

IŠVADOS

Anksčiau aprašyti praktiniai užsiėmimai ir mokymo elementai 6 mėnesius buvo bandomi penkiose skirtingose Europos šalyse organizacijose, dirbančiose su žmonėmis, turinčiais sunkias ir ilgalaikes psichines ligas (nuo 2016 m. spalio mėn. iki 2017 m. kovo mėn.). Čia pateikiamas trumpas kiekvienos šalies tikslinės grupės paaiškinimas, kad galėtumėte palyginti ją su grupe, su kuria dirbate, ir suprasti galimus rezultatus, kuriuos galite pasiekti įgyvendindami Chic & Craft mokymo kursą.

Kadangi projektas buvo įgyvendinamas penkiose skirtingose šalyse, su skirtingomis tikslinėmis grupėmis, skirtingo amžiaus, skirtingoje aplinkoje (kaimo ir miesto vietovės) ir aplinkybėmis, svarbu nepamiršti, kad poreikiai skiriasi. Netgi toje pačioje darbo grupėje galite rasti skirtingų poreikių, kurie daro didelį poveikį motyvacijai, taigi ir mokymo elementų pritaikymo sėkmei. Todėl, prašome atsižvelkite į šį dalyką, įgyvendindami Chic & Craft kursą ir jį pritaikykite atitinkamai.



Fundación INTRAS (Ispanija)



Chic & Craft mokymo kursas buvo įgyvendintas Toro miestelio dienos centre (provincija Zamora) – tai žemės ūkio veikla užsiimanti kaimo vietovė. Mūsų tikslinė grupė buvo sudaryta iš žmonių, sergančių sunkiomis ir ilgai trunkančiomis psichinėmis ligomis, daugiausiai šizofrenija ir kurių amžius yra nuo 40 iki 65 metų. Jų motorikos įgūdžiai dažniausiai yra stipriai pažeisti dėl ligos ir jie yra linkę save nuvertinti, neturi didelės motyvacijos ir stokoja gyvenimo tikslų.

Chic & Craft kursas buvo pasiūlytas žmonėms, kurie dalyvavo dienos centro veikloje iki šiol (apie 60 žmonių) ir galiausiai aštuoni žmonės, kurie susidomėjo visu tuo, reguliariai dalyvavo mokymuose. Pradedant projektą, mes nustatėme keletą problemų, su kuriomis mes turėsime susidurti, siekiant gauti gerų rezultatų: reikia pripratinti dalyvius (dažniausiai labai



individualizuotai) dirbti komandoje, be visų kitų poreikių, reikia skatinti ištvėrę, supažindinti su rutina arba skatinti atsakomybės jausmą.

Kurso tvarkaraštis buvo labai gerai apibrėžtas ir su aiškiais tikslais, su visiškai kitokiu darbo stiliumi, prie kurio dauguma dalyvių buvo pripratę.

Mes dirbome su vadovavimo gebėjimais ir ypatingą dėmesį skyrėme dviem atrinktomis mentorėms, kurių darbą mes norėtume pripažinti ir įvertinti. Šios moterys buvo pasirinktos, stebint jų teigiamą polinkį užsiimant seminaro metu, ir ši patirtis padėjo pagerinti ir sustiprinti jų atsigavimo procesą.

Chic & Craft projektas davė tam tikros naudos ir teigiamos patirties Toro INTRAS dienos centrui, taip pat:

- Padidėjo kiekvieno iš dalyvių **pasitikėjimas** savimi, jie pamatė, kad sugebėjo perdaryti visus pasiūlytus daiktus dėka jų darbo ir atkaklumo.
- Taip pat sustiprėjo **susitelkimas** ir jausmas priklausyti grupei (šiuo atveju Chic & Craft užsiėmimams).
- **Kūrybiškumo**, darbo su plastiką įgūdžių, estetinio jausmo bei **rankų ir motorikos įgūdžių** sustiprėjimas.

Visa ši nauda gali būti taikoma ne tik įgyti technines žinias, susijusias su mokymo kursu, bet ir dalyvių kasdieniam gyvenimui; taigi nauda yra akivaizdi!

Chic & Craft projektas suteikė dalyviams jausmą, kad per trumpą laiką jie dirbo sunkiai ir intensyviai su įvairiais gaminiais, kurie paskatino jų kūrybiškumą ir jų susidomėjimą tęstiniu mokymu savaitę po savaitės.

Jie taip pat išnagrinėjo perdirbimo sąvoką ir tūkstančius jos panaudojimo galimybių kitose dirbtuvėse, esančių tame pačiame centre. Jie dirbo dėl komandinio darbo svarbos, taip pat suvokdami Europos Sąjungos duodamą naudą kasdieniame jos piliečių gyvenime. Šia prasme dalyviai pabrėžė, kaip svarbu įgyvendinti projektą kartu su kitais Europos partneriais, tiesiogiai bendraujant su jais. Partnerių vizitas į Toro dienos centrą 2016 m. rugsėjo mėnesį padėjo išvengti rutinos ir sužadino kiekvieno smalsumą.

Dienos centre dirbančiam personalui "Chic & Craft" projektas suteikė naujų produktų, kurie ateityje bus tobulinami ir gerinami. Šie produktai bus parduodami „pop-up“ parduotuvėje, atidarytoje pagrindinėje Toro kaimo gatvėje. Šių specialistų požiūriu Chic & Craft mokymo



X-----X

kursas pagerino sugebėjimą dirbti komandoje ir nuodugniau išnaudoti įdomią metodiką: tarpusavio mokymąsi.

Abi kolegės-mentorės, apie kurias mes kalbėjome anksčiau, kurios buvo išmokytos dėka šio kurso, ir toliau atliks savo vaidmenį atnaujintų daiktų mados dirbtuvėse, kurios bus įkurtos kaip Chic & Craft projekto rezultatas nuolatiniam mokymo kursui vykdyti.



Projekto metu turėjome susidurti su sudėtingomis situacijomis, dauguma jų būdingos žmonėms su sunkiomis ir ilgai trunkančiomis psichinėmis ligomis. Mes įveikėme daugumą šių kliūčių, o komanda buvo sustiprinta po patirties, tačiau turime pripažinti, kad kai kurie buvo nepataisomi nuostoliai: du žmonės iš Chic & Crafts kurso, Blanca ir Cristina mirė. Mes norėtume, kad šios eilutės taptų duokle ir pripažinimu jų neįkainojamam darbui. Blanca, Cristina ir jų šeimos nariai bus amžinai mūsų prisiminimuose.



OZARA d.o.o. (Slovėnija)



Chic & Craft mokymo kursas buvo įgyvendintas mūsų organizacijoje vienoje iš reguliarių programų, pavadintų "socialinės įtraukties programa". Ši programa daugiausiai skirta žmonių su negalia darbinį gebėjimų palaikymui. Mūsų tikslinę grupę sudaro asmenys, kurie buvo oficialiai pripažinti neįdarbinamais (oficialus statusas iš Slovėnijos įdarbinimo tarnybos), neįgalūs asmenys, turintys I kategorijos statusą, kaip numatyta pensijų ir invalidumo draudimo nustatymo įstaigos, be jokios teisės į invalidumo pensiją pagal įstatymą, apibrėžiantį pensijų ir invalidumo draudimą bei asmenys, turintys psichinę ir fizinę negalią, kurie neturi jokios kitos galimybės gauti socialinio draudimo paslaugų. Įtrauktų asmenų amžius skiriasi, bet daugiausia yra 30-60 metų amžiaus.

Mūsų programoje numatyta labai svarbi dalis, skirta bedarbių žmonių gyvenimo kokybei gerinti, kiekvienai galimybei įgyti naujų įgūdžių ir žinių, siekiant savarankiško gyvenimo, teigiamos savimonės ir savigarbos.





Chic & Craft buvo pasiūlyta mūsų dalyviams siekiant patirti naują kūrybinį procesą su galimybe keistis ir dirbti su savo bendraamžiais ir dirbti kaip bendraamžių **mentoriais**. Mes pakvietėme gana daug dalyvių į įvadinę sesiją bandymo metu, kad sužinotumėte, kas tai yra. Žadindami smalsumą, nusprendėme, kad bandymas yra atvira galimybė ir erdvė laisvai patekti į grupę ir palikti ją asmeniškai nusprendus ar dėl kitų priežasčių. Maždaug **dešimt-trylika** dalyvių dalyvavo sesijose per šešis bandomosios praktikos mėnesius. Pagrindinis uždavinys buvo organizuoti siūlomą veiklą kitų reguliarių užsiėmimų metu, todėl mes nusprendėme dar prieš pradėdami, kad grupė turėtų būti atvira bet kuriuo metu, nepaliekant nei vieno be galimybės dalyvauti šiame bendrame kūrybiniame procese. Bendrieji tyrimų rezultatai ir išvados po bandymo buvo paprastai labai teigiamos. Išsamiausi ir svarbiausi atsiliepimai, gauti per visą bandymo laikotarpį, buvo mūsų dalyvių, gauti tiesiogiai po kiekvienos sesijos (**apie entuziazmą, problemų sprendimą, gaminant kai kuriuos daiktus, reikalingos pagalbos lygį, pagalbą, motyvaciją, bendraamžių palaikymą**). Tai reiškia, kad projekto poveikis mums kaip organizacijai ir mūsų dalyviams kartais negali būti išmatuojamas tik skaičiais, faktais ir statistiniais duomenimis – tai mums paliko kažką prisiminimui, tai, kas atrodė gera, ir jausmą, kad mes kažką pasiekėme kūrybiniame ir bendrame konstruktyviame procese.





CJD (Germany)



Chic & Craft mokymo kursas buvo įgyvendintas jaunų žmonių, kurie dalyvauja profesinio rengimo kursuose, skirtuose namų ūkiui, CJD įstaigoje. Iš pradžių jis buvo vykdomas CJD Bonn-Castel, kur profesinio mokymo kursas įtrauktas į konferencijų centrą ir svečių namus, pastaruosius kelis mėnesius projekto įgyvendinimas įvyko CJD-BBW Frechen, profesinio mokymo centre.

Tikslinės namų ūkio profesinio mokymo grupės dalyviai yra jauni žmonės, turintys mokymosi sutrikimų, fizinių negalavimų ir (arba) jutimo sutrikimų.



Projekto metu projekte dalyvavo maždaug 20 jaunų studentų iš skirtingų profesinio mokymo klasių. Vokietijos dualinio ugdymo sistema kartais sunkiai įtraukia studentus, nes ji turi gana griežtą mokymo programą, o tai reiškia, kad buvo išskiriamas egzaminų laikotarpis, o studentai turėjo atlikti praktiką kitoje darbo vietoje ir pan. Dėl to, kad projektas buvo vykdomas dvejų metų laikotarpyje, projekte dalyvavo studentai iš įvairių klasių. Projekto pradžioje pirmosios idėjos buvo sukurtos su viena iš moksleivių grupė: pasiūlymas dėl atnaujinamų produktų, jų poreikių įvertinimo ir kt. Tačiau bandomosios atnaujinamų produktų mados grupės ir praktiniai užsiėmimai, skatinantys bendraamžių mokymąsi, buvo





atliekami su kita grupe ir tie studentai, kurie teikė pasiūlymus, kaip atnaujinti gaminius nebuvo įtraukti į bandomąjį procesą bei neturėjo galimybės pasidžiaugti ir matyti galutinius atnaujintus gaminius.

Atlikdami Chic & Craft kursą, turėtumėte nepamiršti, kad mados skonis skiriasi tarp skirtingų klasių ir visoje Europoje, o tai turi įtakos norui dalyvauti konkrečiose sesijose.

Projektas suteikė ypatingų akimirų ir naudos grupei ir asmenims:

- ✓ **Džiaugsmas** jaunuolių akyse, kai jie sėkmingai sukūrė kažką naujo.
- ✓ Paskatino pasinaudoti savo **kūrybiškumu** ir sudomino toliau tęsti amatus.
- ✓ **Įvairovės supratimas**: būti kitokiu nėra blogai, kiekvienas ir viskas yra unikalūs.
- ✓ Būdamas grupės nariu ir ugdydamas pasitikėjimą, atspindi savo mentorių mokymus ir patirtį.





IASIS NVO (Graikija)



IASIS bandomosios sesijos psichinės sveikatos grupei prasidėjo dienos centre, esančiame Atėnų miesto centre. Tikslinė grupė buvo sudaryta iš besinaudojančių dienos centro paslaugomis, visi jie turėjo rimtų ar rimtesnių psichinės sveikatos problemų (šizofreniją, bipolinį sindromą), dauguma jų taip pat turėjo rimtų socialinių problemų (tokių kaip skurdas, palikti savo šeimos/turintys prastus santykius). Jų amžiaus intervalas buvo nuo 30 iki 55 metų, vyrai ir moterys dalyvavo vienodai, su nedidele moterų procentine persvara. IASIS pagrindiniams treneriams padėjo Europos savanorių tarnybos savanoriai, kuriems projektas buvo labai įdomus ir jie norėjo dalyvauti taip pat.

Penkiolikai dalyvių buvo suteikta galimybė dalyvauti sesijoje, kas sudaro dalyvavimo vidurkį nuo aštuonių iki penkiolikos žmonių per sesiją.

Chic & Craft mokymai prasidėjo paaiškinant saugos taisykles, naudojant medžiagas, kurios bus naudojamos mokymų metu, taip pat paaiškinant bendras taisykles, kad turi būti bendradarbiaujama ir bendraujama su visais dalyviais, taip pat visi jie turi būti punktualūs ir atvykti laiku.

Sesijų ir seminarų programos dėka dalyviai įgyja žinių ir patirties eksperimentuoti su kitomis medžiagomis ir metodais, tokiais kaip mezgimas, siuvimas ir rankdarbiai su skirtingomis medžiagomis. Visi bando rasti tinkamesnes jam/jai tinkančias priemones. Komandos bendradarbiavimas yra akivaizdus, parodo didelį susidomėjimą ir atsidavimą programai. Kiekvienas dalyvis, žinoma, turi savo atsakomąjį laiką. Kai kurie iš jų gali greitai suvokti technologijas, o kai kuriems kitiems reikia papildomų sesijų atlikti užduotims. Taigi grupė bando prisitaikyti savo poreikius. Improvizacija ir pažanga vystosi lėtai, bet stabiliai.

Kartais atlikimo lygis nebuvo toks aukštas. Bet tai gali nutikti kiekvienam, todėl nereikia nerimauti: visi turime "blogų dienų"!

Atrodo, kad tarpusavio mokymosi užsiėmimai yra sunkiausiai įgyvendinamos. Labiausiai tikėtina, kad jų bendrosios psichosocialinės sąlygos neleidžia jaustis galintiems atlikti mentoriaus ar kolegų vaidmenį. Su keliais motyvaciniais pratimais ir nuolatiniu pagalbinių parama, jie sugeba kai kuriuos iš jų sekti ir suprasti tarpusavio mokymosi naudą.





IASIS komanda paskatino juos parašyti po žodį apie savo jausmus po sesijos. Čia yra keletas teigiamų žodžių, kuriuos mes išrinkome: puiku, sielos galia, gamta, fantastinis, grožis, meilė (!)

Dalyvių susidomėjimas Chic & Craft užsiėmimais liko didelis iki pat jo pabaigos, nes jie visi buvo pilni entuziazmo ir noro gauti informaciją ir toliau ją įgyvendinti.

Kai kurie Chic & Craft metodologijos treneriams patarimai:

- ✓ Naudokite daugybę kūrybinių idėjų (t. y. skirtingų medžiagų, taip pat spalvų ir tekstūrų).
- ✓ Skatinkite juos! Kiekvienas produktas yra unikalus meno kūrinys, ir jiems yra svarbu tai suprasti.
- ✓ Nepraraskite vilties ir savo tikėjimo! Gal šiandien jie kažko nepadarė, bet jie tai padarys rytoj!
- ✓ Stenkitės rūpintis kiekvienu dalyviu individualiai.
- ✓ Kita vertus, kuo daugiau skatinkite darbą mažose grupelėse, kad galėtumėte parodyti kolektyvinio darbo naudą.
- ✓ Leiskite jiems juoktis, sukurkite džiaugsmo ir laimės sąlygas savo grupėje, naudokitės ledlaužius ir linksminkitės su savo komanda!





Valakupių reabilitacijos centras (Lietuva)



Mūsų grupę sudarė nuo keturių iki septynių dalyvių, kurių amžius nuo 36 iki 53 metų. Jie visi turėjo psichinę ligą, tačiau dauguma jų nebuvo labai sunkūs, išskyrus kai kuriuos turinčius depresiją. Jie turėjo gerus motorinius įgūdžius ir sugebėjo gerai suprasti užduotis.

Per pirmąją sesiją **susipažinome**, **nustatėme taisykles** (pagarba, konfidencialumas, nekalbate kai nenorite, jei norite, galite palikti projektą ir t. t.). Tada buvo prarastas įvadas apie skirtingus asmenybės tipus ir dalyviai turėjo puikią galimybę pamatyti, **kokie mes esame skirtingi**, ir sužinoti, kodėl.

Kai kurios užduotys buvo šiek tiek pakeistos ir pritaikytos pagal grupės nuotaiką; kiekviena darbo grupė yra kitokia, ir labai svarbu būti **lanksčiam** ir pasiūlyti dalyviams kiekvieną kartą tai, ko reikia.

Mes išmėginome emocinės laisvės techniką, skatindami fizinį kontaktą su dalyviais, ir turime pasakyti, kad jiems tai patiko! Mes labai švelniai lietėme pirštų galais kai kurias veido ir kūno vietas, labai palengvindami jiems atsipalaiduoti ir sumažinti skausmą (taip pat fizinį!).

Mes taip pat įtraukėme kai kuriuos Sokrato klausimus ir 14 "Kalbos žongliravimo" pavyzdžių (sistema, kuri jau kartą buvo sukurta, gali leisti jums visada pateikti atsakymą, kuris efektyviai išaiškina jūsų padėtį ir padės jums įtikinti, o ne būti įtikintam) tam, kad padėtume dalyviams, susiduriančiais su savo ribojančiais įsitikinimais ir vertybėmis. Dalyviams jie patiko ir mes rekomendavome perskaityti keletą naudingų knygų apie tai.





Jei ketinate pakartoti Chic & Craft mokymo kursą, rekomenduojame susiplanuoti sesijos mokymų eiliškumą, pradedant nuo lengvesnių. Idealus darbo grupės dydis yra **nuo aštuonių iki penkiolikos dalyvių**, jei jie yra protiškai stabilūs ir motyvuoti.

Seminaro pradžioje treneris nežino apie dalyvių sugebėjimus, todėl geriau pradėti nuo paprastos užduoties, pavyzdžiui, iš marškinėlių padarytos skaros ir tuo būdu paskatinti **dalyvavimą bei motyvaciją**. Tada darbuotojai žinos, kas greitai dirba, kurie dirba lėčiau, kuriems reikia daugiau paaiškinimų ar praktikos.

Kai kuriems pagamintiems produktams gali prireikti daugiau laiko praktikuojantis, pvz., iš senų megztinių padaryta kepurė. Dalyviai turi puikiai žinoti, kaip dirbti su siuvimo mašina, kol jie galės siūti ratu. Labai svarbu, kad laiko apskaičiavimai būtų pritaikyti lėčiausiam dalyviui, kad būtų **išvengta nusivylimo** ir pasimėgauta atliktu darbu. Jei dalyvis nenori atlikti kokios nors užduoties, tada pasiūlykite kitą, kuri būtų kitokia, svarbu būti **lanksčiam ir kūrybingam**.

Žmonės su psichine negalia teikia pirmenybę paprastoms užduotims, kurios reikalauja nemažai laiko ir kurių galutinis rezultatas suteikia pasitenkinimą ir džiaugsmą dalyviams. Tokios užduotys kaip: odinės sagės, individualus megztinis ar marškinėliai padaryti iš skarų, gali būti geras pavyzdys, kaip lengvai galima padaryti gaminius, kurie skatina dalyvius ir suteikia jiems teigiamų jausmų.

