. Dacă persoana locuiește aproape de ei, ar putea merge la ea pentru a vedea dacă ar fi dispusă să lucreze cu ei. Dacă persoana trăiește departe sau a decedat, ar putea vorbi cu cineva care a cunoscut-o sau își amintește de ea.

Ideea este să creeze o „imagine” pentru a arăta cine este această persoană și de ce este importantă pentru ei, fie prin cuvinte, note muzicale, pictură sau orice altă formă de artă. Îndemnați-i să încerce să afle lucruri noi despre această persoană. *De exemplu: Povestiți-i acestei persoane o amintire pe care o aveți despre ea, care este importantă pentru voi. Întrebați persoana dacă își amintește de acest lucru și rugați-o să vă spună cum își amintește de acest eveniment sau istorioară. Puteți chiar să-i întrebați și pe alți membri ai familiei sau prieteni ce își amintesc.*

După ce fiecare a realizat profilul, creați o galerie în centrul comunității voastre pentru a prezenta fotografiile, imaginile, istorioarele scrise sau prezentările – orice metodă care le convine tinerilor, astfel încât ceilalți să poată afla mai multe despre persoanele care sunt cele mai importante pentru semenii lor.

B. Dezvoltarea comunității prin artă

Idee. Arta și cultura sunt modalități minunate de a reuni oamenii! Gastronomica, arta, muzica și natura sunt apreciate în orice cultură, prin urmare, dacă realizați un proiect comunitar de artă pentru unul sau pentru mai multe grupuri culturale, aceasta este o bună modalitate de a-i uni pe membrii comunității voastre.

Exemplu pentru inspirație: MABELLEarts este o organizație artistică comunitară din Ontario, Canada, care lucrează cu artiști și membri ai comunității pentru a transforma spațiile publice neglijate în locuri pentru comunitate și arte.

shifra-cooper.squarespace.com/

Și voi puteți face asta! Există în apropiere de voi vreun spațiu, mare sau mic, care ar putea fi folosit pentru lucruri plăcute și pentru artă? De multe ori există colțuri de stradă, spații între clădiri sau alte zone neglijate care ar putea fi folosite ca locuri de întâlnire pentru comunitate, pentru a construi relații și a crea artă împreună. Stabiliți unde doriți să realizați proiectul vostru și obțineți aprobarea necesară, dacă este cazul. Puteți invita oamenii la o întâlnire în acest spațiu și puteți discuta despre cum doriți să-l transformați. Primul pas ar putea fi curățarea, apoi decorarea acestuia cu piese de artă mai mari sau mai mici și găzduirea unei activități. Puteți continua să reveniți și să dezvoltați acest spațiu, odată cu construirea noilor relații.

C. Artă prin conexiune digitală

Idee. În prezent, comunitatea este ceva ce poate fi construit în lumea fizică, dar și în lumea virtuală. Poate fi interesant să găsiți o comunitate online de persoane care au experiențe similare cu voi sau care împărtășesc valori și interese similare.

Exemplu pentru inspirație: *Proiectul 1324*, project1324.com, este un nou proiect realizat de Adobe, care susține tinerii artiști emergenți pentru a se conecta, a se inspira unii pe alții și a avea un impact. *Proiectul 1324* lansează „provocări”, în cadrul cărora tineri din întreaga lume sunt invitați să-și împărtășească ideile. De exemplu: *Proiectul Nicio generație pierdută* a susținut tinerii afectați de criza din Siria și Irak în a-și împărtăși identitatea prin arta online. Puteți vedea online câteva dintre istoriile proiectului: project1324.com/challenge/definedwithoutborders.

Și voi puteți face asta! Creați propria provocare pe portalul *Proiectului 1324* sau trimiteți o piesă de artă în cadrul unei provocări existente. Implicați-vă în dialog cu semenii pe care îi întâlniți online. Împărtășiți-vă povestea. Cunoașteți alți tineri. Dezvoltați-vă abilitățile artistice.

D. Serate muzicale

Idee. Reuniți tinerii pentru a cânta muzică tradițională și pentru a crea muzică proprie!

Exemplu pentru inspirație: în timpul atelierului-pilot YouCreate din Irak, tinerii au adus de acasă instrumente și le-au folosit în sala de atelier pentru a cânta melodii tradiționale și cântece noi în timpul orelor de prânz și pe parcursul sesiunilor. Unii spuneau că în comunitățile lor se cântă pentru cei din armată și pentru a contribui la starea de bine a tinerilor și adulților. Aveți nevoie de mai multă inspirație? Vedeți RefugeeYouth, o organizație condusă de tineri pentru tineri: refugeeyouth.org/portfolio-items/arts-night.

Și voi puteți face asta! Găsiți o organizație/un grup care vă poate dona/împrumuta instrumente și stabiliți un parteneriat, invitați tinerii să se întrunească în mod regulat (săptămânal) pentru a cânta. Cântați cântece pe care le cunoașteți și/

sau creați cântece noi împreună. Încercați diferite instrumente și creați o trupă a bunăstării.

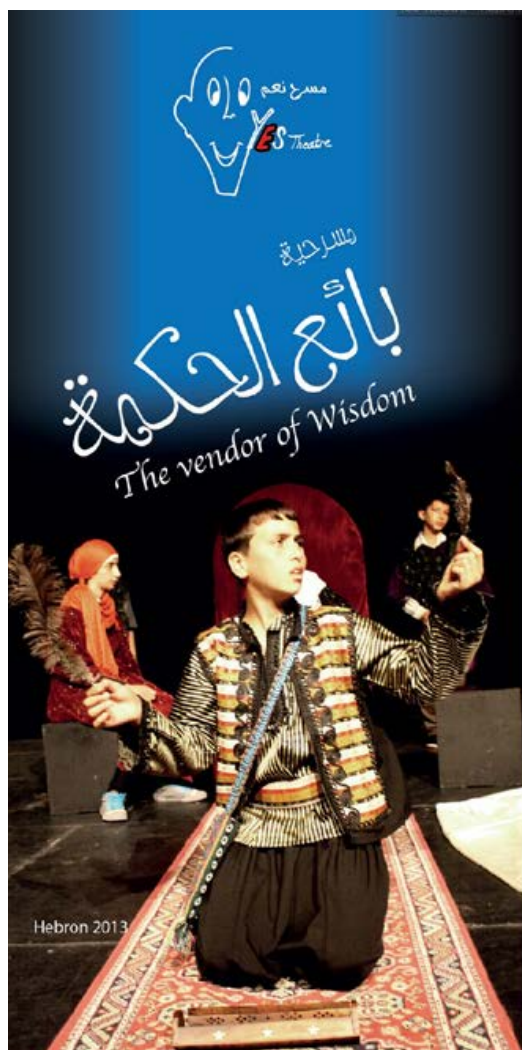
Pilonul 3. Sentimentul de valoare

A. Joc de rol și piesă de teatru pentru a explora identitatea

Idee. Ajutați-i pe tineri să-și exploreze propria identitate prin interpretarea diferitor roluri ale personalităților interesante atât din cultura lor, cât și din alte culturi.

Exemplu pentru inspirație: Yes Theatre din Palestina lucrează cu copiii și tinerii palestinieni pentru a elabora modalități creative și constructive de a răspunde provocărilor din viața tinerilor. Yes Theatre consideră că piesele și teatrul pot avea un impact pozitiv asupra tinerilor și contribuie la crearea unei schimbări în societate.

Și voi puteți face asta! Identificați un actor de teatru din comunitatea voastră care ar fi dispus să lucreze cu tinerii asupra unui proiect. Solicitați suport și instruire pentru elaborarea unei piese care să evidențieze rolurile pozitive pe care le joacă tinerii în comunitate. De exemplu: alegeți o persoană din comunitatea voastră de origine care inspiră, precum și o persoană din comunitatea în care trăiți. Creați o piesă care să le prezinte semenilor și comunității voastre poveștile acestor oameni.



B. Susținerea diversității prin muzică

Idee. Ajutați diferite grupuri de tineri să povestească despre cultura și experiențele lor prin intermediul muzicii.

Exemplu pentru inspirație: Uwezo Awareness Organization, uwezo.org, lucrează cu tinerii în Kenya pentru a le dezvolta talentele muzicale și interpretative. Tinerii care au suferit din cauza sărăciei și migrației sunt îndrumați și susținuți să-și împărtășească poveștile lor cu un public larg.

Și voi puteți face asta! Muzica este o modalitate atât de bună de a ne face cunoscută cultura, poveștile noastre de viață și de a ne conecta cu un public mai

larg. Lucrând cu un profesor de muzică, puteți crea cântece, individual sau ca grup, pentru a vă împărtăși poveștile prin organizarea unui spectacol în comunitatea voastră sau prin distribuirea unui videoclip online.

C. Istorioare povestite într-o revistă sub îndrumarea tinerilor

Idee. Creați o revistă, tipărită sau online, pentru a împărtăși povești despre experiențele voastre și ale semenilor. O revistă condusă de tineri înseamnă că tinerii joacă rolurile de creatori, autori de articole, redactori, ilustratori și editori, împărtășind lucrul lor. Puteți decide care va fi publicul vostru, stilul și tematica, precum și modalitatea de prezentare!

Exemplu pentru inspirație: Revista BEATS editată de Leave Out Violence în Columbia Britanică, Canada, bc.leaveoutviolence.org/beats-magazine. BEATS este publicată de către și pentru tinerii imigranți și refugiați și abordează în fiecare număr o nouă temă actuală: issuu.com/beatsm./docs/issue_11_web



Și voi puteți face asta! Puteți începe cu ceva mic, cu o revistă tipărită de 3 – 4 pagini, pentru a împărtăși unele dintre ideile voastre. Ca grup, decideți de comun acord ce teme sau idei doriți să abordați în primul număr. Stabiliți cine este interesat să-și asume anumite roluri, așa ca autori de articole, pictori, redactori, etc. Lucrați împreună pentru a crea un plan de pregătire a revistei. Contactați pictori, adulți de suport din comunitate care vă pot ajuta să transformați visul vostru în realitate.

Pilonul 4. Sentimentul de respect

A. Povestiri digitale

Idee. Tinerii pregătesc filmulețe pentru a-și împărtăși istorioarele despre importanța drepturilor copiilor. Ei pot alege unul dintre drepturi, cum ar fi dreptul copiilor de a participa, care urmează a fi explorat prin intermediul filmului.

Exemplu pentru inspirație: ResiliencebyDesignLab, Royal Roads University, resiliencebydesign.com. În laboratorul RbD, tinerii creează povestiri de trei minute, utilizând fotografiile, muzică și vocea de fundal pentru a-și spune istorioarele, preocupările referitoare la comunitățile lor și recomandările privind consolidarea

implicării tinerilor în luarea deciziilor și/sau în construirea unor comunități puternice și reziliente.

Și voi puteți face asta! Plimbați-vă, împreună cu grupul, prin comunitate și faceți fotografii cu lucruri din comunitatea voastră care sunt relevante pentru drepturile copiilor. Puteți crea o istorioară despre ce funcționează bine și/sau să fotografiați lucruri care denotă provocări pentru drepturile copiilor. Creați o poveste cu cuvinte și imagini și includeți recomandări în vederea realizării unor schimbări pozitive. Țineți permanent cont de faptul că este important să fiți în siguranță. Nu fotografiați persoane fără permisiunea acestora și stați departe de spațiile nesigure, când faceți fotografii.

Având fotografiile, le puteți încărca în imovie (sau într-un alt program) și compila într-o succesiune (fotografiile se succed una după alta). Apoi, puteți înregistra vocea voastră și muzică peste fotografiile, astfel încât atunci când fotografiile se afișează succesiv, povestirea să corespundă cu pozele. Găsiți pe cineva care are experiență în tehnologii și crearea povestirilor digitale pentru a vă ajuta sau vedeți pe YouTube cum se fac videoclipurile. Puteți vedea câteva exemple de povestiri digitale aici: [youtube.com/watch?v=txJ25BtFCI&list=PLwt8z6uX_tIVkM50eUsex6g2sC1qvbD9p](https://www.youtube.com/watch?v=txJ25BtFCI&list=PLwt8z6uX_tIVkM50eUsex6g2sC1qvbD9p)

B. Piesă de teatru despre coeziunea socială

Idee. Discriminarea are loc atunci când oamenii sunt tratați diferit de ceilalți, deseori din cauza rasei, vârstei, sexului sau a locului de unde provin. În cadrul acestei activități tinerii pregătesc o piesă de teatru pentru a împărtăși povestiri despre discriminare și importanța vieții pașnice și a tratamentului corect al tuturor oamenilor și prezintă piesa de teatru în școlile locale sau în comunitate.

Exemplu pentru inspirație: Teatrul celor Opresați în A. R. T. Fusion. Asociația A. R. T. Fusion lucrează cu mai multe forme ale Teatrului celor Opresați: Teatru Forum, Teatru Imagine, Teatru Legislativ, Teatru Ziar, Teatru Invizibil și Rainbow of desire: artfusion.ro/index.php/ro/resurse/filter-5/filter-2/

Un alt exemplu este Barefoot Theatre Zambia, Right to Play.

Și voi puteți face asta! Puteți contacta un profesor de teatru sau o trupă de teatru care vă poate ajuta să îndrumați grupul. Împreună cu grupul, explorați modul în care sunt discriminați oamenii din comunitatea voastră. Discutați în baza a câtorva exemple despre modul în care diferite grupuri din comunitate colaborează în pofida diferențelor. Puteți să vă gândiți la o istorioară despre activitățile desfășurate în comun de grupurile comunitare pentru a depăși provocările și a se susține reciproc. Lucrați împreună asupra povestirii, personajelor și costumelor. Puteți organiza o repetiție generală pentru a exersa. Gândiți-vă unde puteți prezenta piesa – poate în școli sau în alte centre comunitare. O altă posibilitate este să interpretați o istorioară despre discriminare, apoi să invitați voluntari din public să

vină în scenă și să joace o „schimbare” în povestea respectivă, care ar îmbunătăți situația.

Pilonul 5. Sentimentul de speranță

A. Tablouri murale ale viziunii

Idee. Cu suportul unui pictor instruit în pictură murală, creați cu tinerii tablouri murale ale viziunii.

Exemplu pentru inspirație: inițiativa artistică a refugiaților sirieni. Prin intermediul organizației sale, Artolution, pictorul Joel Artista a lucrat cu pictori sirieni refugiați în lagărul Za'atari din Iordania. Împreună au realizat proiecte comunitare murale și de sculptură, care întrunesc tineri pentru a construi o comunitate de tineri pictori, a crea viziuni pline de speranță și a înfrumuseța comunitatea lor: joelartista.com/syrian-refugees-the-zaatari-project-jordan



Proiectul ZIDART. Nouă artiști urbani au fost invitați să picteze orașul Bacău în culori vii – au creat picturi murale de mari dimensiuni (de exemplu: incluziune, viitor etc.) în cadrul proiectului ZidArt – În căutarea sufletului perete: [facebook.com/pg/zidartfest/posts/?ref=page_internal](https://www.facebook.com/pg/zidartfest/posts/?ref=page_internal)

Și voi puteți face asta! Identificați un pictor mural din comunitatea voastră care ar fi dispus să lucreze cu tinerii la un proiect. Gândiți-vă unde doriți să faceți pictura murală și asigurați-vă că obțineți permisiunea de la factorii de decizie. Întâlniți-vă cu echipa de tineri pentru a face un brainstorming despre conținutul picturii murale. Pregătiți materialele și asigurați-vă suportul suplimentar de care aveți nevoie.

B. Narațiuni: povestiri individuale și de grup despre forță prin dificultăți și speranță

Idee. Creați povestiri (scrise, înscenate sau filmate) despre depășirea dificultăților și găsirea speranței.

Exemplu pentru inspirație: Storytellers Without Borders este un parteneriat al mai multor organizații care susțin tinerii pentru a crea povestiri despre experiențele lor de viață și a le împărtăși prin filmulețe: storytellingwithoutborders.com.

Și voi puteți face asta! Decideți ce suport doriți să utilizați pentru a crea povestirea: (1) scris; (2) piesă/teatru; (3) film. Identificați un artist local care poate lucra cu voi pentru a obține mai multe abilități în acest domeniu. Decideți împreună cu tinerii dacă dorec să creeze povestiri individuale sau de grup, ori ambele. O altă opțiune este să *nu* alegeți doar un tip de suport bazat pe arte, ci mai multe! De exemplu, Artele intermodale în acțiune – carriemacleod.com – încurajează tinerii să treacă ușor de la un suport la altul pentru a-și exprima speranța, adică de la poezie la dans sau de la scris la fotografie. Gândiți-vă la tematica *Depășirea dificultăților și Speranță* și începeți să lucrați împreună!

C. Crearea mandalelor și plantarea speranței

Idee. Săditul plantelor sau al copacilor cu o anumită intenție și realizarea mandalelor bazate pe natură pentru a reprezenta speranțele și convingerile voastre.

Exemplu pentru inspirație: există numeroase exemple despre cum crearea mandalelor, folosind obiecte găsite în natură, precum flori, frunze, semințe și/sau pietricele, poate fi o modalitate minunată de a vă conecta cu lumea naturală, de a vă calma și de a avea timp pentru reflecții spirituale. Deși acest lucru nu este întotdeauna posibil în orice mediu, sădind un copac sau plante în mod colectiv după acest proces, noi onorăm lumea din jurul nostru și putem spune o rugăciune sau formula o intenție – un punct de plecare pentru visul vostru.



boredpanda.com/flower-mandala-danmala-kathy-klein

Și voi puteți face asta! Decideți unde ați dori să faceți lucrarea bazată pe natură. Colectați materialele necesare (pietricele, semințe, flori, frunze). Asigurați-vă că toți au suficiente materiale și consacrați ceva timp pentru a crea mandalele. Muzica relaxantă pe fundal în timp ce oamenii creează mandale contribuie la o atmosferă mai frumoasă și o conectare mai profundă.

După ce toți termină activitatea, treceți pe lângă fiecare mandală și povestiți despre cum a decurs procesul pentru fiecare dintre voi. În cele din urmă, plantați împreună un copac sau alte plante și stabiliți-vă intenții (probabil, vor fi intenții individuale – puncte de pornire pentru visul vostru, dar pot fi și intenții colective).

Dacă nu puteți să plantați un copac, găsiți o altă modalitate de reprezentare semnificativă a „plantării” viselor grupului vostru, de exemplu, prin desenarea sau pictarea copacilor, în timp ce stabiliți o intenție.

Anexa 8: Jurnal de reflecții ale tinerilor agenți ai schimbării

Acesta este spațiul vostru personal pentru a scrie, desena, picta sau colora gândurile, sentimentele și reflecțiile voastre de-a lungul călătoriei. Am inclus aici câteva întrebări pentru a vă ajuta să demarați procesul, dar nu ezitați să vă exprimați gândurile și ideile așa cum doriți! Puteți utiliza, de asemenea, alte spații (de exemplu, aparatul de fotografiat, aparate de înregistrare audio pentru a vă spune cu voce tare gândurile, pânză pentru pictură, etc.).

Jurnal de reflecții: pașii următori

Este sfârșitul primei zile a atelierului YouCreate.

Ați întâlnit multe persoane noi și ați însușit câteva activități noi.

Care a fost partea preferată a zilei de astăzi?

Ce v-a făcut să vă simțiți bine?

Notați sau reprezentați-vă ideile prin desen.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Jurnal de reflecții: pașii următori

După ce ați organizat prima voastră activitate de Explorare, reflectați cum a decurs aceasta.

Notați mai jos sau reprezentați prin desen.

Care din acțiunile efectuate v-au făcut să vă simțiți cu adevărat mândru/ă? De ce?

Ce ați putea îmbunătăți data viitoare?

Spuneți un lucru pe care l-ați învățat de la un participant și care vă încântă?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Jurnal de reflecții: pașii următori

După a doua activitate de Explorare (dacă desfășurați mai multe):

Care dintre elementele activității vă fac să vă simțiți foarte mândru/ă?

Pe care dintre elementele activității ați dori să le modificați sau să le schimbați data viitoare?

Spuneți un lucru pe care l-ați învățat de la un participant și pe care ați dori să vă concentrați în viitor?

Reprezentați prin desen sau notați-vă ideile:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Jurnal de reflecții: pașii următori

Mai este o săptămână până la următoarea instruire YouCreate!

Cum vă simțiți?

Ce s-a întâmplat după ultimul atelier?

Ce ați dori să-i spuneți grupului?

Reprezentați prin desen sau notați-vă ideile:

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Anexa 9: Sugestii pentru planificarea procesului de cercetare privind acțiunile participative

I. Planificarea activităților

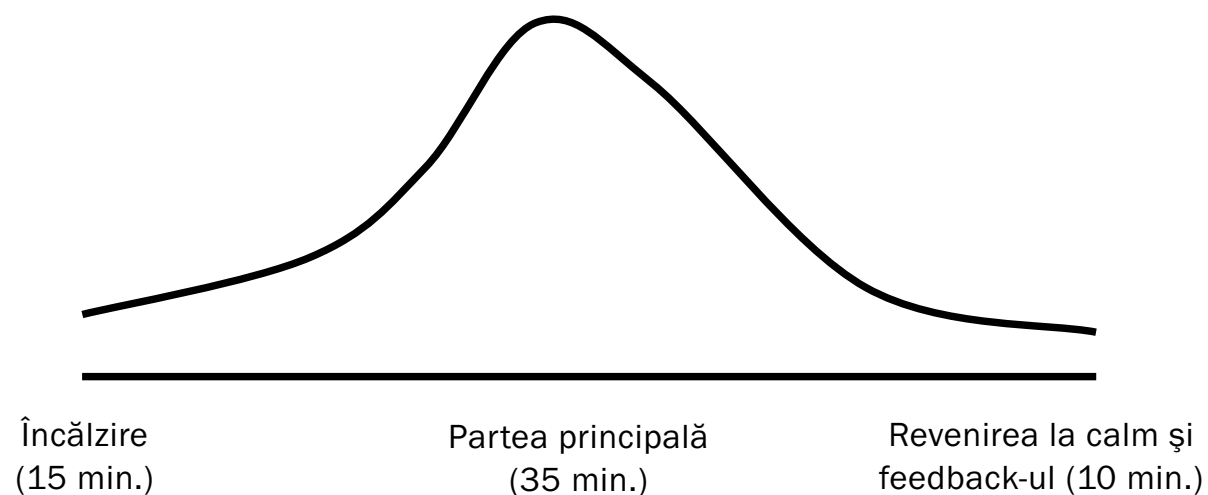
Planificarea activităților vă ajută să reflectați atent asupra diferitelor părți ale sesiunii¹: cum veți începe sesiunea, cum veți asista tinerii în experiența lor de învățare și de reflecție și cum veți încheia activitatea, pentru ca ea să fie înțeleasă și ca toți participanții să dorească să revină și să continue activitatea împreună.

Pentru o planificare reușită, este necesar ca o sesiune să fie gândită în trei faze:

1. **inițierea sau intrarea în subiect**, cu un ritual de bun venit, fixarea obiectivelor, joc scurt sau mică activitate, prin care se face o introducere în tema ce urmează să fie abordată;
2. **partea principală** cu exerciții, jocuri sau activități (descrise în metodologia YouCreate), care conduc la o acumulare de cunoștințe sau la o reflecție;
3. **revenirea la calm și oferirea feedback-ului** – partajarea elementelor importante din cadrul activităților și feedbackul sesiunii, în general.

În figura 1, este prezentată curba de intensitate a unei activități de 60 minute. În cazul activităților mai lungi sau a sesiunilor, intensitatea se adaptează proporțional. De exemplu pentru sesiuni mai lungi (inițierea – cca. 25%, partea principală – 55%, revenire la calm – 20%)

Figura 1. Curba de intensitate (60 min.)



¹ O sesiune poate conține o singură activitate sau mai multe activități descrise la etapele cercetării privind acțiunile participative.

Este important să se respecte curba de intensitate în timpul celor trei faze, plecând de la calm, pentru a înainta spre atingerea unei anumite intensități și a reveni, în final, la calm. Introducerea unor legături logice și/sau tematice între părțile componente ale activității facilitează munca.

II. Strategii de succes și de eșec în lucrul cu grupul de tineri

Strategii de succes

- Fixați un cadru de lucru clar, cu obiective concrete.
- Încurajați alegerea unor activități în vederea atingerii acestor obiective, precum și asumarea responsabilităților în acest cadru.
- Detaliați problemele tehnice, pentru a-i conduce pe tineri spre reușită, păstrând un grad înalt de motivație.²
- Realizați un grad de dificultate sporit și măsurat pas cu pas (piramide: jocuri de echilibru în doi, apoi piramide în doi sau trei, până la forma finală de opt).
- Diferențiați uneori activitățile fete – băieți, pentru a ține cont de diferențele fizice. Uneori, pentru a favoriza cooperarea și acceptarea diferențelor, realizați aceste activități în grupuri mixte.
- Lucrați în baza unor angajamente personale, a unor reguli de joc (auto arbitraj) și a unor comportamente nonviolente (fairplay).
- Găsiți mediul potrivit în care tinerii să se simtă în același timp ascultați și ghidați.
- Aveți o atitudine prietenoasă și respectuoasă, în același timp. Sunteți un ghid și un confident, dacă este nevoie.
- Oferiți timp să experimenteze, să facă greșeli împreună (libertate în cadru).
- În timpul feedback-urilor, cereți părerea, oferiți spațiu pentru exprimarea ideilor și comentați comportamentul lor.
- Luați în considerare nivelul lor de oboseală, ascultându-i (controlul efortului cerut). Aplicați *provocarea la alegere*, deoarece fiecare este liber să se implice sau nu în activitate, după preferință.

Strategii de eșec

- Propuneți mereu ca tinerii să facă ceea ce doresc sau, dimpotrivă, a nu le da niciodată posibilitatea să aleagă.
- Grăbiți finalizarea activității, fără a lua în considerare deosebirile de ordin fizic și tehnic, îndeosebi dacă grupul este mixt.
- Apreciați mai mult sau privilegiați un grup în raport cu altul.

² A se vedea curba lui Atkinson în modulul 3.8 Motivația

- Afișați rolul de superioritate și de profesor, ceea ce îi împiedică pe tineri să se responsabilizeze.
- Propuneți o competiție neadekvată, care poate conduce la sentimente de eșec, în loc de afirmarea de sine.

III. Team building în lucrul cu tinerii

Acesta este primul pas în lucrul cu echipa de tineri și înseamnă ca aceștia să înceapă să se cunoască între ei, să aibă încredere unul în celălalt, să învețe să comunice și să lucreze împreună.

Tehnic vorbind, team building-ul reprezintă un proces de transformare a unui grup într-o echipă dispusă să colaboreze eficient pentru a atinge obiectivele stabilite. Aceste activități au ca obiectiv motivarea și creșterea performanței membrilor unei echipe: socializare și cunoaștere; munca în echipă și creșterea performanței echipei; spirit de echipă, distracție și motivare; încurajarea inovării și a creativității; comunicarea și activitatea eficientă. În continuare sunt descrise exerciții pentru realizarea unui team building.

1. Exerciții Icebreaker / Exerciții de energizare

Nume joc: ASEZAȚI-VĂ DUPĂ... vârstă/înălțime/ziua și luna nașterii/ număr la pantofi etc.

Scop: Icebreaker

Durata: 10-15 minute

Dificultate: Medie

Materiale necesare: -

Reguli și detalieri:

Participanții trebuie să se alinieze în ordinea crescătoare sau descrescătoare (se alege de către coordonatorul jocului) vârstei/zilei și lunii nașterii/înălțimii/ numărului de la pantofi etc. Nu se vorbește, doar se poate mima.

Este un exercițiu care presupune foarte multă atenție, observare și concentrare, cât și muncă în echipă. Este unul foarte simplu la prima vedere. Așezați-vă în ordine crescătoare a intensității de la persoana cu cea mai deschisă culoare a ochilor la persoana cu cea mai închisă culoare a ochilor.

Participanții vor fi amuzați și în același timp derutați, întrucât, indiferent dacă membrii grupului se cunosc din timp sau nu, își vor da seama că sunt detalii importante, peste care trecem zilnic, fără să le acordăm mare importanță și vor realiza astfel că de fapt nu se cunosc foarte bine unii pe alții.

Nume joc: MÂNCATUL MERELOR DE PE SFOARĂ

Scop: Distracție

Durata: 10 - 15 minute

Dificultate: Medie

Materiale necesare: Sfoară și mere

Reguli și detalieri:

Doi participanți țin sfoara pe care sunt legate merele. Participanții trebuie să mănânce merele fără a se ajuta de mâini. Câștigă cel/cea care mănâncă cel mai repede mărul.

Acest joc se poate adapta astfel: în loc de sfoară se folosește un vas mare cu apă, iar merele trebuie luate din acesta fără a se folosi mâinile.

Nume joc: APĂ, FOC, FURTUNĂ

Scop: Energizare

Durata: 10 minute

Dificultate: Medie

Materiale necesare: Scaune

Reguli și detalieri:

Aranjați scaunele în formă de semicerc și explicați regulile: când veți rosti „Apă”, toți vor urca pe scaune pentru a nu-și uda picioarele; când veți striga „Furtună”, toți se vor așeza în pirostria (suport pe 3 picioare pe care se pune o oală/găleată) în mijlocul semicercului, iar la comanda „Foc”, participanții vor alerga afară din semicerc. Alternați comenzile de câteva ori și încheiați activitatea până va scădea energia grupului.

Nume joc: RACII

Scop: Energizare

Durata: 10 minute

Dificultate: Medie

Materiale necesare: -

Reguli și detalieri:

Participanții se poziționează la un perete al sălii câte doi, umăr la umăr. Ei nu-și vor putea folosi mâinile în timpul jocului, păstrându-le încrucișate pe piept și vor merge doar cu spatele. La semnalul animatorului, „racii” încearcă să ajungă la peretele opus, blocând, totodată, drumul altor echipe.

Nume joc: „PRRRRR” ȘI „PUKUTU”
Scop: Energizare
Durata: 10 minute
Dificultate: Medie

Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

Propuneți participanților să-și imagineze două păsări. Una se numește „Prrr”, iar alta „Pukutu”. Când spuneți „Prrr!”, toți trebuie să se ridice în vârful degetelor, să se miște prin sală și să-și miște coatele în părți, de parcă ar fi păsări care vor să-și întindă aripile. Când roștiți „Pukutu!”, toți stau pe loc și încearcă să nu miște nicio pană.

2. Exerciții de cunoaștere

Nume joc: CE MI-E SCRIS ÎN FRUNTE
Scop: Distracție
Durata: 20 minute
Dificultate: Medie

Materiale necesare: Post-it-uri

Reguli și detalieri:

Fiecărui participant i se lipește pe frunte un bilețel cu un cuvânt/personaj/personalitate etc. Pe rând, fiecare dintre ei poate să pună oricâte întrebări dorește pentru a afla ce este scris pe bilețel, până primește un răspuns negativ. Atunci se trece la următorul jucător și tot așa, până participanții ghicesc ce „le este scris în frunte”.

Nume joc: VÂNĂTOAREA
Scop: Cunoaștere
Durata: 15 minute
Materiale necesare: Hârtie, pix

Reguli și detalieri:

Împărțiți o coală de hârtie în 6 dreptunghiuri. Pe fiecare dreptunghi notați:

1. Vorbește fluent limba engleză (să demonstreze!).
2. Are un frate.
3. Nu a făcut meditații.
4. Știe un banc bun (să-l spună!).
5. S-a culcat după ora 24.
6. Este pasionat de jocurile de calculator (să enumere trei jocuri).

În cel mai scurt timp, încercați să obțineți câte o semnătură de la 6 persoane distincte ce corespund acestor caracteristici. Cine termină primul strigă BINGO!

Jocul poate fi adaptat cu mai multe întrebări/afirmații sau cerința poate fi să se găsească câte 3 persoane cărora li se potrivesc afirmațiile/răspund afirmativ la întrebări. Pentru a ne asigura că este posibilă completarea integrală a foii, că există persoanele respective în grup, se recomandă ca facilitatorul să cunoască grupul.

Nume joc: PRINDE MINGEA!
Scop: Cunoaștere și energizare
Durata: 10 minute
Materiale necesare: Minge

Reguli și detalieri:

Jocul va decurge rapid. Participanții formează un cerc. Un voluntar care se află în centru aruncă mingea în sus, rostind un prenume, apoi intră repede în cerc. Persoana numită va prinde mingea, înainte ca aceasta să cadă jos și va repeta procedura. Jocul continuă până când toți au prins mingea cel puțin o dată.

Nume joc: PRENUMELE VECINULUI
Scop: Cunoaștere
Durata: 10 minute
Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

Fiecare va spune „Mă cheamă...”, pronunțând prenumele vecinului din dreapta. Următorul cerc, participanții vor zice „Mă numesc...” rostind de data aceasta prenumele următorului vecin din dreapta (peste unul).

Nume joc: ÎMI CER SCUZE, AM GREȘIT
Scop: Cunoaștere și atenție
Durata: 10 minute
Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

Participanții se mișcă haotic prin sală și fac cunoștință unii cu alții când se întâlnesc, întrebând: „Îmi cer scuze, ești Ion (Olga)?”. La care celălalt răspunde „Nu, ai greșit. Eu sunt Alexandru (Valeria). Am ochi căprui, părul blond, nas mare, pistrui etc.”. Peste vreo 10 minute rugați participanții să formeze un cerc și fiecare își spune prenumele, iar ceilalți povestesc cum poate fi recunoscut (ochi căprui, părul blond, nas mare, pistrui).

Nume joc: COȘUL CU FRUCTE
Scop: Cunoaștere, atenție, lucru în echipă
Durata: 10 minute

Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

Participanții formează perechi. Animatorul începe jocul spunând: „Am un coș cu fructe foarte greu, îl va duce Tudor” și face un gest de parcă i-ar arunca ceva lui Tudor. Partenerul lui Tudor va trebui să îl protejeze și să se prefacă că „prinde coșul” și să numească un alt participant: „Nu Tudor, ci Anișoara”. Este rândul partenerului Anișoarei să reacționeze: „Nu Anișoara, ci Ghenadie”. Jocul continuă până când participanții își însușesc prenumele.

Nume joc: OBIECTE ZBURĂTOARE
Scop: Cunoaștere, atenție, concentrare
Durata: 10 minute

Materiale necesare: Minge, măr, hârtie igienică etc.

Reguli și detalieri:

Facilitatorul aruncă o minge, spunând prenumele celui căruia i-o aruncă. Cel care a prins mingea rostește prenumele altui participant și îi aruncă mingea. Pentru a complica jocul, pe rând, se introduc și alte obiecte (minge, măr, hârtie igienică, un șervet etc.). Jocul ia sfârșit când începe haosul.

Nume joc: CUVERTURA
Scop: Cunoaștere, atenție, concentrare
Durata: 10 minute

Materiale necesare: Cuvertură

Reguli și detalieri:

Participanții formează două echipe care se așează pe podea cu fața una spre alta. Doi voluntari stau în picioare, ținând o cuvertură între echipe astfel încât membrii lor să nu se vadă unii pe alții. În liniște, echipele trimit câte o persoană să se apropie de mijlocul cuverturii. La comanda „1, 2, 3!” cuvertura este dată jos și cei doi pomeniți față în față trebuie să numească cât mai repede prenumele adversarului. Cel care reușește s-o facă primul, ia participantul de partea sa. După câteva încercări, de cuvertură se pot apropia câte 2 sau 3 participanți concomitent.

Nume joc: VARIAȚII
Scop: Cunoaștere, atenție, concentrare
Durata: 10 minute

Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

Participanții stau în cerc. Pe rând, fiecare numește 5 variante ale prenumelui său (de exemplu: Catrina, Catrin, Ecaterina, Catiușa, Catinca). După fiecare prezentare tot grupul aplaudă. În următorul tur fiecare participant povestește despre sine doar atât cât vrea să se știe la prima întâlnire.

Nume joc: MINGEA CĂLĂTOARE

Scop: Cunoaștere

Durata: 10- 15 minute

Materiale necesare: Minge sau un obiect ce poate fi pasat

Reguli și detalieri:

Participanții se așează în cerc. Facilitatorul aruncă o minge la un participant, își strigă numele și o caracteristică personală și apoi iese din grup. La fel vor proceda și ceilalți. Ultimul va spune o caracteristică a grupului.

Nume joc: VÂNĂTOAREA DE COMORI SUFLETEȘTI

Scop: Cunoaștere, comunicare

Durata: 20 minute

Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

Tema este găsirea lucrurilor valoroase din interiorul ființei celuilalt, nu a celor pe care le poartă pe el sau cu el. Scopul este găsirea numărului maxim de persoane din grup, care prețuiesc aceleași idei, virtuți etc. Dacă nu cunoști persoana pe care o descoși, mai întâi vă prezentați.

Teme:

1. Găsește o persoană care poartă același număr la pantofi ca și tine.
2. Găsește o persoană care poartă șapcă sau nu-i place șapca, ca și ție.
3. Găsește două persoane care săptămâna trecută au avut teză, lucrare, examen, predare, bilanț etc.
4. Găsește trei persoane care sunt din același an de studii cu tine.
5. Găsește trei persoane care locuiesc în alte condiții decât tine (cămin, gazdă, rude etc.).
6. Găsește două persoane care săptămâna trecută au fost la teatru, operă, cinema, discotecă, meci, sport etc.; explicați-vă unii altora de ce vă place s-o faceți.
7. Găsește două persoane cărora le place același gen de muzică, program TV, revistă etc. ca și ție.
8. Găsește două persoane cărora le place să bea cafea, coca, bere, apă minerală etc., ca și ție. Discutați dacă e bine, cum se poate scăpa de obiceiurile proaste etc.
9. Găsește persoane care, pe lângă școală, au și un serviciu temporar. Ce avantaje și greutăți au din aceasta?

Nume joc: GHICEȘTE CINE SUNT!

Scop: Cunoaștere

Durata: 10–15 minute

Materiale necesare: Foi, pix

Reguli și detalieri:

Fiecare participant scrie pe un bilețel:

- culoarea părului;
- culoarea ochilor;
- genul;
- vârsta;
- localitatea de proveniență;
- un hobby.

Se amestecă toate bilețelele într-o șapcă/pungă, etc., apoi facilitatorul sau unul dintre participanți extrage un bilet și citește conținutul acestuia. Participanții trebuie să ghicească despre cine este vorba. Cel recunoscut (sau nu!) preia sarcina jocului.

Nume joc: CULORILE PREFERATE

Scop: Comunicare

Durata: 20 minute

Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

Recomandăm folosirea acestui joc la un grup care are probleme cu comunicarea interpersonală (în cadrul atelierului/formării sau al vieții obișnuite). Adunați participanții și explicați-le că ați dori să-i cunoașteți mai bine. Pentru aceasta, fiecare să se gândească la culoarea sa preferată, iar la semnalul facilitatorului (de exemplu: 1,2, gata!), să o strige cu toții cât mai tare. Apoi întrebați câțiva participanți dacă pot preciza culoarea preferată a vreunuia dintre colegii/vecinii lor. Foarte probabil că majoritatea nu va reuși s-o facă. Întrebați DE CE nu pot preciza.

Acest mic joc le ilustrează foarte bine participanților că, pentru o bună comunicare, e nevoie și să vorbești, dar și să asculți.

3. Exerciții de team building

Nume joc: NUMĂRATUL ORB

Scop: Lucru în echipă

Durata: 30–40 minute

Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

Participanții vor sta pe scaune într-o poziție comodă. Facilitatorul îi instruieste pe participanți cu referire la sarcină: ca grup, trebuie să numere până la 20 (dacă grupul este de maxim 10 persoane; dacă grupul este mai mare, se crește numărul, de exemplu, dacă sunt 20 de persoane în grup, se va număra până la 25). Vor sta cu ochii închiși, nu pot discuta, pot doar rosti numerele în ordine. Dacă 2 persoane spun același număr în același timp, se reia de la 1. O persoană nu poate numi mai mult de 2 numere consecutiv. Nu se fac strategii explicite. Dacă grupul reușește prea repede, este provocat să numere până la 25–30.

Discuția se axează pe cum s-au simțit; dacă au reușit, cum au făcut-o; dacă nu au reușit, ce i-a împiedicat; au participat toți membrii; ce au învățat și ce pot folosi mai departe.

Nume joc: CASCADA CUVINTELOR

Scop: Lucru în echipă

Durata: 20–30 minute

Materiale necesare: Foi flipchart, pixuri, markere

Reguli și detalieri:

Se împarte grupul în două subgrupuri (maxim câte 7 – 8 membri în fiecare subgrup). Fiecare subgrup are o coală de flipchart. Liderul informal al fiecărui subgrup scrie pe coală un cuvânt de început. Restul membrilor subgrupului trec pe rând și scriu un cuvânt pentru a alcătui în final o frază. Se precizează: fraza se va referi la..... (de ex: tabăra educativă de la Păltiniș). Fiecare echipă va prezenta fraza și va face comentariile de rigoare!

Nume joc: HOPA

Scop: Cooperare, distracție

Durata: 15 – 30 minute

Materiale necesare: Baloane (o buc. la 5 jucători)

Reguli și detalieri:

Grupul se împarte în subgrupuri de 4 – 6 jucători, care primesc câte un balon ce trebuie umflat. Apoi, ținându-se de mâini, membrii grupului formează un cerc și se vor strădui să mențină balonul în aer, lovindu-l, fără a-și desprinde mâinile. Dacă balonul atinge solul, grupul „pierde” pentru început mâinile, adică nu mai

pot atinge balonul cu mâinile. În continuare, mereu fără a-și desprinde mâinile, de fiecare dată când balonul atinge solul, jucătorii „pierd” dreptul de a-și folosi coatele, umerii, capetele, picioarele.

Nume joc: NE AȘEZĂM ÎMPREUNĂ
Scop: Cooperare, distracție, energizare
Durata: 20 minute

Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

La început, jucătorii se grupează în perechi stând spate la spate cu coatele împletite. Perechile vor încerca să se așeze cu fundul pe sol, fără a-și desprinde brațele. După 2–3 așezări și ridicări reușite, perechile se grupează câte două și încearcă să facă exercițiul cu patru jucători sprijiniți spate la spate și brațele agățate. Se trece apoi la 4 perechi, pentru ca, în final, tot grupul, așezat spate la spate, să se ridice și să se așeze odată.

Nume joc: SARDELELE
Scop: Distracție
Durata: 10–15 minute

Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

Jocul e similar cu „de-a v-ați ascunselea”, doar că funcționează invers: un jucător (numit de facilitator sau un voluntar) se ascunde, iar la un semnal restul grupului începe să-l caute. Cine găsește persoana ascunsă, se înghesuie și se ascunde împreună cu ea, în același loc. Jocul se termină când ascunzătoarea devine vizibilă din cauza înghesuiei.

Nume joc: SĂ DUCEM MINGEA
Scop: Cooperare
Durata: 20 minute

Materiale necesare: Un ghem cu sfoară groasă, o minge mare

Reguli și detalieri:

Dacă grupul e prea mare, se împarte în grupuri de câte 10 – 14 membri. Jucătorii din fiecare grup se adună în cerc, apoi fiecare aruncă ghemul spre un jucător din față. Sfoara se desfășoară în zig-zag de la un jucător la altul. După ce au apucat toți de sfoară, se leagă capetele sforii, care formează o rețea de noduri între toți membrii echipei. Facilitatorul așează mingea în mijlocul cercului, pe rețeaua de sfoară. Jucătorii trebuie să transporte mingea, susținută de firele întinse, fără a o scăpa pe jos, de la un punct indicat în altul.

Nume joc: CODIȚELE
Scop: Comunicare, coordonare
Durata: 15 minute
Materiale necesare: Foi, lipici
Reguli și detalieri:

Toți participanții se împart în perechi. Unei persoane din pereche i se lipește pe spate o foiță, aceasta stând la spatele partenerului, punând mâinile pe umerii lui. La semnalul facilitatorului, perechile încep să se miște prin încăperea. Scopul lor este să smulgă foițele de pe spatele altor perechi, în același timp păstrând-o pe a lor. Numărul doi din pereche nu trebuie să ia mâinile de pe umerii colegului său.

Cine a reușit să-și păstreze foița pe spate? Cine a adunat mai multe foițe? Ce i-a ajutat? Ce strategii au folosit?

Nume joc: GREVIȘTII
Scop: Comunicare, coordonare
Durata: 15 minute
Materiale necesare: Foi, lipici
Reguli și detalieri:

Explicați participanților că 2 – 3 voluntari vor avea rolul de polițiști, iar ceilalți sunt un grup de greviști care au ocupat un pod și au blocat circulația. Scopul polițiștilor este să elibereze podul, încercând să scoată cât mai mulți greviști din grupul lor. Orice grevist „extras” din grup devine polițist și, la rândul său, scoate alți greviști. Grupul greviștilor și grupul polițiștilor vor avea câteva minute pentru a-și elabora o strategie de acțiune. Violența este interzisă!

Nume joc: MOTOR MANIA
Scop: Comunicare, coordonare
Durata: 30 minute
Materiale necesare: –
Reguli și detalieri:

În grupuri de câte 5 – 8, participanții vor avea 5 minute pentru a deveni un obiect motorizat. Aceasta înseamnă că fiecare persoană va participa fizic ca element al acelui obiect. Spuneți-le că, după expirarea timpului, fiecare grup va demonstra mișcările obiectului, în timp ce alte echipe vor ghici ce obiect este reprezentat. Dacă nicio echipă nu ghicește ce obiectul, atunci grupul care l-a prezentat va spune denumirea lui.

Nume joc: ÎNTOARCE-TE PE DOS
Scop: Comunicare, coordonare
Durata: 10 minute
Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

Participanții se țin de mâini formând un cerc. La semnalul facilitatorului toți vor închide ochii și se vor răsuci „pe dos” în așa fel încât să stea cu fața spre exterior, adică cu spatele unii la alții, ținându-se în continuu de mâini.

Nume joc: RULADA
Scop: Comunicare, coordonare
Durata: 10 minute
Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

Toți participanții se aranjează într-o linie dreaptă, ținându-se de mâini. Ei se vor roti de la un capăt la celălalt în formă de ruladă, până când ajung să fie foarte înghesuți între ei, după care se vor așeza jos toți odată.

Nume joc: NEGOCIAZĂ CARAMELELE
Scop: Comunicare, coordonare, negociere
Durata: 30 minute
Materiale necesare: Plicuri/săculețe, bomboane cu ambalaje colorate și diferite

Reguli și detalieri:

Pregătiți pentru fiecare participant câte un plic cu 6 bomboane mici învelite în ambalaj de diferite culori. Spuneți-le că scopul lor este să acumuleze 6 bomboane de aceeași culoare. La început vor decide ce culoare doresc să adune, apoi vor purcede la schimb. Pot schimba doar o singură bomboană cu o singură persoană. Jocul poate dura ceva timp, deoarece mai mulți participanți pot decide să acumuleze bomboane de aceeași culoare. Jocul continuă până când fiecare participant are toate bomboanele de o culoare. Inițiați o discuție despre esența procesului de negociere, tacticile folosite etc. Puteți continua activitatea, rugând participanții să formeze grupuri potrivit culorilor bomboanelor și să elaboreze un set cu recomandări pentru o negociere de succes.

Nume joc: DA / NU
Scop: Comunicare
Durata: 20 minute
Materiale necesare: –
Reguli și detalieri:

Participanții formează două șiruri, astfel încât fiecare persoană să aibă în față sau câte un partener. Prima linie trebuie să spună „Da” în cât mai multe moduri posibile. Funcția liniei a doua este de a încerca să-i facă pe cei din linia unu să se răzgândească, spunând „Nu” cât mai convingător.

Oferiți ambelor echipe șansa să spună și „Da” și „Nu”. Discutați ulterior cu participanții despre felul în care s-au simțit în timpul jocului, atunci când rosteau „Da” sau „Nu”. Care dintre aceste două cuvinte a fost mai greu sau mai ușor de pronunțat și de ce? Câte stiluri/moduri de a spune „Da” și „Nu” au fost găsite? Puteți începe o discuție despre stilurile de comunicare: asertiv, agresiv și pasiv.

Nume joc: FÂNTÂNA MIRACULOASĂ
Scop: De exprimare a identității
Durata: 15 minute
Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

Participanții, aranjați în cerc, își imaginează ca fiind marginea unei fântâni miraculoase. Fiecare participant își va spune, pe rând, dorințele. De exemplu: dacă aș putea fi orice viețuitoare din lumea animală, aș fi....., pentru că.....; dacă aș putea fi o pasăre (o insectă, o floare, un copac, o mobilă, un instrument muzical, o casă, o mașină, o stradă, un joc, o emisiune TV, un film, un aliment, o culoare, etc.), aș fi....., pentru că.....

Nume joc: SĂ NE SALVĂM ÎMPREUNĂ!
Scop: Cooperare
Durata: 20 minute
Materiale necesare: Câteva chingi/sfoară
Reguli și Detalieri:

Jucătorii alcătuiesc un grup de călători în junglă, capturat de canibali. Toți călătorii, stând în picioare și lipiți strâns unul de altul, au fost legați cu o funie ca să nu scape. Totuși, nu există paznici, iar dacă grupul reușește să se deplaseze pachet, așa legat cum este, până în alt loc aflat la o oarecare distanță (15–30 m), va găsi acolo ajutor și călătorii vor scăpa de cazanul canibalilor.

4. Exerciții de încredere

Nume joc: ȘIRAGUL DE ACCIDENTAȚI

Scop: Cooperare, încredere

Durata: 25 minute

Materiale necesare: Fulare, eșarfe pentru legat la ochi

Reguli și detalieri:

Jucătorii se aranjează într-un șir, ținându-se de mâini. Toți se leagă la ochi (sunt accidentați), mai puțin primul și ultimul din șir. „Văzătorii” conduc șirul de „nevăzători” într-o călătorie pe un drum presărat cu obstacole pregătite din timp: scaune, bănci, mese, uși, copaci, gropi, tufișuri, garduri, etc. În timpul călătoriei, toți jucătorii se țin mereu de mâini. „Văzătorii” de la capetele șirului vor anunța de fiecare dată obstacolele și își vor îndruma coechipierii când și cum să le treacă, iar „nevăzătorii” îi vor anunța ce probleme au („opriți”, „unde să pun piciorul?” etc.).

„Accidentații” nu vor merge pasivi și docili, ci vor participa la rezolvarea problemelor pe parcurs, anunțându-și vecinul de greutățile pe care tocmai le-au depășit („vezi că e un ciot”, „am dat de un copac” etc.) sau sprijinindu-l la cerere.

Nume joc: MERSUL PE ÎNCREDERE

Scop: Încredere

Durata: 20–25 minute

Materiale necesare: Legături pentru ochi

Reguli și detalieri:

Jucătorii se împart în perechi. Unul dintre membrii perechii e legat la ochi. Tema jocului e ca nevăzătorul să fie condus de partener într-o scurtă călătorie, care se poate desfășura în sală sau afară. „Văzătorul” își poate conduce partenerul fie verbal, fie non-verbal: „nevăzătorul” se ține cu mâinile de umerii partenerului ori partenerul pune mâinile pe umerii „nevăzătorului”, sau cei doi stabilesc un cod de gesturi – când „văzătorul” își atinge partenerul pe umărul drept, acesta se va întoarce la 90° la dreapta și va merge înainte etc.

Variante: călătoria poate fi organizată sub forma unei curse cu obstacole.

Nume joc: MAȘINA DE SPĂLAT

Scop: Încredere, comunicare, deschidere, conectare

Durata: 20–25 minute

Materiale necesare: Legături pentru ochi

Reguli și detalieri:

Se formează două șiruri de participanți, față în față. Un voluntar/cel care rămâne fără pereche sau facilitatorul trece printre cele două șiruri („mașina de spălat”).

Când ajunge în dreptul primei perechi din șir se oprește și așteaptă să fie „spălat”: fiecare participant la joc îi pune mâna pe umăr și îi spune o caracteristică, o calitate personală sau o vorbă bună. Cel „spălat” mulțumește și trece mai departe.

Atenție: se va insista de la început pe caracterul pozitiv al comunicării! Neapărat trebuie să treacă prin „mașina de spălat” tinerii triști, timizi, negativiști, pentru a le ridica moralul, pentru a le dezvolta încrederea în sine sau pentru a-i stimula să gândească pozitiv.

Nume joc: AM ÎNCREDERE!

Scop: Încredere

Durata: 20 minute

Materiale necesare: –

Reguli și detalieri:

Participanții stau în cerc, strâns lipiți unii de alții, cu mâinile întinse și palmele în față. În centrul cercului se află un participant, cu ochii închiși, care se va lăsa purtat în cadrul cercului, pe mâinile colegilor.

Nume joc: SĂ DESFACEM NODURILE!

Scop: Comunicare, cooperare

Durata: 15 minute

Materiale necesare: O chingă, sfoară

Reguli și detalieri:

Se fac cât mai multe noduri simple, succesive, pe chingă (nu foarte strânse!). Apoi chinga trece pe rând pe la fiecare jucător, care desface un nod și spune o părere sau ce a învățat el la curs/training/întâlnire, după care transmite chinga vecinului. Acțiunea se repetă până se desface ultimul nod.

Nume joc: REȚEAUA

Scop: Încredere, conectare

Durata: 30 minute

Materiale necesare: Un ghem de sfoară (subțire, colorată)

Reguli și detalieri:

Grupul se aranjează în cerc. Un jucător ia ghemul de sfoară, explică cu voce tare de ce îi place grupul, reține capătul sforii apoi aruncă altui participant ghemul care se desfășoară. Acesta apucă ghemul, explică și el cu voce tare de ce îi place grupul, apoi aruncă ghemul altui participant. Jocul continuă în același mod până când restul ghemului revine la primul jucător, astfel ca toți jucătorii se țin de sfoară iar aceasta e desfășurată în zig-zag de la unul la altul. Rețeaua astfel formată ilustrează relațiile dintre toți membrii grupului.

