

Názov projektu:: Strengthening cross-border civil society through the development of a joint volunteer exchange system

HelloMentor – volunteer coordinator training Curriculum Maďarsko 2018.



HELLOMENTOR ORG ★

Vypracované z poverenia Korporácie
Budapesti Corvinus Egyetem

Vypracovalo
Webkettő Műhely Bt.

Tartalom

1. Situačná hra učenia mien	3
2. Očakávania a obavy 1.0	3
3. Ideálny mentor	3
4. Pohybová aktivita obsadzovania stoličiek – s tvrdeniami o sebe.....	4
5. Náš dobrovoľník – tvorivá práca	4
6. Situačná hra – na spôsob Partičky.....	4
7. Predstavovanie sa pomocou toaletného papiera	5
Mentor ako vodca	6
1. „Hovorí Šimon” – nácvik vodcovskej role.....	6
2. Skupinový labyrint	6
3. Príprava obeda – role mentora a dobrovoľníkov	7
Základy spolupráce.....	8
1. Nemé maľovanie vo dvojici - spolupráca	8
2. Návrh papierovej veže.....	8
1. Očakávania a obavy 2.0.....	9
2. Odkazovač na tanieri	9
Znalosti špecifické pre podujatia.....	10

Tak výskum, odhaľujúci nároky organizácií, ako aj štúdia, skúmajúca očakávania dobrovoľníkov, dospeli k záveru, že obe strany, čiže dobrovoľnú prácu poskytujúca aj dobrovoľnícku silu využívajúca strana, sú s výsledkom spolupráce spokojné v prípade, keď prebieha efektívne. Pod efektivitou rozumieme, že dobrovoľník v rámci svojich kompetencií zabezpečuje také úlohy, ktoré pre neho znamenajú výzvy, spadajú do jeho okruhu záujmov, resp. organizácia dostáva k činnosti v rámci svojej misie motivované ľudské zdroje na zabezpečenie kreatívnych úloh. Zo spomínaných výskumov vyplýva, že v dosahovaní efektivity zohrávajú kľúčovú úlohu mentori, riadiaci dobrovoľníkov, preto nasledujúce curriculum obsahuje cvičenia a úlohy zamerané na ich rozvoj. Skladá sa z 5 celkov:

1. Úvod / Rámce

2. Mentor ako vodca

3. Základy spolupráce

4. Motivácia

5. Znalosti špecifické pre podujatia

Cieľový systém modulov a teoretický prehľad obsahuje tréningový plán. Tento dokument sa zaoberá praktickou časťou: obsahuje podrobný opis radu cvičení a úloh, patriacich k jednotlivým tematickým celkom.

Cvičenia budú opisované v nasledovnej štruktúre:

Názov cvičenia

Cieľ cvičenia

Potreba prostriedkov

Časová náročnosť (v prípade 40-člennej skupiny)

Opis úlohy

Úvod / Rámce

1. Situačná hra učenia mien

Cieľ: Cieľom cvičenia je osvojenie si mien členov skupiny.

Potreba prostriedkov: nie je

Časová náročnosť: 40 minút

Opis úlohy

Účastníci stoja v kruhu a každý sa predstaví svojim menom a zemepisným názvom, ktorý sa začína rovnakým písmenom, ako jeho meno, napr. Braňo z Bratislavy, Andrej z Argentíny, Šárka zo Švédska.

2. Očakávania a obavy 1.0

Cieľ: Na začiatku tréningu účastníci sformulujú svoje očakávania a obavy spojené s daným tréningom

Potreba prostriedkov: baliaci papier, hrubá fixka, papier, písacie potreby.

Časová náročnosť: 45 minút

Opis úlohy

Vedúci skupiny požiada jej členov, aby na papier napísali všetko, čo im príde na um v súvislosti s otázkou: čo očakávajú od tejto skupiny? Potom ich požiada, aby spísali svoje myšlienky o tom, čoho sa obávajú v tejto skupine. Keď sú obe zoznamy hotové, rozdelí ich na tri alebo štyri podskupiny. Ich úlohou bude zostaviť veľké spoločné zoznamy na základe odpovedí na predchádzajúce otázky (Čo očakávame od tejto skupiny?, resp. Čoho sa obávame v tejto skupiny). Požiadavkou bude, aby sa všetky osobné očakávania a obavy objavili na spoločnom zozname tak, že rovnaké položky budú vynechané. Pôvodné výrazy môžu byť upravené len štylisticky. Potom budú zoznamy zverejnené, podskupiny si ich postupne vysvetlia a zodpovedajú otázky ostatných. V rámci diskusie sa môžu zmieniť aj o tom, odkiaľ pramenia ich očakávania a obavy.

3. Ideálny mentor

Cieľ: Premyslieť, prekonzultovať aký je ideálny mentor, vizualizovať zručnosti osvojené počas tréningu.

Potreba prostriedkov: Ľudská postava z papiera, nalepovacie lístky post-it, písacie potreby

Časová náročnosť: Úvod 10 minút, prebieha postupne počas tréningu

Opis úlohy

Na stenu nalepíme ľudskú postavu z papiera, na ktorú budeme počas celého tréningu lepiť papieriky s pomenovaním vlastností, s ktorými sa počas cvičení a hier stretneme. Ktokoľvek môže kedykoľvek nalepiť

nové vlastnosti, s ktorými práve získal určitú skúsenosť, ale aj schopnosti, ktorými by podľa neho mal ideálny mentor disponovať.

4. Pohybová aktivita obsadzovania stoličiek – s tvrdeniami o sebe

Cieľ: Cieľom úlohy je lepšie vzájomné poznávanie sa členov skupiny

Potreba prostriedkov: stoličky

Časová náročnosť: 30 minút

Opis úlohy

Členovia skupiny sedia v kruhu na stoličkách, pričom stoličiek je o jednu menej ako osôb. Nieкто stojí v strede kruhu. Člen stojaci v strede povie o sebe nejaké tvrdenie. Účastníci, na ktorých tiež platí to tvrdenie, sa postavia a hľadajú si novú stoličku. Kto zostane stáť, pokračuje v strede kruhu.

5. Náš dobrovoľník – tvorivá práca

Cieľ: Súhrn vedomostí skupiny o charakteristikách dobrovoľníkov, nimi vyznávaných hodnotách a dohadoch o nich.

Potreba prostriedkov: 5 bábik z prírodného materiálu, látky, ihla, niť, textílie, nožnice, gombíky, lepidlo

Časová náročnosť: 100 minút

Opis úlohy

Vytvorí sa 5 skupín. Každá z nich stvorí svojho dobrovoľníka, oblečie ho, vyfarbí, pomenuje a charakterizuje jeho črty a vlastnosti. Ťažiskové otázky: Ako sa volá? Aké sú jeho koničky? Aký je to človek? Jeho vzdelanie? Motivácia?

Po skupinovej aktivite predstaví každá skupina svojho dobrovoľníka – rozprava o dobrovoľníctve. Dôležité základné definície v interaktívnej forme – história dobrovoľníctva, typy (vedomostné, sociálne), výhody a nevýhody – práca zadarmo alebo výhoda na pracovnom trhu – uvedomovanie si skúseností.

6. Situačná hra – na spôsob Partičky

Cieľ: Cieľom úlohy je úspešné riešenie problémov a zostavenie rôznych stratégií, resp. zvýraznenie dôležitosti neverbálnej komunikácie.

Potreba prostriedkov: Situačné kartičky, papier, písacie potreby.

Časová náročnosť: 90 minút

Opis úlohy



V každom kole bude niekto mentor, niekto iný si vytiahne situačnú kartu s jednou rolou a jedným problémom. Problémy treba dať mentorovi na vedomie bez reči, môže si pomáhať len rôznymi neverbálnymi prostriedkami. Mentor môže rozprávať a musí reagovať na situáciu. Každú situáciu nasleduje diskusia o tom, nakoľko bolo náročné dosiahnuť cieľ len pomocou neverbálnych prostriedkov, ako aj o tom, ako reagoval mentor a aká by bola správna reakcia. Príklady: vznikol požiar, vybila sa mi batéria v telefóne, vedúci skupiny ma neberie za človeka, je opitý a nevie, kde sa treba načekať, genderová situácia, niekomu príde zle...

7. Predstavovanie sa pomocou toaletného papiera

Cieľ: Cieľom úlohy je lepšie vzájomné spoznávanie sa členov skupiny.

Potreba prostriedkov: kotúč toaletného papiera

Časová náročnosť: 20 minút

Opis úlohy

V prvom kole je úlohou každého zvinúť z kotúča toľko toaletného papiera, koľko bude potrebovať na festivale Sziget. V druhom kole každý o sebe povie toľko informácií, koľko útržkov papiera zvinul.

Mentor ako vodca

1. „Hovorí Šimon“ – nácvik vodcovskej role

Cieľ: Konfrontácia členov skupiny so zodpovednosťou, ktorú vodcovská rola prináša, resp. uvedenie si dôležitosti príkladného správania.

Potreba prostriedkov: nie je

Časová náročnosť: 15 minút

Opis úlohy

Pokyn: každý musí sledovať tvoje pokyny.

Sú to jednoduché výzvy typu: „Zdvihnite ruky!“, ktoré však musíš nielen povedať, ale zároveň ich aj sám poslúchnuť. Po niekoľkých kolách začni robiť opak toho, na čo vyzývaš! Napr. „Dotkni sa nosa!“, ale sám sa dotkni ucha.

Ponaučenie z hry: Mnohí sledujú len to, čo robíš a svoje pohyby opakujú po tebe namiesto toho, aby poslúchali pokyny. „Činy sú niekedy hlasnejšie ako slová.“

2. Skupinový labyrint

Cieľ: Cez situáciu jedného z hráčov modelovať, koľkými rôznymi spôsobmi môže vodca/koordinátor/mentor pristúpiť k riadeniu svojich ľudí, ich motivovaniu, resp. k delegovaniu úloh. Prostredníctvom toho uvedenie si svojich vodcovských atribútov mentorov v skupine a tým podpora ich sebareflexie.

Pomôcky: Predmety nachádzajúce sa v sále (stoličky, stoly, perá, lopty, tréningové pomôcky atď.), šatka na zakrytie očí.

Časová náročnosť: 30-40 minút

Opis úlohy

V prvom kole postavíme v strede miestnosti labyrint zo všetkých predmetov, ktoré sa tam nachádzajú, a to chaotickým usporiadaním stoličiek a stolov, na ktoré položíme rôzne menšie alebo väčšie predmety, sčasti skryto, ale zároveň tak, aby k nim bol prístup. Čím je priestor pestrejší, vzrušujúcejší, tým lepšie. Členovia skupiny budú pracovať v dvojiciach, kde môžu nastať tieto variácie:

1. jeden z členov dvojice riadi z druhého z kraja labyrintu tak, že ten, čo sa pohybuje v ňom, má oči previazané šatkou
2. riadiaci člen dvojice stojí na kraji labyrintu a usmerňuje svojho druha tak, že nemôže hovoriť, len dávať pokyny rukami
3. riadiaci člen dvojice nemôže ani hovoriť, ani ukazovať rukami, usmerňuje svojho druha v labyrinte iba pohybom očí

Úlohou všetkých dvojíc je, aby riadiaci člen vopred vymyslel tri dobre definovateľné „akcie“, ktoré druhý člen môže vykonať a následne tieto akcie musia spoločne aj realizovať (napr. fľašu s vodou, stojacu na stoličke v jednom rohu miestnosti zdvihnúť a položiť ju pod neďaleký stôl.)

Podmienky pre dvojice môžeme upravovať napríklad takým spôsobom, že členovi v labyrinte dáme tiež inštrukcie (môže/nemôže hovoriť, môže sa len pýtať, tiež môže iba ukazovať atď.)

V následnej diskusii je vhodné preberať tieto témy:

- Aké gestá, aké spôsoby riadenia boli najviac motivačné z pohľadu člena v labyrinte?
- Čo podporilo účinnú obojstrannú komunikáciu medzi členmi dvojíc (tu je vhodné preberať napríklad to, či hráči so zviazanými očami využívali verbálnu komunikáciu, alebo následkom zviazania očí zostali automaticky ticho – a v súvislosti s tými sa zaoberať tým, že aj v reálnom živote niekedy nevyužívame komunikačné prostriedky, ktoré sice nie sú zakázané, len nám nenapadne, aby sme ich využívali)
- Aká je podobnosť nášho správania počas hry a počínania si v rôznych pracovných situáciách reálneho života?

3. Príprava obeda – role mentora a dobrovoľníkov

Cieľ: Prostredníctvom situácie modelovať, ako možno motivovať dobrovoľnícku skupinu. Prostredníctvom toho uvedenie si svojich vodcovských atribútov mentorov v skupine a tým podpora ich sebareflexie.

Potreba prostriedkov: Zemiaky, škrabky, novinový papier, rozpisy rolí

Časová náročnosť: 80 minút

Opis úlohy

Vytvoríme 2 skupiny a obe rozdelíme na dve polovice, budú v nich mentori a dobrovoľníci. Mentori dostanú na hárkoch úlohu: treba očistiť zemiaky na obed. Dobrovoľníci dostanú rôzne role: bude medzi nimi osoba zo zahraničia, ktorá nerozumie miestnej reči, bude tam slepý alebo osoba riadiaca sa zvláštnymi náboženskými predpismi. Úlohou mentorov je dosiahnuť, aby dobrovoľníci plnili úlohu. Cvičenie si vyžiada 40 minút, potom ho môžeme spolu prediskutovať: Ako treba zadať úlohu? Povýšenecký alebo pohrdavý atď...

Základy spolupráce

1. Nemé maľovanie vo dvojici - spolupráca

Cieľ: Rozvoj spolupráce v rámci skupiny.

Potreba prostriedkov: papier, štetce, farby

Časová náročnosť: 60 minút

Opis úlohy

30 minút aktivít, 30 minút diskusie, účinnosť vo dvojiciach, líderstvo, empatia. Skupinu rozdelíme do dvojíc: každá dvojica si sadne k papieru oproti sebe a obaja členovia si vyberú jednu z dostupných farieb. Dvojice pracujú na spoločnom výkrese, pričom sa menia po každom ťahu štetcom. Spoločný obraz musia stvoriť tak, že sa nemôžu rozprávať. Keď sú hotoví, spolu obraz nazvú. Spätná väzba: tipy, kto si akú farbu vybral, ako sa cítil.

2. Návrh papierovej veže

Cieľ: Osvojenie si time-managementu, rozvoj spolupráce členov skupín, uvedomenie si dôležitosť plánovania.

Potreba prostriedkov: novinový papier, lepiaca páska

Časová náročnosť: 60 minút

Opis úlohy

Účastníci sa rozdelia na družstvá s počtom členom 4-5, dostanú 3-3 kusy novinového alebo iného papiera, z ktorého za 15 minút musia postaviť čo najvyšší objekt bez toho, aby k tomu použili niečo iné (maximálne lepiacu pásku). Po uplynutí času si účastníci prezrú „veže“ ostatných. Potom prediskutujú, kto vežu vopred navrhol, kto sa nezmestil do limitu a čo by sa dalo urobiť nabudúce inak.

Ukončenie

1. Očakávania a obavy 2.0

Cieľ: Ukončenie tréningu, reflexia vykonanej práce

Potreba prostriedkov: nie je

Časová náročnosť: 60 minút

Opis úlohy

Pozrieme sa, aký je ideálny mentor. Prediskutujeme jeho vlastnosti. Kto sa v čom rozvíjal?

Očakávania spísané a vyložené v prvý deň porovnáme s tým, čo účastníci kurzu cítia teraz a čo v rámci neho získali. Účastníkov požiadame, aby sformulovali svoje pocity, pozitívne a negatívne kritiky, spojené s tréningom. Ktoré očakávania sa naplnili a ktoré nie? Čo si užívali? Čo bolo zlé? Čo im školenie dalo?

2. Odkazovač na tanieri

Cieľ: Cieľom úlohy je poskytnúť možnosť na spätnú väzbu na prácu ostatných.

Potreba prostriedkov: papierové taniera, fixky

Časová náročnosť: 30 minút

Opis úlohy

Každý dostane na svoj chrbát papierový tanier. Účastníci chodia do kruhu a každý môže na tanier toho druhého napísať odkaz s reflektovaním spoločnej práce a výkonu na tréningu.

Znalosti špecifické pre podujatia

Ciel: Oboznámenie sa so špecifikami daného podujatia

Potreba prostriedkov: rôzna

Časová náročnosť: rôzna

Opis úlohy: rôzne

HelloMentor – volunteer coordinator training Curriculum Maďarsko

Pripravené v rámci programu "Interreg V-A Slovakia Hungary Cross Border Cooperation Programme" a projektu "Strengthening cross-border civil society through the development of a joint volunteer exchange system".



HELLOMENTOR ORG ★

Vypracovalo: Webkettő Műhely Bt.

www.skhu.eu / <https://hellomentor.org/>

'The content of this training plan does not necessarily represent the official position of the European Union.'