CLIPS

MÓDSZEREK

GYŰJTEMÉNY KÖZÖSSÉGI FACILITÁTOROKNAK
KÖZÖSSÉGI INKUBÁTOR PROGRAM
A FENNTARTHATÓSÁGÉRT

Disclaimer
Az Európai Bizottságnak a szöveg kiadásában nyújtott támogatása nem jelent egyetértést az itt megjelenő tartalommal, mely kizárólag a szerzők nézeteit tükrözi, és a Bizottság nem tehető felelőssé semmilyen tevékenységért, amely az itt közzétett információn alapul.

Copyright
Ennek az anyagnak a felhasználását a Creative Commons/Kreatív Köztulajdonok CC BY-NC-ND szerzői jogi engedélye tette lehetővé. Arra buzdítunk, hogy használd fel a munkánkat, oszd meg másokkal, és tüntesd fel a forrást, amikor ezt teszed. Semmilyen módon nem változtathatod meg a tartalmát, és nem használhatod azt kereskedelmi célból.

Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

TARTALOM

3 ÁLOMKÖR

6 ÉLETEM SZÍNHÁZA

10 SZÍN-JÁTÉK

17 CSOPORTOS COACHING

20 A KÖR ÚTJA

23 A CLIPS HAGYMA RÉTEGEI

26 A REMÉNY ÉS A FÉLELEM KÖRE

30 KONSZENZUSOS FÖNTÉSHOZATAL

33 SWOT ELEMZÉS

36 ÖKOFALU KÁRTYACSOMAG

ÁLOMKÖR

Az álomkör a személyes szándékoknak
az egész csoport közös álmában való összekapcsolására használható.

A módszer célja

A cél az, hogy közös álmot teremtsünk, az összes résztvevő bevonásával, szervezett módon.

Időigény

Körülbelül 1 óra

Anyagszükséglet

- Toll és papír, hogy leírjuk az álmot,
- Egy ún. talking stick (egy bot vagy pálca, melyet mindig az éppen beszélő személy tart magánál) vagy egyéb szimbolikus tárgy, melyet körbeadunk.

Célközönség

Olyan csoport, ahol már van valami elképzelés arról, hogy mit szeretnének együtt elérni.

Résztvevők száma

Minimum 3 – maximum 20.
Egy nagyobb csoportöt kisebb csoportokra oszthatunk, akik a folyamat végén egyesíthetik álmaikat.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

Idő	Tevékenység
5'	BEVEZETÉS ÉS A GYAKORLAT ISMERTETÉSE
25-45	AZ ÁLOMKÖR SZÖVÉSE, GAZDAGÍTÁSA
10'	ZÁRÁS, A KÖZÖS ÁLOM MEGÜNNEPLÉSE

BEVEZETÉS

KERETEZÉS- 5 MINUTES

Az álomkör módszer a Dragon Dreaming eszköztárának része. A Dragon dreaming egy inspiráló projektszervezési modell, amelyet John Croft, egy ausztrál közösségi tanácsadó készített. A módszert az ausztrál őslakosok látásmódja ihlette.

John Croft az álmodókört a Projekt húsvétjának nevezi, az az a pillanat, amikor az egyéni ötlet meghal, és közös ötletként születik újjá. Fontos lépés az alapító szindróma leküzdésében.
Az álomkörben mindenkit arra hívunk, hogy az álma valóban közös álommá, később pedig valósággá váljon.

AZ ÁLOMKÖR

INSTRUKCIÓK, A GYAKORLAT RÉSZLETES ISMERTETÉSE- 5 PERC

Az alapító(k) üdvözli a találkozóra meghívottakat és röviden bemutatja álmát.
Aztán feltesz egy generatív kérdést, például: "Milyennek kell lennie ennek a projektnek, hogy utána azt mondhasd: ez volt a lehető legjobb módja annak, hogy eltölthessem az időmet?"
Ezután az résztvevőket felkérik, hogy egy szimbolikus bot, vagy más „beszélő tárgy” at körbe adva osszák meg álmaikat egymással. Csak az beszélhet, akinek a kezében van a tárgy, és személyes álmának egy elemét hozzáfűzheti a közös álomhoz.
A facilitátor megkéri az embereket, hogy adják hozzá a számukra legfontosabbat – és egyszerre csak egy szempontot. Több kör is lesz, többször is kibővíthetjük, tovább szőhetjük az álmot.
Ebben a lépésben az a fontos, hogy álmodási szakaszban vagyunk. Álmodási szakaszban nincsenek ellentmondások, nem kell vitatkozni a különböző álmokról, csak hozzáani az álom következő részét.
Egy résztvevő jegyzeteket készít egy nagy flipchart papírra, összefoglalja minden egyes álomnak lényegét, és azt is, hogy kinek az álma volt.

AZ ÁLOMKÖR SZÖVÉSE 25 - 45 PERC

Az alábbi utasításokat követve az álmodó kör elkezd kibontakozni.

A segítőnek fontos szerepe van az Álomkör varázslatának megteremtésében:

Ügyelj arra, hogy ne kezdődjenek el beszélgetések, párbeszéd – azoknak később lesz itt ideje!

Győződj meg róla, hogy a kör áramlása beindul. Ez általában azt jelenti, hogy az álom részei elég gyorsan hozzáadódnak a korábbi részekhez, hogy áramlást érezzünk, és elég lassan ahhoz, hogy ne érezzük azt, hogy sietünk. Ha valakinek nincs ötlete, tovább adja a beszélőbotot a következő személynek, az utána következő körben már lehet, hogy eszébe jut valami.

Ha a facilitátornak az a benyomása, hogy a kör túl gyors vagy túl lassú, fontos, hogy beavatkozzon, és a résztvevőket a sebesség megváltoztatására ösztönözze.

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

AZ ÁLOMKÖR

Ne feledd, hogy a legtöbbet akkor hozhatod ki az álomkörből, ha:

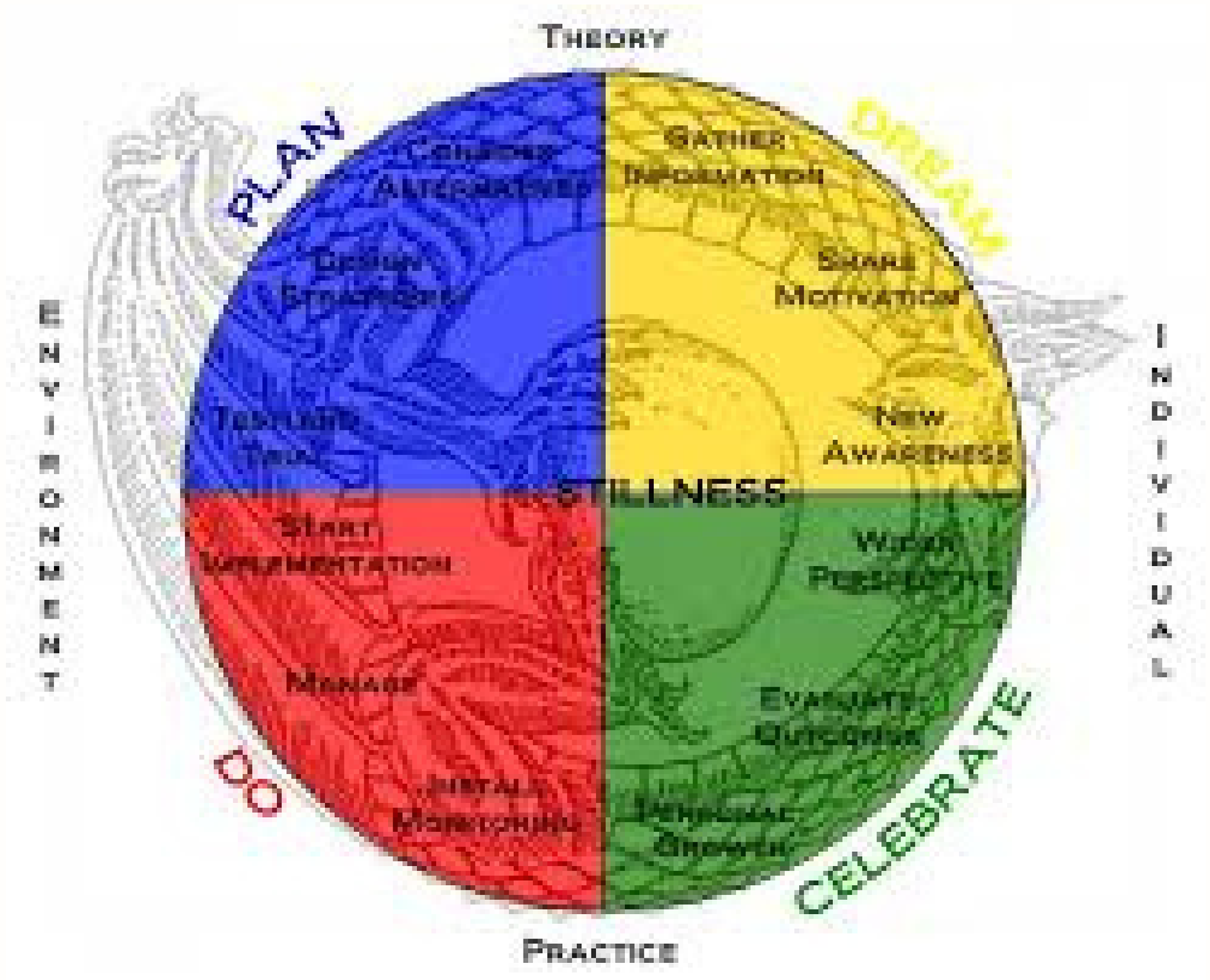
- a csoport használja a beszélő tárgyat.
- a jegyzetelő az álom lényegét írja le, nem az összes elhangzott szót.
- mindenki egy-egy álmot ad hozzá.
- nem túl racionális de nem is túl elvontak az álomdarabok.
- összekapcsoljuk az álmot a való élettel.
- az álmot pozitív megfogalmazásban írjuk le, és úgy, mintha már valóságos lenne.

A KÖZÖS ÁLOM SZÜLETÉSÉNEK MEGÜNNEPLÉSE- 10 PERC

Az Álomkör befejezése után a csoport felolvassa a flipchart-táblára írt összes álmot, és közös álomként ünnepli azokat.

HOGYAN TOVÁBB?

Az Álmodó Kör dokumentuma egy kincsesbánya, amely minden "szándékdokumentumhoz" használható. Használható szórólap írásához a kívánt projekt leírásával, inspirációként használható a projekt egyértelmű jövőképének és küldetésének megfogalmazásához. A következő találkozón a csoport nézze meg az álmodó dokumentumot, hogy nincs-e benne ellentmondás: pl. valaki vegán projektet akar, a többiek tejért és húsért állatokat...
Ha vannak ellentmondások, akkor ezt a kérdésre összpontosítva kell megvizsgálni:
Van-e lehetőség közös álomra, mert az álom sok aspektusa annyira hasonló, hogy az ellentmondás közös álommá olvadhat?
Ez a lehet a lehetősége a projekt megsokszorozásának is: egy álomkörből lehet két projektet is indítani. Ez is siker és nem kudarc!
Egyes csoportok kétségbeesetten próbálnak minden álmot egyetlen projektbe integrálni – ez nem mindig segít, és gyakran oda vezet, hogy egyetlen álom sem valósul meg. Éppen ezért fontos bevezetni azt a gondolatot, hogy a projektek sokszorosítása néha jó megoldás lehet.



Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

ÉLETEM SZÍNHÁZA

Egyéni, közösségi és struktúra szintje

Ez egy összetett módszer, amely lehetővé teszi többféle csoportfolyamat integrálását a csoport tagjai számára. Emiatt a módszer sokféle helyzetben felhasználható, adaptálható, variálható.
Használható a csoport tagok személyes folyamatainak belső konfliktusainak megértésére, önreflexiós eszközként, és egymás folyamatainak jobb megértése miatt is. Használható a konfliktusok dinamikájának jobb megértésére egyéni, és csoport szinten is, például egy konfliktus helyzetben minden közösségi tag dolgozhat ugyanazzal a kihívással, amely éppen jelen van a közösség életében.
Hasznos megérteni a különböző szervezeti szintek fontosságát is: a belső tanácsadó hangját, a projekt küldetését, a menedzsmentet, a stratégiai (4) és az operatív (1 és 2) közötti közvetítést, a meghallgatva minden igényt a sokféleségben való együttműködés érdekében.
A vezetői szerep, amelyet a 3. Karakter személyesít meg, facilitációs funkciót kap, és segíti a párbeszédet, a csoportfolyamatot. Ezt a folyamatot belső szociokráciának is nevezik.

Cél

- megismerjük a személy belső dinamikáját
- jobban megértsük a csoportok, közösségek dinamikáját
- megértsük a döntéshozatal lényegét
- konszenzusos folyamatokat hozzunk létre
- eszköz legyen a személyes fejlődéshez

Időigény

2,5 és 3,5 óra között

Előkészületek

- 4 törpöt, használunk személyenként
- ha nem elérhető hupikék törpikék figura, használhatunk egyéb inspiráló képeket is
- tábla, vagy flipchart a magyarázathoz
- tollak, filctollak a vacilitátoroknak és a résztvevőknek
- füzet, vagy papír a résztvevőknak

Célközönség

Ez a módszer facilitátorok, trénerek számára készült.

Résztvevők száma

Minimum 8 – maximum 28

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

idő	tevékenység
20´	BEVEZETÉS, A GYAKORLAT KERETEZÉSE
5´	‘NYILVÁNOS’ KARAKTER LÉTREHOZÁSA
5´	A KIHÍVÁS AZONOSÍTÁSA
5´	A 'BELSŐ' KARAKTER LÉTREHOZÁSA
5´	PÁRBESZÉD A KÉT KARAKTER KÖZÖTT
15´	A MEDIÁTOR, ÉS A BELSŐ TANÁCSADÓ LÉTREHOZÁSA
30´	PÁRBESZÉD A 4 KARAKTER KÖZÖTT
60-80´	A BELSŐ SZÍNDARAB ELJÁTSZÁSA
15´	TAPASZTALATCSERE, ÉS LEZÁRÁS

BEVEZETÉS

KERETEZÉS-20 PERC

Felrajzoljuk egy táblára, vagy flipchartra a 4 karaktert, és a fő információkat róluk, jelöljük a köztük lévő összefüggéseket.

Az összes résztvevő elgondolkodik a következőkön, és feljegyzi egy papírra:

- A karakter neve ……
- A karakter jellemző tulajdonsága……
- A karakter társadalomban betöltött szerepe ……
- A karakter fő nehézsége ……

Célunk, hogy megfigyeljük az egyes személyek belső dinamikáját. Ehhez azt a hipotézist hozzuk létre, hogy mindannyiunkban más-más karakterek vannak, amelyek más-más funkciókat töltenek be az egyes személyek egészében.

Ezek a karakterek valójában nem léteznek, de a gyakorlat során eljátsszuk, hogy léteznek.

Életem színháza

1. INSTRUKCIÓ - A NYILVÁNOS KARAKTER FELFEDEZÉSE - 10 PERC

Először is felfedezzük nyilvános karakterünket, azt a karaktert, aki interakcióba lép a külvilággal, ő jelképezi a társadalomban betöltött szerepünket.

Ehhez felállunk és kiválasztunk egy Törpöt vagy egy fényképet. Nem cél, hogy „hasonlítson rád”: hagyd, hogy az intuíciód vezessen!
A nyilvános karakterünk így beszél: „Fontos, szükséges…”, „Meg kell csinálnom…”, „El kell kellene intéznem…”

Itt él a hiedelmek, elméletek világa, ez az ember önmagából a külvilágnak mutatott képe.
Mindenki kitölti a karakterével kapcsolatos információkat (név, minőség, szerep, nehézség), és bemutatja a többieknek.

2. INSTRUKCIÓ-A KIHÍVÁS MEGHATÁROZÁSA - 5 PERC

Azonosítunk egy fontos kihívást, amellyel életünk jelen szakaszában állunk, és amely bármely területen fontos fejlődésünk szempontjából: testi egészség, kapcsolatok, szakmai élet, gazdasági helyzet, szociális, lelki stb…, és ezt a gyakorlat során forgatókönyvként használjuk.
Egy mondatban foglaljuk össze a kihívást.

3. INSTRUKCIÓ - A BELSŐ KARAKTER FELFEDEZÉSE- 5 PERC

A második, a belső karakter megalkotásához befelé figyelünk,
 Ki a mi 'belső' karakterünk? Az érzelmi oldalunk, a felfedező, sokszor gyermeki. A belső karakter sokszor elmerül a játékban, vagy átadja magát a pihenésnek, alkotásnak, szenvedélyesen szeret valamit csinálni.
Mindenki kitölti a karakterével kapcsolatos információkat (név, minőség, szerep, nehézség).

4 INSTRUKCIÓ. - PÁRBESZÉD A NYILVÁNOS, ÉS BELSŐ KARAKTER KÖZÖTT- 5 PERC

Folytatjuk az egyéni munkát, és mindenki párbeszédet alakít ki az 1. és 2. szereplő között. Mit mondana a két karakter egymásnak? Könnyen szót értenek? Mi történik?
Mit mondanak a 2. pont kihívásáról, milyen a közöttük kialakuló dinamika? Milyen szerepet vesznek fel a párbeszédben?

Úgy éld át a gyakorlatot, mint amikor gyerekként vették fel különféle szerepeket játékból!

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

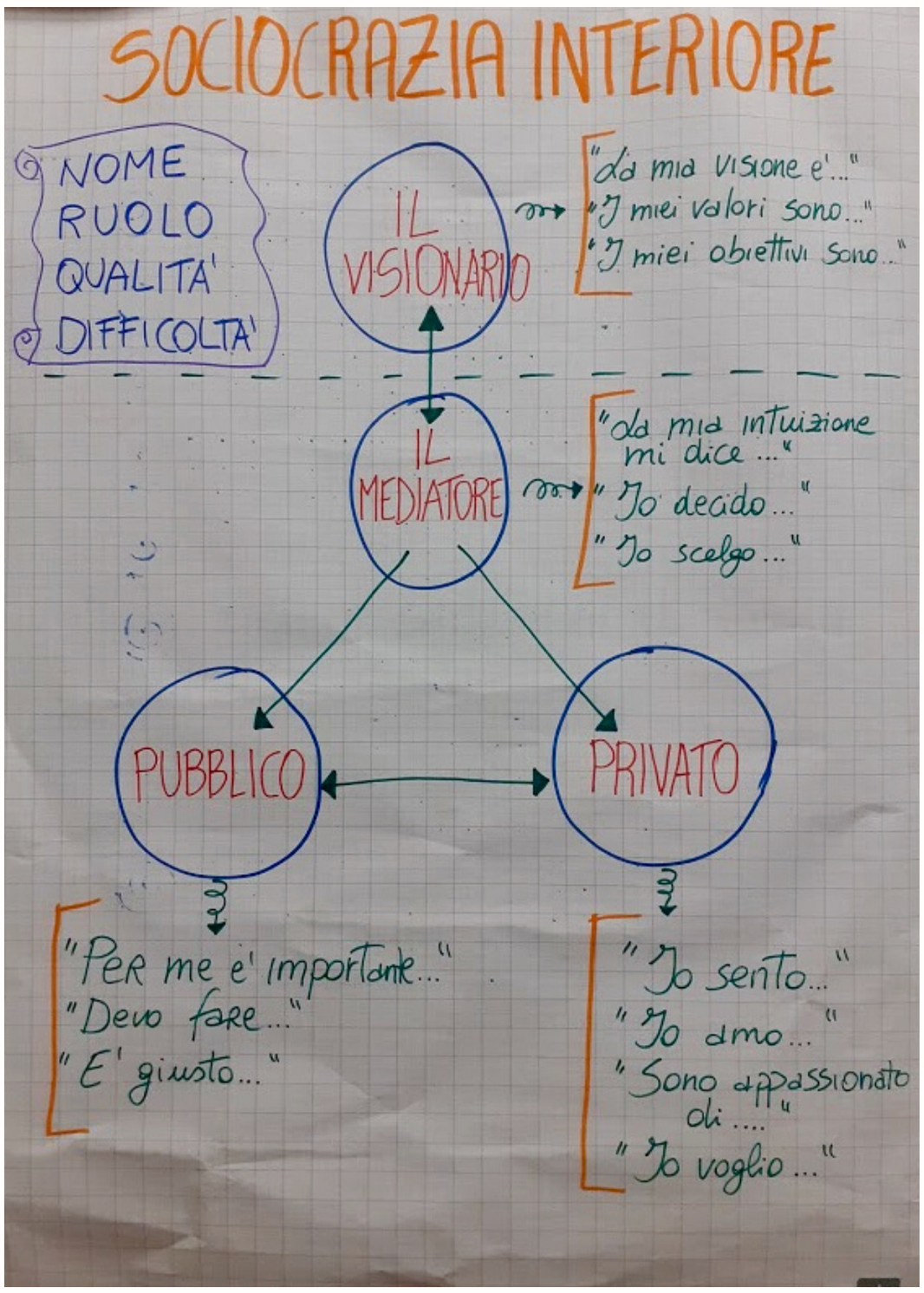
ÉLETEM SZÍNHÁZA

5. INSTRUKCIÓ - A MEDIÁTOR, ÉS A BELSŐ TANÁCSADÓ FELFEDEZÉSE
15 PERC

Most a 3. karaktert keressük: a **Mediátort,** az Integratív energiát, azt a részt, amely az 1. és 2. karakter között közvetíteni képes, és vezetést gyakorol.

A 4. karakter a **Belső Tanácsadó**, az Intuíció Hangja: források, inspirációk, törekvések és értékek.

Mindenki kitölti a 2 karakterrel kapcsolatos információkat (név, minőség, szerep, nehézség).



6. INSTRUKCIÓ - PÁRBESZÉD A NÉGY SZEREPLŐ KÖZÖTT
30 PERC

A 4 karakter párbeszédet alakít ki a kihívás körül.

1 - Nyilvános karakter
2- Belső karakter
3- Mediátor
4- Belső tanácsadó

A párbeszédek sorrendje: 1-2., 3-1, 3-2, 3-4, 4-3.

A facilitátor először az egész csoport előtt bemutatja a gyakorlatot egy önkéntes közreműködésével.
A folyamat: a cél az, hogy a 2. kihívásra adott közös javaslatot hozzunk létre a 4 karakterrel, és egyetértéssel döntseenk róla.

1. és 2. párbeszéd: Milyen a kapcsolat? Van-e megfigyelhető feszültség? Van olyan karakter, aki uralja a másikat?
Mit szólnak a 2. pontban bemutatott kihíváshoz?
A közvetítő párbeszédbe kezd az 1-essel és a 2-vel, megpróbálja megérteni a két álláspontot, és azt, hogy milyen kimondott, és kimondatlan igények vannak jelen. Ebből az információból kiindulva kér tanácsot a Belső Tanácsadótól, aki a kihívást és a dinamikát az adott életszakaszban élő személy küldetésébe és jövőképébe helyezi.
Figyelem: itt néha vannak olyanok, akik nem tudnak kapcsolódni ehhez a részhez, fontos, hogy ne menjünk túl mélyre, és csak azokra az értékekre kérdezzünk rá, amelyekkel az illető tisztában van.

A 3. karakter tanácsot kérhet a belső körén kívül eső (valódi) emberektől, hogy segítsen előállítani egy konkrét, megvalósítható, világos időpontokat és lépéseket tartalmazó javaslatot.

Mutasd be a javaslatot a 4 karakteres körnek, és kövesd a beleegyező döntés meghozatalának lépéseit (kicsit összefoglalva): Tisztázó kör, reakciók, ellenvetések. Kérdezz az ellenvetésekről, módosítsátok a javaslatot, kérdezz rá, hogy nincs-e további ellenvetés, ismételjétek meg a döntést, ünnepeljétek meg a beleegyezést.

A kör találkozója bezárul.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

ÉLETEM SZÍNHÁZA

7. INSTRUKCIÓ - BELSŐ SZÍNHÁZI JÁTÉK - 60 - 80 PERC

4 fős csoportokban mindenki eljátssza a saját belső színházi darabját a csoport támogatásával.
Egy személy a segítő szerepét tölti be, mások pedig beléphetnek a körbe annak kérésére, hogy ki játszik egy-egy karaktert.

Az, hogy hány résztvevő játszik a színpadon, attól függ, hogy hányan szeretnének játszani, hogyan tervezték meg a workshopot vagy a tanácsadó alkalmat, és mennyi idő áll rendelkezésre.
Érdemes előre tervezni, hogy senki ne maradjon ki a lehetőségből időhiány miatt. Jó, ha az egyes csoportok minden kör előtt kijelölik a szerepeket, beleértve az adott kör időfelelősét is. (résztvevőnként kb. 20 perc).

8. INSTRUKCIÓ - MEGOSZTÁS NAGY KÖRBEN 10 PERC

A megosztás során nem minden résztvevőnek lesz lehetősége megszólalni, és nem is mindenki szeretne megszólalni, de fontos, hogy néhány hangot meghallgassunk. Lerövidíti a folyamatot, ha a csoport tagjai körben állank.

9. INSTRUKCIÓ -ZÁRÁS- 5 PERC

A törpök vagy kártyák egy kis elválási rituáléval visszakerülnek a helyükre. A résztvevők 'lerázhatják' magukról a szerepet, valamilyen mozgásos energetizáló gyakorlat beleillhet a folyamat zárásába.

TIPPEK A BELSŐ KÖR facilitálásához

Ügyeljünk arra, hogy ne pszichologizáljuk a gyakorlatot, nem a tartalom számít, amit az ember hoz, hanem az általa generált dinamika. Ügyeljünk arra, hogy a párbeszéd ne a tartalomra összpontosítson. Nem arról van szó, hogy a személy „traumáját” kezeljük, hanem inkább kísérjük őt a trauma hatásának megfigyelésében, a választási képességre (javaslat + döntés) összpontosítva.

Néha a 2. karaktert (érzelmek) összekeverik a 4. karakterrel (elvek és értékek). Vannak, akik hitelesebbnek tartják az érzelmi teret. A segítőnek ügyelnie kell arra, hogy egyetlen karaktert se helyezzen a többi fölé, mert mindegyik értékes és szükséges.
1. karakter – a világ hangja. Bár a világnak ez a hangja (hiedelmeivel stb.) lehet "nyomasztó", de sok energiát is megtakarít azáltal, hogy sok "automatikus" viselkedést beépít, ami megkönnyíti az életet. Kulturális magatartási normák stb.
2. karakter – Ez az érzelmi rész és egyben a gyerekek része is; de óvatosnak kell lenni, mert ez a rész sokszor azzal tölti az életét, hogy felgoldja a múlt fájdalmait, vagy kárpótlást keres.
3. karakter – Vezetés és személyes erő: a harmadik karakter terének elfoglalása a belső felhatalmazás folyamata. Sokszor nehezen azonosítható, összekeverik az 1. karakterrel. Támogassuk döntéseinkben az aktív szerepvállalás folyamatát: a nem választás is döntés….
4. karakter – Belső Tanácsadó: ez a karakter nagyon távol lehet... vagy elvesztheti a jelentését. Összetéveszthető a 2. karakterrel, fontos tisztázni, hogy nem ugyanazok: az érzelmek más funkciót töltenek be, mint az értékek.
A személyes érzelmek felvilágosítást adnak életünkről (egy belső visszacsatolási rendszer az életünkkel kapcsolatban), az elvek és értékek a személyes és társadalmi törekvéseken alapuló viselkedést irányítják.

Fontos a jelenlét fenntartása humorral, elfogadással, együttérzéssel. Fedezzük fel a lehetséges kapcsolatokat a négy karakter között: a vízszintes párbeszéd (1 és 2), a háromszög párbeszéd (1, 2, 3) és a függőleges (3 és 4) között. Mindegyik releváns és érdemes megnyitni.

Ügyeljünk a titoktartásra! Ami a gyakorlaton elhangzik, az a résztvevők között sem jó, ha előzetes megegyezés nélkül előkerül.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

SZÍN-JÁTÉK

EGYÉNI ÉS KÖZÖSSÉGI SZINT

Interaktív módszer a sokszínűség megértésére, és értékelésére, a különböző tulajdonságok elismerésére, ami elősegíti egy befogadó közösség kialakítását. A módszer teret ad a reflexiónak, mind az egyén, mind a csoport számára.

Cél

- Hogy többet tudj meg magadról egy csoportban
- Hogy jobban megismerd a csoportot; milyen különbségek és készségek vannak jelen?
- Megérteni, hogy mely területeken kell javítani – mire kell különös figyelmet fordítani
- Tudatosítani, hogy egy közösségben különbségek vannak a tagok között, és megérteni, hogy miért van szükség a különböző készségek képviseletére, és értékelésére.

Idő

1 - 2 óra
2 óra, ha hosszabban beszéljük meg az eredményeket, vagy plusz elemet adunk hozzá a folyamathoz

Előkészületek

- Nyomtasd ki, és vágd ki a mellékelt archetípusokra vonatkozó mondatokat a lapokból. Nyomtasd ki az összes lapot 2-3 példányban, a csoport nagyságától függően!
- Jelöld meg a lapokat a hátoldalon azzal a színnel, ami a lap tetején van jelölve. Érdemes vastagabb papírra nyomtatni, hogy a szín ne üssön át!
- Egy flipchartra írd fel a színeket, és a jellemzőiket röviden
- Készíts szerepjátékot a különböző színek bemutatásához! Ellenőrizd a jegyzeteket, és találj ki helyzeteket a facilitátor társaiddal.
- Keress ruhadarabot minden színhez, amit felvesznek a 'színészek' - ha nincs, lehet színes papír, fonál, vagy szallag is.
-

  Mellékletek:
- színek hosszabb leírása
- az archetípusokhoz tartozó mondatok
- jegyzetek a szerepjátékhoz

Célcsoport

Szervezetek, közösségek, és mindenféle csoport, de különösen alkalmas olyan csoportok számára, amelyek közösen dolgoznak.

Szervezeti felmérésként is alkalmazható:
Milyen tulajdonságok vannak jelen a csoportunk?
A módszer rávilágíthat működési mintázatokra, amikről egyébként nehéz beszélni.

Résztvevők száma

Körülbelül 12 fő egy csoportban. Minél több résztvevő van, annál több mondatot kell nyomtatni.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

Idő	Tevékenység
5´	BEVEZETÉS, KERETEZÉS
15´	A RÉSZTVEVŐK KIVÁLASZTANAK 10- ET A KIRAKOTT MONDATOKBÓL
10´	A NÉGY SZÍN/MINŐSÉG BEMUTATÁSA SZEREPJÁTÉKON KERESZTÜL
15´	CSOPORTOS BESZÉLGETÉS A VÁLASZTOTT MONDATOKRÓL
15´	ÖSSZEFOGLALÁS, ZÁRÁS

SZÍN-JÁTÉK

1. LÉPÉS– MONDATOK KIVÁLASZTÁSA (15 PERC)

Terítsd szét archetípusokra jellemző mondatokat az asztalokon, vagy padlón.
A résztvevők körbejárnak, és elolvassák a mondatokat.
Fontos elmondani a résztvevőknek, hogy minden mondat értékes,
Hasznos lehet elmélyülést segítő zenét játszani a háttérben.

A résztvevők csendben körbejárják az asztalt, fejenként 10 olyan állítást választanak, amelyek megszólítják őket, amit úgy éreznek, hogy képviselnek a közösségben, vagy szeretnének képviselni.
Fontos, hgy ha beszélgetni kezdenek egymással, szóljunk nekik, zavaró lehet olvasás közben, ha nincs csend.

Ha nagyon gyorsan választanak mondatokat, kérjük meg őket, hogy járjanak még néhány kört, és alaposan gondolják át, hogy a megfelelőt választották-e, kicserélhetik a választott mondatokat, ha jobbat találnak.

2. LÉPÉS - SZÍNEK BEMUTATÁSA (10 PERC)

Emlékeztesd a résztvevőket, hogy ez a gyakorlat különböző tulajdonságokról szól, amelyeket egy csoportba hozunk. Egy, vagy több rövid jelenettel mutads be a különböző minőségeket eltúlozva a minőségekre jellemző karakterjegyeket.
Jó, ha minimum 1 segítővel játszod el a jeleneteket, de a legjobb, ha minden minőséget külön segítő jelenít meg.

A szerepjátékhoz készített segédlet segít a játékban, és tartalmazza a minőségek részletes leírását is!

BEVEZETÉS

KERETEZÉS (5 PERC)

Ebben a gyakorlatban feltárjuk a közösség tagjaiban meglévő természetes preferenciáinkat és/vagy tulajdonságokat. Mi az, ami természetes számunkra, mi az, ami dominál bennünk, és mi tesz minket különlegessé a csoportban?

A módszer arról szól, hogy mit viszünk be egy csoportba, egy-egy minőség kihívásairól, és értékeiről, és hogy milyen szerepekbe állunk bele. Jobban ráláthatunk önmagunk, és a társaink értékeire, és kihívásaira.

PIROS: SZOCIÁLIS MINŐSÉG
Gondoskodó, ellenőrzi, hogy mindenki jól érzi-e magát.
Nem eredményorientált, a jó folyamat fontosabb számra.
Sütit hoz, kidíszíti a szobát, megmasszírozza a többieket, és felhívja rá a figyelmet, ha háttérbe szorul valaki, vagy a csoport érzelmi jólléte

ZÖLD: GYAKORLATI MINŐSÉG
Gyakran előre összegyűjti a napirendi pontokat, gondoskodik a dokumentálásról, a kitűzött céloknak megfelelően méri a hatást, figyel a világos határidőkre, a feladat egyes lépéseire, és az áttekinthetőségre, praktikus és ökológiai megoldásokkal foglalkozik, gyakran adminisztrációs és/vagy fenntartási feladatokat lát el. Tervező és cselekvő.

KÉK: VISSZATÜKRÖZŐ MINŐSÉG
Nagyon céltudatos, MIÉRT tesszük ezt? Filozófus, talán értelmiségi/akadémikus. Érdekelik a hatalom, rang/kiváltság, egyenlőség kérdései. Értékeléseket szervez, amelyek célja a tanulás és a fejlődés. Gondoskodik arról, hogy a projekt összhangban legyen az értékekkel és a jövőképpel. Ambiciózus, változást akar elérni.

SÁRGA: INNOVÁCIÓS MINŐSÉG
Meglátja a lehetőségeket ott, ahol mások feladják, folyton új ötletei vannak. Néha álmodozó, nem fél a kihívásoktól.
Könnyen nyugtalanná és türelmetlenné válik, ha mások nem követik, vagy túl lassúak. Nem fogadja könnyen az ellenállást és szomorúvá válhat. Inspirátor, megmozgatja és felrázza a csoportot.

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

CSOPORTOS MEGBESZÉLÉSEK

SZEREPJÁTÉK MEGSZAKÍTÁSA
Mutasd be a különböző minőségeket – néhány kulcsszóval – egy flipchart-táblázaton. Kötsd össze színeket a szerepjáték szereplőivel!

Mondd el, hogy nem csak EGYET képviselünk ezek közül a minőségek közül, de mindannyiunknak lehet domináns oldala/természetes hajlama.
Felismerhetjük, és tudatosíthatjuk, melyik területeken van szükségünk gyakorlásra mind a négy minőség tulajdonságainak elsajátításában – hiszen mindegyikre szükség van egy csoportban.

Ha ismered önmagad, saját szerepedet, értékeidet, és nehézségeidet, könnyebben tudsz változtatni – ez a gyakorlat az önfejlesztés eszköze. Akkor tudod értékelni mások különbözőségét és hozzájárulását, ha a saját szerepedet is látod a csoportban.

A **sárgának** néhány **zöld** készségre van szüksége ahhoz, hogy megvalósítsa az álmait és kivitelezhetővé tegye azokat. A **zöld**nek szüksége van a **sárgára**, hogy energiát gyűjtsön és új utakat találjon.
Mindegyik készség kapcsolatban áll a többivel, és mindegyikre szükség van, és taunlható. A **sárga**(inspirációs) és **piros** (érzelmi) oldal nehezebben tanulható.

A négy színt a padlóra helyezheted, mindegyiket egy-egy sarokban. Mondd meg a résztvevőknek, hogy álljanak középre, ezután elvégzünk egy rövid szociometria gyakorlatot: Kérdezd meg, hogy szerintük melyik színminőség dominál a közösségben, és kérd meg őket, hogy sétáljanak oda. Kérdezd meg, miért álltak az adott helyre! Kérdezd meg, melyik területen szeretnének többet gyakorolni, és miért.

Ha a csoport nagyon jól ismeri egymást, megkérheted a csoport tagjait, hogy finoman tolják abba a sarokba társukat, ahol az adott személy szerepet vállal az aktuális projektben.

3. LÉPÉS - CSOPORTOS MEGBESZÉLÉS (15 PERC)

A résztvevőket ismét arra kérjük, hogy üljenek le, és vegyék magukhoz a kiválasztott mondataikat (amit ebben a szakaszban a legtöbb ember szinte elfelejtett). Ezután kérjük meg a őket, hogy fordítsák meg a kis lapokat, és nézzék meg a hátoldalon található színkódokat.

Kérd meg a résztvevőket, hogy vizsgálják meg a színeiket. Hogyan azonosulsz a színek által képviselt minőségekkel?

Osszuk meg az AHA pillanatokat – és a frusztrációkat.
Kérd meg a csoportot, hogy segítsenek egymásnak. Talán mások is látnak benned egy bizonyos színt, és segíthetnek az eredmény elemzésében?
Ha stabil csoporttal, közösséggel dolgozunk, kérjük meg a őket, hogy elemezzék a csoport színösszetételét. Lehet, hogy hiányzik néhány szín? Mit tehetnénk?

4. LÉPÉS ÖSSZEFOGLALÁS, MEGOSZTÁS (15 PERC)

Milyen volt ezt a gyakorlatot elvégezni?
Hogyan használhatjuk fel a közösségünkben?

Beszéljétek meg, mely színek lehetnek jók, milyen típusú projektekben, vagy egy projekt egy-egy szakaszában!
Melyek fontosak leginkább az elején? És egy későbbi szakaszban?

Példa: Kezdetben mind a négy fontos.
A kék vizionál, a zöld tervez/csinál, a piros gondoskodik arról, hogy az emberek boldogok legyenek, a sárga pedig energiát sugároz, és felteszi a kritikus kérdéseket, és új ötleteket dob be.

Hogyan segíthet a szín-játék elismerni és értékelni a különböző készségeket? Hogyan válhat a közösség tanulási lehetőséggé, ahol együtt fejlődünk, és támogatjuk egymást?

ÖTLETEK FACILITÁTOROKNAK

Gondoskodjunk róla, hogy az embereknek elegendő idejük legyen az elmélyülésre, amikor kiválasztják a mondataikat. Ez a folyamat önmagában is eredmény, hiszen mindenkit arra késztet, hogy igyekezzen megtalálni, ami neki fontos. Mindenki ráláthat önmagára a módszer segítségével, rájöhet, hol kérjen segítséget, és milyen készségeket kell fejlesztenie, kialakítania.

A módszer továbbvihető, és felhasználható az egyes tulajdonságok erősségei/gyengeségei megvilágítására. Mindegyik színtípusnak van világos, és egy árnyoldala. Kérjük meg a résztvevőket, hogy gondolkodjanak ezen, gyűjtsük a meglátásokat egy flipchart-táblára!

Ha kommunikáció fejlesztésével, és konfliktussal szeretne a csoport dolgozni, a szín-játék használható referenciaként. Készítsünk példákat kártyákon egy bizonyos színre vonatkozó állításokkal, és hagyd, hogy az emberek kitalálják a színdominanciát. Bemutathat néhány esetet, és megkérdezheti, hogy a különböző tulajdonságok hogyan játszhatnak eltérő szerepet, és okozhatnak konfliktust-feszültséget.

Kérdezzük meg a lehetséges kockázatokat a különböző színkompozíciók esetén - hogyan válik a zöld könnyen türelmetlenné a pirossal, a kék megpróbálja megérteni a pirosat, de megfigyelő/elemző helyről, hogyan hiányzik a zöld strukturált gondolkodása, ha a sárga a domináns stb.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

ALTERNATÍV MEGKÖZELÍTÉSEK

RAJZOLÁS ÉS KÉZMŰVESKEDÉS

A szín-játék egy kreatív terület, ahol az emberek kifejezhetik, hogyan látják magukat, mint egyéneket és mint csoporttagokat.
Kreatívan felhasználható arra, hogy az embereket grafikai munkák és kézműves alkotások segítségével fejezzék ki magukat.

CLIPS tréningeken is használható szemléltető eszközként, hogy segítsük a résztvevőket készségeik tudatosításában.

RAJZOLÁS
Ossz ki egy sablont „Személyi igazolvány” felirattal, egy kör a közepén és 4 vonal, amely a lapot 4 részre osztja. A központban mindenki rajzolhat egy fantáziaportrét a kiválasztott mondatokhoz kapcsolódó színekkel. A kvadránsokban különböző kérdéseket lehet feltenni az általunk megcélzott eredmény függvényében:
a tehetségem, a személyes kihívásom, az álmom, a projektem.
Egy másik variáció a CLIPS szintekhez köthető, a 4 részbe a CLIPS rétegeket írjuk (Egyén, Közösség, Szándék, Struktúra) (milyen erősségeim és gyengeségeim vannak ezen a szinten, a színeket szem előtt tartva).

KÉZMŰVESKEDÉS
Készíts elő 4 vödör színes sót asztali só és őrölt kréta összekeverésével. Készíts elő több tiszta, tetejű üvegedényt is, résztvevőnként egyet.

Kérj meg mindenkit, hogy a kiválasztott kártyák eredménye alapján készítse el személyes „avatarját”, töltse meg az üveget. Az üvegeket a megosztás során lehet díszíteni, kézben tartani. Egy ötödik szín (fehér) hozzáadható, hogy helyet adjunk bennünk az ismeretlennek. Az alkotás a csoportmunka során végig látható maradhat, reflexiós pontnak is használható pl a zárókörben.

KAPCSOLAT A CLIPS MODELLEL

A CLIPS-ben a Szín-játék módszert elsősorban az EGYÉN és a KÖZÖSSÉG szinttel való munka során alkalmazzuk.

TIPP:
CLIPS trénerként ezeket a színeket közös referenciaként tekintheti, amikor egy csoporttal dolgozik. Ha ismeri, melyik résztvevő milyen kvalitásokkal hoz be a csoportba használja őket csoportok összeállításakor, oktatói csapatok kiválasztásánál stb.

Tedd saját módszereddé, játssz vele, és készíts saját példákat!

TIPPEK FACILITÁTOROKNAK:
Facilitátorként meg kell találnod az egyensúlyt a gyors játék és a gondolkodás, a megosztás és a tanulás között. Vedd figyelembe, hogy bizonyos emberek számára fárasztó lehet sokáig válogatni a mondatok kiválasztásakor!

Hagyj néhány percet pihenőt, és reflektálj az általuk kiválasztott állításokra!

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

SZÍN-JÁTÉK

JEGYZETEK A SZEREPJÁTÉKHOZ – INSPIRÁCIÓ

Egy komoly helyzet könnyedebbé tételére jó ötlet egy szerepjáték, amely megmutatja a színek által képviselt négy minőség/karakter sokféleségét. A szerepjáték azt a célt szolgálja, hogy példákat mutasson, amelyekkel az emberek azonosulni tudnak – egyúttal közös hivatkozási pontot is kínál a csoport számára.

ÚTMUTATÓ A SZEREPJÁTÉKHOZ

Egy rövid drámát fognak a facilitátorok és segítőik bemutatni, jó, ha a 'színészek' viselnek valamit a megfelelő színben, esetleg csak egy papírt, hogy megmutassák, melyik karaktert játsszák.

MEGJEGYZÉS: Ha két segítő van, először a PIROS és a ZÖLD színt együtt, majd a KÉKET és a SÁRGÁT.

TANÁCS A 'SZÍNÉSZEKNEK':

JÁTSSD TÚL a szerepet, hogy látványosak legyenek a karakterek közötti különbségek. Játssz velük szélsőségesen.
Mutatsd be a sztereotip jellemzőket. Ismerd meg a többi színtípust is, hogy hozzá tudd kötni a szerepedet!

Példa:
A PIROS szerint a legfontosabb, hogy mindannyian jól érezzük magunkat.
ZÖLD azt mondja: Nem, sokkal fontosabb, hogy elérjük kitűzött céljainkat!
SÁRGA azt mondja: Ohh, mindig tudunk változni, ha valami új és izgalmas történik!
KÉK azt mondja: Nem, mindig ragaszkodnunk kell az eredeti elképzeléshez, és igazodnunk kell ahhoz, amit korábban megbeszéltünk.

Használd praktikusan a szobát és játssz:
A ZÖLD rendszerez dolgokat, új listát készít valamiről, rendszereket hoz létre.
A KÉK egy korábbi célkitűzéseket összegyűjtő posztert nézeget, és elkezd elmélkedni/gondolkodni, mintákat találni.
(Jön a ZÖLD, és azt mondja: Mit tehetünk? Hagyd abba a sok gondolkodást – cselekednünk kell!)
PIROS odamegy hozzájuk, és finoman, figyelmesen és kissé aggódva megkérdezi, hogy jól vannak-e?
A SÁRGA átrendezi az egész helyiséget, behoz egy szobrot, vagy javasolja, hogy menjenek ki a szabadba.
KÉK azt kérdezi: Ez az eredeti megállapodás része?
ZÖLD azt mondja: Hogy fog ez egyáltalán beleférni az időbe? Végig kell mennünk a napirendi pontokon!
PIROS azt mondja: Kérdezzük meg a csoporttól, hogy mit szeretnének, hogy biztonságban és jól érezzék magukat?

TIPP A FACILITÁTORNAK:

Ha nem szereti a szerepjátékokat, választhat, hogy inkább csak az adott színjellemzőket meséli el, példaként használghatóak a fenti mondatok, és szituáció részletek.
Fejlesszd ki saját módszered ennek a résznek a végrehajtására, találj ki saját példákat, gyakorlatokat, szavakat a magyarázathoz!

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

A NÉGY TÍPUS - PIROS ÉS KÉK

A PIROS MINŐSÉG - JELLEMZŐK

Értsük meg mélyebben a VÖRÖS karaktert!
- odafigyel mindenki jólétére.
- gondoskodik arról, hogy a csoport minden tagját meghallgassák és megértsék.
- biztosítja a jól működő folyamatot, de nem feltétlenül eredményorientált.
- „érezzük jól magunkat" típus, „test" és emberközpontú
Fontos a béke és a harmónia a csoporton belül. Gyakran álmodozó.
Gyakran tesz fel kérdéseket az emberek egyéni szükségleteivel kapcsolatban (sokszor közösségi szükségletek elé helyezi az egyéni szükségleteket).
- Értékeli a közös tevékenységeket, és a közös szórakozást: „ha nem érezzük jól magunkat, akkor nem fenntartható".

A szerepjáték során használható:
- Számomra fontos, hogy az emberek jól érezzék magukat.
- Fontos, hogy hagyjunk megszólalni mindenkit, és hogy hallgassuk meg egymást
- Ha valakinek problémája van a csoportban, azt beszéljük meg közösen
- Ha megmaszírozzuk egymást, az enyhítheti a feszültséget.
- Gondoskodjunk arról, hogy lássuk egymást, üljünk körban! Nem jó, ha valakinek nem jut egy szék, vagy nem tudunk szemkontaktust tartani.
- Az üresen maradt szék zavar, kiviszem a körből!
- A folyamat sokkal fontosabb számomra, mint az, amit elérünk.
- Nagyon fontosnak tartom, hogy legyen egy „szívtartó" csapatunk, amikor találkozunk.
- Nagyon fontos a közösségben a „családi csoportokban" eltöltött idő. Támogatnunk kell egymást.
- Személyes megosztásokat kell tartanunk, amikor valami újba kezdünk, ki hogy érez?
- Mindig kapcsolatban kell lennünk az érzelmi oldalunkkal. Ez nagyon fontos.
- Érzek... valamit a csoportban. Valami feszültséget érzek, ami hatással van a testemre és elmémre.

A KÉK MINŐSÉG - JELLEMZŐK

Értsük meg mélyebben a kék karaktert!
-A reflektív, visszatükröző minőség
- célorientált. Valószínűleg gyakran felteszi ezt a kérdést: „Miért csináljuk ezt?"
- ambiciózus gondolkodó, aki változást akar elérni a világban.
- gondoskodik arról, hogy a csoport az elhatározott értékek, elvek és elképzelések mentén dolgozzon.
- olyan kérdésekre összpontosít, mint az erőegyensúly, a közösség/csoport tagjai és más érdekelt felek közti viszony, nemek viszonyát egyengető kérdések stb.
- értékeléseket szervez a munkamódszerek javítására és a szervezeti kultúra erősítésére.
Számára fontos a szervezeti identitáshoz való igazodás. Gyakran gondolkodó típus.

A szerepjáték során használható:
- Átolvastátok a víziós dokumentumokat, amiket átküldtem nektek, mielőtt eljöttetek a találkozóra?
- Közösségként a közösségben megjelenő kiváltságok kérdése nagyon fontos, amelyekre fel kell hívni a figyelmet, és dolgozni kell vel a közösségen belül. Van egy modellem, ami elmagyarázza!
- Jövőképünket és küldetésünket tömören kell bemutatni az újonnan érkezőknek és a külsősöknek, hogy pontosan tudják, mit képviselünk és miért vagyunk itt. Ennek a logónkban és a bemutatkozásunkban is meg kell jelennie!

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union
clips.gen-europe.org
We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

A NÉGY TÍPUS - ZÖLD ÉS SÁRGA

A ZÖLD MINŐSÉG - JELLEMZŐK

<u>Értsük meg mélyebben a zöld karaktert!</u>
A praktikus, gyakorlatias minőség:
- figyel a gyakorlati szempontokra, az egyértelműségre és a megfelelő struktúrára.
- terveket készít és megvalósítja azokat.
- tervező és cselekvő.
- meghatározza a napirendet és a határidőket, gondoskodik a jegyzőkönyv elkészítéséről,
- szívesen foglalkozik a tervekkel, a gyakorlati megoldásokkal, az excel táblázatokkal és az adminisztrációval.
- Számára fontos a munka célja és eredményei.

<u>A szerepjáték során használható:</u>
- Előkészítettem a gyűléshez a napirendi pontokat – és a jegyzetfüzetet – tollakat.
- Figyeljünk rá, hogy a közösségi munka előtt minden hozzávaló eszközt, és alapanyagot előre beszerezzünk, hogy eredményesek legyünk.
- Ha holnap szükséged van az adatokra, legkozelebb szólj előre, hogy felkészülhessek!
- Készíthetek egy ütemtervet az új munkacsoporthoz, és egy új mappát és egy szavazást, hogy időpontot találjunk a következő megbeszélésre!
- Azt javaslom, hogy a folyamatok rendezéséhez használjuk mindannyian digitális eszközöket – trellót, doodle-t, dropboxot, google-t. Tudok mappastruktúrát készíteni és rendezni a dolgokat, hogy mindig megtaláljuk őket!
- Fontos, hogy működjenek a dolgok. Ha problémám van egy nyomtatóval, gondoskodom a javításról, és kiírom az utasításokat és a telefonszámot a nyomtatóra, hogy kit kell hívni, ha legközelebb probléma merül fel.
- Kapcsolatba lépek a konyhai csoporttal, a kerti csapattal stb. Mindig tudom, hogy ki mit csinál, az én feladatom számontartani, hogy minden döntésre emlékeztethessem a közösséget.
- Én vagyok az, aki elrendezem az ülés székeit, a gyűlés előtt.

A SÁRGA MINŐSÉG - JELLEMZŐK

<u>Értsük meg mélyebben a sárga karaktert!</u>
Az inspiráló minőség:
- látja lehetőségeket, ott is, ahol mások már feladják.
- figyel az innovációra, a kísérletekre és az ötletekre.
- hajlamos álmodozásra, nem fél semmilyen kihívástól.
- lehetnek irreális gondolatai, de emellett innovatív.
- könnyen válik nyugtalanná, demotivált és türelmetlen lesz, ha mások nem követik,
- túl lassú vagy kevésbé bátor lehet az új dolgok konkrét kipróbálására.
Fontos az innováció és az akadályok leküzdése. Gyakran előmozdító és felrázó.

<u>A szerepjáték során használható:</u>
- Én vagyok az, aki mindig ügyel arra, hogy új dolgokat próbáljunk ki. Soha ne stagnáljunk, kísérletezzünk inkább!
- Ne csináljuk mindig ugyanúgy a dolgokat – lehet, hogy unalmas lesz! Minden megbeszélés tárgya!
- Szerintem minden találkozás alkalmával mozogjunk is együtt, és játsszunk – hogy ihletet, és motivációt merítsünk!
- Rugaszkodjunk el a korábban kitalált működési formáktól!
- A többiek túl lassúak és konzervatívak! Ettől frusztrált leszek, és elvesztem az érdeklődésemet…
- Azt hiszem, olyan helyre költözöm, ahol nyitottabbak a változásra.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union
clips.gen-europe.org
We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

CSOPORTOS COACHING CLIPS MODELLEL

Ez a módszer magában foglalja a CLIPS-modell minden szintjének a használatát

A csoportos coachongot széles körben használják a társadalmi vállalkozásokban,
hogy egy személy számára fontos kérdéseket célozzanak meg,
amelyekhez az adott személy tanácsot kér társaitól.

Cél

- A CLIPS-modell keretein belül peer-coaching üléseket biztosítani.
- Egyéneket támogatni egy számukra fontos kérdésben.
- A teljes CLIPS-modellt alkalmazni egyetlen módszerrel.

Idő

70 – 100 perc (a csoport méretétől függően idő a csoportok formálása és az összefoglalás), maga a „Coportos Coaching” 45 percet vesz igénybe.

Anyagszükséglet

2 nagy lap filctollakkal (1-1 minden csoportnak)

Célcsoport

Ezt a módszert általában a CLIPS-modellbe való bevezetés végén alkalmazzák, de bármely, a CLIPS modellt ismerő közönségnél használható.
Olyanoknak való, akik meg akarják tanulni a modell alkalmazását, és van olyan problémájuk, amelyhez használható a csoportos coaching. Ezt a módszert hazavihetik a közösségeikbe, és ott külső szakértők nélkül alkalmazhatják.

Részvevők száma

Legalább 3 fő – amennyiben 5 főnél többről van szó, alakítsunk csoportokat 1 klienssel és 2-4 coach-csal.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

Idő	Tevékenység
5´	BEVEZETÉS
10´	KIVEL FOGLALKOZUNK? KLIENS KIVÁLASZ
5´	EGYÉNI MUNKA: A SZEMÉLYES KÉRDÉS MEGFOGALMAZÁSA
5´	KISCSOPORTOK ALAKÍTÁSA
5´	KISCSOPORTBAN: FACILITÁTOR ÉS JEGYZETELŐ VÁLASZTÁSA
5´	KISCSOPORTBAN: A 'KLIENS FELTESZI A KÉRDÉSÉT A CSOPORTNAK
15´	KISCSOPORTBAN: A COACH-OK TISZTÁZÓ KÉRDÉSEKET TESZNEK FEL
10´	KISCSOPORTBAN: A COACH-OK EGYMÁS KÖZT MEGBESZÉLIK A HALLOTTAKAT
25´	KISCSOPORTBAN: MEGOLDÁSI JAVASLATOK FELRAJZOLÁSA ELMETÉRKÉP/MIND MAP/ FORMÁJÁBAN
5´	KISCSOPORTBAN: A TÖRTÉNTEK ÖSSZEFOGLALÁSA
10-30´	TAPASZTALATOK MEGOSZTÁSA A TELJES CSOPORTBAN

CSOPORTOS COACHING CLIPS MODELLEL

1.LÉPÉS:
SZEMÉLYES KÉRDÉS MEGFOGALMAZÁSA, MAJD KISCSOPORTOK ALAKÍTÁSA - 20 PERC

Tegyük fel a kérdést, hogy ki hozott olyan problémát, amivel szívesen foglalkozna csoportos coaching keretében.

Ideális esetben a résztvevők ¼-e legyen „Kliens“ szerepben, a többiek pedig a coach szerepben. A módszer kiscsoportonként 2-4, akár 5 coach-csal is működik, így van némi rugalmasság a létszámban.

Ezután kérjük meg a „Klienseket“, hogy fogalmazzák meg problémájukat. Fontos, hogy ezeket olyan nyitott kérdésként fogalmazzák meg, amely fontos számukra a jelen pillanatban, és amelyre bírnak valamennyi befolyással. Érdemes a kérdésben valamilyen pozitív célt is feltüntetni.

A probléma megfogalamzására és leírására adjunk 5 percet a „Klienseknek“, majd kérjük meg őket, hogy olvasssák fel problémájukat, és helyezkedjenek el a terem különböző pontjain. A többieket kérjük meg, hogy álljanak valamely „Kliens“ mellé, így alkotva csoportokat. Figyeljünk oda arra, hogy ezek a csoportok körülbelül azonos méretűek legyenek.

BEVEZETÉS

A GYAKORLAT RÉSZLETES ISMERTETÉSE + KERETEK FELVÁZOLÁSA- 5 PERC

Az alább ismertetett módszert széles körben alkalmazzák társadalmi vállalkozásokban a kölcsönös coaching biztosítására. Azzal, hogy alkalmazzuk ráa CLIPS-modell szerkezetét, hasznos eszközt nyújtunk a korábban tanultak integrálásához, és a modellt egy valós kérdésen alkalmazhatjuk. A módszer minden résztvevő számára nyújthat hasznos tapasztalatot: A „Kliensek“ coaching folyamatot kapnak a feltett kérdésükre, a coach szerepben lévők pedig tapasztalatot szereznek a CLIPS-modell alkalmazásában.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

CSOPORTOS COACHING CLIPS MODELLEL

A CSOPORTOS COACHING GYAKORLATA

2. LÉPÉS
A KISCSOPORTOK KIALAKÍTÁSÁNAK ELSŐ LÉPÉSEI - 10 PERC

a. Minden kiscsoportban választani kell egy facilitátort (aki végigvezeti a csoportot a lépéseken és figyeli az időt) valamint egy jegyzetelőt. (aki a dokumentációért és a mind map elkészítéséért felel) 5'

b. A „Kliens“ felteszi a kérdését a csoportnak. 5'

TEDD LÁTHATÓVÁ A CLIPS-MODELLT!

Ennél a módszernél rendkívül fontos, hogy a CLIPS modell látható legyen a szobában vagy a csoport asztalán lévő szórólapokon.

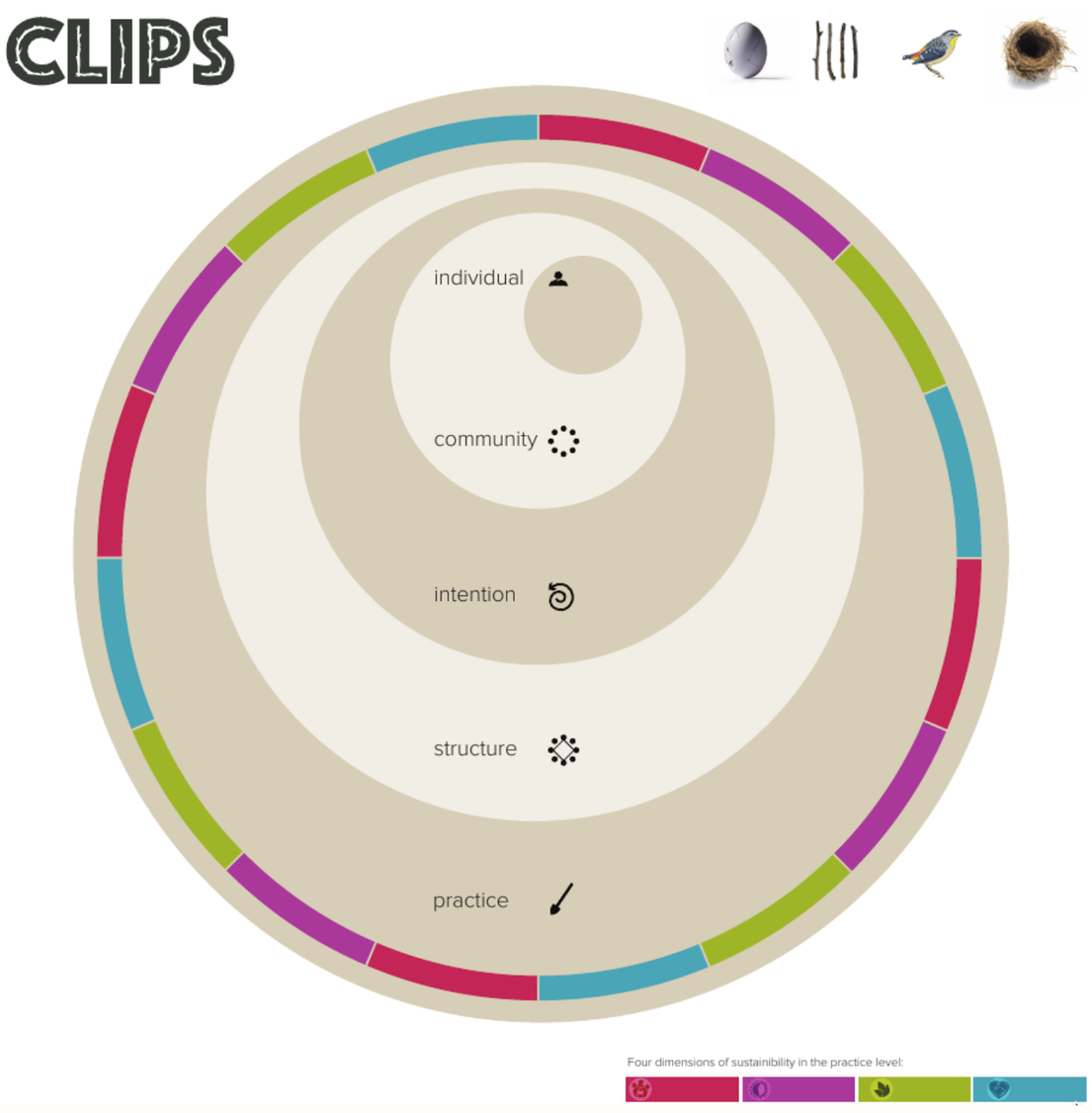
3. LÉPÉS
KISCSOPORTBAN: A COACH-OK TISZTÁZÓ KÉRDÉSEKET TESZNEK FEL- A15 PERC

A Coach-ok tisztázó kérdéseket tesznek fel a probléma jobb megértése érdekében. A kérdésekkel érdemes a CLIPS-modell minden rétegét lefedni. Célszerű, ha a feltett kérdések:

- magukban foglalják a megértő figyelmet: *Úgy értettem, amit mondtál, hogy …. Kíváncsi vagyok, vajon miért…*
- nyitott kérdések, azaz a „Kliens“ kifejtheti a rájuk adott választ, ahelyett, hogy csak igennel vagy nemmel felelne.
- tartalmaznak néhány rendszerszintű kérdést: *Mit mondana X v. Z ugyanerről a problémáról? Hogyan reagálna Y, ha…?*

4 LÉPÉS
KISCSOPORTBAN: A COACH-OK EGYMÁS KÖZT MEGBESZÉLIK A HALLOTTAKAT

A Coach-ok egymás közt megbeszélik a hallottakat, elmondják a benyomásaikat és hipotéziseiket. A „Kliens“ ehhez nem szól hozzá.



5. LÉPÉS
KISCSOPORTBAN: MEGOLDÁSI JAVASLATOK FELRAJZOLÁSA ELMETÉRKÉP/MIND MAP/ FORMÁJÁBAN - 25 PERC

A coach-ok megoldási javaslatokkal álnak elő, és elmetérkép formájában rajzolják le azokat. A javaslatokat a CLIPS-modell rétegeiben kell elhelyezni, igyekezzünk a problémát minden réteg felől megvizsgálni. A „Kliens“ kiegészítheti, vagy továbbgondolhatja az coach-ok által felvetett ötleteket.

6. LÉPÉS
KISCSOPORTBAN: A TÖRTÉNTEK ÖSSZEFOGLALÁSA5 MINUTES

Összefoglalás: A „Kliens“ kiemeli azokat a részleteket, amik a legfontosabbak voltak számára, és elmondja mik lesznek az első lépései a megoldás felé.

7- LÉPÉS
TAPASZTALATOK MEGOSZTÁSA A TELJES CSOPORTBAN 10 - 30 PERC

Ismét nagy körben ül le a teljes csoport. Először a „Kliensek“ osztják meg az élményeiket a coachong folyamatáról. Miután ez megtörtént, a coach-ok bekapcsolódnak a megosztásba.

TIPP a facilitátoroknak:
A módszer akkor működik a legjobban, ha annyi tapasztalt facilitátor van, mint ahány kisebb munkacsoport.
Ez biztosítja a csoportok legjobb tanulását, hiszen akkor minden munkacsoportba kerül egy facilitátor.
Ha ez nem így van, akkor logikusabb, hogy a facilitátor nem lép be egyik csoportba sem, hanem elérhető marad az összes kiscsoport számára.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union
clips.gen-europe.org
We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

A KÖR ÚTJA

KÖZÖSSÉG, GYAKORLAT

Egy csoportnak gyakorlatokra van szüksége a megosztáshoz.
Ezt a módszert széles körben alkalmazzák az ökofalu mozgalomban,
minden közösségnek ajánljuk, hogy kísérletezzenek vele
– és találják meg a csoporthoz leginkább illő formáját

Cél

- létrehozni egy olyan teret, ahol a közösségi tagok megoszthatják egymással a történeteiket
- kapcsolatok elmélyítése
- befogadó figyelem gyakorlása

Idő

35 és 95 perc között

íelőkészületek

- 'beszélő' tárgyak
- mécses/gyertya
- gyufa
- virágok, kendők, vagy más dekoráció
- párnák, vagy székek

készítsük elő a helyet, lehetőleg szabályos körbe rakjuk le a párnákat, vagy székeket.
A kör közepére helyezzünk kis szentélyt, a közepére a gyertyát, köré a beszélő tárgyakat, kendőt, virágot.

Célcsoport

Bármilyen csoport, amely szeretné elmélyíteni a kapcsolatait, és nyitott a spirituálisabb gyakorlatokra.

Résztvevők száma

minimum 5, maximum 40

CLIPS COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

idő	tevékenység
5´	KERETEZÉS
5´	A KÖR SZELLEMÉNEK HÍVÁSA
20-80´	A KÖR
5´	ZÁRÁS, ÖSSZEGZÉS

BEVEZETÉS

A kör útja egy hatásos módszer egy olyan környezet létrehozásához, ahol mindenkit meghallgatnak.

A 'beszélő botot' gyakran leegyszerűsítve használják, csak azért, hogy megmutassák, "ki következik". De eszköz lehet egy sokkal mélyebb megosztásnak, amely különleges hangulatot teremt, és teret ad a számunkra igazán fontos dolgoknak.

A 'beszélő botot' használó hétköznapi megbeszélés és a kör útját követő valódi „kör” között a keretezés, és a rituálé tesz különbséget.

A résztvevők körben ülnek, egy gyönyörűen kialakított középponttal - egy gyertyával, néhány virággal és/vagy néhány szimbólummal, amelyek azt szimbolizálják, ami a csoport számára fontos.

A KÖR ÚTJA

1. LÉPÉS - KERETEZÉS - 5 PERC

Kérjük meg a résztvevőket, hogy koncentráljanak a testükre és a légzésükre. Egy rövid történet segíthet megteremteni azt a minőséget, amely a kör különleges energiáját tartalmazza. Használjuk az alábbit, vagy egy másik hasonlót.

A két farkas története

Egy öreg Cherokee az életre tanítja unokáját.
„Csak harc folyik bennem” – mondta a fiúnak. „Szörnyű harc ez, és két farkas között zajlik. Az egyik a gonosz – ő a harag, az irigység, a bánat, a sajnálkozás, a kapzsiság, az arrogancia, az önsajnálat, a bűntudat, a neheztelés, a kisebbrendűség, a hazugság, a hamis büszkeség, a felsőbbrendűség és az ego.”

Így folytatta: „A másik jó – ő az öröm, a béke, a szeretet, a remény, a derű, az alázat, a kedvesség, a jóindulat, az empátia, a nagylelkűség, az igazság, az együttérzés és a hit. Ugyanez a harc folyik benned is – és minden más emberben is.”

Az unoka egy percig elgondolkodott, majd megkérdezte a nagyapját:
"Nagyapa - melyik farkas fog nyerni?"

Az öreg Cherokee egyszerűen azt válaszolta: „Akit etetsz.”

2. LÉPÉS- A KÖR SZELLEMÉNEK HÍVÁSA - 5 PERC

A facilitátor meghívja a résztvevőket, hogy vegyenek részt a "kör útja" alkalmon. Elmondja, miért hívták össze ezt a kört, ha van kiemelt téma, amiről beszélni kell, összefoglalja, de lehet, hogy csak a megosztás kedvéért gyűltek össze a résztvevők. Mi mozgat bennünket ebben a pillanatban?

A facilitátor elmondja a Kör útjának alapelveit:

- Beszélj a szívedből! Csak akkor beszélj, ha valami mélyen megmozdul benned. Ne reagálj másokra, vagy tervezd el előre, itakarsz mondani!
- Hallgass a szívedből. Hallgass nyitottan, és ítélkezés nélkül, elvárások nélkül. Ne várd, hogy a másik ugyanúgy gondolkozzon, mint te!
- Tartsd tiszteletben a kör energiáját, fogalmazz tömören. mondd el a lényeget. A tömör megfogalmazással kifejezheted a tiszteletedet a többiek, és a közösen létrehozott kör felé.
- Ami a körben elhangzik, az a körben marad. A körben elhangzott megosztásokat nem visszük ki a térből.
- Kérd, amire szükséged van, és add, amit adni tudsz.

CLIPS COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

A KÖR ÚTJA

3. LÉPÉS
A KÖR - 20 - 80 PERC

Ezután a facilitátor átadja a beszélő tárgyat(botot) a mellette ülő résztvevőnek.

Csak az szólalhat meg, akinél a bot van. A többiek nyitott szívvel hallgatják. Ha a tárggyal rendelkező személy nem akar beszélni, átadja a botot a mellette ülőnek.

Rendben van, ha rövid ideig bottal a kézben maradunk, szó nélkül, és várunk, hogy valamit el szeretnénk - e mondani, vagy sem. A csoport energiáját és idejét tiszteletben tartva a botot egy idő után át kell adni a következő személynek.

Az eredeti verzióban a beszédbot általában addig jár körbe, amíg már senkinek sem kell semmit hozzátennie.

Amikor a beszélőpálca egyszer végigjárta az egész kört anélkül, hogy bárki bármit is hozzáadna a körhöz, a találkozót lezárjuk.

4. LÉPÉS
ZÁRÁS - 5 PERC

Itt az ideje, hogy formálisan lezájuk a kört, köszönetet mondj minden érintettnek.

A MÓDSZER KAPCSOLATA A CLIPS MODELLEL

A Kör útja az ökofalu mozgalomban a közösségeinkben és a csoportokkal való munka módjának esszenciáját képviseli. Használható közösségépítő gyakorlatként, konfliktusok megoldására és a közösség kötődés mélyítésére. Megfelelő körültekintéssel beépíthető operatív megbeszélések megosztó köreibe.

A Kör Útja egy közösségben különböző módokon alkalmazott gyakorlat lehet, és a közösségi kultúra részévé válhat.

tanács a facilitátornak:
A közösségekben sok esetben nem lehet addig köröztetni a botot, amíg elfogynak a történetek.
Egy kis idővel a találkozási idő vége előtt a facilitátor jelzi, hogy az utolsó kör kezdődik, amikor a bot az ő kezében van.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

A CLIPS HAGYMA RÉTEGEI

Az összes szintet integrálja

Ez az eszköz segít megtalálni a közös nevezőt a közösséggel kapcsolatban,
és ugyanakkor megérteni mind az 5 CLIPS réteg fontosságát.

Célok

A módszer támogatja a csoportokat abban, hogy egy távlati nézőpontból lássanak rá a csoportjuk működésére a CLIPS szemszögéből. A módszer használatának tipikus példája egy közösségi találkozó első napja, amelynek célja a közösség kérdéseinek mélyebb megértése.

Idő

4 óra egy szünettel

Előkészületek

- Egy kör szék az egész csoportnak és egy kisebb székkör (a székek 1/5-e) középen.
- Flipchart-ok, amelyek az 5 csoport kérdéseit ábrázolják, lásd alább. (1 flipchart minden csoporthoz)

Célcsoport

A célközönség egy olyan csoport, amely egy közös projekten dolgozik, és már rendelkezik némi tapasztalattal a közös munkában, és amelyre szeretne távlati szempontból rálátni , és használni szeretné a CLIPS-modellt.

Résztvevők száma

Minimum 15 – maximum 35.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

Idő	Tevékenység
5´	BEVEZETÉS
15´	A CLIPS 5 RÉTEGÉNEK RÖVID BEMUTATÁSA
5´	A CSOPORT 5 KIS CSOPORTRA OSZTÁSA
5X30´	MINDEN KISCSOPORT MEGOSZTJA BENYOMÁSAIT ARRÓL A RÉTEGRŐL, AMELYÉRT FELELŐS.
10´	ÖSSZEFOGLALÓ, ÉS MEGOSZTÁS NAGY KÖRBEN

BEVEZETÉS

KERETEZÉS- 2 PERC

Ez a gyakorlat támogatja a csoportot egy metaperspektíva kialakításában a csoportról, a CLIPS 5 rétegének felhasználásával. A csoportban mindenkinek van ideje megosztani a csoportról alkotott véleményét – különböző nézőpontokból.

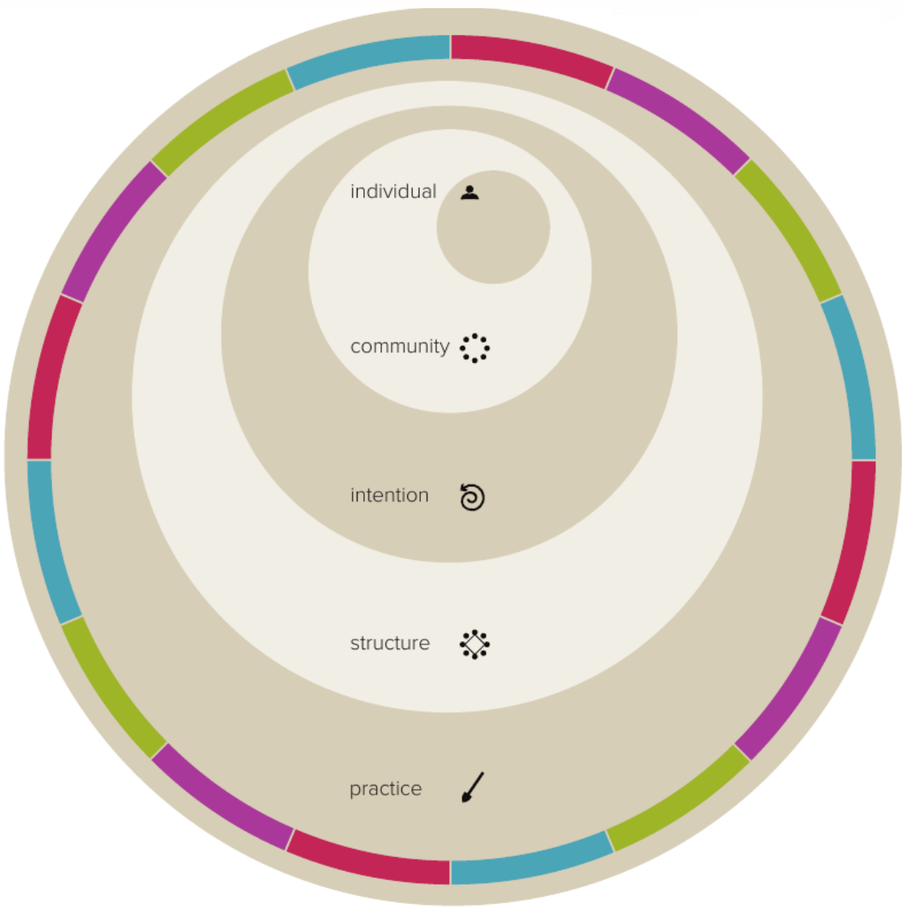
A módszer segít a projekt elemzésében a 10 különböző európai ország közösségi tanácsadói által kidolgozott CLIPS-modell perspektívájából.

A CLIPS HAGYMA RÉTEGEI

1. LÉPÉS - BEVEZETÉS A CLIPS-BE - 15 PERC

A CLIPS modell 5 rétegen alapul, amelyek szorosan kapcsolódnak egymáshoz, és mégis nagyon specifikusak. A középpontban az Egyént látjuk, minden emberi csoport alapvető elemét, majd a kollektív identitást (a Közösséget), amely megsokszorozza a rendelkezésre álló egyéni energiát a közös szándék eléréséhez (3. réteg).
Világos és működőképes Struktúra (4. réteg) szükséges ahhoz, hogy a csoport hatékonyan együttműködjön és végrehajtsa azt a Gyakorlatot (5. réteg), amely megvalósítja a Szándékot és láthatóvá teszi a világ számára.

(Olvasd el a CLIPS útmutatót az részetesebb leírásért!)



2. LÉPÉS- A KIS CSOPORTOK KIALAKÍTÁSA - 5 PERC

A teljes csoportot 5 egyforma méretű kiscsoportra bontjuk.
Minden csoport, egy-egy CLIPS rétegre összpontosít. Beszámozhatjuk a rétegeket, és kioszthatjuk a résztvevők közöss a számokat, így könnyen kialakulnak az egyenlő méretű csoportok.

3. LÉPÉS - PÁRBESZÉD A HAGYMARÉTEGEKRŐL - 5 X 30'

A különböző rétegekre koncentráló csoportok a tér középen lévő székeket használják. Mindegyik csoportnak 30 perce van arra, hogy megossza benyomásaikat és elképzeléseit a közösséggel kapcsolatban egy kiscsoportos beszélgetés keretében.
A beszélgetés során a csoport 1 előre kiválasztott rétegre összpontosít. A többiek meghallgatják a középpontban ülő csoportot, és jegyzetelnek olyan dolgokról, amelyek fontosak lehetnek az ő rétegük számára.

Ha valakinek a csoportból van tapasztalata grafikus jegyzeteléssel, vagy el akarja kezdeni, akkor jó ötlet egy ilyen jegyzetet készíteni ehhez a beszélgetéshez – ideális esetben egy nagyon nagy papírra (4 flipchart összeragasztva), amelyen a CLIPS-modell található.

...folytatás a következő oldalon...

CLIPS COMMUNITY LEARNING INCUBATOR
Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union
clips.gen-europe.org
We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

A CLIPS HAGYMA RÉTEGEI

3. LÉPÉS - MÁSODIK RÉSZ - PÁRBESZÉD A HAGYMARÉTEGEKRŐL - 5 X 30'

Kérdések, amelyeket a facilitátor feltehet, hogy felvezesse a beszélgetést a különböző rétegekről:

1. **Szándék:**

Mi a csoport szándéka? Mindannyian ugyanazt tartjuk a csoport szándékának? Mennyire megosztott ez a valóságban? Világos, hogy mi a közös szándék, és hogyan értékeljük a sokszínűséget? Vannak-e különbségek a szándék értelmezése között? És: Jó úton járunk-e szándékunk megvalósításához?
További kérdésekhez használd a csoporttal szerzett tapasztalataidat!

2. Egyéni:
A csoport sok különböző személyből áll. Létezik a közösségben a sokszínűség értékelésének kultúrája? Tudatában van-e a csoport, hogy a különböző nézetek integrálása és a konfliktusok kezelése eszköz a világ jobb megértéséhez? Ismerik-e az emberek egymás történeteit? Vállalják-e az emberek a felelősséget a saját oldalukért a konfliktusban? Létezik-e az felelősség és a kölcsönös támogatás kultúrája? Mit lehet tenni ennek a hozzáállásnak és tudatosságnak a növelése érdekében?
További kérdésekhez használd a csoporttal szerzett tapasztalataidat!

Ezen a ponton szünet ajánlott!

3. Közösség:
Mi a közösségi kultúra? Létezik-e a közösségi szellem tudatos ápolása? Ösztönözzük-e az önmagunkról való mély megosztást, és ez a közösségi kultúra része? Melyek azok a pillanatok, amikor érezhető a közösségi szellem? Többre lenne szükség? Mi hiányzik? Milyen tulajdonságaink vannak csoportként?
További kérdésekhez használd a csoporttal szerzett tapasztalataidat!

4. Szerkezet:
Van-e világos döntéshozatali struktúra? Világosan és átláthatóan le vannak írva a tulajdonjogok és a pénzáramlás? A struktúra összhangban van a szándékkal? Van mód a hatalommal való visszaélés megelőzésére? Mit tehetünk annak érdekében, hogy több embert támogassunk és motiváljunk?
További kérdésekhez használd a csoporttal szerzett tapasztalataidat!

5. Gyakorlat:
Hogyan dolgozunk együtt? A munkák végére érünk? Rendelkezésre áll-e elegendő kompetencia, idő és pénz a kihívások kezelésére? Mire jöttünk rá, amire büszkék vagyunk?
További kérdésekhez használd a csoporttal szerzett tapasztalataidat!

4. LÉPÉS- ÖSSZEFOGLALÁS, ÉS MEGOSZTÁS - 10 PERC

Összegzés a plenáris ülésen:
Milyen volt az alkalom a résztvevők számára? Van valami fontos meglátása valakinek, amist szívesen megosztana?

TIPP: Facilitátorként támogathatjuk a különböző "belső körök" reflexióit a felvetett szempontok elmélyítésére irányuló kérdésekben.

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

A REMÉNY, ÉS A FÉLELEM KÖRE

EGYÉN- KÖZÖSSÉG SZINTJE

Számos kihívás, amelyet egy közösségi projekt az egyes személyek számára jelent,
az egyéni rétegben fejeződik ki. Ez a módszer egy utat kínál e kihívások pozitív megértésére,
a közösséggel való újrakapcsolódás lehetőségévé alakítva azokat.

Cél

- Növeljük az életünk, döntéseink és érzelmeink feletti személyes felelősség tudatát
- Felismerjük az akadályokat és azonosítjuk a lehetőségeket

Idő

1 alkalom körülbelül 1,5 óra.
Érdemes több ülést csinálni

Előkészületek

- Nyomtassuk ki a remény köreinek szakaszait
- Tegyünk ki tollakat, jelölőket, szalagot és nagy papírokat a csoportmunkához

Javasoljuk, hogy a facilitátor korábban végezze el a gyakorlatot, hogy megértőbben tudja elmagyarázni és kísérni a folyamatot.

Célcsoport

Egyének, csoportok és oktatók

Résztvevők száma

Minimum 6 – maximum 20.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

A REMÉNY, ÉS A FÉLELEM KÖRE

Szövetségesek

átalakítod, elűzöd a félelmet, társakat találsz a cselekvéshez, akik a szövetségeseiddé válnak. a változásban.

Öröm

Megtapasztalod az együttműködés, és összetartozás örömét

Belépési pont

Felismered a helyzeteket, ahol változtathatsz a korábbi mintázataidon, és aktívan cselekedhetsz

Új mintázatok

Új lehetőségeket, és életmintázatokat ismersz meg, kíváncsiságot, és reményt hozol létre magadban.

Felismerés

A félelmedet cselekvésre való felhívásként éled meg, nem a kudarc hírnökeként.

A REMÉNY
KÖRE

Disszonáns/lehetőségekkel teli helyzet, kényelmetlen érzés

Megtapasztalod a félelmet attól, hogy a szükségleteid kielégítése érdekében cselekedj, hogy egy értékrendeddel összhangban levő világ megteremtéséért tegyél.

Elkülönülés

Szakadást érzel a belső igazságérzeted és a való világ között. Nem látsz lehetőséget a helyzet egváltoztatására

Tagadás

Letagadod a kapcsolódás és a hatékonyság szükségességét. Így tagadod a saját passzivitásodat.

A FÉLELEM
KÖRE

A helyzet romlik

A kapcsolatok elsivárosodnak, eltávolodás a szociális környezettől

Helyettesítés

Megpróbálod betölteni a hiányt kontrollal, erőszakossággal, fogyasztással stb

CLIPS COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

Idő	Tevékenység
15´	A MÓDSZER ISMERTETÉSE
5´	A CSOPORTOK KIALAKÍTÁSA
70´	VÉGIGJÁRNI A KÖRT
10´	ÉRZELMI MEGOSZTÁS ÉS ÜNNEPLÉS

A REMÉNY KÖRE

1. LÉPÉS - A CSOPORTOK KIALAKÍTÁSA

Ha úgy döntünk, hogy egyéni helyzeteken dolgozunk:

Minden résztvevő eldönti, hogy ő akar-e az utazás főszereplője lenni, vagy ő akar-e kísérni a folyamatot.
Csoportok alakulnak egy vezető/főszereplővel és 2-3 kísérővel. Ily módon maximum három-négy fős csoportokat hozhatunk létre, mindig a csoport kifejezett beleegyezésével, hogy ki a főszereplő a ciklusban.

Ha úgy döntünk, hogy csoportos helyzeteken dolgozunk:

3-5 fős kis csoportok alakulnak, akik együtt teszik meg az utat.
A csoport a folyamat elején meghatározza azt a helyzetet/kihívást, amely az adott pillanatban jelen van és él.

Adjunk minden csoportnak posz-iteket, tollat, filceket és egy nagy papírt, hogy megrajzolhassák a térképet, és megjegyzéseket/ötleteket fűzhessenek a post-itekhez.

BEVEZETÉS

A MÓDSZER ISMERTETÉSE- 15 PERC

A Remény és Félelem köreinek szakaszait papírra vetjük, és kitesszük a falra vagy a földre, egy bemutatókör során röviden elmagyarázzuk a két kört, és a lépéseket.

A folyamat fontos része, hogy eljussunk a belépési pontokhoz!

2. LÉPÉS - VÉGIGJÁRNI A KÖRT

1. lépés: A helyzet/kihívás megközelítése
Aki utazik, elmesél egy konfliktusos helyzetet, nehézséget és/vagy kellemetlen érzelmet, amelyek jelen van az életében.
Ez lehet egy konkrét magánéleti helyzet (például nehezen talál munkát) vagy az, hogy előítéleteknek van kitéve (például mert fiatal nő). Leírja a helyzetet és a hozzá kapcsolódó érzelmeket.
A kísérők elmondhatják, hogy ők hogyan éreznék magukat abban a helyzetben. Felírják egy papírra, és folytatják.
Ha csoportos témával dolgozunk, eltarthat egy ideig, amíg felismerjük a jelenlévő kihívást. Fontos megnevezni egy konkrét jelenlévő helyzetet: például alacsony részvétel a gyűléseken, ahelyett, hogy a tagok részvételének hiánya, ami többértelmű és ítélkezést von maga után.

Győződjünk meg arról, hogy a kiinduló helyzetek konkrétumok!

2. lépés: A félelmek/nehézségek felismerése

Fedezzük fel, hogy a félelem cselekvésre hív miket! Ebben a szakaszban az utazók és kis csoport együtt gondolkodnak azon, hogy milyen lépéseket lehetne tenni a kezdeti helyzetből kiindulva. Elemzik azokat a félelmeket, amelyek e cselekvések gátjaként jelentkeznek.
Ezeket a félelmeket gyakran az „igen, de...” mondatok mögött találjuk. Leírjuk és néhány percig beszélünk a helyzet megoldásáról.
Milyen akciót akarnak "végrehajtani"? Együtt döntenek.

Csoportos nehézségek esetén egy csoport, amely úgy döntött, hogy új cselekvési területet indít el, de telik az idő, és semmi sem történik meg; az esetlegesen felmerülő nehézségek változatosak: időhiány (félelem, hogy időbe telik, ami nincs), forráshiány (több időt kér tőlem a közösség, mint amennyit hajlandó vagyok adni), nem egyértelmű a munka. célok stb. A nehézségek bármilyen nyelven kifejezhetők (érzelmi, tények, képzeletbeli stb.). A facilitátor arra ösztönöz, hogy a résztvevők fejezzék ki magukat.

Tipp: Ismerd fel a félelmeket és a nehézségeket, bátoríts a résztvevőket, hogy álljanak bele a folymatba!

...folytatás a következő oldalon...

A REMÉNY KÖRE

3. lépés: A belépési pontok azonosítása
Találjuk meg azokat a pontokat, amelyek személyesen végrehajthatóak, és amelyeken keresztül megváltoztathatjuk életünk alapvetéseit: a csoportban találjunk egy reális cselekvési javaslatot. (Ez a forgatókönyv nem jelent elköteleződést a terv végrehalytása mellett)
Fontos hangsúlyozni, hogy minden ember életében vannak olyan helyzetek, amikor előre lehet mozdulni egy pozitív javaslat felé. Ebben a szakaszban az egyénnek nagy támogatást jelent egy támogató csoport jelenléte, és kreativitása, hogy megtalálja, és felfedezze azt a „belépési" pontot, amely lehetővé teszi a kívánt irányba való elmozdulást.
Csoportok számára is erősen ajánlott a lehetséges áttörési pontok keresése. Fontos, hogy a a facilitátor ne essen bele a „kell" csapdába. **Nem arról van szó, hogy mi legyen, hanem arról, hogy mi lehetséges, és hogy megtörjük a félelem körforgását**. Ha egy csoport hajlamos túlságosan arra koncentrálni, hogy mi legyen, akkor túlterhelt lehet, míg ha arra törekszik, ami ebben a pillanatban lehetséges és innovatív, a csoport energiája feltöltődik, és motiválttá valik a további együttműködésre.

Tipp: Kísérjük a belépési pont körüli kételyeket: Emeljük ki, hogy a cselekvés valami konkrétra, anyagira vagy anyagtalanra utal. Egy cselekvés lehet akár egy beszélgetés, vagy szabadidős tevékenység is!

4. lépés: Szövetségek.
Átalakítjuk a félelmet, és új embereket, új csoportokat vonunk be az életünkbe. Ha kilépünk a megszokott környezetből, és új területre merészkedünk, új emberek és új kapcsolódások jelennek meg. Milyen új emberek jelenhetnek meg? Milyen más csoportokban találhat barátokra a személy? Milyen elvek és értékek jelenhetnek meg az új kapcsolódás miatt? Mi lenne a motiváció ennek az útnak a választásához? Figyeljük meg, hogyan érzik magukat az egyes személyek. Ha újra megjelennek a kétségek, akkor a kör "árnyékának" részeként összegyűjtik őket, és továbblépünk.
Egy csoporttal való munka során nem új tagok vagy csoportok megjelenésére van szükség, hanem esetleg új irányzatokra, és ezáltal új lehetséges szövetségekre.

Tipp: Nem szükséges minden kérdésre válaszolni. Kérd meg a csoportokat, hogy válaszoljanak az összes kérdésre, amire tudnak/szeretnének. Minden válasz helyes.

5. lépés: Öröm
Éljük át az örömöt az összetartáson és a cselekvés képességén keresztül. Mi van, ha közösen kitalált terv végrehajtható?
Ki lenne az a csoport, akikkel jól éreznétek magatokat? Milyen affinitások tennének boldoggá? Milyen elvei és értékei lennének ennek a csoportnak? (keressünk választ/reflexiót az egyes kiscsoportok összes összetevőjére)

Tipp: Nem mindenki fog örömet érezni. Mindenféle érzés rendben van.

6. lépés: Új életutak.
A résztvevők az élet szolgálatában fedezik fel a különböző életutakat. Reményt és kíváncsiságot keltenek. Rajzoljtassuk meg velük meg az útvonal térképét, a szakaszokat; a szövetségeket és a javasolt lépések végrehajtásához szükséges erőforrásokat. A félelmek, a "de" ennek árnyékaként megjelenhetnek, leküzdendő akadályokként,

Tipp: Ösztönözze, beleértve a rajzokat, színeket stb.

MEGOSZTÁS ÉS ÜNNEPLÉS

Térképek megosztása, a lehetőségek megünneplése... Ragasszuk fel a térképeket a falra, és hagyják, hogy a résztvevők felfedezzék egymást térképeit!

Zárókör: hogy érezted magad a gyakorlat során?

Ez a módszer Frances Moore Lappé munkájából származik, amelyet Mauge Cañada csoportmunkára adaptált a CLIPS csapatából.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

KONSZENZUSOS DÖNTÉSHOZATAL

STRUKTÚRA SZINTJE

A konszenzus egy agilis és hatékony döntéshozatali módszer.
A döntéshozatalra váró javaslatokhoz másfajta viszonyulási módot hoz,
kiemelve a kollektív intelligencia fontosságát.

Cél

- Megtanulni, hogyan kell konszenzussal döntést hozni
- Megérteni a folyamatot és annak alapelveit: átláthatóság, hatékonyság, egyenértékűség.

"Ha valami elég jónak és biztonságosnak tűnik ahhoz, hogy kipróbáljuk, vágjunk bele!"

A módszert a csoport vagy közösség a döntéshozatal módjaként alkalmazhatja, ha a megközelítést a csoport megfelelőnek érzi.

Idő

Minimum 45 - maximum 90 perc

Előkészületek

- 2 flipchart
- filctollak

2 posztert kell előkészíteni, és a csoport terébe jól látható helyre kirakni: egyet a konszenzusos döntéshozás módszer lépéseivel, egy másik pedig a döntéshozás tárgyával.

Célcsoport

csoportok, közösségek, és trénerek

Résztvevők száma

Minimum 7– maximum 20 fő

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

Idő	Tevékenység
30´	KERETEZÉS ÉS A GYAKORLAT ISMERTETÉSE
10´	TIME 1: CLARIFY
10-20´	TIME 2: OBJECTIONS& IMPROVEMENTS
10´	TIME 3 : PUBLISHING
10´	CLOSING ROUND

BEVEZETÉS

KERETEZÉS- 15 PERC

Egy olyan módszert próbálunk ki, amelyet a csoport döntéshozatali módjaként alkalmazhat, ha a megközelítés megfelelőnek tűnik a csoport számára.
A gyakorlat elvégzéséhez a csoport egy valódi döntést helyez a középpontba.
A facilitátor kér egy témát a csoporttól, hogy példának használhassa.
A facilitátor javaslatokat is tehet a folyamat vezetésén túl, ha a döntéshozatal tárgyában járatos.

BEVEZETÉS- A JAVASLAT BEMUTATÁSA- 15 PERC

1. A facilitátor elmagyarázza, mi a javaslat.

A jó döntés meghozatalához az szükséges, hogy a javaslatok megfeleljenek néhány minőségi kritériumnak:

- A javaslat illeszkedik a csoport hatáskörébe vagy döntési jogkörébe.
- egyértelműen kimondja a megoldandó problémát vagy kérdést; ezt a leírást tények és megfigyelések támasztják alá.
- A tünetek helyett az okokra összpontosít. A probléma okait a nyilatkozat írja le, és tisztázza, hogy mely igények nem teljesülnek.
- Érvek támasztják alá: tisztázzuk, hogy a javaslat hogyan támogatja a probléma vagy helyzet megoldását.
- Nyitott, nem kérésként vagy kötelezettségként jelenik meg, hanem inkább javaslatként: alternatív lehetőségek merülhetnek fel és/vagy adódnak hozzá a folyamat során.
- Tartalmaz egy cselekvési tervet. Ahol lehetséges, pozitív cselekvési tervet határoz meg időkerettel, ahol a célok reálisak, elérhetőek, ellenőrizhetőek, és ahol az emberek a nevüket az egyes akciók mellé írhatják.

2. A csoport javaslatot tesz a folyamatban való felhasználásra.

3. A folyamat három részének, és kilenc szakaszának magyarázata.
Itt az ideje, hogy továbblépjünk a módszerrel kipróbálására. Ha szükség van arra, hogy a nagy csoportot kisebb csoportokra osszuk, itt a pillanat, hogy megtegyük!

ELSŐ SZAKASZ: TISZTÁZÁS - 10 PERC

1. A javaslat bemutatásra kerül; megnyitjuk a kétségek és tisztázó kérdések körét a javaslat jobb megértése érdekében.

2. Megnyitjuk a reakciók körét. Itt a résztvevők elmondhatják véleményüket vagy érzéseiket a javaslattal kapcsolatban. Mindenki kifejezi magát.

3. Ha a reakciók körében a csoport többsége sok feszültséget fejez ki, akkor ez azt jelenti, hogy a javaslat nem vihető tovább ebben a formában, további munkát igényel. Visszerül a facilitátornak, és a folyamat jelenleg nem folytatható. Ha nem ez a helyzet, akkor lépjen tovább a konszenzus körhöz.

MÁSODIK SZAKASZ: ELLENVETÉSEK, KIEGÉSZÍTÉSEK- 10 - 20 PERC

1- Az ellenvetések első köre megnyílt. Ebben a körben minden hozzászólás megkülönböztetés nélkül meghallgatásra kerül, legyen szó aggodalmakról, ellenvetésekről, véleményekről stb.

2. A javaslatot a lehető legjobban kijavítják az előző kör hozzászólásai alapján

3- Az ellenvetések második köre: minden résztvevőt megkérünk, hogy tegye fel magának a kérdést: "Együtt tudok-e élni ezzel a javaslattal?". Ebben a második körben az ellenvetést csak akkor fogadjuk el, haasszerint a döntés megszületése kockázatot jelent a csoport és/vagy a személy számára. Ha a kifogás nem mutatja be a javaslat kockázatát a csoport számára, akkor azt nem fogadjuk el. A folyamat ezután folytatódik, a javaslatot az egész csoport ellenvetés nélkül elfogadja.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

KONSZENZUSOS DÖNTÉSHOZATAL

STRUKTÚRA SZINTJE

3. SZAKASZ: A DÖNTÉS BEMUTATÁSA - 10 PERC

1- A javaslat írásba foglalása. A végső megfogalmazást a közösség ellenőrzi, és jóváhagyja.
2- A végső szöveget a jegyzőkönyv rögzíti.
3- Ünneplés! A csoport valamilyen módon megünnepli a döntést (taps, hangok)

ZÁRÓKÖR - 10 PERC

A folyamat végén nagy körben ülünk, és megkérdezzük a résztvevőket, hogy érezték magukat, van-e valakinek megjegyzése, amit szeretne elmondani a többieknek. A döntés súlyától, és az időkeretektől függően mehetünk egy kört, ahol mindenki megszólal, vagy meghallgathatunk egy-két hangot, a teljesség igénye nélkül.

MILYEN EGY JÓ ELLENVETÉS?

A konszenzusos döntéshozatal fő kérdése az, hogy van-e valakinek jelentős ellenvetése a javaslattal szemben. A hozzájárulás megadása azt jelenti, hogy nincs jelentős kifogás. Ez azt is jelenti: "Lehet, hogy nem értek teljesen egyet, de nem is utasítom el teljesen a javasolt döntést, és együtt tudok élni a megszületett döntéssel a csoport érdeket szem előtt tartva." - "A döntés elég jó, és elég biztonságos ahhoz, hogy kipróbáljuk"
A csoport előrébb tud lépni egy-egy döntéssel.

A folyamat biztosítja annak lehetőségét, hogy bárki megvétózhasson egy döntést, ha valakinek fontos és megalapozott ellenvéleménye van. Ezután a javaslatot újra kell gondolni, és alternatív megoldásokat kell keresni. Ha valakinek jelentős ellenvetései vannak, rögtön megosztja az információit a csoporttal a nem kívánt következményekről vagy a döntéshozatal javításának járható módjairól.
Ezért az egyének felelőssége, hogy felhívják a csoport figyelmét a meglévő javaslatokkal, döntésekkel, megállapodásokkal vagy tevékenységekkel kapcsolatos veszélyekre. Az ellenvetés, és ellenvélemény ajándék lehet!

TIPP: fontos, hogy a facilitátor jól ismerje a folyamatot, és legyen tapasztalata azt a gyakorlatban.

További információt itt találsz: https://www.sociocracyforall.org/consent-decision-making/

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

SWOT ELEMZÉS

DIAGNOSZTIKAI ESZKÖZ A KÖZÖSSÉG, ÉS A SZÁNDÉK SZINTEKEN

A SWOT elemzést diagnosztikai módszerként használhatjuk
egy projekt állapotának felmérésére, és új lehetőségek felfedezésére.
Mind vállalatoknál, mind civil szervezeteknél alkalmazzák a stratégiák finomításához.

A módszer célja

- Tudatossá tenni a csoport mostani a helyzetét
- Egyaránt felvázolni a pozitív és a negatív szempontokat
- Tájékozódni, hogy megfelelő stratégiai és taktikai döntéseket hozhassunk

Időtartam

1,5 - 2 óra.

Anyagszükséglet

- Készítsünk elő egy nagy flipchart-táblát és rajzoljuk rá a négy négyzetből álló SWOT-diagramot. Írjuk az alábbi szavakat a négyzetekbe: „Erősségek” (bal felső), „Gyengeségek” (jobb felső), „Lehetőségek” (bal alsó), „Veszélyek” (jobb alsó). Mindegyik négyzethez rajzolhat egy-egy grafikus ikont.

- Osszunk ki flipchart papírokat és post-iteket a résztvevők számára

Célcsoport

Olyan csoport, ami rendelkezik egy közös projekttel.

Résztvevők száma

Minimum 4 – maximum 40 fő.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

Duration	Activity
5´	BEVEZETÉS ÉS A GYAKORLAT ISMERTETÉSE
25´	1. LÉPÉS: CSOPORTOS BRAINSTORMING
25´	2. LÉPÉS: SWOT ELEMZÉS KÉSZÍTÉSE
20´	3. LÉPÉS: ÖSSZEGZÉS, KÖVETKEZŐ LÉPÉSEK
10´	A GYAKORLAT ÉRTÉKELÉSE, ZÁRÁS

SWOT ELEMZÉS

1. LÉPÉS - 25 PERC
CSOPORTOS BRAINSTORMING

Az egyéni részvétel maximalizálása érdekében alkossunk 4 fős csoportokat. Kérjük meg a csoportokat, hogy másolják le a nagy diagramot a saját A3-as papírlapjukra.

Kérjük meg őket, hogy vegyenek számba mindent, amit erősségként vagy gyengeségként látnak a projektben. Először mindenki egyénileg írja le a meglátásait post-itekre, utána pedig rakják fel sorban egymás után a kiscsoport papírjára, a megfelelő négyzetekbe.

Ezután írjuk fel ugyanígy a lehetőségeket és a veszélyeket. Legyen ideje a kiscsoportoknak mindent megbeszélni.

Kérjük meg a kiscsoportokat, hogy válasszanak ki minden mezőről 3 pontot, amiket behoznak majd a nagycsoportba. Olyanokat válasszanak, amelyek nem annyira nyilvánvalóak, inkább meglepőek voltak, netán nézeteltérést is eredményeztek.

2.LÉPÉS - 25 PERC
SWOT ELEMZÉS KÖZÖSEN

Üljünk össze nagy körben és röviden osszuk meg a csoportmunka tapasztalatait, észrevételeit.

Ezután a közös SWOT ábrára gyűjtsük össze –negyedről negyedre haladva – az alcsoportok által kiválasztott 3 legfontosabb pontot.

Hallgassuk meg a visszajelzéseket a negyed kitöltése után!

Haladjunk így végig az összes negyeden!

BEVEZETÉS

A GYAKORLAT ISMERTETÉSE - 5 PERC

Magyarázzuk el, hogy a SWOT-elemzés egy olyan, széles körben használt eszköz, amellyel egy csoport vagy projekt erősségeit, gyengeségeit, lehetőségeit és veszélyeit lehet azonosítani. A CLIPS keretei között a SWOT-ot diagnosztikai módszerként is használhatjuk.

A módszer konkrét területekre összpontosít, és általa olyan tevékenységek gyűjthetők össze, amelyek segíthetnek az erősségekre építeni, minimalizálni vagy kiküszöbölni a gyengeségeket, maximalizálni a lehetőségeket, és kezelni vagy leküzdeni a fenyegetéseket. A SWOT-elemzés készítése csoportmunka. Felhasználható a stratégia megtervezéshez, és a közös belátások révén, a megalapozottabb döntések meghozatalához.

Ezután mutassuk be a felrajzolt SWOT ábrát. A felső négyzetek (Erősségek, Gyengeségek) a csoport „belső” aspektusaira fókuszálnak. Az alsó két négyzet pedig a „külső” elemekre összpontosít; olyan dolgokra, amelyek független faktorok, nem tartoznak az irányításunk alá.

3. LÉPÉS - 20 PERC
ÖSSZEGZÉS, KÖVETKEZŐ LÉPÉSEK

Adjunk áttekintést a csoportok munkájáról, kiegészítve néhány észrevétellel!

Kezdjük a belső **erősségek**kel. Mondjuk el, hogy fontos elismerni, megőrizni és megünnepelni az erősségeket, és aktívan fel kell őket használni stratégia kidolgozásában, továbbfejlesztésében.
Ezután térjünk át a **veszélyek**re, de hangsúlyozzuk azt, hogy a veszélyek elismerése nem negatív gondolkodásmódot jelent, hanem a realitás érzékünket mutatja. Ha tisztában vagyunk a lehetséges veszélyekkel, akkor van esélyünk hatékonyan megelőzni őket.
Ugyanígy vegyük észre, hogy a **gyengeség**einket is fel kell vállalni, hogy foglalkozni tudjunk velük és fejlődhessünk a megfelelő területeken. Ez felelősségvállalást jelent, tehát nem másokat hibáztatunk, hanem felismerjük saját hiányosságainkat és elgondolkodunk azon, hogyan lehet őket erősségekké alakítani.
A **lehetőségek** olyan potenciálokat jelentenek, amelyeket aktiválni tudunk – vagy a tarsolyunkban kell várakozniuk, amíg meg nem lesz az életre hívásukhoz szükséges elegendő energia és idő. Minden esetre jó felismerni, hogy ezek a potenciálok léteznek, és arra szolgálnak, hogy adott esetben megnöveljék a csoport erejét.

Mindezek után fordítsuk figyelmünket a konkrét megvalósítás lépései felé. Határozzuk meg az ábra alapján a legfontosabb tevékenységi köröket, majd tegyük fel a kérdést: Ki, mit, mikor fog megcsinálni?

Hangsúlyozzuk a csoportnak a dokumentáció fontosságát, hogy később is elérjék az összefoglaltakat, és visszatekinthessenek rájuk!

Ne felejtsük el mindezt megünnepelni!

CLIPS COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

ZÁRÁS

A GYAKORLAT ÉRTÉKELÉSE - 10 PERC

Használjunk egy rövid energizer gyakorlatot, hogy megmozgassuk az embereket!

Kérdezzük meg a csoportot, hogy milyen tapasztalataik voltak a gyakorlat elvégzése során!

Hogyan használhatjuk a saját munkánkban, vagy épp más közösségeknél?

Milyen gyakran érdemes ezt a gyakorlatot elővennünk a közösségünkben vagy munkacsoportunkban?

	segít elérni a célunkat	hátráltat a cél elérésében
belső eredetű	Erősségek (strengths)	Gyenge pontok (weaknesses)
külső eredetű	Lehetőségek (Opportunities)	Veszélyek (Threats)

A MÓDSZER EREDETE

A SWOT használata Albert Humphrey nevéhez fűződik, aki a Stanford Research Institute-ban (SRI) dolgozta ki ezt a keretrendszert a 70-es évek elején.

A SWOT elemzést a különféle szervezeteken és közösségeken belüli pozitív és negatív tényezők azonosítására használták, amelyek elősegítik vagy gátolják egy adott projekt sikeres megvalósítást.

Általában még a célkitűzések kidolgozása, illetve a stratégia kiépítése előtt alkalmazzák, legelső lépésként. A SWOT elemzés önmagában nem ad stratégiai tervet, hanem azokat a szempontokat gyűjti össze, amelyeket érdemes lesz figyelembe venni a stratégiai terv kidolgozásánál.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

AZ ÖKOFALVAK ÉRTÉKEI - KÁRTYACSOMAG

A modell minden szintjére használható: egyéni, közösségi, szándék és rendszer szint.

Ez a módszer a GEN ökofalu-kártyáit használja a CLIPS keretek között.
Egy csoport motivációit, szándékait, készségeit és tanulási igényeit térképezhetjük fel vele.
A kártyák lehetőséget nyújtanak a reflexióra, mind az egyének, mind a csoport számára.

Célkitűzések

This method has the aims to:

- To map motivations for group members
- To map skills and learning needs of group members
- To search for a common intention for a group

Ennek a módszernek a céljai:
- Feltérképezni a csoporttagok motivációit
- Feltérképezni a tagok képességeit és tanulási igényeit
- Felkutatni a csoport közös szándékát

Időtartam

Szünettel együtt 1,5 - 2 óra. Feloszthető részek feladatokra.

Anyagszükséglet

- Egy csomag ökofalu-kártya.
- Egy ökofalu-mandala szőnyeg, ha lehetséges, de nem szükséges
- Apró tárgyak, pl. kövek vagy levelek, amikből minden egyes résztvevőnek jut legalább három.

Helyezze el a kártyákat a padlóra az ökofalu-mandala formájában, minden dimenziót külön sarokba (lásd az alábbi képet).

Célcsoport

Közösségek, ahol már vannak feladatok, projektek.
A játékkártyák ökofalvak tapasztalataiból származnak, és azt az értékrendet tükrözi.

Résztvevők száma

Minimum 4 – maximum 40.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

Idő	Tevékenység
5´	BEVEZETÉS - A CLIPS ÉS AZ ÖKOFALU KÁRTYÁK ISMERTETÉSE
25´	MOTIVÁCIÓK FELTÉRKÉPEZÉSE
20´	KÉSZSÉGEK FELTÉRKÉPEZÉSE
5´	SZÜNET
25´	KÖZÖS SZÁNDÉK FELTÉRKÉPEZÉSE
10´	ÖSSZEFOGLALÁS

BEVEZETÉS

AZ ÖKOFALU KÁRTYÁK ISMERTETÉSE- 5 PERC

A kártyákat a Global Ecovillage Network (GEN) fejlesztette ki. A 34 kártya a világ ökofalvainak kísérletezését és tanulságait szemlélteti. A kártyák öt csoportra vannak osztva – a fenntarthatóság négy dimenziójára (társadalom, kultúra, ökológia, gazdaság), és a rendszerszemléletű tervezésre. Ezek együtt a párbeszéd, a relfexió, a tanulás és a tervezés kereteit alkotják – egyének, csoportok, és projektek számára egyaránt.

A CLIPS keretei között ezeket a kártyákat arra használjuk, hogy közelebb kerüljünk a belső motivációinkhoz, és a csoportos szándékunkhoz. Felhasználhatjuk még az egyéni készségek és tanulási szükségletek feltérképezése is. A végén pedig közelebb kerülhetünk ahhoz, hogy mi lehet a csoport szándéka, jövőképe, és küldetése.

Játsszunk!

MOTIVÁCIÓK FELTÉRKÉPEZÉSE

1. LÉPÉS: ELEMEK ELHELYEZÉSE - 10 PERC

Kérjük meg a résztvevőket, hogy mindenki vegyen magához 3 követ, és helyezze őket azokra a kártyákra, amik olyan üzenetet tartalmaznak, ami motiválta őket a közösség létrehozásakor.

Mondjuk meg nekik, hogy nyugodtan sétáljanak körbe a kártyák között, tanulmányozzák mindegyiket, mielőtt döntenek.

(Könnyebb lehet kapcsolódni az egyéni motivációhoz, mint a közösségi szándékhoz. Ezért kezdjük a motivációval.)

2. LÉPÉS: LÁTOTTAK ÉRTELMEZÉSE - 10 PERC

Amikor minden résztvevő elhelyezte a kövét, hallgassun k meg pár hozzászólást, először az általános, aztán az egyéni meglátásokra fókuszálva. Mit látunk most magunk előtt? Melyik dimenzióban van sok kő, és melyiken kevés? Szét vannak oszlatva a kövek, vagy meghatározott kártyákra kerültek fókuszáltan?

Az általános elemzés után kérjünk meg néhány résztvevőt, hogy ossza meg személyes benyomásait. Mérjük fel, hogy belefér-e az időbe minden hangot meghallgatni, vagy elég csak azokat, akik a legszívesebben elmondják.

Kérdezzük rá azokra a kövekre is, amelyek „egyedül” vannak egy kártyán. Mi volt ott a mögöttes motiváció?

3. LÉPÉS: ÖSSZEFOGLALÁS - 5 PERC

Milyen érzés volt részt venni a játékban?

Egyéni:
Megtudtunk valami újat arról, hogy mi motivál minket ebben a csoportban – hogyan kapcsolódunk mások motivációihoz?

Csoportos: Történt esetleg valami közös felismerés? Hogyan tudjuk elfogadni a különböző motivációkat?

Örökítsük meg fényképen a végeredményt, mielőtt felvesszük a tárgyakat a szőnyegről.

.

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.

KÉSZSÉGEK FELTÉRKÉPEZÉSE

1. LÉPÉS:
ELEMEK ELHELYEZÉSE - 10 PERC

A motivációk után foglalkozhatunk a meglévő készségek és tanulási igények feltérképezésével.

Tegyél 3 követ a kártyákra, ahol KÉPESSÉGED van, ahol van valami, amivel hozzájárulhatsz, amit megtaníthatsz másoknak, egy ajándék, amit megoszthatsz.

Helyezzen 3 levelet a kártyákra, ahol tanulni szeretne valamit. Ez lehet egy kép arról, hogy mit szeretne elérni, új készségek és inspiráció tekintetében.

2. LÉPÉS:
ÖSSZEFOGLALÁS - 10 PERC

Mit látunk most? Melyik kártyákon van sok ill. kevés kő – melyiken sok a levél?

Hogyan használhatjuk ezt a feltérképezést annak ellenőrzésére, hogy csoportként milyen készségekkel rendelkezünk? Milyen tanulási igények felelhetnek meg a többi tag készségkészletének? Milyen készségeket kell fejleszteni a csoportban, hogy bizonyos területeken fejlődjenek? Talán ez lehet új tagok toborzásának alapja?

Fejezze be ezt a foglalkozást is egy fénykép készítésével, mielőtt ismét eltávolítaná az elemeket.

KÖZÖS SZÁNDÉK FELTÉRKÉPEZÉSE

MAGYARÁZAT, KERETEZÉS - 5 PERC

Az eddigiekben a motivációkat, készségeket és tanulási igényeket térképeztük fel. A következő lépés annak feltárása lesz, hogy ez a csoport melyik területekkel szeretne most igazán foglalkozni. Mi a közös szándékuk a mostani projektjeikben, és hogyan tud ez beépülni a jövőképbe ill. misszióba?

1. LÉPÉS:
ELEMEK ELHELYEZÉSE - 10 PERC

Járjuk körbe a kártyákat, és közben gondoljunk a projektre. Ne egyéni szempontból, hanem mint csoport. Mit tehetünk együtt, a közös projektünkben.

Osszuk szét a 3 követ olyan kártyákra, amelyek a csoport szándékának lényegét jelenítik meg.

Mi az, amiben mindenki egyetért? Mi az, ami része volt az eddigi megbeszéléseinknek? Milyen területren látjuk azt, hogy a csoportunk valódi hatást tud elérni és változást hozni a társadalomban.

2. LÉPÉS:
ÖSSZEFOGLALÁS - 10 PERC

Nézzünk rá ismét, hogy hol találhatóak kövek.
Csak az egyik dimenzióban, vagy egyenletesen elosztva minden dimenzióban? Vannak olyan kártyák, amelyek kiemelkedően sok követ kaptak?

Hogyan illeszkedik ez a csoport által már megfogalmazott szándéknyilatkozathoz? Támadt új felismerésünk?

Érdemes hangsúlyozni, hogy az így kapott „eredmény” nem azt jelenti, hogy a csoport nem veszi komolyan a többi kártyán látható szempontokat, hanem ha választani kell, akkor mit határoz meg fókusznak.

Fejezzük be ezt a munkamenetet is úgy, hogy az elemek eltávolítása előtt fényképet készítünk a teljes képről.

Mondjuk el a csopornak, hogy ezzel a kártyajátékkal időben is követheti, hogyan változik a projekt. A kártyákat ilyenkor időszakosan, évente v. félévente elővehetjük és képet alkothatunk arról, hogyan néz ki a dinamika a csoportban.

CLIPS
COMMUNITY LEARNING INCUBATOR

Co-funded by the Erasmus+ Programme of the European Union

clips.gen-europe.org

We invite you to use our work and share it with others and credit us while doing so. You cannot change it in any way or use it commercially.