

Iceland 
Liechtenstein
Norway grants

Modułowy program szkoleniowy

Projekt: Motywuj. Wspieraj. Wzmacniaj.
Program szkoleniowy dla wolontariuszy
pracujących z dziećmi



FUNDACJA VERUM



Niniejszy program szkoleniowy dla wolontariuszy organizacji pozarządowych pracujących z dziećmi stanowi zasadniczą część projektu „Motywuj. Wspieraj. Wzmacniaj” powstałego we współpracy firmy COEDRO Coaching Edukacja Rozwój oraz organizacji pozarządowych: Fundacji VERUM z Polski oraz Change the World z Norwegii.

Wiele polskich organizacji pozarządowych nie dysponuje profesjonalnym programem szkoleniowym wspierania i wzmacniania wolontariuszy. Ci zaś pracując z trudnymi tematami, z podopiecznymi zagrożonymi wykluczeniem (dziećmi chorymi, mającymi kłopoty w szkole, żyjącymi w trudnych warunkach czy też po traumatycznych doświadczeniach) sami narażeni są na wypalenie, stres czy spadek motywacji.

Dla organizacji pozarządowych wyzwaniem stanowi nie tylko pozyskanie oddanych wolontariuszy, ale również motywowanie, wspieranie i wzmacnianie ich, co znacząco wpływa na poziom zaangażowania oraz satysfakcji ze współpracy z NGO. Z raportu „Kondycja organizacji pozarządowych 2018” przeprowadzonego ze środków Fundacji im. Stefana Batorego oraz Polsko - Amerykańskiej Fundacji Wolności wynika, że 53% organizacji odczuwa brak osób gotowych do bezinteresownego angażowania się w działania organizacji, 37% organizacji trudno utrzymać personel i wolontariuszy, a 36% ma problem ze zmęczeniem i wypaleniem wśród kadry¹.

Odsetek wolontariuszy, którzy rezygnują z pracy na rzecz organizacji pozarządowych zajmujących się dziećmi jest bardzo duży. Najczęstszą wskazywaną przyczyną jest zbyt duże obciążenie psychiczne, przekładające się na obniżone samopoczucie a nawet stany depresyjne. Początkowy entuzjazm do niesienia pomocy wobec braku programów szkolenia i wzmacniania osób bezpośrednio pracujących z krzywdzonymi dziećmi często szybko się ulatnia.

Inaczej w tym zakresie przedstawia się sytuacja w Norwegii, gdzie znaczna część organizacji tworzy własne programy szkoleniowe, obejmujące motywowanie, wspieranie i zapobieganie wypaleniu. Doświadczenia norweskich NGO przedstawione w Best Practices Report stanowiły inspirację dla powstałego kompleksowego programu szkoleniowego, dedykowanego wolontariuszom polskich organizacji pozarządowych.

W momencie pisania tego wstępu jeszcze trwa światowa pandemia COVID-19, która nie oszczędziła organizacji pozarządowych. Na dotychczasowe problemy nałożyły się skutki trwającego od ponad roku stanu zagrożenia epidemicznego i wynikających z niego ograniczeń. Opracowanie Stowarzyszenia Klon/Jawor „Rok w pandemii. Raport z badań organizacji pozarządowych 2020/2021”², opublikowane na portalu ngo.pl pokazuje, że aż w 36% organizacji ubyło wolontariuszy. Ponowne przyciągnięcie zaangażowanych osób, a potem ich utrzymanie stanie się jeszcze poważniejszym wyzwaniem, zważywszy na fakt, że lockdown i wielomiesięczne restrykcje redukujące kontakty społeczne już odcisnęły swoje piętno na kondycji psychofizycznej ludzi. Ponadto, jak zauważają komentatorzy

¹ Źródło: <https://fakty.ngo.pl/raporty/kondycja--organizacji--pozarzadowych--2018>

² Źródło: <https://fakty.ngo.pl/raporty/rok-w-pandemii-2020-2021>

wspomnianego raportu, wiele organizacji będzie musiało nauczyć się innego podejścia, większej elastyczności, również profesjonalnego zarządzania kompetencjami.

Mamy zatem ogromną nadzieję, że Program, który oddajemy w ręce edukatorów (trenerów, coachów, mentorów, koordynatorów, liderów) wychodzi naprzeciw oczekiwaniom organizacji pozarządowych oraz nowym wyzwaniom przed jakimi stoją.

IDEA



Koncepcja projektu jest wynikiem zetknięcia się ze zjawiskiem wypalenia zawodowego, stresu, spadku motywacji a nawet tzw. syndromu wtórnej traumatyzacji wolontariuszy ngo na skutek zderzenia się z trudnymi historiami podopiecznych. Doświadczenia te są znane zarówno coachom i trenerom prowadzącym procesy szkoleniowo – rozwojowe jak i samym organizacjom pozarządowym.

Deficyt kompleksowych, profesjonalnych programów szkoleniowych dostępnych dla NGOs, uwzględniających ich specyfikę oraz potrzeby często blokuje zastosowanie różnych metod wsparcia i motywacji wolontariuszy. Ideą tego programu jest dostarczenie organizacjom pozarządowym zajmującym się dziećmi materiału edukacyjnego o szerokim spectrum zastosowania, nawet przez trenerów z mniejszym doświadczeniem. Program „Motywuj. Wspieraj. Wzmacniaj” jest tak skonstruowany, aby mógł zostać „skrojony na miarę” potrzeb danej organizacji i jej wolontariuszy, koncentrując się na takim wzmacnianiu wolontariuszy, jaki w istotny sposób przekłada się na jakość współpracy oraz dobrostan podopiecznych. Dostarcza metody i narzędzia do pracy indywidualnej, pracy z grupą, bogaty zestaw ćwiczeń i warsztatów, a także zadania do samodzielnego wykonania oraz osobistej refleksji.

Wolontariat, w którym zadbano o dwustronny przepływ energii (od wolontariuszy do organizacji pozarządowych oraz ich podopiecznych i z powrotem do wolontariuszy) jest szczególnym rodzajem wymiany, na czym korzystają organizacje i wolontariusze. Zwłaszcza jeśli w zamian za długookresowe zaangażowanie otrzymują wsparcie w indywidualnym rozwoju, którego efektem jest wzrost samoświadomości, umiejętność radzenia sobie w sytuacjach trudnych i stresowych, wzmocnienie odporności, większa elastyczność. Tym samym osoby zaangażowane w wolontariat poza cennym doświadczeniem zyskują umiejętności i kompetencje niezwykle przydatne w życiu zawodowym.

CO ZAWIERA PROGRAM

Program szkoleniowy dla wolontariuszy „Motywuj. Wspieraj. Wzmacniaj” pełni rolę:

- podręcznika, zawierającego kompendium wiedzy w obszarach takich jak wspieranie motywacji wewnętrznej, rozwijanie dobrej komunikacji, zarządzanie emocjami i stresem oraz radzenie sobie w trudnych sytuacjach, jak również wywieranie pozytywnego wpływu, budowanie odporności i dobrostanu;
- skryptu z propozycją narzędzi i ćwiczeń, które każda osoba występująca w roli trenera może wykorzystać w pracy indywidualnej, pracy z grupą, podczas szkoleń i warsztatów.

Wskazówki metodyczne, rekomendacje dotyczące trafnego rozpoznania potrzeb szkoleniowych konkretnej grupy wolontariuszy oraz zastosowania programu w praktyce szkoleniowej zawiera „Przewodnik dla trenerów/nauczycieli/koordynatorów”.

Program składa się z dwóch rozdziałów i sześciu modułów:

Rozdział 1 – Metody i narzędzia pracy indywidualnej;

Rozdział 2 – Metody i narzędzia pracy z grupą;

Moduły:

M1. Motywacja w pracy wolontariusza

M2. Inteligencja emocjonalna wolontariusza

M3. Skuteczna komunikacja w pracy wolontariusza

M4. Moc i charyzma wolontariusza

M5. Sytuacje trudne w pracy wolontariusza

M6. Dobrostan i odporność wolontariusza

Do każdego tematu przypisany jest zestaw rekomendowanych narzędzi i ćwiczeń.

Ćwiczenia w załącznikach do modułów mają podobną strukturę i składają się z części wprowadzającej, celu, porady dotyczące korzystania z ćwiczenia i ewentualnie sugerowanej lektury, a także źródło (autora/autorów bądź źródło inspiracji).

- Nazwa/tytuł
- Wprowadzenie
- Instrukcja dotycząca ćwiczenia
- Ewentualnie dodatkowe wskazówki
- Legenda przedstawiona za pomocą 4 ikon:



1. Pierwsza ikona wyświetla główną kategorię, do której należy ćwiczenie.



2. Druga ikona wskazuje rodzaj ćwiczenia; może to być:
- a. Ćwiczenie, opisujące czynności, które należy wykonać podczas pracy (samodzielnej bądź z grupą);
 - b. Ocena, jeśli ma na celu ocenę cechy bądź charakterystykę osoby;
 - c. Metafora, która posłuży do dalszej pracy (np. z trenerem, coachem).



3. Trzecia ikona podaje szacunkowy czas trwania całego ćwiczenia



4. Czwarta ikona opisuje grupę docelową dla tego ćwiczenia: czy jest to ćwiczenie do wykonania samodzielnie, w parach, z grupą, z coachem (mogą być wszystkie opcje dostępne).

DEFINICJE

MODUŁ

Jest to wyodrębniona jednostka dydaktyczna (oznaczany M), której treść merytoryczna odnosi się do zdefiniowanej luki (problemu). Problem może dotyczyć zarówno umiejętności jak i kompetencji w danym obszarze rozwojowym. Na każdy moduł składa się kilka sekcji tematycznych (sekcji modułowych).

Budowa modułu ma formę zbliżoną do puzzli, które można układać w odpowiedzi na konkretne potrzeby organizacji pozarządowej i jej wolontariuszy. Elastyczność tego programu pozwala trenerom kreatywnie wykorzystać jego części do projektowania własnych programów.

SEGMENT MODUŁOWY (OZNACZANY „S”)

Element pracy nad danym obszarem. Każdy segment stanowi odrębną jednostkę, która może być włączona do tworzenia nowego modułu. W niniejszym podręczniku propozycje sekcji wchodzących w skład każdego modułu należy traktować jako inspiracja, w żadnej mierze nie jest to katalog zamknięty.

SCHEMAT PROGRAMU - KORELACJE

Program składa się z dwóch zasadniczych części, które wzajemnie się uzupełniają, dając tym samym trenerom, koordynatorom (liderom) organizacji non-profit przestrzeń do projektowania szkoleń „na miarę”.

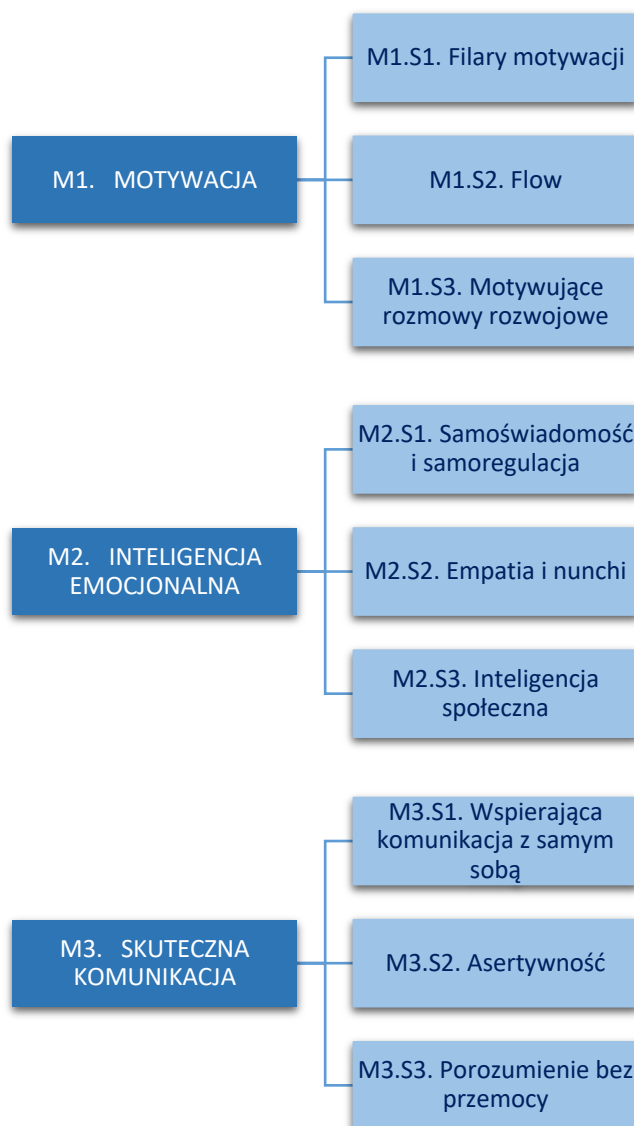
CZĘŚĆ I – NARZĘDZIA I METODY

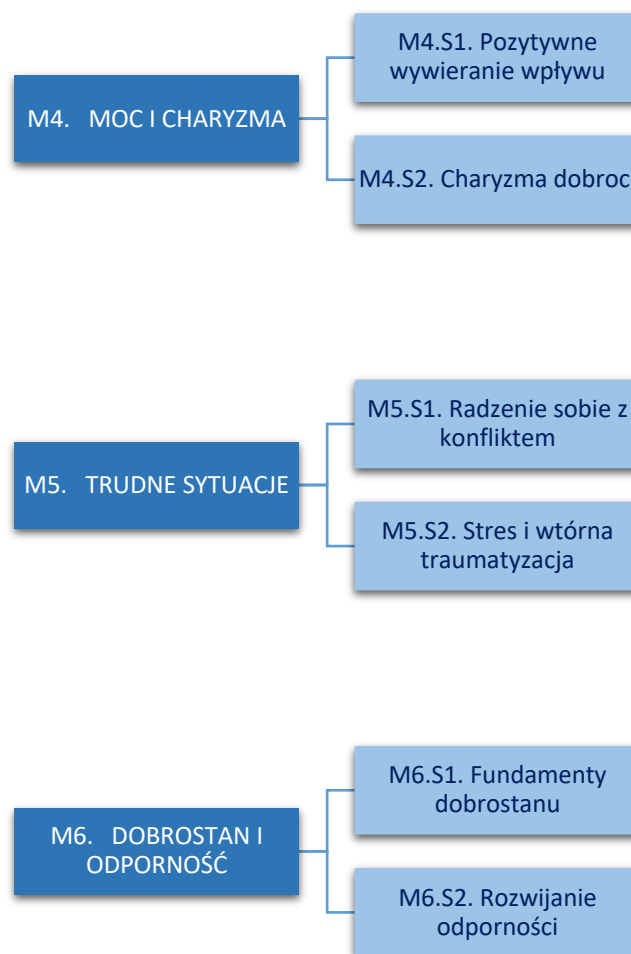
Program proponuje dwie podstawowe metody pracy z wolontariuszami – praca indywidualna oraz praca z grupą. Rekomendowane w cz. I techniki i narzędzia są propozycją do zastosowania w trakcie szkoleń, pracy w parach, indywidualnej sesji z coachem czy mentorem.

Metody i narzędzia pracy indywidualnej	Metody i narzędzia pracy z grupą
Coaching	Szkolenie
	Prezentacja
Mentoring	Case study
	Coaching grupowy
Model GROW	Open Space Technology
Perspektywa 4D	Dragon Dreaming
Pytania kartezyjskie	Szybki dialog
Ukierunkowany wywiad poufny	Drzewo życzeń
Pytania coachingowe - przykłady	Gadający patyk

CZĘŚĆ II MODUŁY SZKOLENIOWE

Moduły odnoszą się do tematycznych obszarów w pracy rozwojowej i w programie szkoleniowym mogą być zastosowane w części (pojedyncza sekcja) lub w całości. Do trenera projektującego przebieg szkolenia będzie należał wybór takich tematów, które najlepiej odpowiadają na potrzeby organizacji pozarządowej. W „Przewodniku dla trenerów/nauczycieli/koordynatorów” znajduje się kilka sugestii jak twórczo korzystać z modułów.





AUTORZY

Program jest rezultatem współpracy trzech podmiotów:

COEDRO Coaching Edukacja Rozwój jest polską firmą, która działa na rynku od 2011 roku. Specjalizuje się w coachingu, mentoringu, projektach rozwojowych wspierających rozwój kompetencji leaderskich. Prowadzi projekty dla biznesu, a także współpracuje z organizacjami pozarządowymi oferując programy rozwojowe dla wolontariuszy zajmujących się osobami z problemami (zagrożonych wykluczeniem, nie radzących sobie w normalnym funkcjonowaniu w społeczności).

Adres strony: www.coedro.pl

Change the World (CTW) to organizacja non-profit, działająca w obszarze zrównoważonego rozwoju, która powstała w 1997r. w Oslo w Norwegii. Założyciele i zespół organizacji biorą udział w projektach w obszarze edukacji społeczeństwa obywatelskiego, ma doświadczenie w bezpośredniej pracy

z dziećmi w trudnych sytuacjach a także w koordynacji programów edukacyjnych dedykowanych dzieciom.

Adres strony: www.world-changers.org

Fundacja VERUM jest polską organizacją non-profit, która od 2011r. prowadzi działalność edukacyjną promując ideę uczenia się dorosłych przez całe życie poprzez projektowanie i prowadzenie szkoleń w tym obszarze. Fundacja wspiera w dostrzeżeniu i zrozumieniu własnego potencjału osób, by mogły jak najpełniej realizować się w zakresie indywidualnych zainteresowań i potrzeb oraz społecznym, stając się świadomym ogniwem społeczeństwa obywatelskiego

Adres strony: www.fundacjaverum.pl

PODZIĘKOWANIA

Nad modułowym programem „Motywuj. Wspieraj. Wzmacniaj” przyszło nam pracować w szczególnie niesprzyjających warunkach. Start projektu zbiegł się z początkiem światowej pandemii COVID-19, która w mniej lub bardziej bezpośredni sposób dotknęła wszystkie osoby zaangażowane w realizację przedsięwzięcia. Był to prawdziwy sprawdzian, z którego wszyscy wyszli zwycięsko. Bardzo dobra współpraca i wzajemne zaufanie, empatia oraz zrozumienie sprawiły, że wszelkie przeszkody były pokonywane, a prace przebiegały zgodnie z harmonogramem.

Drużynie COEDRO dziękuję za merytoryczny wkład, wartościowe materiały źródłowe, pomysły i wnikliwe uwagi. Szczególne podziękowania pragnę przekazać Dorocie Michniewicz za profesjonalne przedstawienie zagadnień dotyczących rozwiązywania konfliktów oraz metodykę porozumiewania się bez przemocy.

Nieocenionym Partnerom projektu: Marcie Ruiz, Prezesce Fundacji VERUM oraz Mauricio Deliz Dyrektorowi Change the World dziękuję za ich wkład merytoryczny, cenne uwagi, korekty oraz niezwykle sprawne tłumaczenie modułowego programu na język angielski i język norweski.

Wszystkim członkom zespołów zaangażowanych w projekt składam ogromne wyrazy uznania i wdzięczności za tempo pracy i ofiarność oraz otwarte podejście do wyzwań, z jakimi przyszło nam się mierzyć podczas realizacji projektu w czasie pandemii. Mam ogromną nadzieję, że program "Motywuj. Wspieraj. Wzmacniaj", który przekazujemy w ręce polskich organizacji pozarządowych spełni ich oczekiwania.

Monika Górską