



Útmutató  
történetmeséléssel dolgozó műhelyek  
szervezéséhez



---

[www.aladdinproject.eu](http://www.aladdinproject.eu)

# Tartalomjegyzék

---

<b>Bevezetés</b>	<b>2</b>
------------------	----------

---

<b>1. Mit jelent történetmeséléssel dolgozó trénernek lenni egy intergenerációs műhelyben?</b>	<b>3</b>
Hogyan működik a történetmesélés?	4
Mire használhatjuk a történetmesélést?	4
Milyen kompetenciákra van szükség a műhely vezetéséhez?	5
Egymás meghallgatásának fontossága	7
A történetmesélő szakember bevonásának jelentősége	8

---

<b>2. A történetmesélő műhelyfoglalkozások tartalmának kidolgozása</b>	<b>9</b>
Ötlet	11
A szükségletek felmérése és a célok meghatározása	12
A módszer kiválasztása	12
A kívánt hatás meghatározása	13
Kiértékelés	13

---

<b>3. A foglalkozások szerkezete</b>	<b>14</b>
Kik vagyunk mi?	15
A tanulási környezet	15
Csapatépítés	16
Tanulási folyamat	16
A készségek/tudás megszilárdítása	17
Kiértékelés/lezárás	17

---

<b>4. A műhely elindítása</b>	<b>18</b>
Az időpont kijelölése, helyszín bérlése	19
Ösztönzés a részvételre	19
Részvevők toborzása	20
Milyen csatornákon juthat el a célcsoporthoz?	21

# Bevezetés

---

🏮 Ez az időseknek szóló Útmutató az „Aladdin - a generációk lámpása” európai projekt keretei között jött létre. A projekt célja, hogy a történetmesélés technikáit felhasználó, idős önkéntesek által vezetett intergenerációs műhelyek segítségével fejlessze a hátrányos helyzetű fiatal felnőttek alapvető nyelvi, szociális, kommunikációs és vállalkozói készségeit.

🏮 Az Útmutató projektvezetési nézőpontból mutatja be az intergenerációs műhelyek szervezésének egyes lépéseit. Célja tehát, hogy segítsen az időseknek illetve az idősekkel foglalkozó szervezeteknek az intergenerációs, történetmesélő műhelyek megtervezésében, kivitelezésében és kiértékelésében.

🏮 Az Útmutató a következő témákkal foglalkozik:

- hogy működik a történetmesélés, és milyen készségekre van szükség ahhoz, hogy alkalmazni tudjuk ezt a technikát a képzések során;
- hogyan dolgozzunk ki átgondolt műhelyprogramot a kezdeti ötletből kiindulva;
- hogyan szervezzük meg a műhelyfoglalkozásokat;
- hogyan indítsuk be a műhelyt, és találjunk résztvevőket.

# 1

Mit jelent történetmeséléssel dolgozó trénernek lenni egy intergenerációs műhelyben?

Ebben a fejezetben röviden bemutatjuk a történetmesélés technikáját, hasznosságát, illetve azt, hogy milyen készségekre van szükség az alkalmazásához, és hogyan lehet ezeket a készségeket fejleszteni. Az első műhelyek megszervezésekor érdemes bevonni olyan szakembert is, akinek van már tapasztalata abban, hogyan lehet történetekkel dolgozni, ezért az ő szerepükre is kitérünk röviden.

## Hogyan működik a történetmesélés?

Történet mondás vagy hallgatás közben az idő lelassul, a hallgató maga is az élmény részesévé válik. Egyszerre vagyunk jelen saját életünkben és a történet világában. E kettős jelenlét érzelmeket kelt fel bennünk. A hős/hősnő kalandjait mi is átéljük, azok velünk is megtörténnek. A hallgató maga is belekerül a történetbe, erősen azonosul azok szereplőivel. A történet a tudat felszíne alatt is hat, érzelmileg is bevonódunk. Ebben az állapotban képesek vagyunk magunkra és életünk alapvető kérdéseire reflektálni.

A közös történehallgatás során a közönség egy olyan élmény részese lesz, mely a későbbiekben közös hivatkozási pontként tud szolgálni. A személyes történetek megosztása erősíti a társas kapcsolatokat, növeli a személyek közti bizalmat, a csoporttagok közti összetartozás érzését. Mások személyes élményeinek meghallgatása arra inspirál minket, hogy azokat saját élményeinkkel összevessük, magunk is megosszuk történeteinket. Ez a kölcsönös élmény megosztás segít abban, hogy megértsük azokat a kihívásokat, akadályokat, melyekkel mindannyian szembesülünk és küzdünk, életkorra vagy társadalmi helyzetre való tekintet nélkül. Ez a folyamat pedig valódi változásokat indíthat el a résztvevő fiatalok és idősek életében.

## Mire használhatjuk a történetmesélést?

A történetmesélés egy viszonylag könnyen alkalmazható pedagógiai eszköz.

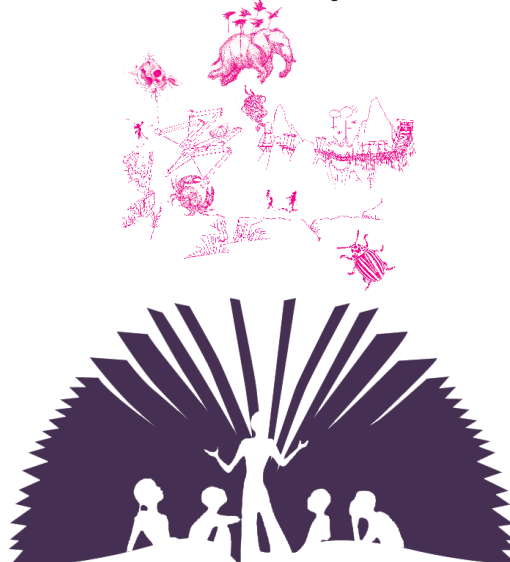
Az Aladdin projekt keretei között olyan történetmesélő műhelyeket szervezünk, melyekben részt vesznek nyugdíjasok, akik szakértői valamilyen témának és részt vesznek hátrányos helyzetű fiatalok, akik tanulni szeretnének az idősektől ezekben a meghatározott témákban.

A műhelyek céljai a következők:

- fiatal bevándorlók nyelvi készségeinek fejlesztése - idős anyanyelvi oktatók vezetésével
- hátrányos helyzetű fiatalok vállalkozói készségeinek fejlesztése - vállalkozói tapasztalattal rendelkező idősek vezetésével
- hátrányos helyzetű fiatalok szociális és érzelmi készségeinek fejlesztése - olyan idősek vezetésével, akik bár hátrányos helyzetből indultak, mégis sikereket értek el az életben

A műhely persze más célokat is szolgálhat, és más csoportokat is megcélozhat. Segíthet például kisiskolásoknak, kórházban ápoltság gyermekeknek vagy árváknak, hogy merjenek álmodni és fejlesszék a képzelőerejüket. Ugyanakkor dolgozhatunk sajátos nevelési igényű, viselkedési problémákkal küzdő kamaszokkal is.

A történetmesélés technikáját sokféle célcsoporttal, és számos készség és képesség fejlesztésére lehet hatékonyan alkalmazni.



# Milyen kompetenciákra van szükség a műhely vezetéséhez?

Egy történetmesélő műhely vezetéséhez szükséges kompetenciákat két nagy csoportba sorolhatjuk:

1. Gyakorlati kompetenciák
2. Szociális és érzelmi kompetenciák

## 1

### Gyakorlati kompetenciák

A gyakorlati kompetenciák a műhely levezetéséhez szükséges gyakorlati lépésekhez kapcsolódnak. Ilyen például:

- a műhely ötletéből egy megvalósítható program kialakításának képessége (a célcsoport, a fejleszteni kívánt készségek, a műhelymunka céljának meghatározása)
- a műhely szerkezetének kialakítása (a foglalkozások időtartamának és gyakoriságának meghatározása)
- a megfelelő pedagógiai módszer és technikák kiválasztása
- a műhely tartalmának kidolgozása (a megfelelő tevékenységek kiválasztása)
- résztvevők toborzása
- résztvevők érdeklődésének fenntartása, résztvevők benntartása a programban - ez a képesség részben szociális és érzelmi kompetenciákon alapszik (lásd lent)

A gyakorlati készségekkel és lépésekkel a továbbiakban még foglalkozunk.

# 2

## Szociális és érzelmi kompetenciák

A történetmeséléssel dolgozó tréner számára különösen fontos szociális és érzelmi kompetenciák:

- **társas tudatosság**
- **kapcsolati készségek**

A társas tudatosság azt jelenti, hogy az ember empátikus másokkal, felismeri mások érzéseit, szükségleteit és aggodalmait, megérti a helyzetüket és nézőpontjukat.

Azáltal, hogy fejlesztjük kapcsolati készségeinket, hatékonyabban tudunk kommunikálni, együttműködni másokkal, konfliktusokat megoldani, és képesek leszünk segíteni másoknak, illetve segítséget kérni, amennyiben szükségünk van rá.

A történetmesélő műhely esetében ezeket a szociális és érzelmi kompetenciákat sokféleképpen kamatoztathatjuk. Lehetővé teszik számunkra, hogy:

- 
- **biztonságos légkört teremtsünk**
- 
- **nyitottan hallgassuk a résztvevőket (lásd alább a meghallgatás fontosságáról szóló részt)**
- 
- **engedjük a résztvevőknek, hogy a saját ritmusukban nyíljanak meg**
- 
- **észrevegyük, hogy a csapatmunka jól vagy rosszul működik (például megváltozik a csoportdinamika, valaki megbántódik stb.)**
- 
- **felismerjük, amikor szükséges eltérni az eredeti tervtől; van, hogy jobb menni az árral, mint ragaszkodni az előre eltervezett programhoz**

# Egymás meghallgatásának fontossága



Amikor történetmesélésről beszélünk, a hallgatóról is beszélnünk kell. A mesélés és a meghallgatás elválaszthatatlanok egymástól. Amikor a történetmesélő azt veszi észre, hogy a hallgatóság nem figyel, ő is motivációját veszti és kevésbé szívesen osztja meg történetét.

Carl Rogers, híres amerikai pszichológus, a személyközpontú terápiás megközelítés atyja szerint a legnagyobb személyes változás, átalakulás akkor történik meg, ha valaki igazi meghallgatásra, megértésre talál. Az ilyen típusú meghallgatásnak a szakirodalomban számos megnevezése létezik, többek között "aktív hallgatás", "reflektív hallgatás", "empatikus hallgatás", "ítéletmentes hallgatás".

Amikor ezen a módon hallgatunk, teljes figyelmünkkel a másik felé fordulunk: megpróbáljuk megérteni a helyzetét és a helyzethez kapcsolódó érzéseit. Úgy tudjuk ellenőrizni, hogy igazán megértettük-e a másikat, hogy időről időre saját szavainkkal összefoglaljuk számára a problémáját. Ha összefoglalónkat pontosnak találja, akkor jó úton vagyunk. Vajon könnyű így figyelni valaki másra? Nem, egyáltalán nem az, sok erőfeszítést és gyakorlást igényel, de fejleszthető ez a készség. Nagyon fárasztó is tud lenni – erre jó felkészülni –, mivel gondolatilag és érzelmileg is teljesen jelen kell lennünk ilyenkor.

Amikor valaki empatikusan, ítéletmentesen meghallgat minket, nincs szükség arra, hogy igazoljuk a cselekedeteinket vagy védekezzünk, mivel a másik hozzáállása nem jelent fenyegetést az önképünkre. Ilyen körülmények között szabadabban tudjuk megvizsgálni saját gondolatainkat, indítékainkat, érzéseinket és ezáltal jobban megérthetjük

magunkat. Rogers a következőképpen fogalmaz: *"A jól működő terapeuta annyira bele tud helyezkedni a másik személyes világába, hogy nemcsak a kliens által ismert, hanem a tudatosság szintje alatti jelentéseket is képes világossá tenni számára."* (Rogers, 1980). Amikor ily módon hallgatnak meg bennünket, akkor úgy érezzük, kapcsolódunk a másikkal, nem érezzük egyedül magunkat.

A történetet megosztó mellett a hallgató is gazdagodik e folyamat során. Rogers szerint *"azt hiszem értem, hogy miért annyira jóleső érzés számomra másokat meghallgatni. Amikor igazán megértem a másikat, akkor kapcsolatba kerülök vele, akkor az én életem is sokszínűbbé válik."*

Ha igazán figyelünk a másokra, új dolgokat tanulhatunk meg a világról, magunk is bölcsébbé válunk. Ahogy egyre többet tudunk meg arról, hogy mások hogyan élik meg az élményeiket, mi mozgatja őket, úgy egyre inkább átlátjuk a társas kapcsolatokat, egyre kevésbé érezzük azokat kiszámíthatatlannak, és ezáltal egyre magabiztosabban tudunk mozogni bennük magunk is.

Ez a típusú figyelem a hallgatónak is megadja a kapcsolódás élményét és energiával tölti fel őt is. Bár ez a fajta hallgatás, a másokra való teljes koncentráció nehéz és fárasztó (ahogy korábban írtuk), a fáradtságot a beszélgetés közben nem érezzük, csak utána. Beszélgetés közben igazán élőnek, a jelenben lévőnek érezhetjük magunkat.



# A történetmesélő szakember bevonásának jelentősége

Eddig azzal foglalkoztunk, hogyan lehet felkészülni arra, hogy valaki a történetmesélés módszerét alkalmazó tréner legyen. Az első néhány műhelyfoglalkozás alkalmával ugyanakkor érdemes lehet egy, a történetmesélés technikáját jól ismerő szakember segítségét kérni.

Olyan trénerrel, tanácsadóról van szó, aki tapasztalattal rendelkezik abban, hogyan lehet mások számára megkönnyíteni személyes történeteik elmesélését, elérni azt, hogy magabiztosan beszéljenek mások előtt. Segít az embereknek abban, hogy történeteik elmesélésén keresztül megtalálják saját hangjukat. Egy ilyen szakembernek általában van történetmesélő, színházi vagy drámapedagógiai tapasztalata, esetleg már maga is tartott a történetmesélés módszerét alkalmazó műhelyt.

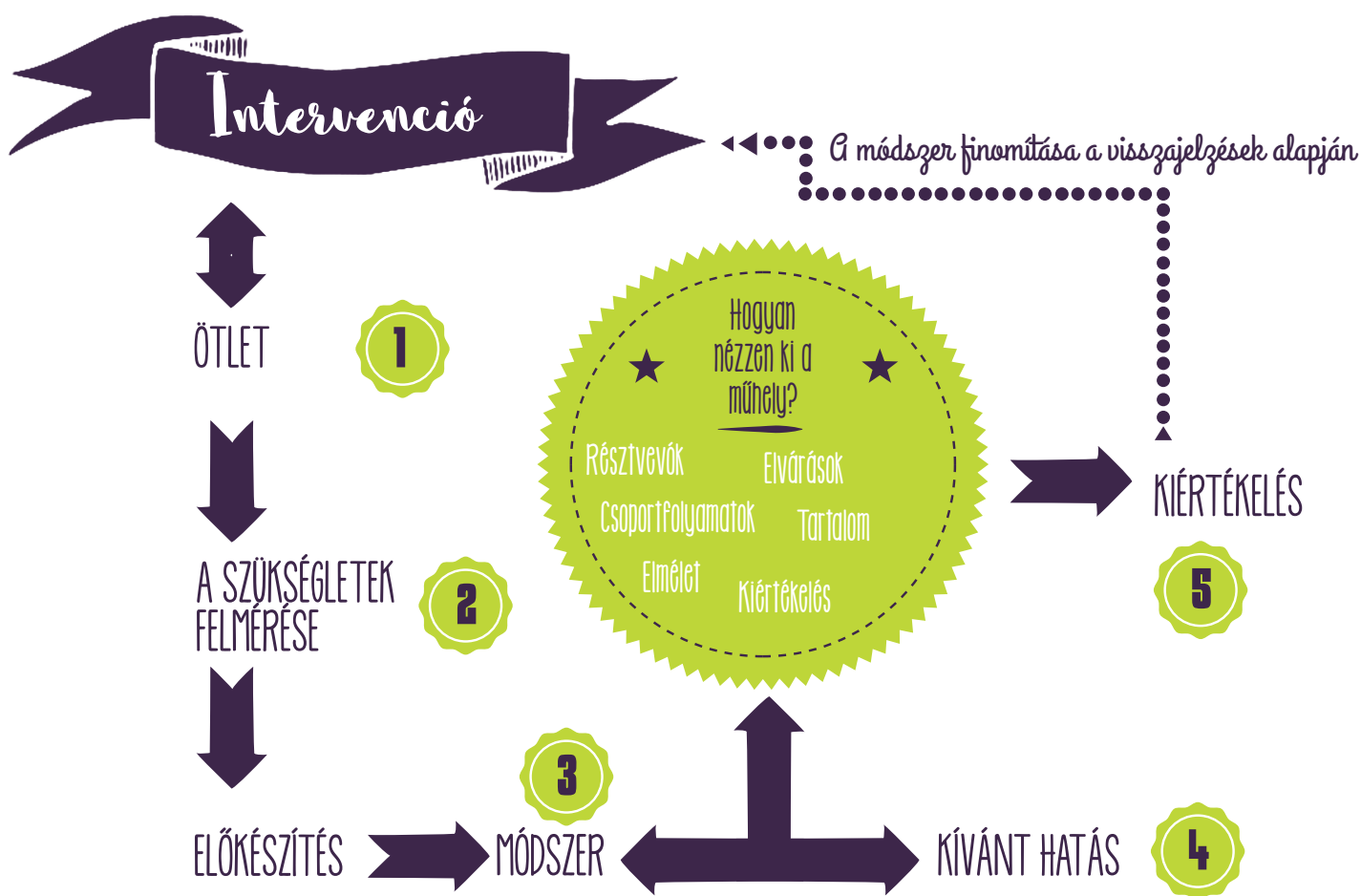
Egy ilyen szakember értéke abban rejlik, hogy növeli a műhelyvezető önbizalmát, tanácsokkal látja el, konkrét segítséget nyújthat. Részt vehet csupán megfigyelőként is, hogy azután a foglalkozás befejeztével fogalmazza meg észrevételeit. Attól függően, hogy milyen anyagi keretek állnak rendelkezésre, az illető lehet önkéntes vagy fizetett segítő.

# 2

A történetmesélő  
műhelyfoglalkozások  
tartalmának kidolgozása

Ebben a fejezetben áttekintjük a történetmesélő műhely megszervezésének lépéseit, a kezdeti ötlettől a megvalósításig. Nagyrészt az Aladdin Projektben használt módszert mutatjuk be, amely azonban más projekteknél is alkalmazható.

Az alábbi ábra segít a műhely kidolgozásához szükséges lépések megértésében:



# 1 Ötlet

Amikor elhatározza, hogy történetmesélő műhelyt szervez, el kell döntenie, hogy:

- a) ki a célcsoport;
- b) milyen készségeket akar fejleszteni a célcsoportban;
- c) a történetmesélés megfelelő-e a kiválasztott készségek fejlesztésére.

Mielőtt továbblépne, először is szükséges a kezdeti elgondolást világos célokká és kérdésekké alakítani.

## Példa:

A kezdeti ötlet: *“Szeretnék egy történetmesélő műhelyt szervezni, amely fiataloknak segít abban, hogy motiváltabbak legyenek a nyelvtanulásra”.*

A kezdeti ötlet tisztázása:

### a) Ki a célcsoport?

Fiatalok, akiknek szükségük van rá, hogy idegen nyelvet tanuljanak. Elegendő ez a leírás, ahhoz, hogy elkezdjen megszervezni egy műhelyt? Nos, lehet, hogy az ötlet még pontosításra szorul.

Ebben az alábbi kérdések segíthetnek:

- **Kik ezek a fiatalok, és miért van szükségük arra, hogy idegen nyelvet tanuljanak?**
  - Lehetnek például bevándorlók, akik nem beszélnek a helyi nyelvet, de szeretnék megtanulni, hogy azután munkát tudjanak vállalni.
- **Milyen korosztályról van szó?**
  - Kívánja behatárolni a korcsoportot?
- **Fontos-e a célcsoport neme?**
  - Kizárólag női/férfi, vagy vegyes csoportról van szó? Esetleg a társadalmi nem is fontos tényező?
- **Milyen a célcsoport tagjainak a gazdasági-társadalmi háttere?**
  - Ki tudja fizetni a műhelyhez kapcsolódó utazási költséget, ha szükséges? Milyen támogatásra lesz szükségük?

- **Milyen iskolázottságú fiatalokról van szó?**

- Ez az információ hasznos lehet a műhely keretei között megvitatandó témák megtervezésénél.

- **Hol élnek?**

- Az ön városában élnek? Vagy egy még szűkebb közösség tagjai, mondjuk a környező kerületekben laknak?

- Ha a cél, hogy a műhelymunkába olyan emberek is bekapcsolódjanak, akik messze laknak és szegények, akkor előfordulhat, hogy fedezniük kell az utazási költségeiket. Ha pedig elfoglaltak, nem lesz idejük eljárni a foglalkozásokra.

- **Milyen alapvető készségek szükségesek a részvételhez?**

- Például előfeltétel-e, hogy beszéljék az ön anyanyelvét (amennyiben szociális és érzelmi készségek fejlesztése a cél).

- **Fontos, hogy legyen valamilyen jogi státuszuk az ön országában?**

- **Stb...**

### b) Milyen készségeket kíván fejleszteni a célcsoportban? (lásd részletesebben a Szükségletek felmérése fejezetben)

### c) Alkalmassak a történetmesélés technikái a kívánt készségek fejlesztésére az adott célcsoportban?

A történetmesélés hatékony eszközt nyújt ahhoz, hogy fiatal felnőtteket idegen nyelv tanulására ösztönözzünk. Honnan tudjuk ezt? Az Elan Interculturel nevű partner szervezet a „Sheherazádé” projekt keretei között már vizsgálta ezt a kérdést. Erről bővebben – angolul - itt olvashat: <http://www.sheherazade.eu/en/content/outcomes>

Általában ajánlott előzetes kutatást végezni, és kideríteni, hogy használták-e már mások a történetmesélés módszerét a kiválasztott készségek fejlesztésére. Ha talál arra vonatkozó bizonyítékot, hogy a módszer hatékonyan alkalmazható ezen a területen, akkor az kiváló megerősítés a továbblépéshez. De ha nem is talál ezzel kapcsolatos tapasztalati leírást, akkor is érdemes próbálkozni a technika újfajta alkalmazásával, és kideríteni, hogy működik-e.



## A szükségletek felmérése és a célok meghatározása

Milyen készségeket kíván fejleszteni az adott célcsoportban?

Fontos felmérni a célcsoport valódi szükségleteit, hogy a résztvevők motiváltak legyenek a műhelyen való részvételre.

### Példa:

Ahogy korábban már említettük, a fiatal bevándorlók, akik nem beszélik a helyi nyelvet, de mivel munkát szeretnének vállalni, kénytelenek megtanulniuk azt, mindenképp motiváltak lesznek arra, hogy részt vegyenek egy nyelvtanulással foglalkozó csoportban. Sokféle lehetőség kínálkozik nyelvtanulásra, de a történetmesélés technikája miatt az ön műhelye kiemelkedhet a többi közül. Miért? Mert ez egy izgalmas módszer, és egy ilyen műhely során a résztvevők nem csak nyelvet tanulnak (alap nyelvtant, kifejezéseket, szavakat), hanem személyes történeteket is megosztanak egymással. Ezáltal könnyebben teremtenek kapcsolatot a többiekkel, tanulhatnak egymástól, és úgy érezhetik, hogy egy kis közösséghez tartoznak. Mivel meg akarják osztani a személyes történeteiket, ez további ösztönzőként szolgál arra, hogy megtanulják a közös nyelvet.

A nyelvtanulás csak példa. Természetesen más célcsoportot, és más szükségleteket is megcélozhat. A sorrendet is megváltoztathatja úgy, hogy először a szükségletet határozza meg (pl. nyelvtanulás), és később választja ki a célcsoportot (pl. fiatal bevándorlók).



## A módszer kiválasztása

Mostanra már világossá váltak a célcsoport szükségletei, és a műhely céljai. Itt az idő meghatározni a módszert.

A következőket kell eldöntenie:

- Hány foglalkozásra van szükség, hogy elérje a kívánt hatást, eredményt?
- Milyen hosszú lesz egy foglalkozás? (lehetnek félnapos, egynapos, vagy 1-2 órás foglalkozások is)
- Milyen tevékenységekből kívánja felépíteni a műhelyt?
- Hányféle tevékenységet kell kiválasztania, hogy kitöltse az időt?
- Milyen sorrendben kövessék egymást a különböző tevékenységek?
- Hogyan fogják kivitelezni a résztvevők a feladatokat? Ezek közül melyekben vesz részt a teljes csoport, és melyik feladatokat fogják kicscsoportokban, esetleg párokban elvégezni?
- A feladatok elvégzése után mit és milyen formában fognak megvitatni?
- Hogyan fejlesztik a kiválasztott tevékenységek a megcélozott készségeket?
- Melyek a foglalkozások rögzített témái/tevékenységei/elemei, és melyek rugalmasak (amelyeket el lehet hagyni, ha nem maradna elég idő)?
- Hányféle és milyen hangulatoldó, bemelegítő (jégtörő) tevékenységet tervez?
- Hányféle és milyen energetizáló tevékenységeket tervez?
- Hányszor és mely pontokon kíván szünetet tartani?
- Hogyan fogja kezelni a csoportban felmerülő konfliktusokat, és fenntartani a támogató légkört?

Ez egy nehéz rész, és a megfelelő módszer kiválasztásához tapasztalatra van szükség, de itt is érdekes lehet kísérletezni. Mégis azt javasoljuk, hogy mielőtt elindítaná a saját műhelyét, szerezzen tapasztalatot egy rutinos tréner mellett segítőként.

A módszer kérdésével részletesebben is foglalkozunk még a következő fejezetben (3. fejezet: A foglalkozások szerkezete)



## A kívánt hatás meghatározása

Ebben a lépésben azt kell eldöntenie, hogy pontosan milyen hatást, eredményt kíván elérni a műhellyel, amit szervez.

Miért fontos ez a kérdés? Ha végig gondolja, hogy milyen hatás kíván elérni, akkor ehhez tudja igazítani a módszert és a műhely tartalmát (a tevékenységeket).

### Példa:

Ha kezdő nyelvtanulóknak szervez műhelyt, a következőképpen fogalmazhatja meg az elérni kívánt hatást. A műhelymunka végére, a résztvevők képesek lesznek

- egyszerű párbeszédet folytatni olyan hétköznapi témákban, mint a munka, a család, a szabadidő;
- részt venni a szakterületükhöz kapcsolódó állásinterjún;
- letenni egy bizonyos szintű nyelvvizsgát.



## Kiértékelés

Mindig fontos visszajelzést kérni a résztvevőktől, és - amennyiben lehetséges - más módon is felmérni, hogy a műhely elérte-e a kívánt hatást.

Az összegyűjtött visszajelzések, és más olyan felmérések alapján, amelyek segítenek kiértékelni a műhely minőségét és hasznosságát, továbbfejlesztheti a foglalkozások szerkezetét, módszereit és tartalmát.

A következő, 3. fejezetben részletesebben is foglalkozunk a műhely kiértékelésének különböző módjaival.



# 3

## A foglalkozások szerkezete

A műhelymunka megkezdése előtt érdemes részletes foglalkozásterveket készítenie, amelyek felvázolják a teljes pedagógiai folyamatot.

<p><b>1. szakasz:</b> ..... <b>Kik vagyunk mi?</b></p> <p>Mindenki bemutatkozik</p>	<p><b>2. szakasz:</b> ..... <b>A tanulási környezet</b></p> <p>Elvárások, a program bemutatása, szabályok</p>	<p><b>3. szakasz:</b> ..... <b>Csapatépítés</b></p> <p>Csoportolyamatok irányítása</p>	<p><b>4. szakasz:</b> ..... <b>Tanulási folyamat</b></p> <p>Pedagógiai tartalom átadása</p>	<p><b>5. szakasz:</b> ..... <b>A készségek / tudás megszilárdítása</b></p> <p>Mit tanultunk, megszilárdítás</p>	<p><b>6. szakasz:</b> ..... <b>Kiértékelés / Lezárás</b></p> <p>Kiértékelés, bizonyítványok kiosztása</p>
---	---	--	---	---	---

.....

## 1. szakasz: Kik vagyunk mi?

Az első lépésben a résztvevők játékos formában bemutatkoznak egymásnak (bemelegítő, jegtörő feladatok révén). Ebben a szakaszban az elsődleges cél, hogy megismerjük egymást, és biztonságos, kényelmes légkört teremtsünk. Az is fontos, hogy beszéljünk az alapvető szabályokról (például mindenki szabadon eldöntheti, hogy részt vesz-e az egyes tevékenységekben, minden, ami a teremben történik, a résztvevők között marad stb.). A cél tehát, hogy a résztvevők az elejétől kezdve elengedettnek érezzék magukat.

.....

## 2. szakasz: A tanulási környezet

A program bemutatása előtt javasolt megkérni a résztvevőket a következőkre:

- Osszák meg a műhellyel kapcsolatos elvárásaikat
- Fogalmazzák meg, hogy miért érdekes/fontos számukra a részvétel

Így a program bemutatása közben ön reagálhat a résztvevők elvárásaira, tisztázhatja az esetleges kétségeket.

Ezután a résztvevőkkel együtt lefektethetik az alapvető szabályokat, és felírhatják őket egy a falra kifüggesztett nagy papírlapra. A közös szabályok segítenek a hatékony csapatmunka, valamint a kölcsönös tisztelet és megértés légkörének kialakításában. Azt javasoljuk, hogy ezen a ponton mutassuk be a műhely során alkalmazni kívánt módszert is:

- Miről szól a módszer?
- Miért ezt választotta?
- Hogyan fogja alkalmazni a módszert a műhely során?





### 3. szakasz: Csapatépítés

A csapatmunka nem olyan egyszerű, mint hinnénk, ezért javasoljuk, hogy fordítson kiemelt figyelmet a csoportdinamikára.

Annak érdekében, hogy a csoport tagjai közelebb kerüljenek egymáshoz, és igazi csoportdinamika alakuljon ki, érdemes minden feladat előtt hangulatoldó, csapatépítő játékokkal kezdeni. Az első nap javasolt több időt szentelni ezeknek a játékoknak (mi általában 45-60 percet töltünk ezzel).

A foglalkozás vezetőjeként a műhely során végig segítenie kell az résztvevők egymáshoz való közeledését, például a témák közös megvitatásával, vagy csoportmunkát igénylő feladatok adásával.

Az esetlegesen kialakuló konfliktusokat is kezelnie kell. Ahhoz, hogy ezt hatékonyan meg tudja tenni, érzékenynek, türelmesnek és nyitottnak kell lennie, és jó, ha először egy tapasztalt tréner mellett asszisztensként szerez tapasztalatot azal, hogy mi segít az ilyen helyzetekben. A csoport tagjai között kialakuló egyes konfliktusok kulturális különbségekből is eredhetnek, ezért javasolt tanulmányoznia, hogyan hat a kultúra a kommunikációs stílusokra, értékekre, attitűdökre és hiedelmekre. Erről az „Alapkövek” című kiadványban olvashat bővebben.

Előfordulhat, hogy a résztvevők közül egyesek éppen nehéz élethelyzetben vannak. Sokszor az is elég, ha meghallgatjuk őket. Amennyiben azonban komolyabb pszichológiai problémával találkozunk, érdemes az illetőt szakemberhez (például pszichológushoz) küldeni.



### 4. szakasz: Tanulási folyamat

A résztvevők a különböző gyakorlatokban, tevékenységekben való részvétel által tanulnak, és fejlesztik a készségeiket.

A „Gyakorlatok gyűjteménye” kiadványban harminc gyakorlat leírását találja (köztük hangulatoldó, bemelegítő játékokat, nyelvi, szociális, érzelmi és vállalkozói készségeket fejlesztő feladatokat), amelyek segíthetnek a saját műhelye kialakításában. A *Gyakorlatok gyűjteményét* a következő oldalakon találja meg: [www.aladdinproject.eu](http://www.aladdinproject.eu), <http://www.kepesalapitvany.hu/>.

Azt javasoljuk, hogy mielőtt alkalmazni kezdené őket, készítse magának részletes leírást az egyes tevékenységekről. Segítségképpen megmutatjuk a sablont, amit az Aladdin projektben használtunk:

#### Sablon a tevékenységek leírásához:

A tevékenység neve	
Pedagógiai célok	
Időigény	
Optimális létszám	
Eszközigény	
Kiértékelés	
Lépések	

Ahhoz, hogy a foglalkozások során fenntartsuk a résztvevők figyelmét, fontos, hogy ők is tudják, miért hasznosak az egyes tevékenységek. A gyakorlatok utáni közös megbeszélések során a teljes csoporttal megvitathatjuk az adott tevékenység célját, a résztvevők pedig beszámolhatnak a tapasztalataikról. Ezek a megbeszélések lehetnek rövidek - 5-10 percesek -, vagy hosszabbak - akár 30 percesek - amennyiben nagy csoportról van szó (a résztvevők száma meghaladja a tizenkét főt), vagy ha a téma összetett, esetleg a résztvevőket különösen lekötötte, inspirálta az adott gyakorlat.

Amellett, hogy használja a „Gyakorlatok gyűjteményét”, saját feladatokat is kiálthat, vagy kereshet további ötleteket az interneten úgy, hogy a keresőbe beírja a kulcsszavakat (például *történetmesélést alkalmazó tevékenységek felnőtteknek*).

## 5. szakasz: A készségek/ tudás megszilárdítása

Annak érdekében, hogy a résztvevők elsajátítsák azokat a készségeket, amelyeket ön kiválasztott, többféle tevékenységen keresztül is fejleszteni kell azokat. Így a tanulók agyát különböző utakon tudjuk serkenteni, ez pedig erősíti a tanulási folyamatot. Ha például a prezentációs készségek fejlesztése a cél, kiválaszthat egy olyan tevékenységet, amely a helyes testtartással foglalkozik, egy másikat, amely a hang használatának fontosságát hangsúlyozza ki (hogyan játsszunk a különböző ritmusokkal, hangszínekkel), és egy harmadikat, amely az artikulációra helyezi a hangsúlyt.

## 6. szakasz: Kiértékelés/lezárás

A műhelyt különböző módokon értékelheti ki, de a legjobb, ha kvalitatív (pl szubjektív benyomások felmérése) és kvantitatív (skálák használata) mérőeszközöket is alkalmaz.

Kezdeményezhet egy, az egész csoportot bevonó záró beszélgetést, ahol a résztvevők elmondják, hogyan érezték magukat a műhely során, mi tetszett/nem tetszett nekik, milyen javaslataik vannak a műhely fejlesztésére vonatkozóan. Ugyanezeket a kérdéseket egy kérdőív segítségével is felteheti nekik - így biztosítja számukra a névtelenséget, és ezzel növeli az esélyét annak, hogy őszinte válaszokat kapjon. Játékos formában is kiértékelheti a műhelyt. Egy példa: rakjon két széket a terem közepére, az egyik az „angyal szék”, a másik az „ördög szék”. Amikor az angyal széken ülnek, a résztvevők a műhellyel kapcsolatos pozitív élményeiket osztják meg, az ördög széken pedig a negatív tapasztalatokat.

Bizonyára azt is szeretné felmérni, hogy vajon sikerült-e elérni a kitűzött hatást. Ha például nyelvtanuló műhelyt szervezett, az akkor érte el a célját, ha a résztvevők képesek:

- az adott nyelven egyszerű párbeszédet folytatni hétköznapi témákban (ezt az utolsó foglalkozás alkalmával helyzetgyakorlatokkal tudja kiértékelni);
- részt venni a szakterületükhöz kapcsolódó állásinterjún (ezt az utolsó foglalkozás alkalmával szerepgyakorlatok segítségével tudja kiértékelni);
- letenni egy bizonyos szintű nyelvvizsgát (ezt egy vizsga vagy egy felmérő teszt segítségével tudja kiértékelni).

Azt javasoljuk, hogy ne várjon a program végéig a kiértékeléssel, inkább töltsön legalább tizenöt percet minden foglalkozás végén azaz, hogy visszajelzést kérjen a résztvevőktől.

Ezen kívül a kiscsoportos munkák során körbejárhat a teremben, és feljegyezheti a résztvevők megjegyzéseit, illetve megteheti ugyanezt a teljes csoportos tevékenységek és megbeszélések alkalmával is. A résztvevők érdemi visszajelzései segítik a program fejlesztését.

# 4

A műhely  
elindítása

## Az időpont kijelölése, helyszín bérlése

A műhely elindítása előtt ki kell jelölnie a foglalkozások időpontját, és meg kell találnia a megfelelő helyszínt.

Amikor kitűzi az időpontot, vegye figyelembe a célcsoportja valószínűsíthető heti időbeosztását. Az idős emberek vélhetően hétköznap délelőttönként is ráérnek, a fiataloknak pedig, akik iskolába járnak vagy dolgoznak, inkább hétköznap esténként vagy hétvégenként van szabadidejük. Ha nem biztos a célcsoport jellemző időbeosztását illetően, először végezhet egy kisebb felmérést, például megkérdezheti őket, vagy felkereshet a kérdésével olyan szervezeteket, akik rendszeresen kapcsolatban állnak velük.

Amikor kiválasztja a helyszínt, azt javasoljuk, olyan helyet válasszon, amely:

- a résztvevők számára könnyen megközelíthető (közel van busz- vagy metrómegállóhoz);
- elég tágas ahhoz, hogy lehessen benne mozogni is (ez az interaktív tevékenységek miatt fontos).

Nem árt némi harapnivalóval és üdítővel is megkínálni a résztvevőket. Előfordulhat, hogy az utazási költségeiket is fedezni kell. Ezeknek a költségeknek a fedezésére megpróbálhat szponzorokat találni (például a helyi önkormányzatnál), vagy megpályázhat helyi támogatásokat.

## Ösztönzés a részvételre

Fontos, hogy olyan kedvezményeket, ösztönző elemeket tudjon ajánlani, amelyek növelik az esélyét, hogy több résztvevő kapcsolódjon be a műhelybe.

Ezek lehetnek a következők (persze itt is használhatja kreativitását):

- az utazási költségek fedezése;
- ingyen étkezés a műhely ideje alatt;
- érdekes, új emberek megismerésének lehetősége;
- a teljesítményért járó apró jutalmak;
- a képzés végén oklevél/bizonyítvány.



## Résztevők toborzása

Miután tisztázta, mi a műhely célja, kiket szeretne elérni vele, kitűzte az időpontot, kiválasztotta a helyszínt és az ösztönző elemeket illetve lehetséges kedvezményeket is átgondolta, hozzáfoghat a toborzáshoz.

Néhány hétbe, esetleg egy hónapba is beletelhet, amíg összegyűjti a szükséges számú résztvevőt. A tapasztalataink alapján azt javasoljuk, hogy jóval a műhely kitűzött kezdési időpontja előtt kezdjen ehhez hozzá (legalább egy hónappal korábban).

A történetmesélő foglalkozások valószínűleg nem tűnnek elsőre hasznosnak, nem egyértelmű, hogy alkalmasak készségfejlesztésre. Ezért fontos tájékoztatni a résztvevőket arról, hogy miért érdemes bekapcsolódniuk egy ilyen csoportba, milyen készségeik fejlesztését várhatják a részvételtől. Az ösztönző elemek, kedvezmények is segíthetnek motiválni az embereket a részvétellel. Ezért a műhelyről szóló rövid leírásban világossá kell tenni, mik a műhely céljai, és milyen ösztönzőket tud felajánlani a résztvevőknek.

Ahhoz, hogy a műhely híre eljusson a megfelelő személyekhez, fontos tudnia, hogy

- mely szervezetek állnak kapcsolatban a célcsoport tagjaival;
- milyen kommunikációs csatornákon lehet elérni a célcsoportot.

A fenti információhoz a következő módokon juthat hozzá:

- megkérdezheti azokat az ismerőseit vagy olyan szervezeteket, akik kapcsolatban állnak az ön célcsoportjához tartozó fiatalokkal;
- megkérheti a barátait, hogy kérdezősködjenek az ő barátaiknál, illetve olyan szervezeteknél, akik kapcsolatban állnak ilyen fiatalokkal;
- a hírekből (interneten vagy máshol) tájékozódhat arról, hogy milyen egyéb szervezetekkel, intézményekkel lenne érdemes felvennie a kapcsolatot;
- felveheti a kapcsolatot olyan szervezetekkel, közösségi központokkal és intézményekkel; amelyeket a barátai ismerősei ajánlottak, vagy amelyekről a médiából értesült.

# Milyen csatornákon juthat el a célcsoporthoz?

Terjeszthet szórólapot olyan intézményekben, amelyek kapcsolatban állnak a célcsoportjával (célcsoporttól függően például nyelviskolákban, menekülttáborokban, esti iskolákban, kisebbségi/bevándorló szervezeteknél, ifjúsági szervezeteknél, munkaügyi központokban, közösségi központokban).

Használhatja a közösségi médiát: Facebook, Instagram, Twitter. Ha ön nem kifejezetten szakértője a közösségi médiának, kérjen segítséget olyan ismerősétől, aki tapasztaltabb ebben a témában.

Ajánlott videók és fényképek használata, mivel a kép mindig figyelemfelkeltőbb mint a szöveg.

Helyi ifjúsági szervezetekkel is együttműködhet, és kérheti a segítségüket a toborzásban.

Felkereshet néhány nyomtatott illetve internetes sajtóorgánumot (újságírókon vagy szerkesztőkön keresztül), amelyek fontosak lehetnek a célcsoport szempontjából, és megkérdezheti, hogy készítenének-e önnel egy interjút a hamarosan induló műhellyel kapcsolatban.

Érdeemes lehet egy “nagykövetet” vagy “reklámarcot” találni a toborzókampányához. Erre a szerepre megpróbálhat felkérni olyan helyi hírességeket, akikre felnéznek a célcsoport tagjai, és akik bátoríthatják a fiatalokat a műhelyen való részvételre.

Ha a nyelvet kevésbé beszélő fiatalokat szeretné elérni, fontos, hogy a reklámanyagot több nyelvre is lefordítsa (arabra például, amennyiben szíriai menekültekkel szeretne dolgozni).

---

Ez az Útmutató az Európai Bizottság támogatásával valósult meg. A kiadvány a szerzők nézeteit tükrözi, és az Európai Bizottság nem tehető felelőssé az abban foglaltak bárminemű felhasználásért.

---

## Projekt partnerek:

Képes Foundation  
[www.kepesalapitvany.hu](http://www.kepesalapitvany.hu)

Élan Interculturel  
[www.elaninterculturel.com](http://www.elaninterculturel.com)

Superact  
[www.superact.org.uk](http://www.superact.org.uk)

Storytelling Centre  
[www.storytelling-centre.nl](http://www.storytelling-centre.nl)

DEMÀ. Departament d'Estudis del Medis Actuals  
[www.dema.cat](http://www.dema.cat)

---

[www.aladdinproject.eu](http://www.aladdinproject.eu)



Erasmus+



élan interculturel