



Oblio în acțiune

Training Design pentru integrarea

egalității de gen

Autor:
Centrul de Voluntariat
Cluj-Napoca, Romania

Cu sprijinul din partea:
Cazalla Intercultural, Spain
Graal, Portugal

Design
Graal

©2023



Funded by
the European Union

Despre acest training design

Acest proiect de formare a fost creat pentru formatori și facilitatori, cu diferite grade de experiență, care doresc să sprijine organizațiile de tineret - chiar și pe cele din care fac parte - **să devină mai egalitare, mai incluzive și mai active în promovarea egalității.**

Acest curs vizează organizațiile de tineret, deoarece acestea sunt spații influente în formarea tinerilor: ele pot contribui la reproducerea inegalităților sau, dimpotrivă, așa cum ne dorim, pot juca un rol decisiv în transformarea realităților nedrepte și în eradicarea discriminării de gen.

Fie că aveți posibilitatea de a oferi întregul curs de formare, fie că preferați să alegeți câteva activități din el, credem că proiectul nostru oferă o bază solidă pentru a-i ajuta pe ceilalți să învețe mai multe despre egalitatea de gen. Veți găsi în interior un curs de formare de 7 zile, complet cu calendarul, descrierea activităților și materialele necesare.



Despre OBLIO...

Numele proiectului - OBLIO - a fost dat datorită personajului principal al desenului animat "The Point" din anii '70, numit Oblio. Oblio s-a născut cu un cap rotund într-un regat în care totul, casele și căruțele, podurile și hambarele, toate aveau puncte pe ele. De fapt, chiar și oamenii aveau capete în formă de triunghi. Ba chiar mai mult, principala activitate a satului, era să faci puncte. Oblio, cu capul rotund, trebuia să poarte încă de la naștere o pălărie ascuțită, pentru a-și ascunde condiția de "fără vârf" de colegii săi cu cap ascuțit.

Mesajul filmului este unul important fiind despre acceptarea diversității, urmarea propriei intenții și realizarea faptului că fiecare persoană din societate are un rol unic de jucat.

Obiectivele cursului:

Obiective de formare: La sfârșitul cursului, participanții vor fi capabili să:



Să demonstreze și să încurajeze alte persoane din cadrul organizației să practice comportamente de egalitate de gen



să identifice și să propună măsuri concrete pentru organizația lor pentru a contribui la realizarea unui mediu egalitar între femei și bărbați.



să recunoască inegalitățile care se întâmplă în jurul lor și formuleze soluții.



să creeze și să faciliteze sesiuni de învățare pentru ceilalți membri ai organizațiilor lor.

După cum ați putut observa, ultimul nostru obiectiv de formare nu se referă neapărat la egalitatea de gen. Pentru a transmite mai departe învățarea, am decis să îi ajutăm pe participanții noștri să dezvolte competențe de bază în materie de facilitare și formare. În cazul în care acesta nu este unul dintre obiectivele dvs. pentru moment, puteți, de asemenea, să oferiți formarea vizând exclusiv primele noastre trei obiective. Acest lucru va însemna că puteți oferi un curs de formare de 5 zile, în loc de unul de 7 zile.

Fluxul de formare

Time	Ziua 1	Ziua 2	Ziua 3	Ziua 4	Ziua 5	Ziua 6	Ziua 7
8h30	Mic dejun	Mic dejun	Mic dejun	Mic dejun	Mic dejun	Mic dejun	Mic dejun
9h30	Introducere si jocuri de cunoaștere	Problema egalității de gen	Nevoile tinerilor I	Reflecție în oraș	Auto-diagnoză	Pregătiți-vă să facilitați! I	Participanții devin formatori III
11h00	Pauză	Pauză	Pauză		Pauză	Pauză	Pauză
11h30	Stabilirea contextului de curs	Inegalitățile dintre bărbați si femei I	Nevoile tinerilor II		Măsuri de îmbunătățire	Pregătiți-vă să facilitați! II	Plan pentru viitor
13h00	Prânz	Prânz	Prânz		Prânz	Prânz	Prânz
14h30	Eu și genul meu I	Inegalitățile dintre bărbați si femei II	O lume ideală a egalității de gen		Facilitarea procesului de învățare	Participanții devin formatori I	Evaluarea
16h00	Pauză	Pauză	Pauză		Pauză	Pauză	Pauză
16h30	Eu și genul meu II	Intersecționalitate și drepturile omului	Realizarea visului		Facilitarea procesului de reflecție	Participanții devin formatori II	Celebrarea rezultatelor
19h00	Cină	Cină	Cină	Cină	Cină	Cină	Cină
	Activitate comună opțională	Activitate comună opțională	Activitate comună opțională	Activitate comună opțională	Activitate comună opțională	Activitate comună opțională	

Fă-le pe toate sau alege ceea ce ți se potrivește!

Formarea noastră conține diverse activități. Unele dintre ele au ca scop creșterea gradului de conștientizare și dezvoltarea atitudinilor necesare pentru o organizație echitabilă din punct de vedere al egalității de gen, altele au ca scop creșterea cunoștințelor pe această temă. Există, de asemenea, sesiuni concepute pentru a vă ajuta să identificați măsurile potrivite de adoptat în organizația dumneavoastră și, nu în ultimul rând, unele care reprezintă o introducere în formarea altora.

Vă invităm să le folosiți pe toate, așa cum sunt concepute aici, sau să le alegeți pe cele care se potrivesc cel mai bine nevoilor din organizația dumneavoastră. Alternativ, puteți începe cu o activitate mică - poate cu o seară de vizionare de filme - și să continuați cu mai multe activități de învățare după aceea.



În cazul în care participanții sosesc în seara dinaintea începerii formării, invitați-i la o scurtă sesiune de bun venit.

Faptul că încep să se cunoască îi ajută să se simtă mai confortabil și să dea startul dinamicii grupului.



Ziua 0

DURATA (minute)	Exercițiu	Metodele & Procesul de lucru	Materiale necesare
30-45'	Bun Venit	<p>Numele jocului: Invitați participanții să își spună numele, porecla sau cum ar dori să fie numiți în timpul cursului de formare și să vă spună povestea numelui lor. Poate fi povestea celui care le-a dat numele, ce înseamnă numele sau porecla sau orice doresc să împărtășească despre numele lor.</p> <p>Aspecte logistice Oferiți participanților orice informații logistice de care ar putea avea nevoie despre locație, mese, rambursări, informații despre plecare etc. și ora la care începeți a doua zi.</p>	Flipchart cu numele cursului și logo-ul organizației dumneavoastră.

Ziua 1 - Sesiunea 1: Introducere & Jocuri de cunoaștere

Durata (minute)	Exercițiu	Metodele & Procesul de lucru	Materiale necesare
20'	Introducere	<p>Formatorul/formatorii acoperă următoarele subiecte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • salutul și primirea participanților • o prezentare a formatorului/formatorilor - expertiza lor, contextul relevant • organizațiile partenere și misiunile/activitățile acestora/totul ceea ce este relevant • și care este scopul acestui curs de formare 	<p>Flipchart with the name of the training and logo of your organisation.</p>
25'	Numele jocului	<p>În cerc, participanții spun pe rând numele lor și o calitate care începe cu aceeași literă. Fiecare repetă tot ce a auzit și văzut înainte, dar în ordine.</p>	
45'	Activitate de consolidare a echipei (Afară in aer liber?)	<p>Frânghia confuză</p> <p>Așezați o frânghie încurcată în centrul grupului (fără noduri, doar încurcată). Participanții trebuie să descâlcească frânghia, respectând următoarele reguli: au la dispoziție 20' pentru a găsi cea mai bună strategie, iar în timp ce discută nu pot atinge frânghia. După ce sunt gata, fiecare va trebui să aibă ambele mâini pe frânghie și să descurce frânghia prin mișcarea corpului fără a da drumul la frânghie. Din momentul în care primul atinge frânghia, aceștia au la dispoziție 1' pentru a forma o linie cu frânghia în mâini.</p> <p>Dacă nu reușesc să o dezlege din prima, le mai puteți da o șansă. Dacă reușesc din prima încercare, invitați-i pe participanți să închidă ochii și să creeze un pătrat din linia în care se află.</p> <p>Debriefing</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ce s-a întâmplat? Cum ați discutat? Cine a fost implicat? Cum ați decis? - Cum v-ați simțit? Cum vă simțiți acum? - Vă amintește această situație de alte tipuri de situații din viața dumneavoastră? Ați învățat ceva nou? - Ați face ceva diferit dacă am face din nou exercițiul? 	<ul style="list-style-type: none"> • Frânghie <p>Vezi aici cum funcționează Frânghia Confuză: https://www.youtube.com/watch?v=UI_z4TJmwzs&list=PL3S9BpP_Ds33wPTApyDHHfvkZkkS1pM-7&index=10&ab_channel=DreamsforLife</p>

Ziua 1 - Sesiunea 2: Stabilirea contextului

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
10'	Energiser	Dansul Balonului Într-un cerc, participanții au sarcina de a menține un balon în aer, făcându-l să țopăie între ei. Antrenorul pune niște muzică, apoi aruncă din ce în ce mai multe baloane în cerc.	<ul style="list-style-type: none"> • 5-6 baloane • muzică
25'	Balon cu aer cald cu așteptările, temerile lor pentru cele șapte zile de curs	<p>Fiecare participant va primi 2 bilețele autocolante de culori diferite și va trebui să scrie separat pe fiecare dintre ele așteptările pe care le are de la training, temerile sau posibilele obstacole personale.</p> <p>Aceștia vor avea la dispoziție 10 minute pentru a completa bilețelele autocolante și apoi vor fi invitați să le citească și să le lipească pe o tablă de flipchart, conform instrucțiunilor facilitatorului: temerile pe sacii de nisip, așteptările lor pe balon.</p> <p>Pe baza contribuțiilor participanților, la finalul acestei sesiuni, facilitatorul va răspunde pe scurt la ceea ce se poate face și ceea ce nu se poate realiza pe parcursul celor șapte zile de formare și va întări faptul că oamenii pot lua inițiativa și se pot asigura că își îndeplinesc așteptările, că pot cere ajutor și sprijin pentru a depăși obstacolele și că pot da tot ce au mai bun pentru a crea un mediu de învățare sigur și distractiv.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Trei seturi de notițe autocolante de culori diferite • Creioane/markere pentru toată lumea • Un balon cu aer cald înecat pe un flipchart
15'	Agenda și obiectivele cursului	Formatorul/formatorii va/vor prezenta obiectivele și programul pentru următoarele șapte zile ale cursului de formare, folosind bucăți de hârtie colorată care vor fi lipite pe perete pentru a fi ușor de urmărit de către participanți. În cadrul acestor sesiuni va fi inclusă o scurtă sesiune de întrebări și răspunsuri cu privire la program, pentru a clarifica fluxul formării.	<ul style="list-style-type: none"> • sesiunile de formare scrise pe hârtie colorată • bandă adezivă
40'	Reguli de grup	<p>Amprente de mână din inimă (continuă pe pagina următoare)</p> <p>Participanții primesc două bucăți de hârtie și sunt invitați să își deseneze conturul mâinilor. Pe una dintre hârtii, formatorul îi roagă să scrie ce au nevoie de la ceilalți pentru a se simți confortabil și în siguranță. Pe cealaltă hârtie vor scrie ce pot oferi grupului pentru ca și ceilalți să se simtă confortabil și în siguranță.</p> <p>Formatorul le va spune participanților că, uneori, vor împărtăși lucruri din inimă și sentimente despre care poate fi dificil, dureros sau jenant să vorbească și că, cu siguranță, aceasta va fi o emoție care se întâmplă tuturor, deoarece este normal să se simtă astfel. De asemenea, îi va asigura pe participanți că acesta este un spațiu sigur și că nu este nevoie să semneze pe mâinile pe care lucrează.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hârtii A4 • markere/creioane





40'

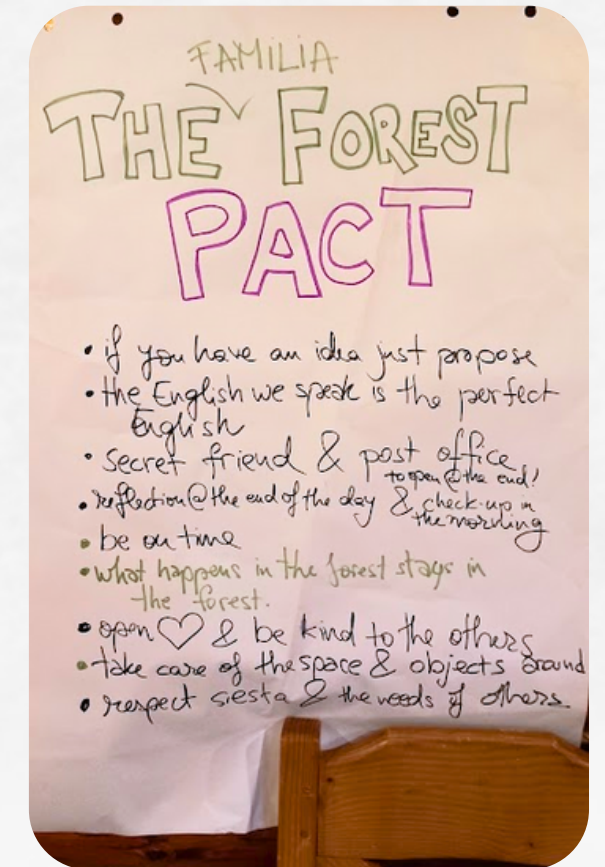
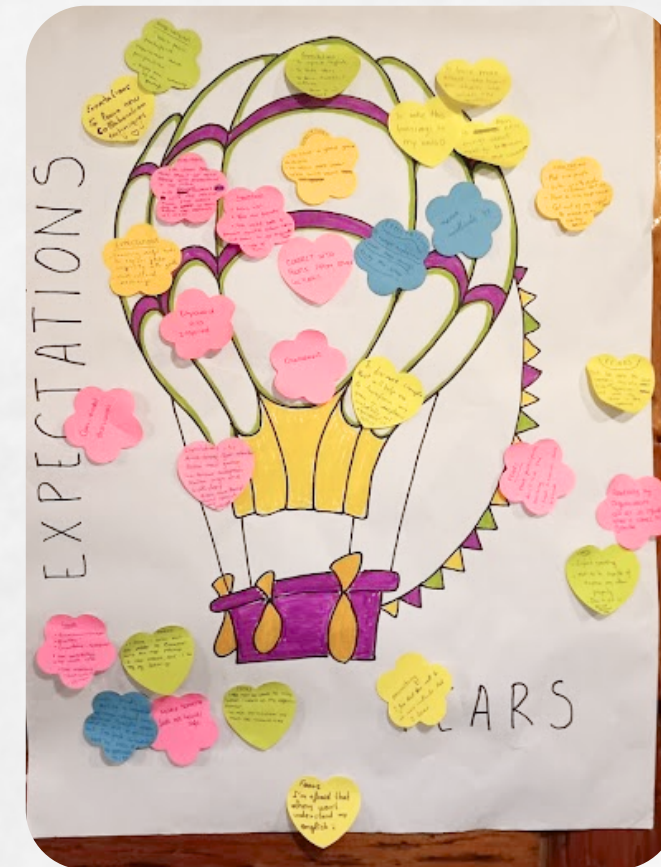
Reguli de grup

Amprente de mână din inimă (începând de la pagina anterioară)

Reamintiți-le participanților că au libertate totală de a se exprima în cadrul activității folosind desene, cuvinte sau simboluri în interiorul conturului mâinii lor. Încurajați-i să adauge o notă personală, desenând, colorând sau decorând desenele mâinilor lor în orice mod doresc pentru a le prezenta celorlalți.

După ce au terminat, le adunăm desenele și le așezăm pe podea sau pe perete. Adunați-i din nou împreună și rugați-i să exploreze desenele.

Apoi, formatorul facilitează o discuție despre care ar trebui să fie regulile grupului nostru pe durata formării. Regulile ar trebui să fie alese într-un mod care să includă nevoile tuturor și să valorifice la maximum contribuțiile acestora. Formatorul scrie regulile pe un flipchart care va fi vizibil pe perete pe toată durata cursului de formare.



Ziua 1 - Sesiunea 3: Eu și genul meu



Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
10'	Energiser	<p>Semnalul</p> <p>Invitați participanții să se așeze în cerc. Formatorul bate din palme într-o direcție, iar participantul de lângă el trimite palma mai departe, în aceeași direcție, cât de repede poate. În orice moment, orice participant poate alege să blocheze semnalul ridicând ambele mâini în sus sau poate alege să îl ignore acoperindu-și urechile. Dacă semnalul este blocat, acesta trebuie să schimbe direcția (să se întoarcă pe cerc pe unde a venit), iar dacă este ignorat, pur și simplu sare peste participant. După câteva runde, formatorul poate trimite mai multe semnale în cerc.</p>	
40'	Să ne cunoaștem mai bine	<p>Aranjăm scaunele în două rânduri față în față sau în două cercuri, unul în interiorul celuilalt, așa cum am face la o sesiune de speed dating. Cerem participanților să împărtășească, timp de 4 minute pe rând, experiența lor, ajutați de următoarele întrebări: Ce tip de activități are organizația dumneavoastră? Care este rolul și sarcinile dumneavoastră în cadrul org. dvs. Care este proporția de gen în cadrul org. dvs. Cine sunt beneficiarii? Ce ați schimba la org. dumneavoastră? Ce vă place cel mai mult la organizația dumneavoastră?</p>	



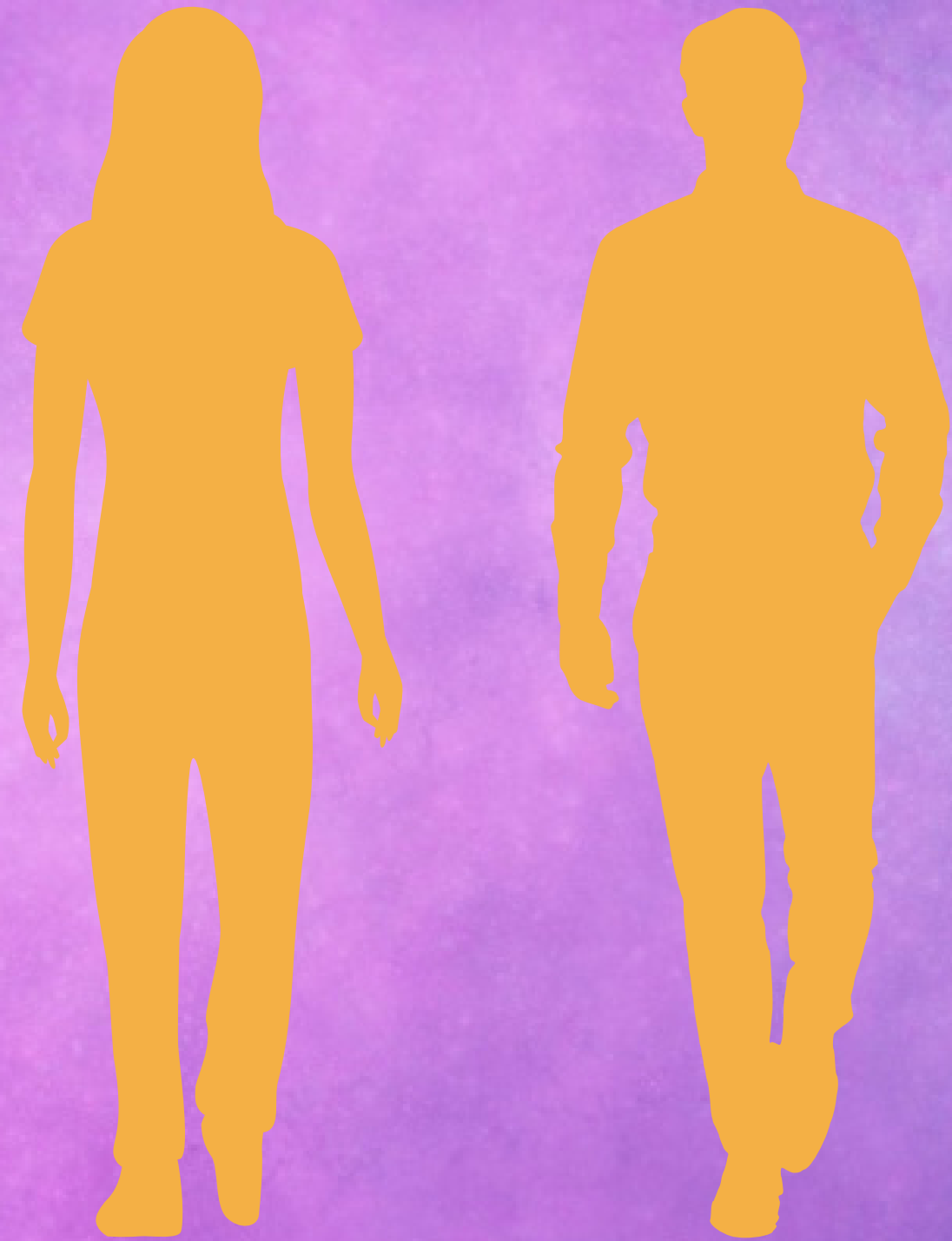


Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
10'	Meditație ghidată	<p>Formatorii pot menționa că, pentru acest exercițiu, vom face o scurtă călătorie împreună, până în copilărie. Apoi, cu o voce calmă, făcând pauze lungi, ei citesc textul de mai jos:</p> <p>"Urmați-mi vocea și invitațiile pe care vi le voi trimite. Mai întâi, găsiți o cameră liniștită și confortabilă. Este important să renunțați, pentru câteva clipe la orice alte distrageri. Lasă telefonul deoparte și uită de tot ce te înconjoară. Ele vor fi acolo când vom termina, nu vă faceți griji!</p> <p>Găsește o poziție confortabilă pe care să o poți menține timp de aproximativ 10 minute cu ochii închiși. Dacă închiderea ochilor nu este în regulă pentru tine, încearcă să lași pleoapele să se simtă grele și poate să coboare puțin [pauză...] Respiră lung și adânc [pauză...] și în cazul în care în timpul călătoriei noastre îți vin gânduri exterioare, acceptă-le și apoi trimite-le departe. Vă puteți întoarce la ele peste puțin timp [pauză...].</p> <p>Imaginează-ți că călătorești în adâncul propriei tale minți. Indiferent cum îți se pare acum, observă-l [pauză...] și acceptă-l [pauză...] Caută-ți albumul de amintiri! Cel care conține imagini cu tine crescând și devenind persoana care ești acum [pauză...]</p> <p>Încearcă să găsești poza în care ești tu, un bebeluș mic și inocent, care abia începe să descopere lumea [pauză...] Îți amintești primii pași pe care i-ai făcut?</p> <p>Continuă și găsește poza cu jucăria ta preferată! Ți-o mai amintești? [pauză...]</p> <p>Te vezi jucând jocurile tale preferate? Care erau acestea? [pauză...] Gătești? [pauză...] Te cățărai în copaci? [pauză...] Explorând cartierul? [pauză...] mergi cu bicicleta? [pauză...] jucați cărți? [pauză...] arunci o minge? [pauză...] construiți forturi [pauză...] sau case? [pauză...] Ți-ar fi plăcut să te joci altceva? [pauză...]</p> <p>Treceți acum la o altă amintire. Încearcă să găsești hainele tale preferate și amintește-ți de ele cât mai bine posibil [pauză...] S-au schimbat de-a lungul anilor?[pauză...] Ai încercat stiluri diferite? [pauză...] Sau poate că hainele nu te-au interesat niciodată? [pauză...]</p> <p>Găsește fotografiile ale oamenilor tăi favoriți [pauză...] ce ai admirat la ei? [pauză...]</p> <p>Amintește-ți cum ți-ai imaginat că va arăta viața ta când vei fi mare [pauză...] familia ta [pauză...] relațiile tale [pauză...] casa ta [pauză...] slujba ta [pauză...] Ce ai vrut să înveți? [pauză...] Cine ai vrut să fii? [pauză...]</p> <p>Acum, închide albumul foto și respiră adânc! [pauză...] Dacă a fost o călătorie fericită, bucură-te de sentimentele care te umplu acum! Și să știi că acest album este mereu acolo când ai nevoie de el [pauză...]</p> <p>Dacă călătoria a fost neplăcută, nu uita că toate experiențele tale construiesc persoana care ești acum [pauză...] Poate că nu s-a întâmplat tot ce ți-ai dorit [pauză...] Poate că nu trebuie să se întâmple totul [pauză...] Și chiar mai important, albumul tău are multe pagini albe, pe care poți alege să le completezi cu diferite amintiri de acum înainte!</p> <p>la-ți la revedere de la albumul tău și întoarce-te în locul în care te afli acum. Simte-ți corpul și deschide ochii."</p>	<ul style="list-style-type: none">• scaune sau locuri confortabile pe podea• lumină slabă• mediu liniștit



Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
30'	Experiența mea de gen - 1	<p>Invitați-i pe participanți să se întoarcă la locurile lor, dacă nu sunt deja acolo. Rugați-i să se uite sub scaunele lor. Acolo, fiecare dintre ei va găsi câte un post-it (formatorul le-a plasat în timpul ultimei pauze), Ei trebuie să găsească alții cu post-it-uri de aceeași culoare. În acest fel, participanții sunt împărțiți în 3-4 grupuri.</p> <p>PASUL 1</p> <p>După ce formează grupul, aceștia primesc sarcina:</p> <p>Gândiți-vă la ceea ce ați auzit de la oamenii din jurul vostru, din lume, ca băiat sau fată tânără, pentru că ați fost un băiat sau o fată tânără. Nu vă gândiți acum dacă a fost bun sau rău, doar scrieți tot ce vă puteți aminti.</p> <p>Ce a fost bine să faci și ce nu a fost bine?</p> <p>Existau comportamente care erau încurajate? A existat ceva inacceptabil?</p> <p>Existau reguli cu privire la hainele pe care le purtați? Cum trebuia să arătați?</p> <p>Existau activități pe care trebuia să le faceți sau pe care nu puteați să le faceți?</p> <p>Existau linii directoare în alegerea unei cariere sau a unui loc de muncă? Un stil de viață? Tipul de familie?</p> <p>...?</p> <p>Discutați în grup, luați atâtea post-it-uri câte aveți nevoie și scrieți pe fiecare dintre ele o "instrucțiune" diferită pe care ați primit-o ca băiat sau fată. Aveți la dispoziție 20 de minute pentru această sarcină.</p> <p>După ce grupurile au terminat, vin și lipesc bilețelele pe o parte a celor 2 figuri umane mari. Și apoi mergeți în pauză.</p>	<ul style="list-style-type: none">• post-it-uri de culori diferite• 2 figuri umane în mărime naturală (bărbat și femeie) cu o linie trasată în mijloc.• Pixuri pentru toată lumea





Ziua 1 - Sesiune 4: Eu și genul meu II

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
10'	Icebreaker / teambuilder	Participanții sunt invitați să formeze o linie, fără să vorbească. Aceștia trebuie să se aranjeze în ordinea culorii ochilor, de la cel mai deschis la cel mai închis. Formatorul verifică linia care s-a format și apoi le cere să numere până la 3 sau 4, pentru a forma noi grupuri.	
40'	Experiența mea de gen	Înainte de a ne despărți în grupuri, trecem împreună la pasul 2. Pasul 2 - toată lumea Ne uităm împreună la mesajele / instrucțiunile afișate pe fiecare dintre siluete. Formatorul le cere participanților să își împărtășească reacțiile și sentimentele pe care le-au avut în fața mesajelor, apoi, facilitează discuțiile spre tipurile de reacții. Cine s-a conformat și a crezut că așa trebuie să fie? Cine s-a răzvrătit? Cine s-a simțit bine în legătură cu "instrucțiunile"? Cine s-a resemnat cu ele? După ce identificăm cât mai multe reacții diferite, trecem în grupuri pentru... Pasul 3 - în grupuri În noile grupuri, participanții se uită la cele 2 figuri și scriu pe post-it-uri individuale mesajele pe care ar fi vrut să le audă în locul lor. Formatorul adună toate post-it-urile.	<ul style="list-style-type: none"> • notițe adezive (post-it) • pixuri
25'	Schimbarea	Invite the participants to sit down, if possible on the floor, in a circle. Distribute the post-it notes with the messages from the previous exercise evenly (1/2 per participant). Ask the participants to take a few deep breaths, and prepare to really listen, as they will hear some very important messages. Invite them to take what is read personally, because it's a gift for each and everyone of them. Then ask them to go along the circle slowly reading one message at a time, and leaving a moment between them, to let them sink in. After all the messages are read in turn, invite the participants to read them once more, at the same time, repeating them 3-4 times, each time louder and louder.	
15'	Evaluarea zilei	Reflecție individuală: Invitați participanții să se gândească la ziua respectivă timp de un minut și să își noteze (dacă doresc) în caietele lor. În fiecare zi de formare, vom adăuga un minut la reflecția individuală. Reflecție în grup: Vor exista aceleași grupuri de reflecție pe toată durata formării. Împărțiți-le în grupuri de 4-5 persoane. Fiecare grup primește câte o hârtie și trebuie să scrie (sau să deseneze): Ce le-a plăcut cel mai mult în această zi + Ce ar schimba pentru zilele viitoare + Gânduri pentru formatori. După ce au terminat, le pun pe toate într-un plic mare. Nu vă grăbiți, iar când discuția și nota se termină, se termină și sesiunea.	<ul style="list-style-type: none"> • pixuri • carnețele • hârtie colorată • un plic mare

Ziua 2 - Sesiunea 2: Problema Egalității de gen

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
10'	Icebreaker / teambuilder	<p>Grupul stă în picioare într-un cerc. Formatorul le cere să repete și să urmeze instrucțiunile: "înăuntru" = un pas în față, "afară" = un pas înapoi, "stânga" = un pas la stânga și "dreapta" = un pas la dreapta. Apoi, formatorul le cere participanților să repete exact instrucțiunile date, dar să facă invers ("în" = pas în spate). La a treia rundă, formatorul le cere participanților să strige opusul și să facă ceea ce li se spune ("în" => ei spun "afară" = pas în față).</p> <p>În cazul în care grupul este internațional, putem încerca acest lucru în mai multe limbi.</p> <p>O scurtă concluzie poate fi oferită de formator că este dificil să înveți anumite lucruri, dar poate fi și mai dificil să le deprinzi și să înveți ceva nou.</p>	
40'	Gender-ish (vânătoare de comori - în aer liber?)	<p>Grupul este împărțit în trei echipe: violet, albastru și galben.</p> <p>Împrăștiate în grădină sau în sala de antrenament, vor fi ascunse mici hârtii de cele trei culori cu concepte și definiții. Fiecare echipă trebuie să găsească 20 de hârtii (10 cu concepte (cum ar fi "sex", "gen", "discriminare" etc. și 10 cu definițiile). După ce le găsește pe toate, grupul trebuie să potrivească conceptele cu definițiile corecte și să le lipească într-o bucată de hârtie.</p> <p>Când toate echipele sunt gata sau când timpul a expirat, numărăm scorul pentru a determina câștigătorul. Grupul se reunește, iar formatorul verifică munca grupului și scrie pe tabela de scor (o flipchart). Prima echipă care termină primește 3 puncte; a doua - 2 puncte; ultima care termină - 1 punct; pentru fiecare concept pe care îl obține corect, se adaugă 1 punct. Câștigă echipa cu cele mai multe puncte.</p> <p>În timp ce își împărtășesc răspunsurile, formatorii aprofundează definițiile și, în mod special, alocă ceva timp pentru a distinge conceptele de sex / gen / identitate de gen, menționând că accentul pe acest program va fi pus pe inegalitățile dintre femei și bărbați. În timpul discuției, formatorii încearcă să readucă în discuție unele dintre ideile împărtășite în sesiunea precedentă, pentru a conecta acele idei cu acești noi termeni și concepte și pentru a se asigura că există o înțelegere comună a termenilor.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Hârtii de ascuns (concepte și definiții) - vezi pagina următoare • Hârtie • Lipici • Un flipchart cu regulile jocului. • O flipchart pentru tabela de marcaj
40'	Rădăcinile inegalităților: patriarhatul și stereotipurile de gen	<p>Folosind limbajul fotografic ca tehnică, grupul își ia timp pentru a privi cele câteva fotografii, imagini și ilustrații răspândite în spațiu - imagini care reprezintă sexismul, dinamica puterii, câteva exemple de discriminare etc.. În tăcere, participanții o aleg pe cea care cred că ilustrează patriarhatul și/sau stereotipurile de gen - pentru că este mai exactă, pentru că tocmai i-a atins cel mai mult, pentru că este ceva ce trăiesc sau cunosc îndeaproape...</p> <p>Apoi împărtășesc imaginea pe care au ales-o cu restul grupului și explică de ce aceasta, în special, a fost cea care a avut mai mult sens pentru ei. Preluând contribuțiile participanților, formatorii își iau apoi ceva timp pentru a aprofunda concepte precum patriarhatul și stereotipurile de gen - rădăcinile inegalităților.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Fotografii și ilustrații (aproximativ 30) - vezi pagina următoare • Flip chart-uri cu câteva idei principale

1.



Source: Kenwood Chef advertisement (1961)

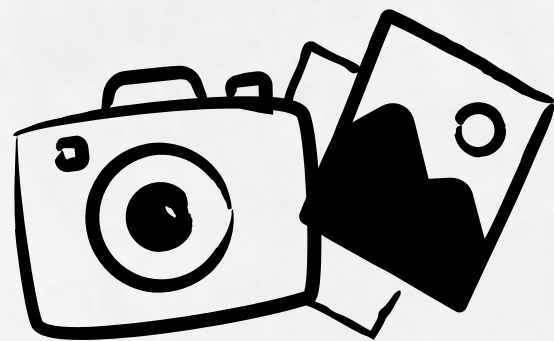
2.



Source: Section of Bic South Africa's women's day advertisement (2012)



sau concepte și definițiile acestora, consultați glosarul din pagina noastră de **Ghidul pas cu pas către egalitate.**



puteți alege imaginile dvs. sau le puteți folosi pe cele pregătite de noi aici.

5.



Source: "As Mulheres e os Homens" book, Illustration by Luci Gutiérrez (November 2016)

6.



Source: "As Mulheres e os Homens" book, Illustration by Luci Gutiérrez (November 2016)

Ziua 2 - Sesiunea 2: Inegalități între femei și bărbați I

Durata (minute)	Exercițiu	Methoda & Procesul de lucru	Materiale necesare
60'	Cine vrea să fie feminist(ă)?	<p>Participanții sunt împărțiți în 4 echipe; dacă grupul este internațional, echipele trebuie să fie cât mai mixte posibil. Fiecare echipă își alege numele și un purtător de cuvânt.</p> <p>Activitatea este similară cu jocul "Cine vrea să fie milionar?". - dar, în acest caz, este vorba despre mișcarea feministă. Regulile sunt următoarele: atunci când se pune o întrebare, prima echipă care obține răspunsul corect, câștigă. Pentru a face acest lucru, după ce formatorul citește cu voce tare întrebarea și opțiunile de răspuns, echipa trebuie să se pună de acord asupra unui răspuns, iar purtătorul de cuvânt ridică un steag (sau orice alt obiect pe care îl decideți) și spune răspunsul corect. Dacă o echipă răspunde greșit, o altă echipă poate încerca. Pentru fiecare răspuns corect, aceștia primesc 1 punct. Echipa cu cele mai multe puncte câștigă.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Proiector• Steaguri• Joc (un power point cu întrebări și răspunsuri)
30'	Prezentare despre feminism	Formatorul introduce câteva momente și concepte definitorii ale mișcării feministe cu ajutorul unei prezentări power point.	<ul style="list-style-type: none">• Prezentare• Powerpoint• Proiector

Prezentarea
despre mișcarea
feministă o găsiți
aici.

*Feminismul este
ideea radicală că
femeile sunt oameni.*

Marie Shear



Nu ezitați să folosiți aceste întrebări, mai multe sau chiar altele, și nu uitați să includeți un fragment de istorie din țara voastră!



5. What were the demands of the second wave of feminism?

A. Reproductive and sexual rights B. women's role in family life

C. Financial independence D. All the above

7. What is the name of the only woman who was Prime Minister in Portugal?

A. Natália Correia B. Carolina Beatriz Ângelo

C. Maria de Lourdes Pintasilgo D. Marta Temido

9. who was the first woman to serve as a Minister in Spain?

A. Clara Campoamor B. Pamela Palenciano

C. Margarita Nelken D. Federica Montseny

1. Who wrote the "Declaration of the Rights of Women" reacting to the published "Declaration of the Rights of Men"?

A. Simone Beauvoir B. Olympe de Gouges

C. Hannah Arendt D. Virginia Woolf

3. Which was the first country to grant women the right to vote?

A. New Zealand B. England

C. Portugal D. USA

5. What were the demands of the second wave of feminism?

A. Reproductive and sexual rights B. women's role in family life

C. Financial independence D. All the above

8. Who was the first female Romanian lieutenant who fought in the 1st world war?

A. Ecaterina Teodoroiu B. Queen Maria

C. Nadia Comaneci D. Elena Ceausescu

10. Who began using the phrase "me too", that later on turned into a social movement?

A. Alyssa Milano B. Tarana Burke

C. Amber Heard D. Ashley Judd

1. Who wrote the "Declaration of the Rights of Women" reacting to the published "Declaration of the Rights of Men"?

A. Simone Beauvoir B. Olympe de Gouges

C. Hannah Arendt D. Virginia Woolf

3. Which was the first country to grant women the right to vote?

A. New Zealand B. England

C. Portugal D. USA



8. Who was the first female Romanian lieutenant who fought in the 1st world war?

A. Ecaterina Teodoroiu B. Queen Maria

C. Nadia Comaneci D. Elena Ceausescu

10. Who began using the phrase "me too", that later on turned into a social movement?

A. Alyssa Milano B. Tarana Burke

C. Amber Heard D. Ashley Judd

2. What was the main demand of the first wave of feminism?

A. That women and men get equal wages B. That women can have abortions

C. That women get the right to vote D. That women can work

4. Where did the second wave of feminism start?

A. New Zealand B. England

C. France D. USA

6. What is womanism?

A. Womanism doesn't exist B. A reaction to a non-inclusive feminism movement

C. A synonym of feminism D. A slang word for the use of masculinism that are considered feminine

8. Who was the first female Romanian lieutenant who fought in the 1st world war?

A. Ecaterina Teodoroiu B. Queen Maria

C. Nadia Comaneci D. Elena Ceausescu

10. Who began using the phrase "me too", that later on turned into a social movement?

A. Alyssa Milano B. Tarana Burke

C. Amber Heard D. Ashley Judd

2. What was the main demand of the first wave of feminism?

A. That women and men get equal wages B. That women can have abortions

C. That women get the right to vote D. That women can work

4. Where did the second wave of feminism start?

A. New Zealand B. England

C. France D. USA

6. What is womanism?

A. Womanism doesn't exist B. A reaction to a non-inclusive feminism movement

C. A synonym of feminism D. A slang word for the use of masculinism that are considered feminine

9. Who was the first woman to serve as a Minister in Spain?

A. Clara Campoamor B. Pamela Palenciano

C. Margarita Nelken D. Federica Montseny

10. Who began using the phrase "me too", that later on turned into a social movement?

A. Alyssa Milano B. Tarana Burke

C. Amber Heard D. Ashley Judd

2. What was the main demand of the first wave of feminism?

A. That women and men get equal wages B. That women can have abortions

C. That women get the right to vote D. That women can work



7. What is the name of the only woman who was Prime Minister in Portugal?

A. Natália Correia B. Carolina Beatriz Ângelo

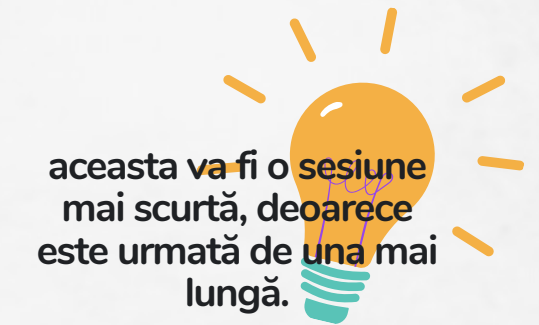
C. Maria de Lourdes Pintasilgo D. Marta Temido

9. Who was the first woman to serve as a Minister in Spain?

A. Clara Campoamor B. Pamela Palenciano

C. Margarita Nelken D. Federica Montseny

THANK YOU ALL!
We are on a good path,
but there is still a lot to
learn and change!



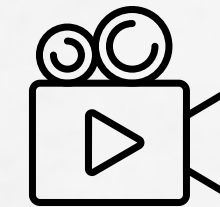
Ziua 2 - Sesiunea 3: Inegalități între femei și bărbați II

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
45'	Inegalitățile: unde le putem vedea?	<p>Formatorii încep cu o introducere despre faptul că inegalitățile sunt încă foarte prezente în zilele noastre. În ciuda progreselor înregistrate în reducerea inegalităților de gen în ceea ce privește drepturile, responsabilitățile și oportunitățile dintre bărbați și femei în sfera publică și privată, suntem încă departe de eliminarea tuturor formelor de discriminare împotriva femeilor și fetelor. De fapt, nicio țară din lume nu a atins egalitatea.</p> <p>Discriminarea de gen este prezentă peste tot! Într-un cerc există mai multe afirmații legate de situația femeilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> Femeile sunt dezavantajate în ceea ce privește accesul la resurse și la locuri de muncă. Femeile suportă marea majoritate a muncii casnice și de îngrijire. Femeile sunt mai expuse la toate formele de violență de gen. Femeile sunt subreprezentate la nivelul puterii politice. <p>Fiecare participant merge în jurul său și alege una dintre propozițiile de mai sus (numărul de persoane pe grup trebuie să fie echilibrat), apoi se adună cu persoanele care au ales același lucru ca și el. Fiecare grup primește date cu privire la tematica pe care a ales-o și este invitat să reflecteze asupra subiectului, să caute mai mult despre acesta dacă dorește (să colecteze mai multe date, să analizeze problema în propria țară / comunitate / în viața de zi cu zi) și să împărtășească cu grupul. De asemenea, aceștia primesc câteva întrebări care îi pot ajuta să ghideze exercițiul: Care este problema? Ce consecințe decurg din această situație? Vedeți că se întâmplă acest lucru în jurul vostru? La ce ne gândim acum în legătură cu această problemă?</p>	<ul style="list-style-type: none"> Afirmații Date suplimentare Hârtie / flipchart Pixuri Întrebări Informații Date din ghidul nostru

Mintea nu are gen

Mary Wollstonecraft

Day 2 - Session 4: Intersectionality and Human Rights



view the documentary [here](#)

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
130'	Seară de film	<p>Formatorul prezintă și apoi rulează filmul ales. Puteți găsi sugestii de filme pe pagina următoare sau puteți identifica singuri filmele relevante. Obiectivul acestei serii de film este de a pune chipuri umane pe problemele legate de drepturile femeilor și de intersecționalitate.</p> <p>Participanții pot primi câteva sarcini de îndeplinit în timpul filmului - de exemplu, urmăriți povestea unui anumit personaj și aflați ce îl face diferit de ceilalți, identificați ce drepturi nu au fost respectate, faceți o listă cu drepturile și obiceiurile din acea perioadă, care influențează viața femeilor etc.</p> <p>După vizionarea filmului, rugați participanții să împărtășească rezultatul sarcinii lor sau realizați un debriefing folosind întrebări de genul</p> <ul style="list-style-type: none">• ce s-a întâmplat?, cine a făcut ce? care au fost situațiile? care au fost posibilitățile?• ce ați simțit? ce moment v-a înfuriat, v-a întristat, v-a făcut să fiți mândri? ce alte sentimente v-a aprins filmul?• care este concluzia dumneavoastră? care sunt lecțiile?• ce (dacă este cazul) veți face diferit de acum încolo? în ce situații?	<ul style="list-style-type: none">• Proiector• Perete alb/ecran alb• Popcorn?• Filmul cu subtitrare• sarcini scrise - dacă este necesar
10'	Evaluarea zilei	<p>Reflecție individuală: Invitați participanții să se gândească timp de două minute la ziua respectivă și să își noteze (dacă doresc) în caietele lor. În fiecare zi de formare, vom adăuga un minut la reflecția individuală.</p> <p>Reflecție în grup: Va exista același grup de reflecție pe toată durata formării. Grupurile ar trebui să scrie/deseneze: Ce le-a plăcut cel mai mult în această zi + Ce ar schimba pentru zilele viitoare + Gânduri pentru formatori. După ce au terminat, le vor pune pe toate într-un plic mare.</p>	

Recomandări de filme

Rețineți că obiectivul acestei sesiuni este de a prezenta viața unor femei din diferite contexte, astfel încât participantele să poată înțelege mai bine problemele legate de drepturile femeilor și de intersecționalitate.

Cuvântul cu F: Cine vrea să fie feminist?

The F Word este un documentar feminist care îndeamnă la reflecție și care explorează subiectul feminismului și impactul său multifacțat asupra societății. Printr-o serie de interviuri și povești personale, filmul oferă o privire nuanțată și echilibrată asupra rădăcinilor și viitorului mișcării feministe.

Ea este frumoasă când este furioasă

She's Beautiful When She's Angry este un documentar puternic care surprinde pasiunea și spiritul mișcării femeilor din 1966 până în 1971. Filmul abordează subiecte complexe, precum drepturile reproductive, lupta pentru salarii egale și lupta pentru drepturile femeilor în diverse aspecte ale societății.

The Help

O scriitoare aspirantă în timpul mișcării pentru drepturile civile din anii '60 decide să scrie o carte care să detalieze punctul de vedere al menajerelor afro-americane despre familiile albe pentru care lucrează și despre greutățile prin care trec zilnic.

Miss Representation

Scris și regizat de Jennifer Siebel Newsom, Miss Representation expune modul în care mass-media și cultura mainstream contribuie la subreprezentarea femeilor în poziții de putere și influență în America.

Suffragette

În 1912, Maud, o spălătoare în vârstă de 24 de ani, își vede viața dată peste cap atunci când decide să depună mărturie pentru a obține dreptul la vot pentru toate femeile din Marea Britanie.

Ziua 3 - Sesiunea 1: Nevoile tinerilor I



Vezi declarația [aici](#).

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
10'	Energizer și recuperare	Împărțiți participanții în grupuri de câte 4. Fiecare va avea câte o sarcină: 1 să facă ceva, 2 să pună întrebări, 3 să imite ceea ce face 1 și să răspundă la întrebările lui 2, iar 4 să distragă atenția lui 3 fără să-l atingă. Puteți face mai multe runde, participanții schimbând rolurile.	
80'	Planetele de speranță	<p>Participanții sunt împărțiți în grupuri de 5-6 persoane. Formatorul explică contextul: tocmai au fost descoperite mai multe planete care au aproximativ aceleași caracteristici ca și planeta pe care trăim noi, Pământul. Aceste planete sunt încă nelocuite, iar diferitele grupuri au fost selectate pentru a trăi pe ele și pentru a organiza fiecare dintre ele.</p> <p>Fiecare echipă trebuie să-și numească planeta și să ia următoarele decizii în 20 de minute:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Care sunt nevoile de bază care ar trebui să fie satisfăcute și/sau recunoscute de orice guvern care urmează să fie înființat? (maximum 10 nevoi) • Cum vom garanta aceste nevoi celorlalți oameni atunci când vor sosi? <p>După ce am răspuns la aceste întrebări, se face o punere în comun în întregul grup în care se încearcă să se găsească idei comune între diferitele grupuri și realitatea de pe Pământ. (10 minute)</p> <p>Grupurile primesc apoi o copie a Declarației Universale a Drepturilor Omului și au la dispoziție încă 20 de minute pentru a:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să indice care dintre nevoile pe care le-au identificat sunt incluse în Declarația Universală și care nu sunt. • Să identifice care dintre nevoile care apar ca drepturi în Declarație consideră că sunt garantate sau nu pe planeta noastră și de ce. <p>După aceea avem o discuție în care fiecare dintre grupuri explică: - Nevoile care apar ca drepturi. - Cele pe care le consideră garantate, cele care nu sunt și de ce. - Cum ar putea fi folosite pe planeta noastră mecanismele care au fost concepute pe noua planetă pentru a garanta aceste nevoi. (15 minute)</p> <p>La sfârșitul împărțirii, facem reflecția finală (15 minute):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Drepturile omului derivă din nevoile de bază comune tuturor ființelor umane. 2. Pentru a fi drepturi, acestea trebuie să fie reglementate prin lege și să aibă instituții care să le garanteze și mecanisme care să ceară respectarea lor. 3. Deși se nasc ca nevoi, ele trebuie legiferați. Mișcările sociale au luptat pentru recunoașterea lor juridică. 4. Garanțiile sunt mijloacele care asigură, protejează și promovează drepturile (legi, instituții, sisteme de reglementare, norme sociale). 5. Ele sunt valori legate de demnitatea umană (viață, libertate, egalitate, participare, bunăstare). Ele ghidează coexistența. 6. Cu toții avem aceleași drepturi, fără discriminare, deși acestea nu sunt întotdeauna garantate în mod egal peste tot. 7. A vorbi despre "drepturi de grup" nu înseamnă că acestea au drepturi exclusive, ci mai degrabă că, datorită vulnerabilității lor, necesită reglementări specifice pentru a le asigura o bucurie reală și egală. 	<ul style="list-style-type: none"> • documente • markere • copii ale Declarației Universale a Drepturilor Omului

Ziua 3 - Sesiunea 2: Nevoile tinerilor II



Poți găsi cântecul [aici](#).

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
10'	Energiser	Invitați pe toată lumea să învețe și să danseze Sirtaki, sau celebrul dans din Zorba Grecul. Nu trebuie să știți pașii exacti, ci doar să vă mișcați și să vă bucurați de energie.	<ul style="list-style-type: none">• boxă• muzică
45'	Joc de rol	<p>Împărțiți grupul în echipe de 4-5 persoane. Fiecare echipă are sarcina de a identifica o situație din organizațiile lor, care prezintă inegalități de gen, în orice mod, la orice nivel. În cazul în care nu au un exemplu concret, se pot inspira din ceea ce au auzit de la alții.</p> <p>Echipele au la dispoziție 20' pentru a pregăti o piesă de teatru (de 2-3 minute) care să prezinte situația tuturor. Apoi pot începe prezentările. Fiecare echipă joacă pe rând situația pe care o prezintă. După fiecare piesă de teatru, se discută despre ce observăm că se întâmplă acolo și ce părere avem despre ea. Este ceva obișnuit? Cum ar fi trebuit să reacționeze persoanele implicate?</p> <p>După vizionarea tuturor pieselor, putem duce discuția la un nivel mai general, vorbind despre cum credem că este situația în general în organizațiile de tineret și care sunt barierele în calea egalității de gen.</p>	<ul style="list-style-type: none">• nu aveți nevoie de nimic anume, dar vă încurajăm să folosiți spațiul și obiectele, folosindu-vă întreaga creativitate.






Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
20'	World Cafe	<p>Ca urmare a discuției anterioare, vom organiza o cafenea mondială pentru a discuta despre modalitățile de depășire a barierelor. Vom avea 5 mese cu 5 subiecte diferite de discutat. La fiecare masă, formatorul pregătește un flipchart cu următoarele texte:</p> <p>Prejudecăți inconștiente și Conștientizare de sine: În calitate de lucrători de tineret, cum ar putea propriile noastre prejudecăți de gen inconștiente să limiteze tinerii de la urmărirea anumitor interese sau activități și ce formare sau dezvoltare personală ne-ar putea ajuta să devenim mai conștienți de propriile prejudecăți de gen?</p> <p>1. Descoperirea talentelor și încurajarea intereselor diverse: Cum am putea descoperi talentele sau abilitățile ascunse ale tinerilor pe care aceștia se simt incapabili să le exploreze din cauza așteptărilor de gen și ce strategii am putea folosi pentru a încuraja egalitatea de gen în rândul tinerilor pentru a dezvolta o gamă largă de interese și abilități în afara normelor de gen?</p> <p>2. Sensibilitate și sprijin: Cum putem contesta în mod constructiv limitările de gen impuse tinerilor, fiind în același timp sensibili la experiențele trăite de aceștia și care sunt câțiva pași mici pe care am putea să îi facem în activitatea noastră pentru a valida diversele abilități și nevoi ale tinerilor din întregul spectru de gen?</p> <p>3. Validarea și implementarea programului: Care sunt câțiva pași mici și tangibili pe care i-am putea face în rolurile, programele și activitățile organizațiilor noastre pentru a valida diversele abilități și talente dincolo de spectrul de gen?</p> <p>4. Spații sigure: În calitate de lucrători de tineret și lideri, cum putem stabili și susține liniile directoare de comunicare care să permită tinerilor de toate identitățile de gen și interesele să se simtă respectați, apreciați și în siguranță emoțională la locul de muncă?</p> <p>Invitați participanții să se împartă în grupuri și să contribuie la fiecare întrebare, discutând cu persoanele din jurul mesei în următoarele 15 minute. Aceștia se pot deplasa liber de la o masă la alta, notându-și ideile pe flipchart-uri și încercând să acopere toate subiectele.</p>	<ul style="list-style-type: none">foi de flipchart cu subiectele de discuțiemarkere
15'	Gallery Walk	<p>Rugați grupurile să lipească flipchart-uri și să facă o plimbare de 10 minute în galerie. Participanții se plimbă, văd ideile altor grupuri și pun întrebări.</p> <p>Încheiere (5 minute) Încheiați activitatea cerând grupului să rezume principalele idei și învățăminte.</p>	

Ziua 3 - Sesiunea 3: O lume ideală pentru egalitatea de gen

Durata (timp)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
90'	Știri din lumea viselor (în aer liber, dacă este posibil)	<p>Facilitatorul împarte participanții în echipe de 3 sau 4 persoane. Aceștia vor fi însărcinați să relateze știrile într-o lume care a devenit egală între sexe.</p> <p>Fiecare grup primește materiale - foi de flipchart, creioane colorate, post-it-uri etc., și trebuie să creeze o ediție de revistă sau un clip video de știri, dintr-o societate în care egalitatea de gen este o realitate. Revista trebuie să aibă cel puțin 4 dintre următoarele capitole: * Parenting * Viața de familie * Locuri de muncă * Afaceri * Modă * Știință * Artă * Sex * Sport * Politică * Hobby-uri...</p> <p>Articolele nu trebuie să fie scrise efectiv până la sfârșitul exercițiului, dar trebuie să avem descrierea lor. La fel și cu imaginile/fotografiile incluse în revistă.</p> <p>Varianta în aer liber: Această sesiune poate avea loc în aer liber, chiar și într-o drumeție. Mersul pe jos stimulează imaginația. Pentru a face acest lucru, pregătiți seturi de notițe pe hârtie cu subiectele pentru fiecare grup. Un set are o culoare și toate subiectele. Hârtiile pot fi folosite și pentru a împărți grupul în echipe. Echipele mici sunt invitate să discute și să facă brainstorming pe drum, iar la întoarcerea din drumeție vor avea timp să realizeze materialele.</p> <p>Varianta de interior: Puteți scrie toate subiectele pe un flipchart. În cazul în care este nevoie, dați sarcina cu mai mult de 4 capitole.</p>	<ul style="list-style-type: none">• foi de flipchart• hârtii colorate• markere• pixuri• creioane colorate• etc.



GETTING BRINGS:



- less suffering + love without pain
- equal treatment & opp.
- men can express love
- less poverty
- we can reach our potential → less death & passion crimes
- better mental health for everyone
- better family relations - better community rel.
- safer spaces
- empathic leadership
- better health
- faster technological development
- less war
- less racism



În viitor, nu vor mai exista
femei lider.
Vor exista doar lideri.

Sheryl Sandberg

Ziua 3 - Sesiunea 4: Împlinirea visului

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
30'	Prezentările	Formatorul invită fiecare echipă, pe rând, să își prezinte știrile - 5 minute fiecare. Debriefingul ar trebui să includă întrebările: cum a fost pentru voi să vă imaginați o lume egală? ce a fost ușor? ce a fost dificil? cum v-ați simțit dacă ați citi astfel de știri în fiecare dimineață?	<ul style="list-style-type: none"> știrile realizate în sesiunile anterioare
15'	Brainstorming	Formatorul facilitează o sesiune de brainstorming pe tema: cum ar fi mai bună decât lumea noastră o lume în care egalitatea de gen? . În timp ce adunați ideile, asigurați-vă că acestea sunt explicate în mod clar. Formatorul poate juca chiar rolul unei persoane greu de convins, pentru a-i ajuta pe participanți să își clarifice punctele de vedere. Brainstormingul se încheie cu concluzia: Acesta este obiectivul pe care îl urmărim atunci când promovăm egalitatea de gen.	<ul style="list-style-type: none"> foi de flipchart markere
30'	Action Auction	Invitați participanții să ia un pix și o hârtie și să facă o listă cu toate modurile în care pot acționa pentru a face lumea din jurul lor un pic mai echitabilă. Nicio acțiune nu este prea mică. Aceștia au la dispoziție 10 minute pentru a-și căuta cu adevărat în creier. Când listele sunt gata, formatorul începe licitația. Cine a identificat 5 acțiuni? Cine a identificat 10? Cine oferă mai multe? Când găsești participantul cu cele mai multe acțiuni pe listă, acesta câștigă jocul. Apoi, invitați-i să își împărtășească lista de acțiuni. Invitați-i și pe ceilalți să împărtășească dacă s-au gândit la ceva care nu se află pe lista câștigătorului.	<ul style="list-style-type: none"> pixuri hârtie
15'	Evaluation of the day	<p>Reflecție individuală: Invitați participanții să se gândească timp de trei minute la ziua respectivă și să ia notițe (dacă doresc) în caietele lor. În fiecare zi de formare, vom adăuga un minut la reflecția individuală.</p> <p>Reflecție în grup: Va exista același grup de reflecție pe toată durata formării. Grupurile ar trebui să scrie/deseneze: Ce le-a plăcut cel mai mult în această zi + Care este cântecul zilei? + Gânduri pentru formatori. După ce au terminat, le pun pe toate într-un plic mare.</p>	

Ziua 4 - Reflectie în oraș

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
20'	Introducerea sarcinilor de lucru	Anunțați participanții că își vor petrece ziua în oraș. Acest lucru le va oferi șansa de a încerca să investigheze orașul, prin prisma genului. Pentru astăzi, ei își pot alege echipele și modul în care doresc să se organizeze, dar vor avea 2 sarcini mari de îndeplinit: <ul style="list-style-type: none">• să își folosească aparatele foto și să fotografieze orice lucru care îi face să se gândească la egalitatea de gen - poate fi o statuie, obiecte, oameni pe stradă care fac diferite activități, numele străzilor etc.• să realizeze cel puțin 3 interviuri cu oameni de pe stradă despre relația/experiența lor cu genul.	<ul style="list-style-type: none">• telefoane, camere foto, reportofoane
în funcție de cât le permite timpul	Explorarea orașului	Participanții merg în oraș. În cazul în care orașul este mai îndepărtat, faceți aranjamentele necesare pentru călătorie și numărați timpul de deplasare până la activitate. Această activitate este autodirijată, deci nu are neapărat nevoie de facilitare	
60 de minute	Evaluarea zilei	Each group will show their photos and recordings at the end of the day and will discuss their findings and conclusions.	



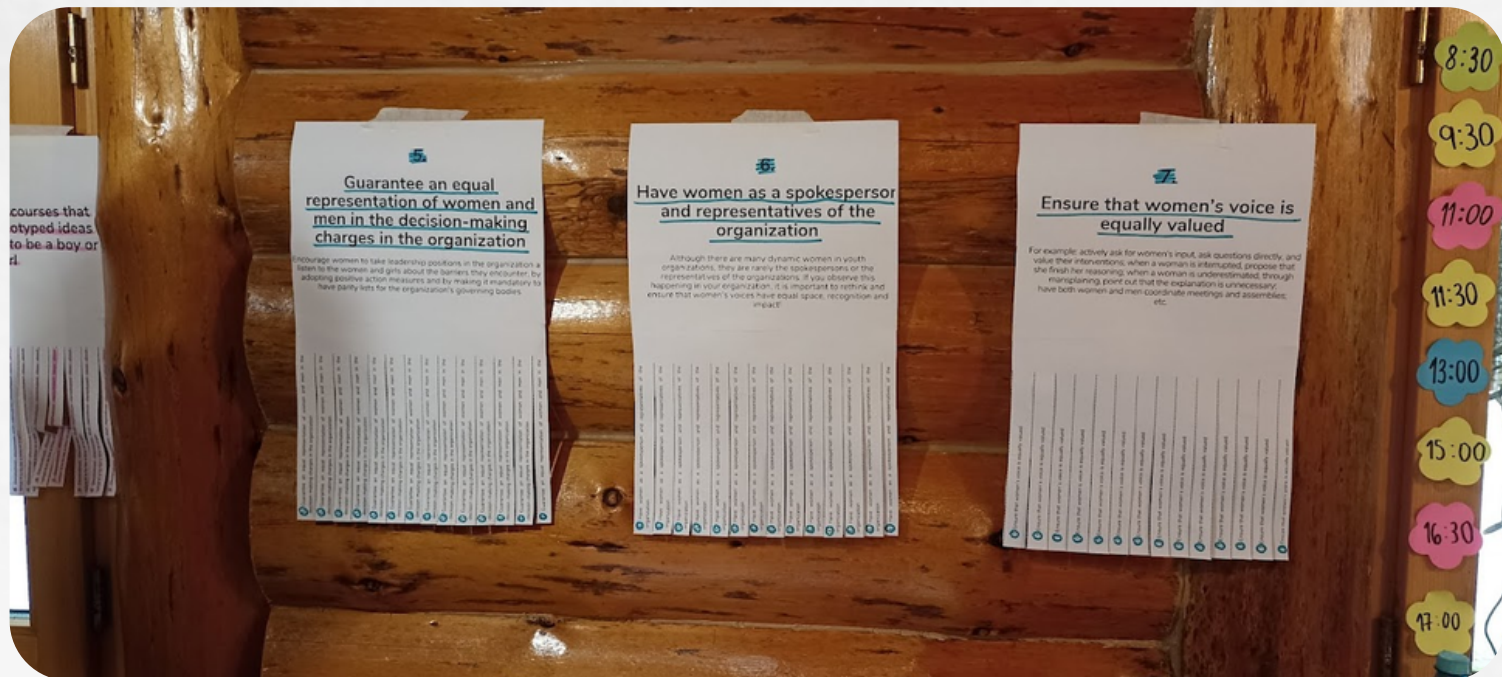
Ziua 5 - Sesiunea 1: Auto-diagnoza

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
5'	Prezentare	Pe scurt, echipa prezintă "Pas cu pas spre egalitate: un ghid pentru organizațiile de tineret".	<ul style="list-style-type: none"> • Video proiector
40'	Auto-diagnoza	<p>Formatorii prezintă instrumentul de autodiagnosticare și explică exercițiul. Fiecare participant se va gândi la practicile interne și externe ale organizației sale în legătură cu cele 6 dimensiuni: * Relevanța acordată subiectului * Conducerea și timpul de vorbire * Comunicarea * Activitățile * Hărțuirea sexuală și morală * Resursele umane.</p> <p>Fiecare dintre aceste dimensiuni are 5 întrebări - la care participanții trebuie să răspundă cu "da" sau "nu" - "da" poate fi interpretat ca "în mare parte da" și "nu" ca "în mare parte nu". După ce răspund la toate cele 30 de întrebări, participanții completează un tabel cu numărul de răspunsuri "da" și "nu", pentru a determina care sunt dimensiunile asupra cărora trebuie să se lucreze mai mult.</p> <p>Evidențiați faptul că există o tendință de a nega inegalitățile... Dar este probabil că există anumite aspecte și dimensiuni pe care le ignorăm în practica noastră zilnică în organizație, deoarece asimetriile de gen sunt în jurul nostru, peste tot, chiar dacă trec neobservate de privirile mai puțin conștiente. Organizațiile sunt efectiv influențate de contextele în care funcționează. Ele reflectă, la o scară mai mare sau mai mică, realitatea socială, care este inegală. Acest exercițiu este un "punct de plecare" care constituie un prim pas, unul esențial pentru a planifica măsurile de realizare a egalității de gen. Propunerea noastră este de a privi în interior: la modurile de operare, la locul tinerilor bărbați și al femeilor, la inițiativele promovate în comunități. Exercițiul se poate face în orice spațiu pe care participanții îl preferă. Aceștia își pot lua timpul necesar și</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Pixuri • Întrebările pentru auto-diagnoză Questions for self-diagnosis • grafice
40'	Împărtășirea rezultatelor diagnosticului	Revenind la exercițiul realizat în ziua precedentă, participanții împărtășesc cu grupul experiența lor de autodiagnosticare. Următoarele întrebări pot fi adresate pentru a începe și conduce conversația: Cum a fost să faceți acest exercițiu? La ce dimensiune credeți că trebuie să lucrați mai mult? Ați fost surprins de vreo întrebare? Au existat lucruri la care nu v-ați gândit niciodată? Credeți că acesta este un instrument util?	
5'	Concluzia	La finalul discuției, formatorii îi invită pe participanți să continue să exploreze acest instrument atunci când se întorc în organizația lor, menționând importanța de a răspunde la aceste întrebări și de a face această analiză în echipe, deoarece: procesele colective sunt mai bogate, chiar dacă nu sunt neapărat mai ușoare. Implicarea mai multor persoane în această fază de înțelegere a problemei, duce la o probabilitate mai mare ca acestea să se simtă implicate în găsirea de soluții, ceea ce le sporește angajamentul de a promova egalitatea de gen și de a combate discriminarea.	

Ziua 5 - Sesiunea 2: Măsuri de îmbunătățire

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
10'	Energiser	<p>Calul gonflabil</p> <p>Toată lumea stă în cerc. Formatorul conduce activitatea, iar participanții fac ceea ce face liderul. Instructorul bagă mâna într-un buzunar și scoate un cal gonflabil invizibil și foarte mic, pune calul jos, ia o pompă imaginară și începe să îl umfle. Participanții fac același lucru. Apoi, când caii sunt suficient de mari, se urcă cu toții. Apoi încep să călărească (comportându-se ca și cum ar fi). Apoi, pe parcursul călătoriei, întâlnesc diferite lucruri: o baltă pe drum (și trebuie să sară), o creangă care vine din dreapta (se feresc spre stânga), o turmă de oi (încetinesc), un festival cu mulți paparazzi (zâmbesc și se pozează), o mulțime de săteni (fac cu mâna). La un moment dat, se hotărăsc să pună capăt plimbării, coboară de pe cal, îl dezumflă și îl pun înapoi în buzunar, știind că pot oricând să ajungă la el atunci când au nevoie de puțină energie.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • imaginația
45'	Valiza plină cu măsuri de îmbunătățire	<p>Răspândite în toată sala sunt măsurile concrete ale ghidului pas cu pas. Fiecare participant primește o valiză de carton.</p> <p>Participanții sunt rugați să se uite în jur, să citească toate măsurile care conțin idei pentru a realiza egalitatea de gen în organizațiile de tineret și să le selecteze pe cele pe care le vor lua cu ei acasă, în propriile organizații. Pentru a face acest lucru, ei rup măsura din hârtie (ca și cum ar fi un anunț pentru o cameră de închiriat) și o lipesc de valiza lor. Ei ar trebui să se trezească cu o valiză cu mai multe măsuri.</p> <p>După aceea, participanții care doresc, pot împărtăși măsurile pe care le vor lua acasă și de ce. Următoarele întrebări pot fi adresate pentru a începe și conduce conversația:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ce măsuri aveți de gând să luați acasă, în organizația dumneavoastră? • Credeți că vor fi dificil de implementat? • Vă puteți gândi la altele care nu sunt aici, dar care ar putea fi? • Cum a fost să faceți acest exercițiu? • Există măsuri la care nu v-ați gândit niciodată? • Credeți că acesta este un instrument util? <p>Formatorii adaugă că toate aceste măsuri pot fi adoptate de organizațiile de tineret care se angajează să devină mai egale și mai incluzive. Unele dintre ele sunt potrivite pentru organizația fiecăruia, altele nu atât de mult. Unele vor fi ușor de implementat, altele vor necesita ceva timp.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Valize de carton • Măsuri imprimare și gata de tăiere • Lipici







Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
35'	Planul de egalitate	<p>Formatorii le propun participanților să aprofundeze și mai mult acest exercițiu, subliniind că, deși un plan de egalitate este un lucru pe care fiecare organizație ar trebui să îl facă în echipă, aici participanții vor experimenta, astfel încât să se simtă mai confortabil să conducă procesul la întoarcere. Formatorii împărtășesc matricea creată pentru ghid (a se vedea paginile 103/104) și trec în revistă fiecare căsuță și dau exemple concrete (a se vedea paginile 107/108):</p> <ul style="list-style-type: none">• Coloana 1 - Dimensiunea analizelor: selectați una dintre dimensiuni (recunoașterea importanței problemei, conducerea și timpul de vorbire, comunicarea, activitățile, hărțuirea sexuală și morală sau resursele umane);• Coloana a 2-a - Acțiunea / măsura (ce): descrieți măsura pe care o veți implementa;• Coloana a 3-a - Proceduri / etape (cum și când): descrieți, în mod detaliat, etapele și diligențele pe care le veți întreprinde pentru a pune în aplicare această măsură, trasând un calendar;• Coloana a 4-a - Persoane responsabile și persoane implicate (cine): scrieți numele persoanei/persoanelor care își vor asuma responsabilitatea de a coordona implementarea măsurii/acțiunii și al altor persoane care vor fi necesare;• Coloana a 5-a - Resurse financiare, tehnice și logistice (de ce avem nevoie pentru a implementa această acțiune/măsură): enumerați resursele care vor fi mobilizate (financiare, tehnice, logistice) în procesul de implementare a fiecărei măsuri/acțiuni;• Coloana a 6-a - Indicatori de dovezi/rezultate (cum putem ști dacă implementarea a fost un succes): introduceți indicatorii de rezultat. Ideea este de a răspunde la întrebarea: cum putem vedea că măsura / acțiunea a fost realizată cu succes? <p>Invitați fiecare participant să își ia 15 min pentru a exersa crearea propriului plan, luând cel puțin una dintre măsuri și trecând prin fiecare coloană, gândindu-se la ceea ce trebuie să facă pentru a implementa acea măsură specifică.</p> <p>Câteva idei pentru a le consolida la sfârșitul acestei sesiuni: Planul ar trebui elaborat în echipă (mai multe capete gândesc mai bine, iar cei care sunt implicați în planificare au mai multe șanse de a se implica mai mult în acțiunile și schimbările care urmează să fie implementate); Conducerea organizației nu poate fi scutită de participarea la conceperea acestui plan. Este foarte important ca aceștia să fie implicați în acest proiect încă de la început și să se angajeze în mod consecvent față de acest plan de acțiune; Planul și implementarea lui trebuie revizuite în mod constant și este important să stabiliți un moment pentru a face această monitorizare.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Flip chart cu matricea• Hârtii cu matricea pentru a fi distribuite participanților• Pixuri și markere

Ziua 5 - Sesiunea 3: Facilitarea procesului de învățare

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
10'	Introducere	Invitați participanții să se plimbe în liniște prin cameră. Formatorul va pune câteva întrebări, iar pe măsură ce le vin în minte răspunsuri, participanții trebuie să le împărtășească cu voce tare. Întrebări de reflecție pentru a începe sesiunea: "Cum putem noi, din rolurile noastre, să facilităm procesul de includere a egalității de gen în organizația noastră, în activitățile noastre? Care ar trebui să fie acțiunile noastre, atitudinea noastră, comportamentul nostru, metodele noastre?".	
35'	Învățarea experiențială	<p>Grupul se așează în cerc și este rugat să înceapă să numere de la 1 la 20, fără ca două persoane să spună același număr și fără a stabili reguli prealabile. Singura lor sarcină este să ajungă la 20, asigurându-se în același timp că creează spațiu în grup pentru ca toți participanții să poată număra, să intervină și să fie ascultați.</p> <p>După practică, facilitatorul discută experiența participanților (realizează debriefingul): Ce a trebuit să faceți? Care a fost sarcina? Cum v-ați simțit în timpul sarcinii / activității? Cu ce puteți relaționa activitatea? Există situații similare în viața de zi cu zi? Ce puteți transfera din această experiență în interacțiunile dumneavoastră zilnice?</p> <p>Se realizează debriefing-ul și se face legătura cu teoria ciclului de învățare experiențială a KOLB: Experiență, reflecție, generalizare și aplicare - la început doar am încercat, apoi am observat ce se întâmplă, am avut câteva idei, am încercat din nou etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Flipchart sau notițe din ciclul de învățare experiențială
30'	Identificarea stilurilor de învățare	<p>Stiluri de învățare - pentru a fi eficienți, vom scrie pe 4 foi de flipchart caracteristicile scurte ale celor 4 stiluri de învățare: Activ, Reflexiv, Teoretic și Pragmatic.</p> <p>Acestea sunt așezate pe podea, iar participanții sunt rugați să se poziționeze lângă stilul de învățare cu care rezonază. De asemenea, aceștia se pot plasa între stiluri sau la intersecția mai multor stiluri: 2 sau 3 sau chiar 4. Stilurile de învățare sunt apoi trecute în revistă de către participanți, care fac conexiuni cu propriile experiențe și aduc caracteristicile în mod concret. Apoi se face legătura cu Ciclul de învățare experiențială, facilitându-se în așa fel încât participanții să realizeze singuri că fiecare stil de învățare corespunde unei etape diferite. Rezumatul se încheie cu tipurile de activități specifice predării etapelor ciclului de învățare experiențială. Ca temă opțională pentru acasă, le oferim Chestionarul stilurilor de învățare.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 4 foi de flipchart cu descrieri ale stilurilor de învățare • testul online: https://www.mint-hr.com/mumford/
15'	Modelul ASK	Modelul de competențe ASK - Ce înseamnă o competență - Diagrama Venn: Cunoștințe, abilități, atitudini. Se dau exemple, în special de la participanți. Clarificarea diferenței dintre rolurile: profesor și facilitator.	<ul style="list-style-type: none"> • diagrama ask pe o foaie de flipchart

Activiștii se dăruiesc pe deplin noilor experiențe, fără să stea pe gânduri. Ei se bucură de "aici și acum" și sunt fericiți atunci când sunt dominați de experiențe de primă mână. Sunt deschiși la minte, nu sceptici, iar acest lucru îi face să fie entuziaști față de tot ceea ce este nou. Filozofia lor este "Într-o zi voi încerca totul".

Sunt predispuși să acționeze mai întâi și apoi să gândească la consecințe. Zilele lor sunt pline de activități. Ei abordează problemele prin brainstorming. Imediat după ce emoția unei activități a trecut, se implică în găsirea unei noi activități. Ei sunt înclinați să trăiască pentru provocarea și se plictisesc de lucrurile care necesită timp și repetiție.

Sunt comunicativi, în mod constant implicați în relațiile cu ceilalți și prin aceasta încearcă să atragă toate activitățile spre ei.

ACTIVE

LEARNS BEST:

- from new experiences & problems
- through games, competitions, role play
- in the spotlight
- when they are thrown in a task they think is difficult

STRENGTHS:

- flexible & openminded
- happy to try things
- happy to be exposed to new situations
- optimistic about anything and therefore, they respond well to change

WEAKNESSES:

- tend to take immediate & obvious action without thinking
- often take unnecessary risks & hog the spotlight
- rush in action without preparing enough
- get bored with implementation

REFLECTIVE

LEARNS BEST:

- when encouraged to watch, think & "chew" over activities
- if they are allowed to think before acting & assimilate before commenting
- when they have opportunity to review what happened and what they learned
- if they can reach a decision in their own time without pressure and tight deadlines

STRENGTHS:

- careful, thorough and methodical
- thoughtful
- good at listening to others and assimilating information
- rarely jump to conclusions

WEAKNESSES:

- tendency to hold back from direct participation
- slow to make up their minds and reach a decision
- tend to be too cautious and not take enough risks
- not assertive - they are not particularly forthcoming and are not good at "small talk"

Reflexivilor le place să stea departe de experiență, să se gândească la ea și să o observe din diferite perspective. Ei adună informații de primă mână și informații de la ceilalți și preferă să le analizeze în profunzime înainte de a ajunge la o concluzie.

Ceea ce contează pentru ei este colectarea și analiza cuprinzătoare a informațiilor, așa că preferă să amâne concluzia pentru cât mai târziu posibil.

Filozofia lor este "Fii atent". Acțiunile lor fac parte dintr-un proces mai tablou mai general care include trecutul și prezentul, împreună cu observațiile celorlalți și ale lor.

Teoreticienii își adaptează și integrează observațiile în teorii complicate, dar solide din punct de vedere logic. Aceștia se gândesc la problemele într-un proces vertical, logic, pas cu pas. Ei transformă fapte radical diferite în teorii armonioase. Sunt predispuși la profesionalism și nu se liniștesc până când problema nu este clarificată și organizată într-o schemă rațională.

Le place să analizeze și să sintetizeze. Sunt pasionați de gândirea bazată pe premise, principii, teorii, modele și sisteme. Filozofia lor elogiază rațiunea și logica: "Dacă este logic, atunci este bun". Întrebările pe care le pun adesea sunt: "Are acest lucru un sens", "Ce legătură are acest lucru cu celălalt?", "Care sunt condițiile prealabile pentru...?".

Ei sunt lipsiți de prejudecăți, analitici, dedicați obiectivității raționale și nu subiectivității și lucrurilor îndoielnice. Abordarea lor față de probleme este consecvent logică

THEORETICIAN

LEARNS BEST:

- if they have time to deeply explore the association and relationships between ideas, events & situations
- when in structured situations with clear purposes
- if they can question the method, the assumptions or logic behind things
- they are intellectually stretched

STRENGTHS:

- logical thinker
- rational & objective
- good at asking "probing" questions
- they have a disciplined approach

WEAKNESSES:

- restricted in lateral thinking
- low tolerance to uncertainty, disorder, and ambiguity
- intolerant of anything subjective or intuitive
- full of "should", "have to", and "must"

PRAGMATIC

LEARNS BEST:

- if they easily see the link between the topic and a problem, an opportunity, or the job
- when they see methods with obvious, practical advantages, applicable to what they do
- if they have the chance to try and practice techniques, with coaching & feedback from a credible expert
- when they can focus on practical issues

STRENGTHS:

- keen to test things out in practice
- practical, down-to-earth, realistic
- gets straight to the point
- technique oriented

WEAKNESSES:

- tends to reject anything that has no obvious application
- not very interested in theory or basic principles
- tend to "jump" on the first fast solution to any problem
- impatient with long texts or talks
- more task oriented than people oriented

Pragmaticii sunt dornici să încerce idei, teorii și tehnici pentru a vedea dacă acestea funcționează în practică. Aceștia caută idei noi și profită de orice ocazie pentru a le încerca. Sunt persoane care se vor întoarce de la un curs de formare în management pline de idei pe care vor să le aplice în practică. Le place să cunoască rapid lucrurile și acționează rapid și cu încredere. asupra ideilor care îi atrag. S

sunt nerăbdători în timpul discuțiilor care sunt pline de gânduri lungi sau sunt cu un deschiș final. Sunt persoane excepționale de practice, bine fundamentate, care rezolvă probleme și iau decizii practice.

Ei abordează problemele și noile oportunități ca pe o provocare. Filozofia lor este "Există întotdeauna o cale mai bună" și "Dacă funcționează, atunci este bună".

Sursa și mai multe informații aici: <https://www.salto-youth.net/tools/toolbox/tool/training-of-trainers-using-non-formal-learning-and-interactive-methods-in-youth-work-1978/>

Stilul activ

Învăță cel mai bine:

- din experiențe noi și rezolvare de probleme
- prin jocuri, competiții și jocuri de rol
- când sunt puși în fața unei sarcini care pentru ei pare greu de rezolvat

Puncte forte

- flexibili și deschiși la minte
- încântați să încerce lucruri noi și să fie expuși la experiențe noi
- optimiști la orice și ca atare se adaptează ușor la schimbare

Puncte slabe

- tind să acționeze imediat fără să se gândească prea mult
- adesea își asumă riscuri inutile
- se grăbesc să acționeze fără să se pregătească suficient
- se plictisesc în partea de implementare

Stilul reflexiv

Învăță cel mai bine:

- când sunt încurajați să se uite, să se gândească și să analizeze unele activități
- atunci când li se permite să se gândească înainte să acționeze & să asimileze experiența înainte să-și exprime părerea
- când au oportunitatea să revizuiască ce s-a întâmplat și ce au avut de învățat
- când pot să ia o decizie fără să fie presați de timp sau termene limite restrânse

Puncte forte

- atenți, minuțioși și cu o gândire metodică
- îi ascultă pe ceilalți și sunt buni la a asimila informații noi
- rar se grăbesc să tragă concluzii

Puncte slabe

- tind să rămână retrași și ezită să ia parte la acțiune directă
- sunt înceți atunci când trebuie să ia o decizie
- tind să fie precauți și nu își asumă îndeajuns riscuri
- nu sunt asertivi - nu sunt pricepuți la a purta discuții de suprafață

Stilul teoretician

Învăță cel mai bine:

- când au suficient timp să exploreze în profunzime
- asocierile și relațiile dintre idei, evenimente și diferite situații
- când se află în contexte bine structurate și au un scop clar de îndeplinit
- când pot să chestioneze metoda, ipotezele sau logica din spatele unei teorii
- când sunt provocați intelectual

Puncte forte

- gândire logică, raționali și obiectivi
- sunt buni la a formula și răspunde la întrebări
- au o abordare disciplinată în rezolvarea unei sarcini

Puncte slabe

- au toleranță scăzută la incertitudine, dezordine și ambiguitate
- intoleranți față de abordări intuitive sau subiective
- adesea folosesc expresia: "ar trebui să sau "trebuie să"

Stilul pragmatic

Învăță cel mai bine:

- când pot să observe cu ușurință legătura dintre subiectul de discuție și o problemă sau o sarcină pe care trebuie să o rezolve
- când văd că metodele propuse au avantaje practice evidente
- când au ocazia să încerce și să exerseze diferite tehnici sub îndrumarea și feedbackul unui instructor sau expert legitim.

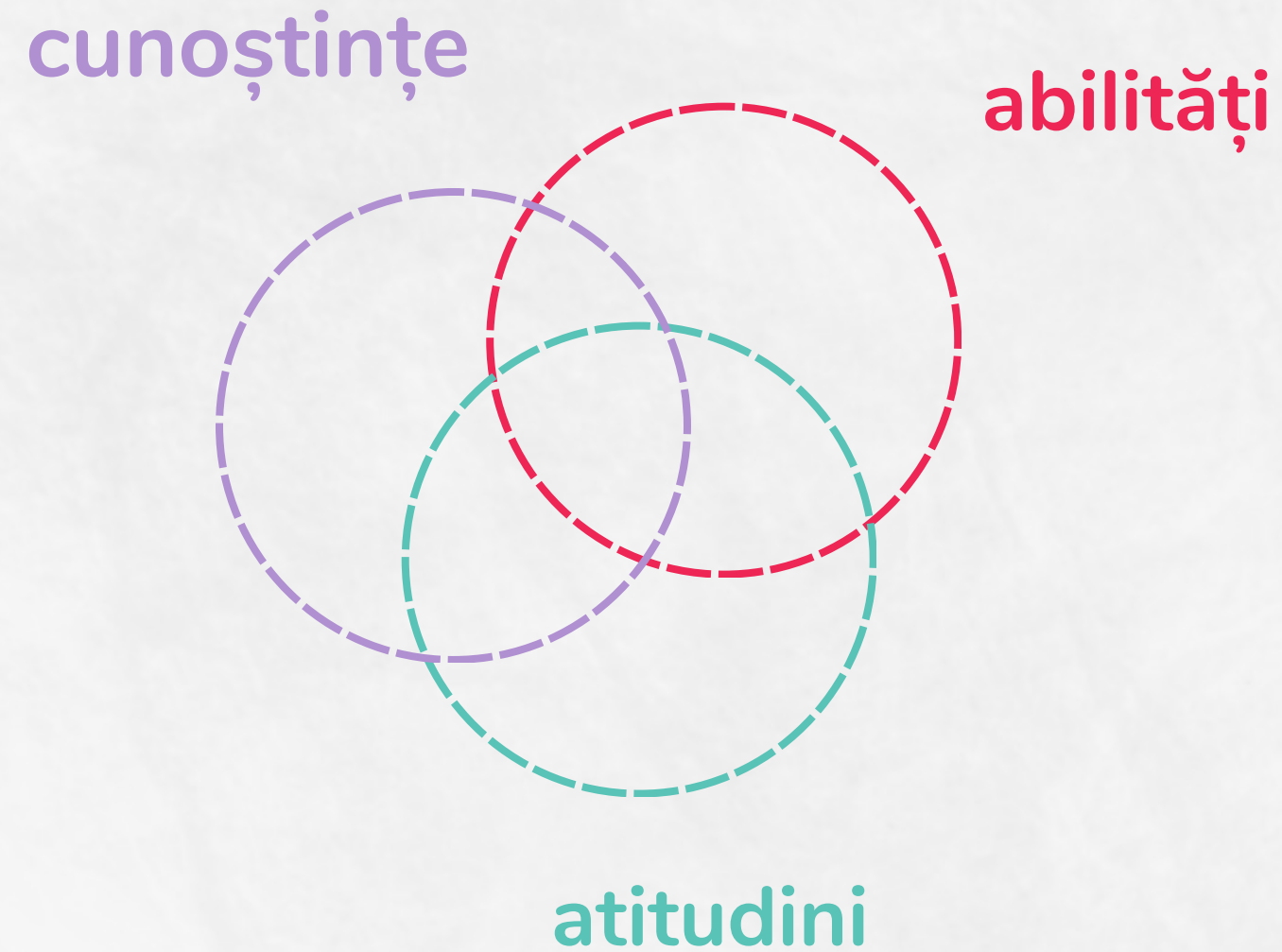
Puncte forte

- deschiși să testeze lucrurile în mod practic, realiști, cu picioarele pe pamânt
- orientați spre a urmări o tehnică

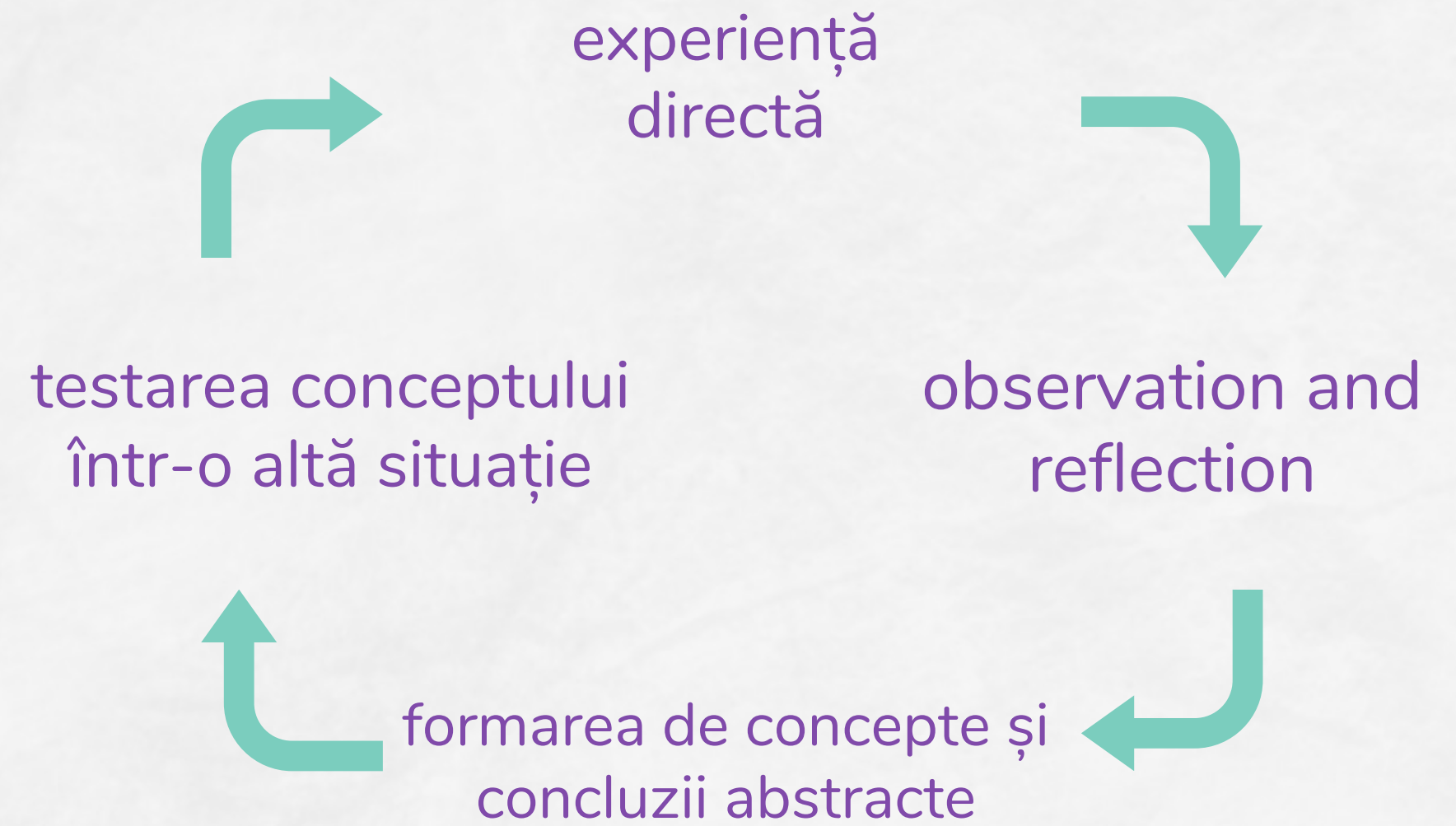
Puncte slabe

- tind să resping orice nu are o aplicare evidentă
- nu sunt interesați de teorie sau principii conceptuale de bază
- tind să pună în aplicare prima soluție ce le vine în minte și nu au răbdare să citească texte lungi sau să stea la discuții

Modelul ASK



Ciclul lui Kolb



Ziua 5 - Sesiunea 4: Facilitarea reflecției

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
40'	Exersează-ți întrebările	<p>Începeți sesiunea cu un joc experiențial care servește atât ca energizant, cât și ca introducere la subiect. Participanții se așează pe 2 rânduri și se vor întrece. Fiecare lider de rând va avea un dialog cu celălalt lider de rând. Dialogul poate consta doar în întrebări. Dialogul trebuie să aibă sens și să construiască o poveste.</p> <p>Dacă un participant face o afirmație în loc de o întrebare, acesta va merge la capătul rândului său. În cazul în care există o pauză prea lungă înainte de întrebare, acesta va merge la capătul rândului. Jocul va continua cu următoarele 2 persoane din rând.</p> <p>Întrebări de bilanț:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ce am făcut? care au fost regulile? cum ne-am descurcat? • cum a fost pentru noi să comunicăm doar prin întrebări? cât de ușor este să găsim întrebările potrivite? <p>Apoi, formatorul va facilita discuția spre tehnicile de a pune întrebări, subliniind posibilele capcane: * Întrebări multiple * Întrebări cu răspuns inclus * Întrebări moralizatoare * Întrebări de tendință * Întrebări dihotomice în condițiile în care se dorește un răspuns narativ * Întrebări neclare</p> <p>Se va vorbi și despre alte aspecte care pot bloca răspunsul real: contextul, spațiul, timpul disponibil, durata inadecvată, zgomotul, starea de sănătate, starea de oboseală etc.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Flipchart cu o listă de bariere în calea unei bune chestionări
50'	Metoda de debriefare	<p>Formatorul va facilita un exercițiu experiențial - provocarea cu paie (sau un alt exercițiu pe care îl considerați potrivit pentru acest grup) - în care participanții trebuie să lucreze în echipă pentru a pune pe pământ un șir de paie.</p> <p>Această sarcină ar trebui să fie ușor de îndeplinit, dacă se întâmplă o muncă de echipă excelentă. Pentru a vorbi despre metoda ORID, facilitatorul va împărtăși metoda ORID de debriefing (a se vedea pagina următoare), detaliind fiecare set de întrebări: Obiectiv, Reflexiv, Interpretativ și Decizional.</p> <p>După aceasta, fiecare participant va fi invitat să propună câteva întrebări de debriefing, aplicate la experiența de lucru în echipă pe care tocmai a trăit-o. Participanții sunt invitați să noteze câte o întrebare din fiecare set pentru exercițiul anterior, cu ajutorul întrebărilor, exersând în acest fel tehnica ORID. Pe măsură ce își împărtășesc întrebările, grupul va discuta și va decide dacă tipul de întrebare este corect conform categoriei indicate sau nu și cum ar putea fi reformulată.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Flipchart cu lista de întrebări pe cele 4 categorii: Obiectivă, de reflecție, interpretativă și decizională.

Modelul ORID de reflecție

set / tip

obiectiv / focus

exemple

O - Obiectiv

obținerea faptelor

Ce am făcut? Cum am făcut-o? Ce vă amintiți? Ce ați auzit sau văzut? Câți oameni erau acolo? Cine a fost implicat, ce s-a spus?

R - Reflectiv

identificarea emoțiilor

Cum v-ați simțit? Care a fost primul tău răspuns? Ce alte sentimente ați mai trăit? Ți-a plăcut sau nu? Cum vă amintiți reacția întregului grup? S-au schimbat sentimentele tale pe parcurs?

I - Interpretare

găsiți valoarea, sensul, lecția, trageți concluzii

Care ați spune că au fost punctele principale? Ce a însemnat acest lucru? Care au fost principalele mesaje? Ce ați învățat? Care dintre aceste acțiuni ar trebui să fie prioritare?

D - Decizional

planificarea acțiunilor viitoare

În ce fel puteți aplica ceea ce ați văzut astăzi la ferma dumneavoastră? Cum ar putea lucrurile pe care le-ați observat astăzi să schimbe ceea ce faceți la ferma dumneavoastră? Ce puteți folosi sau ce veți folosi sau ce veți urmări din ziua de astăzi? Ce ați spune despre acest eveniment unei persoane care nu a fost de față?

Ziua 6 - Sesiunea 1 & 2: Pregătiți-vă să facilitați!

durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
20'	Prezentarea sarcinilor de lucru	<p>Participanții sunt împărțiți în grupuri de 3-4 persoane. Fiecare grup are sarcina de a pregăti și de a facilita o activitate de grup pe tema egalității de gen. Participanții lor vor constitui întregul nostru grup de formare.</p> <p>Aceștia vor trebui să urmeze următoarele orientări: timpul alocat pregătirii - 150 de minute (60 de minute din prima sesiune, 90 de minute din următoarea sesiune) materialele necesare vor fi puse la dispoziție timpul de implementare (experiență + debriefing) va fi de 25 de minute feedback din partea colegilor și a formatorilor 20 de minute</p> <p>Țineți minte: Anunțați-ne dacă aveți nevoie de materiale diferite. Vă încurajăm călduros să vă coordonați între voi pentru a nu alege exact aceleași lucruri. Adresați orice întrebări sau sprijin din partea formatorilor, fie în acest moment, fie de-a lungul timpului de pregătire.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Flipchart cu criteriile
10'	AMA moment	AMA= Ask me anything este o sesiune de întrebări și răspunsuri. Formatorii vor răspunde la orice întrebare din partea participanților, despre facilitare, alegerea activităților, stabilirea obiectivelor sesiunilor, etc.	
60'	Pregătirea sesiunilor în echipe mici	Pregătirea echipelor - Echipele au la dispoziție o oră și toate materialele de care au nevoie pentru a începe să își pregătească sesiunile.	<ul style="list-style-type: none"> • În funcție de nevoile formatorilor

Ziua 6 - Sesiunea 3: Participanții devin formatori

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
10'	Introducere	<p>2 dintre echipe vor facilita în timpul acestei sesiuni. Formatorii le reamintesc tuturor următoarele:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitați-ne pe noi ca și cum ați facilita participanților voștri. Dacă este necesar, spuneți-ne cine suntem (tineri, femei dintr-un sat etc.). • După sesiunile de 25 de minute, "protagoniștii" vor avea ocazia să primească feedback atât de la facilitatori, cât și de la restul colegilor noștri. • Grupul va dezbate, de asemenea, potențialele obiective alternative ale exercițiilor & pune întrebări de clarificare din partea formatorilor. • Atunci când oferiți feedback, țineți cont de: Feedback-ul este un cadou - îl oferim și îl primim știind că persoana care îl oferă dorește să fim mai buni data viitoare. Asigurați-vă că împărtășiți ceea ce ați apreciat la fiecare sesiune, împreună cu ceea ce ați fi făcut diferit. Asigurați-vă că îl formulați astfel încât să fie explicit faptul că vă adresați unei situații sau unui comportament specific, nu unei persoane. Cu toții avem punctele noastre forte și domeniile noastre de îmbunătățit, s-ar putea să fim conștienți de unele și în necunoștință de cauză în privința altora - haideți să ne bucurăm de procesul de descoperire a modului în care ceea ce facem este văzut din exterior. 	<ul style="list-style-type: none"> • În funcție de nevoile formatorilor
80'	Sesiuni pe tema egalității de gen	<p>2 prezentări cu feedback</p> <p>Grupul 1 - 45 de minute.</p> <p>Grupul 2 - 45 de minute.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • În funcție de nevoile formatorilor

Ziua 6 - Sesiunea 4: Participanții devin formatori - partea a 2-a

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
80'	Sesiuni pe tema egalității de gen	<p>2 prezentări cu feedback</p> <p>Grupul 3 - 45 de minute.</p> <p>Grupul 4 - 45 de minute.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • În funcție de nevoile formatorilor
10'	Reflecție	Reflecție individuală - 6 minute, și reflecția obișnuită în grup.	

Ziua 7 - Sesiunea 1: Participanții devin formatori - partea a 3-a

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
10'	Energizer	Invitați unul dintre participanți să faciliteze un energizer pentru colegii lor. La urma urmei, toți sunt facilitatori acum!	
80'	Sesiuni pe tema egalității de gen	2 prezentări cu feedback Grupul 5 - 45 de minute. Grupul 6 - 45 de minute.	<ul style="list-style-type: none">În funcție de nevoile formatorilor



Ziua 7 - Sesiunea 2: Plan pentru viitor

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Needed Materials (links or lists)
30'	Reflecție	<p>Ne începem planul pentru viitor pe baza lucrurilor pe care tocmai le-am învățat. Îi invităm pe participanți la un moment de reflecție ghidat de câteva întrebări:</p> <p>Participanților li se dă un card de reflecție cu 3 coloane:</p> <ul style="list-style-type: none">• Un lucru pe care l-am (re)descoperit despre mine astăzi• Un lucru pe care l-am învățat ascultând/văzând prezentarea unui coleg.• Un lucru pe care l-am descoperit ascultând / văzând cum vorbește sau se comportă facilitatorul. <p>Alegeți să împărtășiți unul dintre cele trei în grupul mare.</p>	<ul style="list-style-type: none">• Flipchart cu întrebările de reflecție• fișe de reflecție pentru toți participanții
60'	Planificare	<p>Creați-vă propriul plan de sesiune. Unul pe care îl veți facilita în comunitatea dumneavoastră de acasă. Aceasta va fi o muncă individuală. Pentru a ajuta la planificare, participanții vor trebui să se gândească la:</p> <ul style="list-style-type: none">• ce vor ca participanții să învețe (obiectivele sesiunii)• metoda pe care doresc să o folosească• o metodă de evaluare• ordinea fiecărui moment - și să le aranjeze într-un tabel (durată, exercițiu, proces, materiale) <p>În timpul pregătirii, formatorii vor fi disponibili pentru întrebări sau consultații.</p>	<ul style="list-style-type: none">• hârtie / caiet de notițe• pixuri

Ziua 7 - Sesiunea 3: Evaluarea

Durata (minute)	Exercițiu	Metode & Procesul de lucru	Materiale necesare
30'	Reflecție de grup	<p>Pentru a pregăti aceste sesiuni, formatorii afișează pe pereți, pe mese sau pe podea materialele de formare utilizate în zilele precedente (flipchart-uri, agenda, diagrame, planuri, ziare etc.).</p> <p>Formatorul îi invită pe participanți să povestească ce s-a întâmplat pe parcursul întregii săptămâni, încercând să aranjeze amintirile în cronologia lor reală. Este un moment de rememorare și de solidificare a amintirilor, așa că nu uitați să includeți și emoțiile. Care parte a fost dificilă, care a fost distractivă? Sărbătoriți momentele petrecute împreună.</p>	
60'	Feedback	<p>Invitați participanții să se plimbe printre materialele de formare și să își scrie gândurile despre lecțiile pe care le-au învățat folosindu-le.</p> <p>Desenați niște grafice de tip "ochi de taur" și puneți-le lângă obiectivele de formare. Rugați participanții să indice cu un x gradul în care consideră că obiectivele au fost atinse. Puneți o muzică plăcută pe fundal.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • toate materialele de formare • markeri • muzică • flipchart cu grafice de tip "bulls-eye".

Day 7 - Session 3: Celebration

DURATION (minutes)	Exercise	Methods & Process	Needed Materials (links or lists)
90' or as long as it's needed	Celebration	<p>If possible, use the previous break to prepare for this last session. Gather all materials and put them out of sight. The room should be as empty and orderly as it can be. Try to bring some warmth by lighting some candles and playing some soft music. If possible, create sitting places on the floor - maybe with pillows? In the center place a deck of Dixit cards.</p> <p>Invite the participants to join you in this circle and share with the groups, in turn, what they take with them from this training. Remind them that this part is not going to be a discussion, and ask them to refrain from verbally reacting to what the others are sharing. This is a safe space, we already know each other really well by now, so everyone is free to share, without fear of judgment, whenever they feel ready.</p> <p>After the sharing is over, consider the possibility of a group hug, or at least a group photo.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • music • Dixit cards • printed diplomas



Maguri Racatan, 2023

Mulțumiri:

Acest proiect de formare nu ar fi fost ceea ce este astăzi fără participanții la cursul nostru de formare și fără dorința lor de a se implica, de a învăța și de a contribui, fără feedback-ul și sugestiile lor perspicace și amabile.

Alexia-Elena Bălășoiu
Ana-Yasmina Micu
Carolina Virtuoso
Clara Rodrigo Santano
Eduardo Marín Martínez
Elena Alfaro Sigüenza
Eva Jesus
Inês Agostinho Valador
Luis Tanoeiro
Mónica Pérez
Nice Maria Dumitru
Rafael Soares
Rita da Silva Lourenço
Timea Serb

Mulțumim!!!



**Co-funded by
the European Union**

Finanțat de Uniunea Europeană. Punctele de vedere și opiniile exprimate sunt însă numai ale autorilor și nu reflectă în mod necesar cele ale Uniunii Europene sau ale Agenției Executive Europene pentru Educație și Cultură (EACEA). Nici Uniunea Europeană și nici EACEA nu pot fi considerate responsabile pentru acestea.