



KATALOG USPOSABLJANJ MREŽE MaMa

KAZALO VSEBINE

UVOD - USPOSABLJANJA MLADIM	1
Osnove mladinskega dela.....	2
Vrednotenje mladinskega dela	4
Evalvacija mladinskega dela	5
Projektni menedžment.....	6
Mednarodno mladinsko delo	8
Odnosi z javnostmi in komuniciranje	10
Medvrstniško informiranje mladih.....	12
Mladinski delavec kot mentor in inštruktor mladim glasbenikom	14
Vzgoja za državljanstvo in socialno vključevanje	16
Socialne veščine med mladimi	17
SOCIALNO VKLJUČEVANJE V MLADINSKIH CENTRIH.....	18
YOUTH WORKERS ACADEMY	20
DIGITALNO MLADINSKO DELO V MLADINSKIH CENTRIH.....	21
MOTIVACIJA ZA DELO IN IZOBRAŽEVANJE	24
MLADINSKI DELAVCI ZA DUŠEVNO ZDRAVJE MLADIH	25



UVOD - USPOSABLJANJA MLADIM

V sklopu projekta MLADIM smo razvili 10 tematskih modulov, vsak modul traja minimalno 8 ur, ki jih redno in kontinuirano izvajamo na Mreži MaMa za mlade in mladinske delavce v sklopu našega rednega programa.

Minimum udeležencev (mladih, ki aktivno iščejo zaposlitev) na usposabljanju je 6. Poleg mladih je usposabljanje, z namenom krepitve svojih znanj, namenjen tudi mladinskim delavcem iz bližnjih mladinskih centrov, članic Mreže MaMa.

KDO VODI USPOSABLJANJA?

Usposabljanja vodijo trenerji, mladinski delavci, strokovni sodelavci Mreže MaMa ter drugi specializirani zunanji sodelavci s posameznih področij. V usposabljanja pa želimo kot pomočnike le-teh aktivno vključiti tudi mladinske delavce iz mladinskih centrov.

Osnovni nabor tem usposabljanj v okviru projekta MLADIM izvira iz potreb, ki jih je Mreža MaMa kot izzive zaznala na skrbniških sestankih s članicami.

Osnove mladinskega dela

Usposabljanje Osnove mladinskega dela je enodnevno usposabljanje, namenjeno mladinskim delavcem na začetku svoje profesionalne poti, javnim delavcem, mladim prostovoljcem iz mladinskih centrov, brezposelnim in tistim, ki jim koncept mladinskega dela, mladinske politike in mladinskega sektorja ni poznan, pa si ga želijo spoznati.

Udeleženci usposabljanja bodo spoznali sledeče štiri tematske sklope:

- Mladinsko delo (spoznali bodo neformalno učenje, spremljanje učnih učinkov, organizacijsko strukturo mladinskega sektorja in vlogo Mreže MaMa).
- Mladost (kjer bodo spoznali potrebe današnje mladine in kratko zgodovino mladinskega dela).
- Mladinski delavec (kjer bodo spoznali kvalitete mladinskega delavca).
- Mladinska politika (soočili so bodo s tem, kaj je mladinska politika in kaj strukturirani dialog).

Usposabljanje je zasnovano tako, da ponuja nekaj teoretičnih izhodišč in praktične vaje, ki bodo podprle teoretične osnove ter ponudile prostor za refleksijo.

Usposabljanje ponuja celovit pregled mladinskega sektorja v Sloveniji in omogoča razumevanje položaja mladinskega centra v lokalnem, nacionalnem in evropskem kontekstu.

Zahtevnostna stopnja: usposabljanje je primerno za začetnike v mladinskem delu ter tiste, ki želijo osvežiti metode mladinskega dela.

Program usposabljanja

TRAJANJE	AKTIVNOST
30 min	Uvodno spoznavanje
10 min	Pričakovanja
15 min	Igra: Twitt ME
5 min	Igra: Name Race
120 min	Mladinsko delo
10 min	Pojasnilo, kaj je mladinsko delo in razlike med različnimi oblikami učenja
110 min	Vaja: Mladinsko delo
20 min	Učinki mladinskega dela
20 min	Vaja: Deep Impact
130 min	Mladina
60 min	Vaja: Teater mladine
70 min	Predstavim, kaj je mladina
30 min	Kosilo

15 min	Igra
15 min	Igra: Jump in – Jump out
135 min	Mladinski delavec
15 min	Razmislimo o aktivnostih mladinskega delavca
25 min	Vaja: Kdo sem jaz
15 min	Vaja: Katalog veščin
10 min	Vaja: Vodenje
70 min	Vaja: Talent show
90 min	Mladinska politika
30 min	Vaja: Mladinsko polje
15 min	Predstavim jim različne pristope za pripravo mladinske politike
30 min	Vaja: Politična igra
15 min	Vaja: Črno in rdeče
30 min	Evalvacija

Vrednotenje mladinskega dela

Vrednotenje mladinskega dela je usposabljanje, namenjeno izkušenim mladinskim delavcem, ki želijo spoznati, kako meriti učinek mladinskega dela na posameznikih in organizaciji.

Udeleženci usposabljanja bodo spoznali:

- Katere kazalnike uspešnosti je smiselno spremljati na projektih in katere na programih.
- Kako kazalnike uspešnosti ustrezno interpretirati.
- Kako uporabiti statistike drugih organizacij.

Usposabljanje je zasnovano tako, da ponuja nekaj teoretičnih izhodišč in praktične vaje, ki bodo podprle teoretične osnove ter ponudile prostor za refleksijo. Program usposabljanja ima tri module in sledi ideji teorija, praksa in refleksija, zato bo najprej organiziran dvodnevni program, kjer se bomo osredotočili na teoretske osnove in pripravo osebnega načrta. Sledilo bo obdobje prenosa teorije in načrtov v lastno organizacijo, zaključili pa bomo s srečanjem, kjer pregledamo realizacijo praktičnega dela.

Usposabljanje ponuja osnove spremljanja učinkov mladinskega dela in omogoča nadgradnjo spremljanja kvalitete.

Zahtevnostna stopnja: izkušeni mladinski delavci.

Evalvacija mladinskega dela

Skupinska supervizija za mladinske delavce je sistematičen in kontinuiran proces, ki traja določeno obdobje. Namenjena je razbremenitvi mladinskih delavcev, ki se zaradi preobremenjenosti z delom soočajo z izgorevanjem, kar pa posledično vodi v pomanjkanje motivacije, pripadnosti in predanosti delu.

V sklopu projekta se bo ta proces izvajal od med januarjem 2017 ter junijem 2018. Na posamezni lokaciji bodo v proces vključeni mladinski delavci ter prostovoljci, ki so aktivni v lokalnem ter okoliških mladinskih centrih.

Skupinska supervizija za mladinske delavce zajema naslednje funkcije:

- Edukativno funkcijo, ki mladinskemu delavcu pomaga ohranjati in razvijati profesionalne in osebnostne potenciale.
- Podporno funkcijo, ki mladinskemu delavcu nudi pomoč pri soočanju in premagovanju stresa, ki izvira iz poklica.
- Menedžersko funkcijo, ki mladinskemu delavcu zagotavlja kontrolo kvalitete in standardov pri delu z ljudmi.

Skupinska supervizija se prilagaja individualnim potrebam in željam posamezne skupine. Preko pogovora in izkustvenih vaj v manjši skupini imajo mladinski delavci priložnost, da pridejo do lastnih rešitev v zvezi s problemi, ki se jim porajajo pri delu, prav tako pa se jim omogoči učinkovito soočenje s stresnimi situacijami. Mladinske delavce opremlja s tehnikami in z veščinami, ki jim pomagajo integrirati praktične izkušnje, poglobiti in razširiti znanje in se povezati z drugimi strokovnjaki.

Skupinska supervizija za mladinske delavce izboljša občutek pripadnosti, pomembnosti lastnega dela, motivacijo za delo ter kvalitetnejše medosebne odnose, kar izboljšuje produktivnost, kakovost in strokovnost mladinskega dela.

Skupinska supervizija je namenjena zaposlenim mladinskim delavcem, mladinskim delavcem prostovoljcem in mladim brezposelnim, ki kažejo zanimanje po vključitvi v mladinsko delo. V posamezno skupino bo vključenih od šest do osem mladinskih delavcev.

Skupine se bodo srečevale na mesečni ravni, vsako srečanje bo trajalo 3-4 ure. Skupno bo z vsako skupino izvedenih vsaj 12 srečanj.

Projektni menedžment

Usposabljanje bo potekalo kot enodnevno srečanje mladinskih delavcev, ki vključuje individualno delo pred srečanjem ter izvedbo projekta s spremljanjem na daljavo po srečanju. Usposabljanje je namenjeno prostovoljcem ali zaposlenim - mladinskim delavcem, ki bi si želeli spoznati projektno vodenje vse od osnovne ideje, načrtovanja, komunikacije, implementacije, do končne evalvacije in poročila o projektu.

Na usposabljanju se bodo udeleženci seznanili s/z:

- iskanjem in oblikovanjem projekte ideje,
- fazami načrtovanja, vodenja, organizacije in preverjanjem projekta,
- komunikacijo skozi projekt in razširjanjem rezultatov,
- osnovami timskega dela in razporejanjem nalog v timu,
- pridobivanjem finančnih sredstev,
- določevanjem ključnih ciljnih skupin,
- motivacijo mladih za prostovoljno delo,
- evalvacijo projekta in kako naslednjič postati še boljši.

Usposabljanje je namenjeno začetnikom v mladinskem delu in vsem, ki bi radi bolje spoznali projektno načrtovanje in izpeljavo projektov v mladinskem sektorju. Potekalo bo v sproščenem vzdušju po metodah neformalnega izobraževanja in bo temeljilo na izmenjavi praks in delu na konkretnih primerih.

Zahtevnostna stopnja: mladinski delavci in prostovoljci, ki so se v mladinskem delu že preizkusili in želijo nadgraditi kakovost izvajanja projektov.

Program usposabljanja

TRAJANJE	AKTIVNOST
30 min	Spoznavanje, uvod v usposabljanje
30 min	Uvod v projektno vodenje
30 min	Učenje v mladinskem delu
<i>30 min</i>	<i>Odmor in malica</i>
150 min	Koraki projektnega načrtovanja - Vrednote, vizija, poslanstvo, - Ciljna skupina, - SWOT - Namen in cilji projekta - Metodologija
<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
35 min	Upravljanje z viri

55 min	Timske vloge
20 min	Stili komuniciranja
<i>30 min</i>	<i>Odmor in malica</i>
40 min	Načrtovanje aktivnosti
50 min	Finance
30 min	Evalvacija

Usposabljanje bo potekalo kot enodnevno intenzivno srečanje. Usposabljanje je namenjeno prostovoljcem ali zaposlenim - mladinskim delavcem, ki bi želeli spoznati program Erasmus+: Mladi v akciji in se usposobiti za pripravo kvalitetnih mednarodnih projektov. Na usposabljanju boste spoznali osnove programa Erasmus+: Mladi v akciji ter s pomočjo trenerk korakali od osnovne ideje mednarodnega projekta preko načrtovanja, komunikacije, implementacije, do končne evalvacije in poročila o projektu.

Udeleženci se bodo seznanili s/z:

- programom Erasmus+: Mladi v akciji ter drugimi programi, ki mlade spodbujajo k mednarodni mobilnosti,
- možnostmi vključitve mladinskega centra in mladih v program Erasmus+: Mladi v akciji,
- oblikovanjem kvalitetnega mednarodnega partnerstva,
- prijavno dokumentacijo programa Erasmus+: Mladi v akciji,
- kriteriji kakovosti programa Erasmus+: Mladi v akciji,
- iskanjem in oblikovanjem projekte ideje,
- fazami načrtovanja, vodenja, organizacije in preverjanjem projekta,
- komunikacijo skozi projekt in razširjanjem rezultatov (DEOR),
- evalvacijo projekta in kako naslednjič postati še boljši.

Usposabljanje je namenjeno tako začetnikom v mednarodnem mladinskem delu in kot tudi vsem, ki bi radi bolj podrobno spoznali načrtovanje mednarodnih projektov, program Erasmus+: Mladi v akciji in izpeljavo mednarodnih mladinskih projektov. Potekalo bo v sproščenem vzdušju po metodah neformalnega izobraževanja in bo temeljilo na predstavitvi možnosti programa Erasmus+: Mladi v akciji za mladinske centre, poglobljeni predstavitvi prijavne dokumentacije in delu na konkretnih primerih. Po usposabljanju bodo udeleženci s strani izvajalcev vodeni in mentorirani skozi postopek prijave lastnega mednarodnega projekta.

Zahtevnostna stopnja: usposabljanje je namenjeno mladinskim delavcem in prostovoljcem, ki imajo z mladinskim delom že izkušnje in bi želeli svoje delo nadgraditi tudi na mednarodni ravni.

Program usposabljanja

TRAJANJE	AKTIVNOST
15 min	Uvodna predstavitev udeležencev
105 min	Erasmus+: Mladi v akciji in umestitev mladinskih centrov v program
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
90 min	Faze načrtovanja projekta

<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
120 min	Mala šola prijavne dokumentacije
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
60 min	Diseminacija rezultatov projekta
30 min	Evalvacija

Odnosi z javnostmi in komuniciranje

Kako določiti kdo so naše ciljne javnosti in kdo so naši deležniki ter kako snovati komunikacijsko kampanjo, da bomo pokazali kaj delamo in zakaj ter kako postati viden, je glavno vodilo usposabljanja Odnosi z javnostmi in komuniciranje.

Vendar zgoraj zapisano ni vse. To predstavlja uvod v interaktivno usposabljanje z mnogimi primeri dobrih praks, saj je **naša misija, da se medsebojno učimo, si izmenjujemo izkušnje, gojimo moč vsakega posameznika ter sproščamo svojo ustvarjalnost in razvijamo naše naravne prednosti in talente.**

Vsak v sebi nosi potencial, da postane to kar si želi, vabljeni, da se nam pridružite pri osvajanju komunikacijskih veščin, s katerimi bomo skupaj pripomogli k večji prepoznavnosti nas samih in našega dela, osebnega poslanstva.

Skupaj bomo na enodnevnem usposabljanju osvojili komunikacijske izzive. Udeleženci bodo pred izvedbo usposabljanja prejeli pripravljalne naloge, po usposabljanju pa domačo nalogo. Ta bo kasneje pregledana in vrnjena s komentarji in predlogi s strani trenerja.

Udeleženci usposabljanja bodo vodeni skozi sledeče tematske sklope:

- Kako določiti ciljne skupine in deležnike (spoznali boste razliko med ciljnimi skupinami in deležniki ter kaj je njihova vloga ter katere so njihove lastnosti).
- Opredelitev in priprava komunikacijskih ciljev projekta in organizacije (kako določiti merljive komunikacijske cilje in zakaj).
- Komunikacijska orodja (katera so sodobna komunikacijska orodja in kako ter kdaj jih uporabiti).
- Spoznavanje s komunikacijo z mediji ter kako nastopiti v javnosti (spoznali se boste z osnovnim veščinami nastopanja).
- Oblikovanje komunikacijskega načrta za projekt ali aktivnost (kako pripravimo komunikacijski načrt in zakaj).
- Priprava in objavljane besedil (Kako napisati dobro novico in sporočilo za javnost in zakaj je slog pisanja drugačen za družbena omrežja kot spletno stran ter kdaj uporabiti foto ali video?).
- Priprava konkretnega komunikacijskega načrta projekta, organizacije ali aktivnosti ter razprava o njem.
- Izpolnitev delovnega zvezka za načrtovanje komunikacijske kampanje.

Usposabljanje je zasnovano tako, da ponuja nekaj teoretičnih izhodišč in praktične vaje v skupinah in individualno. Vse vaje bodo podprle teoretične osnove ter ponudile prostor za refleksijo. Ponuja pregled osnov in nadgradnje komuniciranja in osvajanje veščin odnosov z različnimi javnostmi in oblikovanje komunikacijskih kampanj.

Zahtevnostna stopnja: usposabljanje je primerno za začetnike in za izkušene mladinske delavce, saj bodo udeleženci pred usposabljanjem prejeli vprašalnik za izpolnitev.

Program usposabljanja

TRAJANJE	AKTIVNOST
30 min	Kdo je kdo? (<i>kratka predstavitev obeh izvajalcev usposabljanja</i>) + 5 min predstavitev delovnega zvezka + predstavitev projekta MLADIM + predstavitev programa/delovnega dne, udeležencev
20 min	Predstavitev izbranih projektov (4 stavki)
30 min	Teorija: pomembnost izostritve cilja, pomembnost in struktura jasnih komunikacijskih ciljev
30 min	Praksa: Definiranje komunikacijskih ciljev, projekt + cilji
20 min	Teorija: ciljne skupine in deležniki; organizacija, razporeditve deležnikov
30 min	Praksa: Definiranje komunikacijskih ciljev in ključnih sporočil za izbran projekt; na poti do cilja
15 min	<i>Odmor</i>
30 min	Teorija: komunikacijska orodja
30 min	Praksa: definiranje vseh komunikacijskih orodji, za javnost, za deležnike, zase...+ časovnica objav za javnost, časovnica uporabe orodji med deležniki, ipd.
40 min	Teorija: Sestava sporočila za javnost: kaj, kdo, zakaj, kako; način + oblika, NOVINARSKA KONFERENCA
30 min	Praksa: Sestava sporočila za javnost za izbran projekt
<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
30 min	Teorija: O diseminaciji rezultatov in posredovanju informacij po zaključku projekta
15 min	Vprašanja udeležencev in odgovori izvajalcev + predstavitev pridobljenega znanja + poziv k uporabi delovnega zvezka

Medvrstniško informiranje mladih

Mladi imajo veliko priložnosti za participacijo in izvajanje različnih projektov v praksi na vseh ravneh: lokalni, nacionalni in mednarodni ravni. Prav tako imajo možnosti, da sodelujejo pri oblikovanju in posredovanju informacij do svojih sovrstnikov.

Ker je sodelovanje in vključevanje mladih v procese mladinskega dela in mladinske centre eno izmed glavnih načel mladinskega dela, bomo za bodoče mladinske delavce organizirali usposabljanje medvrstniškega informiranja in sicer kako definirati in oblikovati potrebe ter kako poiskati informacije o potrebah in načinih življenja mladih. Pri tem je lahko tudi medvrstniško informiranje - "peer-to-peer" metodologija dobra izbira za povečanje participacije mladih in zbiranju informacij kako mladi živijo in kaj delajo.

Skupaj bomo na usposabljanju osvojili metode in načine ter informiranje za mlade. Usposabljanje bo potekalo v kombinaciji teorije in prakse.

Udeleženci usposabljanja bodo osvojili naslednje veščine medvrstniškega informiranja:

- Definiranje potreb po informiranju (katere informacije mladi potrebujejo – *Vprašali se bomo ZAKAJ?*)
- Priprava in posredovanje informacij (kako pripraviti in oblikovati informacijo, da bo informativna, jasna in razumljiva ter na kakšen način jo posredovati do mladih – *Odgovarjali bomo na KAKO?*)
- Vodenje in vrednotenje (evalviranje) posredovane informacije (ali je bila informacija učinkovito posredovana naprej in kakšen je odziv ter ali je bila komunikacijska pot pravilno izbrana)
- Ali je bil vzpostavljen vzajemen odnos med skupino (mladinskim delavcem in neorganizirano skupino)
- Priprava konkretnega načrta medvrstniškega informiranja in izpolnitev delovnega zvezka.
- Oblikovanje akcijske skupine za promocijo mobilne aplikacije med mladimi in ostalih relevantnih informacij, ki se bodo oblikovale na delavnici.

Usposabljanje je zasnovano tako, da ponuja teoretična izhodišča s strokovnjakom komunikatorjem in poznavalcem današnje mladine in praktične vaje v skupinah in individualno. Vse vaje bodo podprle teoretične osnove ter ponudile prostor za refleksijo. Usposabljanje ponuja vzpostavitev skupnega koncepta medvrstniškega informiranja v mladinskih centrih, zato je primerno za začetnike kot tudi že za izkušene mladinske delavce.

Vključeni v usposabljanje bodo po usposabljanju v lokalni skupnosti izvajali vlogo aktivnega informatorja po vnaprej zasnovanem urniku.

Zahtevnostna stopnja: usposabljanje je primerno za začetnike in za mladinske delavce iz mladinskih centrov.

Program usposabljanja

TRAJANJE	AKTIVNOST
5 min	Informiranje
15 min	Simulacija informiranja
10 min	Kaj je informiranje
5 min	Potreba po informiranju
20 min	Mladina danes
20 min	Mladi in informiranje
15 min	Alkemija informiranja
<i>15 min</i>	<i>Odmor</i>
60 min	5 komponent informacijske "pismenosti" in Big 6
60 min	Potreba po informiranju
<i>60 min</i>	<i>Odmor za kosilo</i>
30 min	Veščine medvrstniškega informiranja
30 min	Jaz kot informator
30 min	Predstavitev dobrih praks
15 min	Priprava akcijskega načrta
30 min	Analiza potreb mladih
30 min	Plan dela
15 min	Izbira metodologije
15 min	Priprava časovnice
15 min	Evalvacija

Mladinski delavec kot mentor in inštruktor mladim glasbenikom

Mladinski centri se pogosto srečujejo z mladimi, ki svoje kompetence krepijo na glasbenem in kulturnem področju, jim nudijo prostor za vaje ali pa pomagajo pri promociji. Aktualna potreba, ki se kaže v lokalnih okoljih je nezmožnost primerne spremljanja ter motiviranja mladih glasbenih skupin s strani mladinskih delavcev. S tem namenom bo v sklopu projekta MLADIM potekalo daljše spremljanje mladih bendov ter usposabljanje mladinskih delavcev na temo marketinga ter organizacije v delovanju mladih glasbenih skupin.

Usposabljanje se bo izvajalo kot cikel, ki se začne v osmih lokalnih skupnostih v januarju 2017 in zaključi v septembru 2018.

V usposabljanje bodo vključeni lokalni mladinski delavci, mlade glasbene skupine ter mladi aktivni na kulturnem področju.

Usposabljanje ter mentorstvo bodo nudili zunanji strokovni sodelavci, ki bodo vse vključene spremljali preko izvajanja usposabljanj na 3-mesečni ravni ter podajanjem navodil za vmesno delo na daljavo.

Mladinski delavci ter mlade glasbene skupine se bodo tekom usposabljanja seznanile s/z:

- Mentoriranje ter inštruiranje mladih na področju umetnosti in glasbe.
- Psihologija skupine ter skupinska dinamika.
- Marketing ter organizacija v delovanju glasbenih skupin.
- Promocija ter medijska podoba glasbene skupine (spletna platforma, družabna omrežja, fotografiranje, sodelovanje z radijskimi in televizijskimi postajami).
- Zastavljanje ciljev (ter preverjanje doseganja le teh) kot skupina.
- Izmenjava mnenj in izkušenj med posamezniki, vključenimi glasbenimi skupinami.
- Gostovanje glasbenih skupin med mladinskimi centri.

Glavni namen je omogočiti mladim glasbenim skupinam in posameznikom kreativno izražanje in njihovo predstavitev. Hkrati pa seveda druženje, socializacijske aktivnosti ter izboljšanje samopodobe in dvig samozavesti.

Zahtevnostna stopnja: mladinski delavci, ki že imajo nekaj izkušenj z mladinskim delom, opravljajo vlogo mentorja/inštruktorja in so aktivni v lokalnem okolju. Mlade glasbene skupine, ki izražajo motivacijo in potencial za nadaljnji razvoj.

Program usposabljanja:

TRAJANJE	AKTIVNOST
30 min	Uvod v program
45 min	Vrste dogodkov Organizacija dogodkov Vrste prizorišč
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
45 min	Glasbeni nastop Infrastruktura Vključeni v izvedbo
60 min	Sodelovanje z drugimi skupinami Ovrednotenje izvedbe Pogled v prihodnost
30 min	Evalvacija in zaključek

Vzgoja za državljanstvo in socialno vključevanje

Usposabljanje je namenjeno mladinskim delavcem, katerih motivacija je mlade spodbuditi k odgovornosti in sobivanju v družbi.

Udeleženci usposabljanja bodo spoznali različne modele državljanskega vključevanja in primere dobre prakse sodelovanja mladih pri soodločanju, naučili se bodo pripraviti lasten model civilne mladinske iniciative, naučili pa se bodo tudi, kako spodbujati mlade, da se bolj množično vključujejo v lokalno okolje, pa naj bo to preko političnega udejstvovanja, prostovoljstva ali drugih izražanj v javnem prostoru.

Usposabljanje je zasnovano tako, da ponuja nekaj teoretičnih izhodišč in praktične vaje, ki bodo podprle teoretične osnove ter ponudile prostor za refleksijo.

Zahtevnostna stopnja: izkušeni mladinski delavci.

Usposabljanje je namenjeno prepoznavanju, izogibanju in zavračanju negativnih vplivov, ki jih imajo na našo telesno samopodobo različni zunanji dejavniki (od vrstnikov, medijev, lepotne industrije in družbenih stereotipov). Skupaj se bomo spopadli s predsodki, ki načenjajo našo samozavest in nam vsiljujejo prepričanje, da takšni kot smo, preprosto nismo dovolj dobri.

V okviru enodnevne delavnice bomo skupaj iskali odgovore na vprašanja:

- Kaj je telesna samopodoba?
- Zakaj je pomembno, da se v svoji koži (telesu) počutimo dobro iz zadovoljno?
- Zakaj diete ne delujejo?
- O negativnem vplivu medijev in lepotne industrije na našo samozavest in samopodobo?
- Kaj je kompleks »čarobnega« ogledala?
- Kaj je zdrava skrb za telo?

Cilji usposabljanja so:

- Razviti kritičen odnos do medijsko vsiljenih nerealnih in nezdavih lepotnih idealov (prepoznati pasti).
- Izboljšati in utrditi pozitivno telesno samopodobo (spremeniti pogled).
- Dvigovati zavest o edinstvenosti, neponovljivosti in originalnosti slehernega posameznika (vzdrževati odnos s samim seboj).
- Ozavestiti razliko med zdravo skrbjo za telo in vitalnost ter obsedenostjo s telesnim videzom.

Metode dela vključene v usposabljanje so interaktivno seznanjanje s tematiko (spoznavanje pričevanj mladih/deljenje izkušenj/analiza različnih strokovnih in medijskih vsebin), delo v skupinah, metode neformalnega učenja (vzpodbujanje participativnosti in samoiniciativnosti udeležencev, izkustveno učenje), izdelava produktov (plakati/video posnetki/stripi,...), uporaba metode "Comfort Zone Crusher".

Zahtevnostna stopnja: delavnice so namenjene mladim za osebnosti razvoj ter kasnejšo uporabo metodologij v mladinskem delu.

Socialno vključevanje v mladinskih centrih

Ta tečaj usposabljanja je primer dobre prakse, ki je povezala različne deležnike, ki so odgovorili na izzive s področja socialnega vključevanja. Med tečajem usposabljanja smo razvili pilotno usposabljanje za dejavnosti socialnega vključevanja na nacionalni ravni.

Tečaj usposabljanja Socialno vključevanje v mladinskih centrih je bil tečaj usposabljanja za mladinske delavce, katerega namen je bil razvoj rednih programskih vsebin, ki bi jih lahko uporabljali v svojih lokalnih mladinskih centrih. Različne dejavnosti tečaja usposabljanja, ki so obravnavale različne poglede na socialno vključevanje, so mladinskim delavcem pomagale dokončati programe svojih mladinskih centrov. Tečaja usposabljanja se je udeležilo 20 udeležencev iz različnih mladinskih organizacij iz Latvije, Estonije in Slovenije.

Usposabljanje je bilo zasnovano kot osemdnevni tečaj in sestavljeno iz različnih tematskih delavnic ter predstavitev s poudarkom na **teoretičnih in praktičnih vidikih socialnega vključevanja**. Predavatelji so predstavili teorijo socialnega vključevanja in nekaj primerov dobre prakse (npr. metodo transakcijske analize), ki pomagajo pri izvajanju socialne vključenosti v vsakdanjem življenju.

Usposabljanje je ponudilo tudi delavniške izkušnje, s katerimi so mladinski delavci pridobili nekatera praktična orodja, ki so jim pomagala ustvariti lastni »vključujoči« program. Spoznali so različne metode, usmerjene v družbene spremembe, na primer »sociodramo« in metodo »Gledališča zatiranih«.

Velik del usposabljanja je bil namenjen spoznavanju dobrih praks s področja socialnega vključevanja, ki se v Sloveniji že izvajajo. Obiskali smo nekatere organizacije, ki so primer prakse socialnega vključevanja v Sloveniji, s poudarkom na delu z različnimi skupinami mladih (deprivilegirani mladostniki, mladi, ki so opustili šolanje, zloraba drog, LGBTQ+, medkulturnost itd.).

V duhu socialne vključenosti so se udeleženci udeležili tudi medkulturnega večera. Vsaka partnerica je skozi zanimive igre in kvize predstavila svojo kulturo, zgodovino, kulinariko itd. Poleg tega je vsaka partnerica predstavila dobro prakso na področju socialne vključenosti iz svoje države. Eden glavnih ciljev usposabljanja je bil tudi priprava nacionalnih pilotnih projektov, ki se bodo izvajali v vsaki partnerski organizaciji.

Cilji in učni izidi

1. Usposobiti mlade in vodje mladinskih centrov, kako se spoprijeti z izzivi socialne izključenosti mladih v lokalni skupnosti.
2. Pridobiti teoretično in praktično znanje o socialni vključenosti, dobre prakse na področju socialne vključenosti v Sloveniji ter različne metode za delo s socialno izključeno mladino.

3. Opolnomočiti mladinske delavce, da iz programov socialnega vključevanja razvijejo vsebino njihovih mladinskih centrov.
4. Pripraviti nacionalne pilotne projekte, ki so pripravljeni za izvajanje v vsaki partnerski organizaciji.
5. Okrepiti vlogo mladinskih centrov na področju socialnega vključevanja in iz njih narediti kompetentne sogovornike drugim deležnikom.

Youth Workers Academy

Socialna izključenost in vključenost sta dandanes še posebej odmevni temi sodobne družbe. Dejavniki, ki mladim otežujejo vključevanje v družbo in njihovo aktivno participacijo so: socialne ovire, ekonomske ovire, invalidnost, učne težave, kulturne razlike, zdravstvene težave, geografske ovire. Posledica socialne izključenosti pri posamezniku je preprečeno polno sodelovanje v gospodarskem, družbenem in političnem življenju družbe, v kateri oseba živi. Socialna izključenost mladih tako lahko povzroča brezposelnost, invalidnost, negativen odnos okolice in posameznika do migracij, diskriminacijo, telesne in/ali duševne težave, zasvojenost, zlorabe, nasilje v družini ter predkaznovanost. Strategije EU za mlade 2010-2018 v svojih ciljih še posebej poudarja vlogo in potencial mladinskega dela in mladinskih centrov kot področja vključevanja. Mladinski centri se na navedene izzive hitro odzivajo z različnimi aktivnostmi, projekti.

Nekateri so pri tem uspešni s projektnimi aktivnostmi in sledijo Strategiji za vključevanje in različnost, drugi še iščejo ustrezne mehanizme, ki bi, glede na okolje in njegove specifičnosti ter glede na vrsto socialne izključenosti ali možnosti za njen nastanek, lahko na izziv uspešno odgovorili. Vključujoč kurikulum "Nič o nas brez nas"! Mreža MaMa je na podlagi zaznane potrebe po nadgradnji znanj ter aktivnem vključevanju mladih iz treh skupin mladih z manj priložnostmi (mladina iz ruralnih okolij, LGBT+ mladina, mladi s posebnimi potrebami (gluha in naglušna mladina)) v mladinsko delo, v sodelovanju s partnerskimi organizacijami iz Romunije, Hrvaške ter Turčije med 2016 in 2018 izvajala strateško partnerstvo poimenovano Youth workers academy.

SPLETNA VERZIJA: https://issuu.com/mrezamama/docs/nothing_about_us_publikacija

Digitalno mladinsko delo v mladinskih centrih

Na Mreži MaMa med 11. in 18. novembrom 2019 smo v Mladinskem centru Krško organizirali mednarodno usposabljanje v okviru projekta Pametno mladinsko delo v mladinskih centrih. Usposabljanje je bilo namenjeno vsem mladinskim delavcem, ki se želijo spoprijeti s izzivi digitalizacije v mladinskem delu ter vključiti digitalna orodja in metode v programe mladinskih centrov in v vsakodnevno delo z mladimi.

NAMEN USPOSABLJANJA: Izdelava metodologije za usposabljanje mladinskih delavcev za pametno mladinsko delo v Sloveniji, Nemčiji in Estoniji.

CILJ 1. - Izdelana metodologija za izvedbo pametnega mladinskega dela z mladimi v mladinskih centrih.

CILJ 2. – Usposobiti mladinske delavce za pametno mladinsko delo z mladimi v mladinskih centrih.

Na usposabljanju smo skozi metode neformalnega učenja in mladinskega dela naslavljali naslednje izzive, ki jih mladinski delavci srečujejo pri svojem vsakodnevnem delu z mladimi:

- Digitalno mladinsko delo
- Digitalna orodja
- Open badges
- Družbena omrežja (Youtube, Instagram, Twitter, Facebook)
- Video produkcija
- Erasmus+

Program usposabljanja:

TRAJANJE	AKTIVNOST – DAN 1
120 min	Uvod v trening (Scavenger hunt)
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
90 min	Moj lastni Scavenger hunt
<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
90 min	Zakaj se sploh truditi?
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
90 min	Kahoot - Mentimeter
<i>60 min</i>	<i>Večerja</i>

TRAJANJE	AKTIVNOST – DAN 2
30 min	Jutranja dinamika

90 min	Youtube, Instagram, FB in druga socialna omrežja
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
90 min	Uvod v video
<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
90 min	Video produkcija I.
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
90 min	Video produkcija II.
<i>60 min</i>	<i>Večerja</i>

TRAJANJE	AKTIVNOST – DAN 3
30 min	Jutranja dinamika
90 min	Komunikacija + tekmovanje
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
90 min	Canva
<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
90 min	Zlata preteklost
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
90 min	Open Badges
<i>60 min</i>	<i>Večerja</i>

TRAJANJE	AKTIVNOST – DAN 4
30 min	Jutranja dinamika
90 min	Kako in kam naprej
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
90 min	Hackaton I.
<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
14.30 – 16.00	Hackaton II.
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
16.30 – 18.00	Hackaton III.
<i>60 min</i>	<i>Večerja</i>

TRAJANJE	AKTIVNOST – DAN 5
30 min	Jutranja dinamika
90 min	Hackaton IV.
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
90 min	Hackaton V.
<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
90 min	Hackaton predstavitev
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
90 min	Evalvacija in zaključek treninga

Motivacija za delo in izobraževanje

Motivacija je energija, ki jo oddajamo in nas spodbuja za delo. Če smo motivirani lahko pokažemo navdušenje in zagon ter tako tudi več prispevamo zase in za organizacijo ali delodajalca. Z motivacijo je povezano oblikovanje lastnih ciljev, naša pričakovanja in povratne informacije tistih, s katerimi delamo ali želimo delati. Za dobro načrtovanje svoje kariere in prihodnosti pa je ključno osvajanje mehkih veščin.

Na usposabljanju motivacija za delo in izobraževanje boste spoznali, kako pomembne so mehke veščine (komuniciranje, timsko delo, prilagodljivost,...) za vašo kariero in predvsem kako delodajalci cenijo obvladovanje mehkih veščin, ki so pomembne za izboljšanje odnosov z ljudmi in ustvarjanje pozitivne energije v organizaciji ali podjetju.

Z metodami mladinskega dela, ki temelji na mehkih veščinah boste na usposabljanju osvojili prepoznavanje svojih veščin, oblikovanje ciljev in kaj je motivacija ter kako jo vzpodbuditi in krepiti. Osvojili boste ključne kompetence, ki gredo z roko v roki s potrebami delodajalcev ter nadgradili dosedanje svoje znanje, izkušnje, spretnosti in sposobnosti za uspešno in ustvarjalno delovanje v osebem, poklicnem in družbenem življenju.

Usposabljanje motivacija za delo in izobraževanje poteka 3 dni in temelji na teoretičnih izhodiščih, timskem in individualnem delu.

Stopnja zahtevnosti: za mlade, mladinske delavce začetnika ali izkušene mladinske delavce

Seznani se boste s/z:

- Obvladovanje mehkih veščin (soft skills)
- Motivacija
- Motivacija za izobraževanja
- Kako izbrati pravo delo/izobraževanje?

Program usposabljanja:

TRAJANJE	AKTIVNOST – DAN 1
30 min	Uvodno spoznavanje
90 min	Kaj so mehke veščine in katere so moje mehke veščine?
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
90 min	Ključne kompetence in veščine
<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
60 min	Prepoznavanje, obvladovanje in krepitev mehkih veščin
60 min	Individualno delo in evalvacija

TRAJANJE	AKTIVNOST – DAN 2
30 min	Jutranja dinamika Povzetek prejšnjega dne – kaj smo se naučili/osvojili?
90 min	Kaj je motivacija?
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
90 min	Kako spodbuditi motivacijo v sebi in osvojiti dodatne kompetence?
<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
60 min	Motivacija za izobraževanje in delo
60 min	Individualno delo in evalvacija

TRAJANJE	AKTIVNOST – DAN 3
30 min	Jutranja dinamika Povzetek prejšnjega dne – kaj smo se naučili/osvojili
90 min	Kako razvijati svoje kompetence in mehke veščine
<i>30 min</i>	<i>Odmor</i>
90 min	Kako izbrati pravo delo in izobraževanje
<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
60 min	Individualno delo
60 min	Evalvacija in zaključek

Mladinski delavci za duševno zdravje mladih

Mreža MaMa je v okviru projekta **Mladinski centri za duševno zdravje mladih**, ki je financiran s strani Evropske komisije v okviru programa Erasmus+ MLADI, oblikovala **nacionalni trening Mladinski delavci za duševno zdravje mladih**. Usposabljanje opredeljuje tri ključna področja, in sicer podpora mladinskim delavcem, socialna vključenost in spodbujanje kakovosti.

Namen usposabljanja je skozi izbrana prednostna področja mladinske delavce opremiti s **splošnimi znanji in veščinami za prepoznavanje mladih v duševni stiski** in jih dodatno **usposobiti ter opremiti z informacijami in znanji na področju nudenja prve psihosocialne pomoči mladim**.

Usposabljanje zajema naslednje teme:

- strokovni pogled v temo duševnih stisk med mladimi;
- izmenjava obstoječih praks in deljenje izkušenj med mladinskimi delavci ter
- spoznavanje s protokoli, ki so nastali v okviru mednarodnega treninga Duševno zdravje mladih, v okviru projekta Mladinski centri za duševno zdravje mladih.

Stopnja zahtevnosti: Usposabljanje je primerno za izkušene mladinske delavce ali tiste na začetku svoje kariere poti, ki želijo pridobiti novo oz. nadgraditi obstoječe znanje s področja duševnega zdravja mladih.

Program usposabljanja:

TRAJANJE	AKTVNOST – DAN 1
30 min	Uvod (uvod v trening, predstavitev namena, ciljev, tehnične podrobnosti)
60 min	Spoznavanje udeležencev; pričakovanja
<i>15 min</i>	<i>Odmor</i>
75 min	Študij primera – izkušnje in izzivi organizacij in mladinskih delavcev na področju duševnega zdravja mladih
<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
90 min	Pregled raziskav, izsledkov mednarodnega treninga Duševno zdravje mladih
<i>15 min</i>	<i>Odmor</i>
75 min	Študij primera – mladinska izmenjava, evropski prostovoljci
30 min	Refleksija dneva
<i>60 min</i>	<i>Večerja</i>

TRAJANJE	AKTIVNOST – DAN 2
----------	-------------------

90 min	Duševno zdravje in samopodoba mladih – kaj in na kak način lahko mladinski delavci nagovorimo
<i>15 min</i>	<i>Odmor</i>
75 min	Prehranske motnje, motnje pozornosti
<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
90 min	Samopoškodovanje, anksioznost
<i>15 min</i>	<i>Odmor</i>
75 min	Študij primera – krog zaupanja
30 min	Refleksija dneva
<i>60 min</i>	<i>Večerja</i>

TRAJANJE	AKTIVNOST – DAN 3
90 min	Spoznavanje s protokoli ravnanja ob stiskah mladih
<i>15 min</i>	<i>Odmor</i>
75 min	Študija primerov
<i>60 min</i>	<i>Kosilo</i>
90 min	Odprta vprašanja, evalvacija srečanja