



MERCURY

# МЕРКУРИ

# МЕТОДОЛОШКИ

# ВОДИЧ

Методолошки водич  
за омладинске  
раднике на основу  
истраживања  
академске  
литературе,  
предузетништва и  
оквира  
запосливости, те  
драма терапије,  
као и  
најсавременије  
анализе утицаја  
трауматских  
догађаја младих на  
њихов  
предузетнички и  
потенцијал  
запосливости.



Co-funded by  
the European Union

MSK:

ART+INN



## САДРЖАЈ

САДРЖАЈ .....	2
УВОД .....	3
ПАРТНЕРСТВО .....	5
О МЕРКУРИ МЕТОДОЛОШКОМ ВОДИЧУ .....	6
ОБРАЗЛОЖЕЊЕ ЗА ИНТЕГРАЦИЈУ ПРИСТУПА ПРЕДУЗЕТНИШТВА, ЗАПОШЉАВАЊА И ДРАМА ТЕРАПИЈЕ .....	7
ПРЕГЛЕД ЛИТЕРАТУРЕ .....	9
МЕЂУ-ПОВЕЗАНОСТ ТРАУМЕ, ПРЕДУЗЕТНИШТВА И ЗАПОШЉИВОСТИ .....	11
ПОТЕНЦИЈАЛНЕ БАРИЈЕРЕ И ИЗАЗОВИ СА КОЈИМА СЕ МОГУ СУОЧИТИ ОСОБЕ КОЈЕ СУ ПРЕЖИВЕЛЕ ТРАУМУ ВЕЗАНЕ ЗА ПРЕДУЗЕТНИШТВО И МОГУЋНОСТИ ЗАПОШЉАВАЊА .....	15
ПОСТОЈЕЋИ ОКВИРИ О ПРЕДУЗЕТНИШТВУ И ЗАПОШЉАВАЊУ .....	17
МЕРКУРИ ОКВИР ВЕШТИНА .....	19
КЉУЧНЕ ВЕШТИНЕ И КОМПЕТЕНЦИЈЕ ПОТРЕБНЕ ЗА РАД СА МЛАДИМ ЉУДИМА СА ПТСП-ом НА ПРЕДУЗЕТНИШТВУ .....	22
ДРАМА ТЕРАПИЈА У РАДУ СА МЛАДИМ ЉУДИМА СА ПТСП-ом НА ПОВЕЋАЊУ ПРЕДУЗЕТНИЧКИХ И ВЕШТИНА И КАПАЦИТЕТА ЗАПОШЉИВОСТИ .....	24
ПРЕДНОСТИ КОРИШЋЕЊА ДРАМА ТЕРАПИЈЕ У РАДУ СА МЛАДИМ ЉУДИМА СА ПТСП-ом НА РАЗВОЈУ ЊИХОВИХ ПРЕДУЗЕТНИЧКИХ ВЕШТИНА И КОМПЕТЕНЦИЈА ЗАПОШЉАВАЊА .....	26
АНАЛИЗА ТРЕНУТНОГ СТАЊА .....	28
ПОСТОЈЕЋЕ СТУДИЈЕ СЛУЧАЈА О МЕЂУ-ПОВЕЗАНОСТИ ИЗМЕЂУ ТРАУМЕ, ПРЕДУЗЕТНИШТВА, ЗАПОШЉАВАЊА И ДРАМА ТЕРАПИЈЕ .....	30
СМЕРНИЦЕ ЗА ОМЛАДИНСКЕ РАДНИКЕ НА ДРАМСКОЈ ТЕРАПИЈИ ЗА УНАПРЕЂЕЊЕ ПРЕДУЗЕТНИЧКИХ ВЕШТИНА КОД МЛАДИХ СА ПТСП-ом .....	35

## УВОД

### О МЕРКУРИ пројекту

#### Циљеви

- Разумети везу трауме са предузетништвом и потенцијалом за запошљавање младих људи у 4 партнерске земље.
- Развити иновативни методолошки водич, алатке и препоруке за боље опремање омладинских радника.
- Подржати младе да превазиђу трауме и повећају своје благостање, запосливост и предузетништво.
- Да допринесе развоју компетенција омладинских радника у подршци младима.
- Да допринесе иновативнијем и функционалнијем систему омладинског рада у ЕУ.

#### Имплементација

Активности обухватају 1) израду Методолошког водича, који обухвата анализу посттрауматске теорије раста, најбоље драма праксе, анализу односа трауме младих према предузетништву и запосливости у партнерским земљама и скупа МЕРКУРИ-ових предузетничких вештина 2) комплет алата од 25 пракси драма терапије, укључујући дигиталну 3) препорука за омладинске раднике да подрже младе људе у раним фазама трауме и очувају њихов предузетнички и потенцијал за запошљавање.

#### Резултати

Током пројекта директно ће бити укључено 220 младих људи који су доживели трауматичне догађаје, 172 омладинска радника и око 15.000 људи онлајн. Поред побољшаних вештина укључених младих људи, омладинских радника и пројектног особља, очекује се да ће партнерство представити однос трауме и предузетништва младих и потенцијала за запошљавање према земљама ван партнерства, како би инспирисало и подстакло позитивне промене на европском нивоу.

#### Дефиниције и објашњења појмова везаних за пројекат МЕРКУРИ

У контексту овог пројекта, важно је разјаснити дефиницију „трауме“ која се односи на искуства младих људи. Док се термин „траума“ обично повезује са психолошком траумом и њеним клиничким импликацијама, неопходно је успоставити јасно разумевање у оквиру овог пројекта.

За потребе овог пројекта „трауму“ дефинишемо као изазовна или тешка искуства са којима се млади могу сусрести током свог живота. Ова искуства могу укључивати, али нису ограничена на личне неуспехе, социо-економске недостатке, дискриминацију, губитак или значајне животне промене. Кључно је напоменути да ова дефиниција не обухвата клиничко или дијагностичко разумевање трауме јер се она односи на стања менталног здравља.



Усвајањем ове дефиниције, циљ нам је да признамо и одговоримо на различите препреке и тешкоће са којима се млади људи могу суочити, а који могу утицати на њихов предузетнички потенцијал и потенцијал за запошљавање. Препознавање потенцијалног утицаја ових изазовних искустава омогућава нам да развијемо свеобухватнији приступ подршци младим појединцима у њиховим предузетничким настојањима и побољшању њихових вештина запошљивости.

У овом водичу ћемо истражити како ова тешка искуства могу обликовати перспективе, мотивацију и способности младих људи у вези са предузетништвом и запошљивошћу. Разумевањем и реаговањем на утицај ових искустава, омладински радници могу пружити циљану подршку, створити инклузивно окружење и понудити прилагођене стратегије како би помогли младим појединцима да превазиђу баријере и максимизирају свој потенцијал.

Важно је нагласити да фокус овог пројекта на трауму није намењен дијагностиковању или пружању клиничких интервенција за ментално здравље. Уместо тога, настоји да створи свест, осетљивост и реаговање на изазове са којима се сусрећу млади људи и њихове потенцијалне импликације на њихова предузетничка и запошљива путовања.

Усвајањем ове дефиниције трауме специфичне за пројекат, можемо обезбедити јасан и релевантан оквир за разумевање и решавање тешких искустава са којима се млади људи могу сусрести, промовишући њихову отпорност и подржавајући њихов раст предузетништва и запошљивости.



## ПАРТНЕРСТВО

### **Miejska Strefa Kultury w Łodzi Poland Łódź** (Установа из јавног сектора) – Координатор

МСК је јавни културни центар који суфинансира Општина Лођ. Главни циљ МСК-а је да одговори на уметничке и културне потребе локалне заједнице у области неформалног и информалног образовања. Мисија МСК-а је да образује одрасле и омладину, пропагира културу, анимира и интегрише локалну заједницу.

### **Menas ir inovacijos** (НВО) – Партнер

АРТ+ИНН је непрофитна организација која уједињује ентузијасте и искусне професионалце који верују у велики значај сарадње УМЕТНОСТИ и НАУКЕ. Мисија организације је да споји свет уметности и свет науке како би се створила просперитетна и одржива синергија иновација, креативности и масовног предузетништва.

### **Београдска академија пословних и уметничких струковних студија** (ВШУ) – Партнер

Београдска академија пословних и уметничких струковних студија (БАПУСС) је прва и водећа акредитована високошколска установа у Србији у областима информационих система и технологија, финансија, рачуноводства, банкарства, пореза и царина, јавне управе, менаџмента, маркетинга, уметности, и дизајна.

БАПУСС се састоји од 2 одсека: Одсек за пословне и информатичке студије и Одсек за уметност и дизајн.

Власништво: Јавно, Основано 1956. године, Број запослених: 310, Број студената: 8.000.

### **LATERNA MAGICA** (НВО) – Партнер

LATERNA MAGICA је основана да креира захтевне и јединствене културне и образовне пројекте у Мађарској и иностранству. Организација има искуство у управљању пројектима на нивоу ЕУ и јаку везу са мађарским културним и образовним институцијама и организацијама. Основана: 1998.



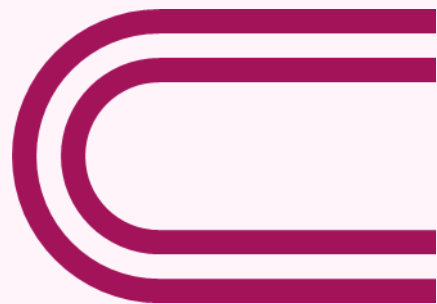
## О МЕРКУРИ МЕТОДОЛОШКОМ ВОДИЧУ

### Сврха

Сврха МЕРКУРИ методолошког водича је да пружи омладинским радницима свеобухватан методолошки оквир за подршку младим људима погођеним трауматским догађајима на њиховом предузетничком путу и путу за запошљавање. Има за циљ да интегрише увиде из академске литературе, оквира предузетништва и запошљивости, драмску терапију и најсавременију анализу утицаја трауме на потенцијал младих људи. Пратећи овај водич, омладински радници могу стећи дубље разумевање утицаја трауме и стећи практичне алате и стратегије за ефикасну подршку и оснаживање младих погођених траумом у њиховој потрази за предузетништвом и запошљивошћу.

### Обухват (поље деловања)

МЕРКУРИ методолошки водич обухвата мултидисциплинарни приступ, који се ослања на истраживање академске литературе, успостављене оквира за предузетништво и запошљивост, принципе драма терапије и најсавременију анализу. Истражује укрштање између трауме, предузетништва, запошљивости и драма терапије како би се пружила холистичка перспектива на рјешавање јединствених потреба и изазова са којима се суочавају млади појединци погођени трауматским догађајима. Водич нуди методолошке препоруке за омладинске раднике, наглашавајући приступе засноване на трауми, интеграцију техника драма терапије, стварање сигурних и инклузивних простора и сарадњу са релевантним професионалцима. Такође се наглашава важност текуће евалуације и прилагођавања како би се осигурала ефикасност и утицај интервенција. У крајњем, истиче се и важност решавања трауме и њеног утицаја на предузетнички и потенцијал запошљивости младих људи.



## ОБРАЗЛОЖЕЊЕ ЗА ИНТЕГРАЦИЈУ ПРИСТУПА ПРЕДУЗЕТНИШТВА, ЗАПОШЉАВАЊА И ДРАМА ТЕРАПИЈЕ

Образложење за интеграцију приступа предузетништва, запошљивости и драма терапије лежи у потенцијалним синергијама и користима које произилазе из њихове комбинације. Ево неколико кључних тачака које објашњавају образложење:

1. **Холистички приступ:** Предузетништво и запошљивост се фокусирају на развој практичних вештина, знања и компетенција у вези са пословањем, иновацијама и спремношћу за каријеру. Драма терапија, с друге стране, користи креативно изражавање, игру улога и приповедање како би се позабавила емоционалним, психолошким и интерперсоналним аспектима. Интеграцијом ових приступа можемо обезбедити холистички систем подршке који се бави практичним и емоционалним потребама младих појединаца.
2. **Креативно изражавање и исцртавање:** Драма терапија нуди јединствен пут за младе људе да истраже своје емоције, искуства и идентитете у безбедном окружењу које пружа подршку. Омогућава креативно изражавање, машту и отелотворење различитих перспектива. Укључујући драмску терапију у програме предузетништва и запошљивости, млади појединци могу да искористе своју креативност, развију самосвест и стекну увиде који могу побољшати њихов предузетнички начин размишљања и способности решавања проблема.
3. **Самопоуздање и комуникацијске вештине:** Технике драма терапије, као што су играње улога и импровизација, могу повећати самопоуздање и комуникацијске вештине. Ове вештине су од суштинског значаја за предузетништво и запошљивост, где ефикасна комуникација, умрежавање и презентовање идеја играју кључну улогу. Драма терапија пружа јединствену прилику младим појединцима да вежбају и усаврше своје комуникацијске вештине, изграде самопоуздање и развију осећај присуства и аутентичности.
4. **Емоционална регулација и отпорност:** Трауматска искуства могу утицати на емоционалну регулацију и отпорност. Драма терапија нуди алате и технике за истраживање и управљање емоцијама, развој стратегија суочавања и изградњу отпорности. Интеграцијом драма терапије у програме предузетништва и запошљивости, млади појединци могу развити емоционалну интелигенцију, побољшати своју способност прилагођавања изазовима и изградити отпорност неопходну за навигацију кроз успоне и падове предузетничког и радног окружења.
5. **Емпатија и интърперсоналне вештине:** Драма терапија негује емпатију, разумевање и способност опажања и повезивања са емоцијама и перспективама других. Ове међуљудске вештине су драгоцене у предузетништву и запошљивости, јер доприносе ефикасном тимском раду, лидерству, односима са клијентима и преговарању. Укључујући драмску терапију, млади појединци могу побољшати своје емпатичне



вештине, неговати позитивне односе и развити дубље разумевање различитих перспектива.

6. **Присјуй заснован на ѿрауми:** Драма терапија пружа приступ заснован на трауми у решавању изазова повезаних са траумом и подржавању лечења. Интеграцијом драма терапије у програме предузетништва и запошљивости, стварамо безбедно и подржавајуће окружење које узима у обзир специфичне потребе и покретаче младих погођених траумом. Овај приступ заснован на трауми осигурава да се појединци осећају поштовано, потврђено и подржано док истражују свој предузетнички потенцијал и потенцијал за запошљавање.
7. **Лични расј и саморекфлексија:** Драма терапија нуди могућности за лични раст, саморекфлексију и истраживање нечијих снага, тежњи и вредности. Укључујући драмску терапију у програме предузетништва и запошљивости, млади појединци могу да се укључе у интроспекцију, идентификују своје страсти, разјасне своје циљеве и ускладе своје предузетничке или каријерне путеве са својим личним вредностима и осећајем сврхе.





## ПРЕГЛЕД ЛИТЕРАТУРЕ

### а) Траума и њен утицај на младе

Бројне студије су истакле штетне ефекте трауме на психичко благостање младих појединаца (Briere & Scott, 2015; Copeland et al., 2007). Траума може довести до симптома као што су анксиозност, депресија и ПТСП, што може ометати њихов предузетнички потенцијал и потенцијал за запошљавање.

Истраживања су показала да траума може створити препреке за успех у предузетништву и запошљавању утичући на самопоштовање, поверење, комуникацију и механизме суочавања (Hammen et al., 2012; Mersky & Topitzes, 2010).

Трауматска искуства током младости могу имати дуготрајне ефекте на когнитивне, емоционалне и аспекте понашања, утичући на развој вештина и компетенција неопходних за успех предузетништва и запошљивости (Pynoos et al., 2015; Waddell et al., 2006).

### б) Омладинско предузетништво и запошљивост

Оквири предузетништва и запошљивости наглашавају стицање вештина и компетенција као што су решавање проблема, креативност, комуникација и прилагодљивост (European Commission, 2020; World Economic Forum, 2020). Ове вештине су кључне за успех предузетништва и запошљавања.

Истраживања су показала да програми предузетништва и запошљивости могу побољшати самоефикасност, мотивацију и спремност за каријеру међу младим појединцима (Lackeus, 2015; Neck et al., 2014).

Међутим, мало пажње је посвећено утицају трауме на развој ових вештина и компетенција, наглашавајући потребу за приступима заснованим на трауми у оквиру програма предузетништва и запошљивости.

### с) Користи од драма терапије

Утврђено је да је драма терапија, креативан и искуствени приступ, ефикасна у решавању изазова повезаних са траумом и промовисању добробити (Emunah, 2017; Johnson, 2012).

Студије су показале да технике драма терапије, као што су играње улога, импровизација и причање прича, могу побољшати самоизражавање, комуникацијске вештине, емоционалну регулацију и емпатију (Vaim et al., 2015; Landy, 2015).

Драма терапија пружа безбедно и подстицајно окружење за младе појединце да истраже своје емоције, изграде отпорност и повећају самопоуздање, што је драгоцен предност у предузетништву и запошљивости.

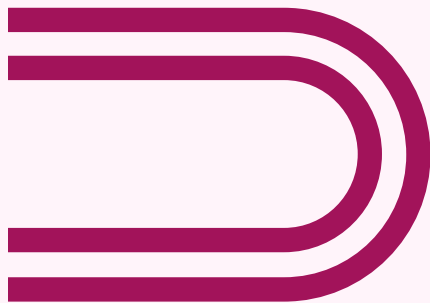
### д) Приступи засновани на трауми и интеграција драма терапије



Приступи засновани на трауми наглашавају безбедност, поверење, сарадњу и оснаживање у раду са особама погођеним траумом (Harris & Fallot, 2001; Substance Abuse and Mental Health Services Administration, 2014).

Интегрисање драма терапије у програме предузетништва и запошљивости на основу информација о трауми може обезбедити холистички систем подршке који се бави емоционалним, психолошким и практичним потребама младих појединаца погођених траумом.

Постоји ограничено истраживање о интеграцији драма терапије у контексту предузетништва и могућности запошљавања. Међутим, принципи и предности драма терапије чине је обећавајућим приступом за побољшање природе ових програма заснованих на трауми.



## МЕЂУ-ПОВЕЗАНОСТ ТРАУМЕ, ПРЕДУЗЕТНИШТВА И ЗАПОШЉИВОСТИ

Међу-повезаност између трауме, предузетништва и запошљивости је важна област проучавања, јер трауматски догађаји могу значајно утицати на потенцијал и аспирације младих људи у овим доменима.

Разумевање пресека између трауме, предузетништва и могућности запошљавања наглашава потребу за приступима заснованим на трауми у подршци младим појединцима погођеним траумом. Наглашава важност рјешавања питања менталног здравља и благостања, изградње отпорности и пружања прилагођене подршке и ресурса како би се помогло младим људима да превазиђу баријере које постављају трауматична искуства. Интегрисањем пракси заснованих на трауми у оквиру програма предузетништва и запошљивости, можемо створити окружење које подстиче лечење, оснаживање и реализацију потенцијала младих у овим областима.

Ево анализе о томе како трауматски догађаји могу утицати на предузетнички потенцијал младих и могућност запошљавања:

### Утицај на психичко благостање

Трауматични догађаји могу имати дубоке ефекте на психичко благостање младих појединаца. Искуства као што су злостављање, насиље или губитак могу довести до симптома анксиозности, депресије и посттрауматског стресног поремећаја (ПТСП). Ови изазови менталног здравља могу утицати на самопоштовање, самопоуздање и мотивацију, који су од суштинског значаја за предузимање предузетничких подухвата и успостављање успешних путева запошљавања.

### Ослабљена самоефикасност и перцепција ризика

Траума може нарушити нечију самоефикасност, што се односи на веру у сопствену способност да изврши задатке и постигне циљеве. Млади људи који су доживели трауму могу сумњати у своју способност, оклевати да преузму ризик и осећају појачан осећај рањивости. Ова смањена самоефикасност може ограничити њихову спремност да се укључе у предузетничке активности или траже могућности запошљавања.

### Поверење и међуљудски односи

Трауматични догађаји могу пореметити способност младе особе да верује другима и успостави здраве међуљудске односе. Предузетништво и запошљивост често захтевају сарадњу, умрежавање и изградњу односа са менторима, партнерима и клијентима. Међутим, појединци са историјом трауме могу се борити да развију и одрже поверење, ометајући њихову способност да формирају виталне везе у пословном или пословном свету.

### Комуникацијске и друштвене вештине



Ефикасна комуникација и друштвене вештине су неопходне за успех предузетништва и запошљивост. Трауматични догађаји могу утицати на способност младе особе да се изрази, артикулише своје идеје и укључи се у значајне интеракције. Потешкоће у комуникацији и друштвеним вештинама могу ометати умрежавање, представљање пословних идеја или добар учинак на интервјуима за посао.

#### **Механизми суочавања и отпорност**

Траума може пореметити развој здравих механизма суочавања и отпорности. Млади људи који су доживели трауматичне догађаје могу да се боре са емоционалном регулацијом, управљањем стресом и прилагођавањем новим изазовима. Ове вештине су кључне за предузетништво и запошљивост, јер оба домена укључују навигацију кроз неизвесности, неуспехе и ситуације високог притиска.

#### **Поремећаји у образовању и каријери**

Трауматска искуства могу пореметити образовне и каријерне путање младе особе. То може довести до недостатака у образовању, прекида школовања или потешкоћа у стицању квалификација и вештина неопходних за успех у предузетништву или запослењу. Дугорочне последице трауме на образовање и напредовање у каријери могу ограничити могућности и ометати аспирације.



## ТРАУМА И ЊЕНЕ МАНИФЕСТАЦИЈЕ

Траума је сложено и дубоко узнемирујуће искуство које превазилази способност појединца да се носи са собом. Може се десити због једног догађаја или низа догађаја и може имати дубоке и трајне ефекте на физичко, емоционално и психичко благостање особе.

**Дефиниција трауме:** Траума се може дефинисати као догађај или низ догађаја који су дубоко узнемирујући, узнемирујући или опасни по живот. То превазилази нормалну способност особе да се носи са ситуацијом, што доводи до осећања беспомоћности, страха и губитка контроле. Трауматични догађаји могу укључивати физичко или сексуално злостављање, природне катастрофе, несреће, борбу, присуство насиљу или изненадну смрт вољене особе.

**Психолошке манифестације:** Траума може довести до низа психолошких манифестација, укључујући:

а. Посттрауматски стресни поремећај (ПТСП): ПТСП је специфичан психолошки поремећај који се може развити након доживљавања трауматског догађаја. Карактеришу га симптоми као што су наметљиве мисли, флешбекови, ноћне море, хипербудност, избегавање окидача и емоционални стрес.

б. Анксиозност и панични поремећаји: Траума може изазвати хроничну анксиозност и паничне поремећаје, што доводи до претеране бригае, страха и понављајућих напада панике.

ц. Депресија: Трауматска искуства могу допринети развоју депресије, коју карактеришу упорни осећај туге, безнађа и губитак интересовања за активности.

д. Дисоцијација: Дисоцијација је механизам суочавања у којем се појединци одвајају од својих мисли, осећања, сећања или осећаја идентитета као одговор на трауму. Може укључивати осећај одвојености, амнезију или осећај да сте изван свог тела.

**Физичке манифестације:** Траума може имати и физичке манифестације, као што су:

а. Физички бол и напетост: Трауматска искуства могу допринети физичком болу, напетости мишића, главобољама и другим психосоматским симптомима.

б. Поремећаји спавања: Траума често нарушава обрасце спавања, што доводи до несанице, ноћних мора и тешкоћа при падању или спавању.

ц. Утицај на физичко здравље: Хронична траума може имати штетне ефекте на физичко здравље, доприносећи стањима као што су кардиоваскуларне болести, гастроинтестинални проблеми, дисрегулација имуног система и ослабљен укупни имуни одговор.

**Манифестације понашања:** Траума може утицати на понашање и функционисање појединца на различите начине, укључујући:

а. Избегавање: Преживели трауму могу активно избегавати ситуације, људе или места која их подсећају на трауматски догађај како би смањили узнемиреност и анксиозност.

б. Хиперузбуђење: Појединци који су доживели трауму могу да испоље повећан ниво узбуђења, укључујући хипербудност, раздражљивост, потешкоће у концентрацији и претерану реакцију на пренераженост.

ц. Самодеструктивна понашања: Неке особе које су преживеле трауму могу да се укључе у самодеструктивна понашања као што су злоупотреба супстанци, самоповређивање или ризично понашање као начин да се изборе са својом невољом.

д. Друштвено повлачење: Траума може довести до друштвеног повлачења и потешкоћа у успостављању и одржавању здравих односа. Проблеми са поверењем, страх од рањивости и осећај изолације су уобичајени међу жртвама трауме.

Разумевање различитих манифестација трауме је кључно за препознавање и решавање потреба појединаца који су доживели трауматске догађаје. Истиче важност пружања неге засноване на трауми, психолошке подршке и интервенција заснованих на доказима за промовисање излечења, отпорности и опоравка.



## ПОТЕНЦИЈАЛНЕ БАРИЈЕРЕ И ИЗАЗОВИ СА КОЈИМА СЕ МОГУ СУОЧИТИ ОСОБЕ КОЈЕ СУ ПРЕЖИВЕЛЕ ТРАУМУ ВЕЗАНЕ ЗА ПРЕДУЗЕТНИШТВО И МОГУЋНОСТИ ЗАПОШЉАВАЊА

Особе које су преживеле трауму могу се суочити са неколико препрека и изазова када су у питању предузетништво и могућности запошљавања. Ови изазови могу произаћи из психолошких, емоционалних и практичних ефеката трауме. Ево неких потенцијалних препрека и изазова са којима се особе које су преживеле трауму могу сусрести:

**Сампоуздање и самопоштовање:** Траума може значајно утицати на самопоуздање и самопоштовање особе. Особе које су преживеле трауму могу се борити са осећањем безвредности, сумњом у себе и недостатком вере у своје способности. Ово може ометати њихову мотивацију да се баве предузетничким подухватима или траже прилике за запослење.

**Поверење и односи:** Траума често утиче на способност појединца да верује другима. Преживјелима од трауме може бити изазов за изградњу и одржавање односа, што може бити кључно у умрежавању, сарадњи и приступу ресурсима за предузетништво или запошљавање.

**Страх од неуспеха и одбацивања:** Трауматска искуства могу усадити страх од неуспеха и одбацивања код појединаца. Страх од доживљавања даље трауме или од осуђивања од стране других може спријечити особе које су преживјеле трауму у преузимању ризика, тражењу прилика и стављању себе у контекст предузетништва или запошљавања.

**Емоционални окидачи и сџрес:** Траума може учинити појединце подложнијим емоционалним окидачима, што може довести до појачаног стреса и анксиозности. Захтјеви и неизвјесности у вези са предузетништвом или запошљавањем могу бити покретачки и неодољиви за особе које су преживјеле трауму, утичући на њихову способност да се ефикасно носе.

**Флешбекови и дисоцијација:** Преживели трауму могу доживети флешбекове или дисоцијацију, што може пореметити њихов фокус, концентрацију и укупну способност да обављају задатке потребне за предузетништво или запослење. Ови симптоми могу ометати продуктивност, доношење одлука и решавање проблема.

**Ограничени ресурси и њодршка:** Преживјеле трауме могу се суочити са изазовима везаним за ограничена финансијска средства, приступ образовању или обуци и мреже подршке. Недостатак ресурса може ометати њихову способност да се баве предузетничким подухватима или обезбеде стабилно запослење.

**Реинтеграција у друштво:** Траума може довести до тога да се појединци повуку из друштвених активности и изолују. Реинтеграција у друштво и ангажовање у професионалном окружењу могу

представљати изазове за особе које су преживеле трауму док се крећу кроз друштвене интеракције, динамику радног места и друштвена очекивања.

**Окидаци трауме у радном окружењу:** Одређена радна окружења или захтеви посла могу ненамерно да изазову симптоме повезане са траумом код преживелих. Ово може укључивати окружења под високим притиском, ситуације сукоба или излагање стимулансима који подсећају на њихова трауматска искуства.

*Решавање ових прејрека и изазова захјева прејсиуј заснован на трауми који прејознаје јединствене прејребе особа које су преживеле трауму. Пружање подршке, ресурса и прејрајођених интервенција може прејмоћи жрејвама трауме да изпреге ојејорносје, прејбољшају своје самопрејоздање, развију прејрајејеје суочавања и прејешно се сналазе у прејрезуејнишјеу и прејошљавању. Прејварање инклузивноје и прејдржавајућеје радноје окружења које даје прејредносје прејсихолошкоје прејурносјеи и прејбезбеђује смешијај за прејреживеле трауме прејакође може прејринејеи њиховом прејснаживању и прејсеху.*





## ПОСТОЈЕЋИ ОКВИРИ О ПРЕДУЗЕТНИШТВУ И ЗАПОШЉАВАЊУ

### **Успостављени оквири и модели везани за предузетништво младих и запошљивост:**

Развијено је неколико успостављених оквира и модела који се односе на омладинско предузетништво и запошљивост како би усмерили и подржали младе људе на њиховом предузетничком и каријерном путу. Ево прегледа неких истакнутих оквира и модела:

#### ***Предузетнички начин размишљања:***

Оквир предузетничког размишљања: Овај оквир наглашава развој предузетничких компетенција и ставова као што су креативност, преузимање ризика, препознавање прилика, отпорност и вештине решавања проблема. Фокусира се на неговање предузетничког начина размишљања код младих појединаца, без обзира на њихову специфичну каријеру.

#### ***Платно пословног модела:***

Платно пословног модела: Платно пословног модела је широко коришћен алат за развој и анализу пословних модела. Он пружа визуелни оквир за разумевање кључних елемената као што су сегменти купаца, предлози вредности, канали, односи са купцима, токови прихода, кључне активности, кључни ресурси, кључни партнери и структура трошкова. Помаже младим предузетницима да дизајнирају и усаврше своје пословне моделе.

#### ***Модел социјалног предузетништва:***

Модел социјалног предузетништва: Овај модел се фокусира на решавање друштвених и еколошких изазова уз креирање одрживих пословних подухвата. Наглашава интеграцију друштвеног утицаја, иновација и финансијске одрживости. Она води младе предузетнике у развоју пословних идеја и стратегија које стварају позитивне друштвене промене.

#### ***Леан сџарџуи њрисџуи:***

Методологија Леан Стартуп: Приступ Леан Стартуп промовише итеративни процес изградње-мери-учи за покретање нових подухвата. Наглашава брзо експериментисање, повратне информације купаца и континуирано побољшање. Подстиче младе предузетнике да потврде своје претпоставке и прилагоде своје пословне моделе на основу повратних информација са тржишта.

#### ***Оквир вештина запошљивости:***

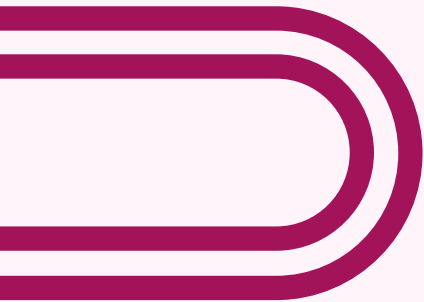
Оквир вештина запошљивости: Овај оквир описује кључне вештине, знања и ставове који побољшавају запошљивост појединца. Обухвата области као што су комуникација, тимски рад, решавање проблема, критичко размишљање, прилагодљивост и дигитална писменост. Помаже младим људима да развију вештине неопходне за успех на тржишту рада.



***Модел развоја каријере:***

Модел развоја каријере: Овај модел се фокусира на вођење младих појединаца кроз процес истраживања, планирања и развоја каријере. Наглашава самопроцену, постављање циљева, стицање релевантних вештина и квалификација и умрежавање. Помаже младим људима у доношењу информисаних одлука о својим каријерама.

Ови оквири и модели пружају вредне смернице и структуру за омладинско предузетништво и запошљивост. Они помажу младим појединцима да развију неопходне компетенције, стратегије и начин размишљања како би успели у предузетничком окружењу и окружењу за запошљавање. Важно је прилагодити и прилагодити ове оквире тако да одговарају специфичним потребама и контексту младих људи, узимајући у обзир факторе као што су културно порекло, ниво образовања и друштвено-економски услови.



## МЕРКУРИ ОКВИР ВЕШТИНА

МЕРКУРИ оквир меких вештина, развијен кроз овај пројекат, игра централну улогу у овом истраживању. Истраживање, спроведено кроз пројекат, обухвата више земаља, укључујући Пољску, Мађарску, Литванију и Србију. Настоји да разуме како животна искуства, посебно траума, могу утицати на предузетничке способности и вештине запошљавања младих. Препознавањем и искориштавањем отпорности, циљаног размишљања, емоционалне интелигенције, креативног размишљања и финансијске писмености младих погођених траумом, циљ нам је да их оснажимо на њиховом предузетничком путу. Ово истраживање не само да идентификује њихове јединствене снаге, већ и доприноси неговању културе отпорности, раста и иновација унутар организација. У наредним одељцима истражујемо увиде у анкете и како МЕРКУРИ оквир води успех за младе особе са траумом.

### МЕРКУРИ истраживање (упитник) - резултати

Кроз МЕРКУРИ истраживање, спроведено у виду анкете са младим појединцима који су доживели трауму, дошло се до следећих закључака:

1. **Отпорност је уобичајена особина:** значајан број испитаника је изјавио да су развили повећану отпорност због свог искуства. Многи су изразили да је њихова способност да издрже и одбију од изазова снага коју могу да унесу у предузетништво.
2. **Размишљење оријентисано ка циљевима:** Упечатљив резултат анкете је да су ови млади људи оријентисани ка циљевима. Њихово искуство постављања личних циљева за лечење и опоравак опремило их је вештинама које се могу применити за постављање и постизање пословних циљева.
3. **Емоционална интелигенција и емпатија:** Испитаници су доследно примећивали своју способност да разумеју и ефикасно управљају емоцијама. Ова емоционална интелигенција подстиче бољу комуникацију, поверење и позитивне односе, чинећи их погодним за међуљудске захтеве предузетништва.
4. **Иновација и креативно размишљање:** Знатан део испитаника истакао је своју креативност и иновативно размишљање као резултат својих искустава. Ова вештина може бити катализатор за развој револуционарних идеја и решења у пословном свету.
5. **Финансијска писменост и управљање ресурсима:** Многи учесници анкете су изразили своју стручност у управљању ресурсима и буџетирању. Ова финансијска писменост им омогућава да доносе информисане одлуке о расподели ресурса и финансијском планирању.

Коришћење резултата МЕРКУРИ истраживања за успех



1. **Искоришћавање отпорности:** Инхерентна отпорност која се налази међу младима са траумом је моћна предност у предузетничком алату. Они треба да каналишу ову отпорност да се директно суоче са изазовима и да се прилагоде динамичним околностима. Њихова способност да инспиришу поверење и одлучност код других кроз своје приче о отпорности може подстаћи позитивно и подржавајуће радно окружење.
2. **Постављање циљева и управљање временом:** Резултати истраживања показују да је постављање и постизање личних циљева уобичајена пракса међу овим младима. Они треба да примене ову вештину да поставе јасне и смислене пословне циљеве и ефикасно управљају својим временом. Ово ће им помоћи да остану фокусирани и мере напредак.
3. **Коришћење емоционалне интелигенције:** Њихова емоционална интелигенција и емпатија су вредне вештине у предузетништву, где су интеракције са различитим појединцима уобичајене. Ове вештине побољшавају комуникацију, граде поверење и негују позитивне односе, а све су то кључне за успех у пословном свету.
4. **Подстицање иновација:** Њихове вештине креативног размишљања могу се усмерити на развој јединствених и револуционарних идеја у предузетничком пејзажу. Ови иновативни приступи их издвајају на конкурентним тржиштима и нуде решења за проблеме из стварног света.
5. **Финансијска писменост и управљање ресурсима:** Способност разумевања финансијских концепата, ефикасног буџетирања и доношења финансијских одлука на основу информација је кључна у предузетништву. Учесници анкете са вештинама финансијске писмености треба да их искористе за одговорно финансијско управљање и расподелу ресурса.

Укључивање налаза истраживања оснажује особе које су преживеле трауму на њиховом предузетничком путу. Прихватање отпорности, циљаног размишљања, емоционалне интелигенције, креативног размишљања и финансијске писмености трансформише њихова искуства у средства за успех. Ове вештине не само да обезбеђују одрживост подухвата већ и доприносе неговању културе отпорности, раста и иновација у њиховим организацијама. Резултати истраживања осветљавају неискоришћени потенцијал у младости са траумом. Препознавање и коришћење ових вештина оспособљава их за успешно предузетништво са неопходним алатима и подршком.

### **Зашто МЕРКУРИ поред свих осталих**

Док су бројни оквири за предузетништво и запошљивост развијени да усмеравају појединце на њиховим предузетничким путовањима, МЕРКУРИ оквир меких вештина се истиче својим јединственим фокусом и прилагођеним приступом. За разлику од широко признатих оквира као што су EntreComp, The PixLEDGE, and DIGITAL EUROPE 2021-2027, МЕРКУРИ оквир се посебно бави изазовима и предностима младих појединаца који су искусили трауму, чинећи га вредним и суштинским додатком овој области.

1. **Циљани приступ младима погођеним траумом:** EntreComp и слични оквири нуде вредан увид у предузетничке вештине, али не узимају у обзир јединствена искуства и потребе младих који су се суочили са траумом. МЕРКУРИ оквир препознаје отпорност, емоционалну интелигенцију и креативност који се појављују као предности у овој демографској групи. Прилагођавајући смернице младима погођеним траумом, МЕРКУРИ нуди инклузивнији и релевантнији ресурс.

- Отпорност као основна вештина:** Док се отпорност сматра виталном вештином у предузетништву у различитим оквирима, МЕРКУРИ ставља посебан нагласак на искориштавање инхерентне отпорности међу младима погођеним траумом. Она препознаје улогу невоља у изградњи изузетне отпорности. МЕРКУРИ води појединце у каналсању ове отпорности како би се суочили са изазовима, прилагодили се динамичним околностима и уливали поверење кроз своје приче.
- Емоционална интелигенција и емпатија:** Предузетништво често укључује опсежне интеракције са различитим појединцима, што захтева висок ниво емоционалне интелигенције и емпатије. Док се други оквири могу дотицати ових вештина, МЕРКУРИ експлицитно препознаје емоционалну интелигенцију и емпатију младих погођених траумом. Истиче ове вештине као вредна средства која побољшавају комуникацију, граде поверење и негују позитивне односе, а све то је кључно за успех у предузетничком свету.
- Иновативно размишљање засновано на искуству:** Креативно размишљање и иновације су широко признати као основне предузетничке вештине. МЕРКУРИ-јев оквир, међутим, иде корак даље повезивањем креативности и иновативног размишљања младих погођених траумом са њиховим искуствима. Подстиче их да се ослањају на своје јединствене перспективе како би развили револуционарне идеје и решења која резонују са аутентичношћу и релевантношћу.
- Финансијска писменост на основу управљања ресурсима:** Разумевање финансијских концепата, ефективно буџетирање и доношење финансијских одлука на основу информација су од суштинског значаја за успех предузетништва. Док је финансијска писменост уобичајени фокус у многим оквирима, МЕРКУРИ препознаје да млади погођени траумом често стичу вештине у управљању ресурсима као резултат свог искуства. Помаже им да искористе ове вештине за одговорно финансијско управљање, чинећи своје одлуке информиранијим и стратешким.

*У закључку, МЕРКУРИ оквир меких вештина истиче се као инклузиван и прилагодљив ресурс који признаје различита искуства и снаге младих погођених траумом. Док постојећи оквири као што су EntreComp, The PkLEDGE и DIGITAL EUROPE 2021-2027 уручају грађоцене смернице за предузетништво и зајошљивост, МЕРКУРИ оквир нуди специјализован приступ који оснажује младе погођене траумом да искористе своју ојорност, емоционалну интелигенцију, финансијску интелигенцију и финансијску књижевност. успех. Она појуњава кључну јазнину у овој области иако што признаје и подржава јединствено јуовање ових јединаца на њиховом јуу ка предузетништву.*



## КЉУЧНЕ ВЕШТИНЕ И КОМПЕТЕНЦИЈЕ ПОТРЕБНЕ ЗА РАД СА МЛАДИМ ЉУДИМА СА ПТСП-ом НА ПРЕДУЗЕТНИШТВУ

Успех у раду са младима са посттрауматским стресним поремећајем (ПТСП) на предузетништву је сложен подухват који захтева свеобухватан приступ. Омладински радници и програми неформалног образовања младих играју кључну улогу у обезбеђивању неопходних смерница и подршке овим појединцима да напредују на свом предузетничком путу. Ево кључних елемената неопходних за успех у овом контексту:

### ***Присијуй заснован на ѿрауми***

Разумевање утицаја трауме на младе људе и усвајање приступа заснованог на трауми у раду са њима.

Стварање безбедног окружења са подршком које промовише исцељење, поверење и оснаживање.

### ***Емпатија и активно слушање***

Демонстрирање емпатије и вештина активног слушања како би се разумели и потврдили искуства, изазови и тежње младих људи са ПТСП-ом.

Стварање простора у којем се осећају саслушано, схваћено и поштовано.

### ***Изградња односа и ѿверења***

Успостављање чврстог односа и изградња поверења са младима демонстрирањем аутентичности, поузданости и става без осуђивања.

Изградња односа подршке и сарадње како би се подстакао осећај сигурности и сигурности.

### ***Индивидуализована ѿдршка***

Препознавање да је искуство сваке младе особе са ПТСП-ом јединствено и прилагођавање подршке њиховим специфичним потребама, предностима и покретачима.

Пружање индивидуализованих смерница, ресурса и стратегија које су релевантне за њихове предузетничке циљеве.

### ***Оѿорносѿ и оснаживање***

Промовисање отпорности помажући младим људима да развију механизме суочавања, изграде самопоуздање и преброде неуспехе или окидаче повезане са њиховим ПТСП-ом.

Оспособљавајући их да преузму власништво над својим предузетничким путовањем и доносе информисане одлуке.

### ***Изградња вештина***

Пружање могућности за изградњу вештина и развој капацитета у областима као што су пословно планирање, маркетинг, финансијски менаџмент и комуникација.

Нуде радионице, сесије обуке или менторске програме како би унапредили своје предузетничке вештине и компетенције.

### **Сарадња и умрежавање**

Омогућавање могућности младим људима да сарађују, умрежавају се и повезују се са другим предузетницима, професионалцима и ресурсима у релевантним индустријама.

Подстицање учешћа у предузетничким заједницама, радионицама и догађајима како би се прошириле њихове мреже и приступиле потенцијалним могућностима.

### **Флексибилна и холистичка подршка**

Препознајући да процес предузетништва за младе људе са ПТСП-ом може захтевати флексибилност и прилагођавање подршке њиховим јединственим околностима.

Заузимање холистичког приступа узимајући у обзир њихово опште благостање и обезбеђивање приступа ресурсима и услугама подршке изван предузетништва.

### **Културна осетљивост и инклузија**

Поштовање и прихватање културне разноликости и порекла младих људи са ПТСП-ом.

Обезбеђивање да подршка и ресурси буду инклузивни, доступни и осетљиви на њихове специфичне културне контексте и идентитете.

### **Евалуација и сјално усавршавање**

Редовно оцењивање ефикасности интервенција и програма подршке.

Тражење повратних информација од младих како би се побољшао квалитет и релевантност пружене подршке.

*Уграђивањем ових компетенција, вештина и компетенција у свој рад, појединци који раде са младим људима са ПТСП-ом на предузетничком путу стварају окружење које негује и оснажује које олакшава њихов распад, ојачава и успех у предузетничким активностима. Омладински радници и програми неформалног образовања младих су суштински партнери у овом процесу, обезбеђујући подршку и подршку потребну за вођење ових младих предузетника на њиховом путу ка опоравку и успеху.*



## **ДРАМА ТЕРАПИЈА У РАДУ СА МЛАДИМ ЉУДИМА СА ПТСП-ом НА ПОВЕЋАЊУ ПРЕДУЗЕТНИЧКИХ И ВЕШТИНА И КАПАЦИТЕТА ЗАПОШЉИВОСТИ**

Драма терапија, као терапијски приступ, може пружити јединствене предности у раду са младим људима са посттрауматским стресним поремећајем (ПТСП) како би се развиле предузетничке вештине и вештине запошљивости. Сарадња са омладинским радницима и програмима неформалног образовања младих, драма терапија нуди креативан и холистички оквир за унапређење психолошког благостања и развој вештина ових младих појединаца. Ево неких од предности укључивања драма терапије у овај контекст:

### ***Емоционално изражавање и регулација***

Драма терапија нуди креативан излаз за младе људе са ПТСП-ом да изразе и истраже своје емоције у безбедном окружењу са подршком.

Кроз драма технике као што су играње улога, импровизација и приповедање, они могу да обрађују и регулишу своје емоције повезане са траумом, смањујући емоционални стрес и олакшавајући емоционално исцељење.

### ***Изградња самопоуздања и самоефикасности***

Укључивање у драма активности и представе може помоћи младима погођеним траумама да изграде поверење у своје способности, таленте и снаге.

Кроз искуствено учење, они могу развити осећај постигнућа, повећавајући своју самоефикасност и веру у свој предузетнички потенцијал и потенцијал за запошљавање.

### ***Емпатија и сагледавање перспективе***

Драма терапија подстиче младе да уђу у ципеле различитих ликова, промовишући емпатију и схватање перспективе.

Утјеловљујући различите улоге и искуства, млади погођени траумом могу стећи дубље разумијевање перспектива других, побољшавајући своје међуљудске вјештине и способност да се односе са клијентима, колегама и заинтересованим странама у контексту предузетништва и могућности запошљавања.

### ***Комуникацијске и инјерперсоналне вештине***

Драма вежбе негују вештине комуникације, укључујући вербално и невербално изражавање, активно слушање и ефикасан дијалог.

Кроз сарадничке активности, омладина погођена траумом може развити основне међуљудске вештине неопходне за умрежавање, тимску сарадњу и изградњу професионалних односа.



### ***Решавање проблема и креативно размишљање***

Драма терапија стимулише креативно размишљање и вештине решавања проблема ангажујући учеснике у импровизацији и креативном истраживању.

Млади људи са ПТСП-ом могу развити способност да размишљају изван оквира, проналазе иновативна решења и прилагођавају се неочекиваним изазовима, што је све од виталног значаја за предузетништво и запошљивост.

### ***Преузимање ризика и ојџорносѝ***

Драма активности пружају окружење подршке за младе погођене траумом да преузму прорачунате ризике, експериментишу и превазиђу анксиозност у погледу перформанси.

Постепеним ангажовањем у изазовним позоришним вежбама, они могу да изграде отпорност, развију начин размишљања о расту и примене ове квалитете у предузетништву и потрази за запошљавањем.

### ***Свесѝ о ѝелу и невербална комуникација***

Драма терапија се фокусира на везу између тела и ума, повећавајући свест о телу учесника и невербалне комуникацијске вештине.

Млади људи са ПТСП-ом могу да науче да управљају својим физичким присуством, гестовима и изразима лица, побољшавајући своју способност да ефикасно преносе поруке и стварају позитиван утицај у професионалном окружењу.

### ***Реконсѝрукција нарације и развој идентитетѝа***

Драма терапија нуди могућности младим људима да истраже и реконструишу своје личне наративе везане за трауму.

Кроз приповедање, они могу да размишљају о својим искуствима, преобликују своје идентитете и развију осећај сврхе, што може позитивно утицати на њихова предузетничка путовања и путовања.

*Уграђивањем ѝехника и ѝринциѝа грама ѝераѝије, омладински радници моју ѝружѝи ѝодршку засновану на ѝрауми која неѝје развој ѝредузетничких вешѝина и вешѝина зайошљивосѝи код младих људи са ПТСП. Овај ѝрисѝуѝ нуди холисѝички и креативни ѝуѝ за лечење, расѝ и оснаживање у ѝиховим ѝрофесионалним акѝивносѝима.*



## ПРЕДНОСТИ КОРИШЋЕЊА ДРАМА ТЕРАПИЈЕ У РАДУ СА МЛАДИМ ЉУДИМА СА ПТСП-ом НА РАЗВОЈУ ЊИХОВИХ ПРЕДУЗЕТНИЧКИХ ВЕШТИНА И КОМПЕТЕНЦИЈА ЗАПОШЉАВАЊА

Драма терапија нуди бројне предности за младе појединце, посебно у побољшању самоизражавања, самопоуздања, комуникације и емоционалне регулације. Омладински радници могу помоћи у максимизирању ових предности, осигуравајући свеобухватан приступ развоју ових основних вјештина:

### ***Само-изражавање***

Драма терапија пружа безбедан простор за подршку младим појединцима да се слободно и аутентично изразе.

Кроз драма технике, као што су играње улога, импровизација и приповедање, они могу да истражују и саопштавају своје мисли, емоције и искуства на креативан и непретећи начин.

### ***Сампоуздање и сампоштовање***

Укључивање у драма активности и представе помаже младим појединцима да изграде самопоуздање и самопоштовање.

Кроз процес преузимања различитих улога, сучавања са изазовима и добијања позитивних повратних информација, они развијају осећај постигнућа, подстичући јаче веровање у своје способности и вредност.

### ***Комуникационе вештине***

Драма терапија побољшава комуникацијске вештине, укључујући вербално и невербално изражавање, активно слушање и емпатичну комуникацију.

Млади појединци уче да ефикасно артикулишу своје идеје, мисли и осећања, побољшавајући своју способност да се асертивно изразе и повежу са другима.

### ***Емоционална реулација***

Драма терапија пружа платформу младим појединцима да истраже и регулишу своје емоције у безбедном и контролисаном окружењу.

Кроз драматичне вежбе, они могу да изразе и обрађују сложене емоције везане за њихова лична искуства, олакшавајући емоционално исцељење и регулацију.

### ***Емпатија и сагледавање њерспективе***

Укључивање у драма активности подстиче младе појединце да уђу у ципеле различитих ликова, промовишући емпатију и схватање перспективе.

Отелотворујући различите улоге и доживљавајући различите перспективе, они развијају дубље разумевање других, побољшавајући своје интерперсоналне вештине и способност да се односе са другима.

### ***Креативно решавање проблема***

Драма терапија подстиче креативно размишљање и вештине решавања проблема код младих појединаца.

Кроз импровизацију и креативно истраживање, они уче да размишљају ван оквира, прилагођавају се новим ситуацијама и проналазе иновативна решења, побољшавајући своје способности решавања проблема у различитим контекстима.

### ***Друшћивене вешћине и сарадња***

Драма активности укључују тимски рад, сарадњу и сарадњу, омогућавајући младим појединцима да развију друшћивене вешћине и ефикасно раде у групама.

Они уче да слушају, поштују идеје других, преговарају и доприносе заједничком циљу, изграђујући основне вешћине за успешну сарадњу у личном и професионалном окружењу.

### ***Смањење стреса и отпорности***

Укључивање у драмску терапију може смањити стрес и побољшати отпорност код младих појединаца.

Истражујући емоције, вежбајући стратегије суочавања и доживљавајући осећај постигнућа, они развијају отпорност, уче да управљају изазовима и да се врате од невоља.

*Све у свему, драма терапија пружа моћну платформа за младе појединце да развију и унапреде основне вешћине и квалитете. Промовишући самоизражавање, самооуздање, комуникацију и емоционалну регулацију, подржава њихов лични расц, друшћивену интеракцију и квалитет живота.*



## АНАЛИЗА ТРЕНУТНОГ СТАЊА

### Пољска

- Истраживање спровео: Miejska Strefa Kultury w Łodzi
- Датум прикупљања података: 1-30 Септембар 2023.
- Број валидних упитника: Скоро 60 младих до 30 година старости

**Закључци из Пољске:** Истраживање спроведено у Пољској од стране Miejska Strefa Kultury w Łodzi фокусирано је на утицај различитих животних елемената на запошљавање и предузетништво младих. Испитаници су разврстани по старости, полу, образовању, облику запослења и прошлих искустава. Кључне препоруке укључују дизајнирање прилагођених програма подршке који узимају у обзир узраст и пол, промовисање целоживотног учења, креирање практичних образовних и развојних програма и подршку холистичком развоју који је инклузиван и отворен за различитости.

---

### Литванија

- Истраживање спровео: ART+INN
- Датум прикупљања података: 11 Август - 8 Септембар 2023.
- Број валидних упитника: 52

**Закључци из Литваније:** ART+INN је спровела анкету у Литванији и пронашла увид у узраст и развој вештина, родно специфичне изазове, важност образовања и нивоа вештина, као и јаз у перцепцији између вештина које су самопроцењене и стварних компетенција. Кључни закључци препоручују прилагођене програме подршке за различите старосне групе, родно инклузивне стратегије подршке, интегрисање развоја вештина у образовање и промовисање практичног искуства и саморефлексије.

---

### Мађарска

- Истраживање спровео: Laterna Magica
- Датум прикупљања података: 4-20 Септембар 2023.
- Број валидних упитника: 50

**Закључци из Мађарске:** Laterna Magica је спровела анкету у Мађарској међу средњошколцима и омладином у Будимпешти. Они су приметили да се већина испитаника суочила са изазовним животним ситуацијама у вези са променама у школи и пријавила различите специфичне изазове. Анкета је истакла важност подршке омладинских радника и значај прилагодљивости, комуникације и креативног размишљања као важних компетенција. Кључни налази сугеришу прилагођавање програма подршке различитим старосним групама, решавање родно

специфичних изазова, интегрисање развоја вештина у образовање и промовисање самопроцене и самосвести.

---

## Србија

- Истраживање спровео: Београдска академија пословних и уметничких струковних студија
- Датум прикупљања података: 12-15 Септембар 2023.
- Број валидних упитника: 88

**Закључци из Србије:** Истраживање које је спровела Београдска академија пословних и уметничких струковних студија у Србији открило је позитивну корелацију између узраста и вештина самопроцене. Наглашава се значај родно специфичних изазова, вредност високог образовања у развоју вештина и утицај практичног радног искуства на перцепцију вештина. Закључци препоручују прилагођене програме подршке за родно специфичне изазове, подстицање целоживотног учења, уравнотежен приступ стицању вештина кроз образовање и практично искуство, и коришћење увида за информисање о политици и дизајну програма.

---

*Украјинко, истраживања спроведена у Пољској, Лијванији, Мађарској и Србији јружила су вредан увид у изазове са којима се млади суочавају у погледу запошљавања и предузетништва. Понудили су препоруке за прилагођену подршку, родно инклузивне стратегије, развој вештина и креирање политике за оснаживање младих људи у њиховим каријерама.*



Co-funded by  
the European Union

MSK:

ART+INN



## ПОСТОЈЕЋЕ СТУДИЈЕ СЛУЧАЈА О МЕЂУ-ПОВЕЗАНОСТИ ИЗМЕЂУ ТРАУМЕ, ПРЕДУЗЕТНИШТВА, ЗАПОШЉАВАЊА И ДРАМА ТЕРАПИЈЕ

Постојеће студије случаја и програми су истраживали укрштање између трауме, предузетништва, запошљивости и драма терапије, бацајући светло на ефикасне приступе и исходе. Ево испитивања неких значајних примера:

Студије случаја:

- **“Магија театра” (Литванија)**

У Литванији, у Гимназији Витаутас Магнус у Тракају, Гинтаре Падвелскиене догађа се револуционарни позоришни пројекат за ученике узраста од 13 до 19 година. Поред глумачких вештина, ова иницијатива се фокусира на јачање самопоуздања, разбијање баријера за ученике са посебним потребама и неговање тимског рада. Кроз сценске вежбе, виртуелно учење и менторство професионалаца попут Александрас Шпилевојумса, пројекат је открио како позориште може да оснажи студенте, промовишући инклузивност и лични раст.

- **“Волети живот” (Литванија)**

Литвански пројекат „Волети живот“ подржава пацијенте са раком, преживеле и породице, побољшавајући њихово емоционално благостање кроз саветовање, уметничку терапију и групе за подршку. Проширујући услуге на више локација, укључујући рурална подручја, осигурава шири приступ. Прилагођена подршка и стална процена одржавају свој утицај у решавању различитих потреба.

- **“Пут до емоционалног исцељења” (Литванија)**

Пројекат „Пут до емоционалног исцељења“ у Шјауљају, Литванија, фокусиран је на децу (6 до 18) која су била сведоци насиља у породици. Користећи драмску терапију, саветовање, правне савете и групе за подршку породици, циљ је био да им помогне да се емоционално излече. Позитивни резултати укључивали су побољшано благостање деце, оснажене породице и отпорнију заједницу. Искуство истиче ефикасност креативних терапија, прилагођену групну подршку и важност оснаживања породица кроз саветовање и правне смернице. Пројекат је нагласио сталну подршку и сарадњу међу професионалцима у решавању сложености насиља у породици.

- **“Музика и уметност као начин стварања интеркултуралног дијалога” (Литванија)**

Пројекат „Неограничена будућност“ окупио је младе људе из различитих земаља како би се позабавили погрешним комуникацијама и стереотипима користећи музику и уметност. Кроз размену, радионице и културне презентације, успешно је побољшао разумевање међу учесницима, довео у питање стереотипе и унапредио вештине

комуникације. Такође је имао позитиван утицај на локалне заједнице промовисањем толеранције и културне свести.

- **„Повећање приступа инклузивној уметности и социјалним услугама у планинским селима Грузије“ (Грузија)**

Пројекат „Повећање приступа инклузивним уметностима и социјалним услугама у планинским селима Грузије“ од стране удружења „Млади за друштвену једнакост“, подржан од „East-West Management Institute“ и УСАИД-а, имао је за циљ да помогне појединцима са инвалидитетом у планинским селима Грузије. Увео је инклузивне уметничке програме, обучио наставнике за терапеутске дисциплине и обезбедио онлајн уметничке терапије, ангажујући 60 корисника. Упркос изазовима у онлајн услугама и свести, пројекат је истакао важност сталне сарадње у стварању инклузивних заједница за особе са инвалидитетом.

- **„РАЗГОВАРАЈМО, КАКО ГОВОРИМО О РОДУ“ (Пољска)**

Примарна методологија коју користи Фондација Курдибанек била је Форум театар, облик интерактивног позоришта који је развио Аугусто Боал. Овај приступ је користио драму као средство за друштвене промене, ангажујући учеснике у сценаријима који се односе на родну и сексуалну дискриминацију. Кроз уметност и перформанс, млади одрасли из различитих земаља истраживали су друштвена питања, негујући емпатију и промовишући дијалог, користећи музику и креативно изражавање у оквиру Форум театра.

- **„Стратегије преживљавања“ (Пољска)**

Театар 21 у Пољској, усред пандемије, померио је пробе онлајн, ангажујући глумце са Дауновим синдромом и аутизмом у креирању осам моћних видео етида који истражују изолацију. Ови дирљиви уметнички изрази, који обухватају дневнике, песме, песме и још много тога, одражавају индивидуална искуства, подстичући дубљи дијалог и размишљање о утицају изолације у доступном онлајн формату. Ова иновативна адаптација показује отпорност уметника у редефинисању позоришног израза током изазовних времена.

- **“БЕКСТВО ИЗ СВЕТА” (Пољска)**

Пројекат „Бекство из света“ Театра Гдиниа Ѓовна у Пољској укључивао је појединце који су изашли из кризе бескућништва, а кулминирао је трансформативном позоришном представом коју води редитељка Магдалена Полаковска. Ова иницијатива није имала само за циљ да спречи бескућништво, већ је и подстакла емпатију и друштвену свест, док је служила као платформа за учеснике да поново стекну независност. Кроз моћно приповедање прича и професионално вођење, пројекат наглашава улогу позоришта у решавању друштвених питања и оснаживању појединаца у кризи ка опоравку и разумевању.

- **“Сребреница” (Пољска)**

Пројекат "Сребреница" Фондације Јубило имао је за циљ да донесе утеху и мир женама и деци погођеним траумом сребреничког масакра. Кроз марш мира, радионице и културне вежбе као што су Аштанга јога и босанске успаванке, иницијатива је обезбедила привремено олакшање од ратне трауме и подстакла културну размену, упркос



изазовима у организовању путовања и обуци лидера за руковање тако осетљивим контекстима. Овај напор представља кључни корак у ресоцијализацији група погођених траумом и спречавању будућих појава сличних трагедија.

- **“Отворени простор” (Пољска)**

„Отворени простор“ Хореа театра је имао за циљ да оснажи слепу и слабовиду омладину и локалне плесаче кроз вежбе покрета, подстичући свест о телу и комуникацију за независност у уметничким и економским активностима. Иако је био успешан у јачању друштвених и уметничких компетенција, изазов је лежао у балансирању уметничке презентације без засења примарног циља унапређења вештина и развоја компетенција.

- **“Излаз” (Мађарска)**

Ова иницијатива, коју спроводи Центар за заштиту деце, нудила је месечне драма сесије за децу узраста од 12-18 година у резиденцијалним установама, са циљем да подигну самопоуздање и оспособе их за виталне животне вештине. Кроз ангажовану драмску педагогију, програм је успешно подстакло самоизражавање, ојачао односе и оснажио маргинализоване младе да се самоуверено сналазе у изазовима.

- **“Позориште, драма и искуствено учење” (Мађарска)**

„Оснаживање образовања: интеграција драме у централној Мађарској“ од стране Удружења Отворени круг фокусирао се на примену драма педагогије у школама, обогаћујући ученике узраста од 5-18 година искуственим учењем и вештинама сарадње. Кроз интерактивне позоришне представе и вежбе за развијање вештина, ова иницијатива не само да је подстакла инклузивност ученика у неповољном положају, већ је такође открила дубок увид у индивидуалне личности, унапређујући разумевање и разбијајући баријере у оквиру образовних окружења.

- **“Сплавару, где си отишао?” (Мађарска)**

„Сплавару, Где си отишао?“ борила се са стресом међу средњошколцима у Кечкемету кроз представу засновану на драми Шандора Вереса, фокусирајући се на поверење и љубав. Током 29 сесија, покренуо је саморефлексију, побољшану комуникацију и вештине решавања проблема, остављајући ученике жељним више.

- **“Играње без граница” (Мађарска)**

"Играње без граница" Монтаге Драма Педагога понудио је интензивно искуство кампа за ученике од 13-20 година, фокусирајући се на вештине извођачких уметности. Са прекомерном претплатом и ригорозним процесом селекције заснованим на таленту и мотивацији, програм је постигао изванредних >90% задовољства учесника, подстичући пријатељства и самооткривање, уз брзо изграђивање поверења и другарства кроз вежбе позоришта покрета.

**„Позоришно образовање за активну демократију“ (Мађарска)**

„Позоришно образовање за активну демократију“ Округлог стола Позоришно едукативни центар ангажовао је маргинализовану омладину у истраживању демократских концепата кроз прилагођене позоришне програме, неговање партнерства са наставницима и стимулисање сталног професионалног дијалога. Њихова иницијатива, уз подршку културних институција, кулминирала је изложбом која је подстакла



маргинализоване младе гласове о друштвеним питањима, са циљем да изазову континуирано ангажовање и разумевање.

- **„Арт терепеутске радионице за децу“ (Србија)**

„Арт терепеутске радионице за децу“ у Србији, које води Татјана Трајковић, користиле су различите уметничке методе попут сликања, вајања и позоришних вежби како би помогле деци узраста од 6 до 18 година да се изразе, изграде самопоуздање и суочавају са личним изазовима. Радионице су подстакле побољшано самоизражавање, повећале самопоуздање, трансформисале понашање и створиле инклузивни простор у којем су деца открила своје креативне таленте, показујући трансформативну моћ уметничке терапије у подршци личном и друштвеном развоју међу младима.

- **„Драмске радионице за децу“ (Србија)**

„Драмске радионице за децу“ у Србији, које води АпсАрт центар за позоришна истраживања, имају за циљ да се супротставе растућој пасивности међу децом због доминације технологије. Ове радионице оснажују децу кроз креативни развој карактера, истраживање животних улога и критичко размишљање, подстичући самопоуздање, креативност, инклузивност и проактиван приступ животу, наглашавајући да деца имају капацитет да буду активни креатори у својим животима и заједницама.

**„Зимски СКИ Камп Копаоник 2023: Унапређење рехабилитације и ресоцијализације деце оболеле од малигних болести“ (Србија)**

„Зимски СКИ Камп Копаоник 2023“ у Србији, у организацији НУРДОР-а, пружа подршку након третмана адолесцентима који се опорављају од рака. Кроз прилагођене физичке активности, психолошке радионице и интеракцију са вршњацима у природном окружењу, камп подстиче обновљено самопоштовање, ресоцијализацију и обновљену наду, показујући критичну потребу за холистичком негом након третмана за ове адолесценте.

**„Јединствени иновативни камп за децу“ (Србија)**

„Јединствени иновативни камп за децу“ ChildHub-а у Србији трансформише младе од 7 до 18 година у иноваторе који решавају проблеме кроз ИТ, СТЕАМ и предузетничко образовање. У тронедељном програму, они се суочавају са изазовима из стварног света, побољшавајући запошљивост, негујући креативност и негујући друштвену одговорност. Изазови укључују управљање различитим старосним групама и осигуравање алокације ресурса уз тежњу ка континуираном побољшању.

- **„Терапија песком – од решавања конфликта до развоја креативности“ (Србија)**

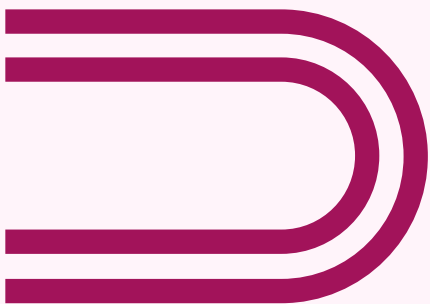
Програми терапије песком Центра зАнима у Србији подржавају појединце свих узраста, решавајући емоционалне изазове, унапређујући комуникацију и негујући породичне везе. Кроз терапију на бази песка, ови програми значајно побољшавају емоционално благостање, комуникацијске вештине и когнитивни развој. Док управљање различитим старосним групама и осигуравање доследног учешћа породице представљају изазове, прилагодљивост и холистички приступ терапије значајно доприносе њеном успеху у промовисању општег благостања и личног раста.



*Ови примери налашавају све веће прекознавање пресека између театра, предузетништва, зајошљивости и драма театрије. Комплетни описи ситуација случаја досијуни су у Анексу 2. Они пружају доказе о ефикасности интервенција заснованих на театру, предузетничкој образовања и техника драма театрије у подршци појединцима појединим театром да превазиђу изазове, развију основне вештине и израже предузетничке могућности и могућности зајошљивања.*

*Иако је потребно више исцртавања и евалуације, ове ситуације случаја и програми доприносе разумевању и унапређењу најбољих пракси у овој области. Они нуде драгоцене увиде у потенцијал предузетништва заснованог на театру и интервенција драма театрије за подршку благодинању и успеху младих људи појединим театром.*

*Ови примери показују укључивање различитих организација и извора финансирања у иницијативе, исцртавачке ситуације и програме који се односе на театру, предузетништво, зајошљивост и драмску театрију. Финансијска подршка владиних институција, фондација, фондова за друштвено одговорно пословање и грантова за исцртавање налашава прекознавање и посвећеност решавању потреба младих људи појединим театром у контексту предузетништва и зајошљивости.*



## СМЕРНИЦЕ ЗА ОМЛАДИНСКЕ РАДНИКЕ НА ДРАМСКОЈ ТЕРАПИЈИ ЗА УНАПРЕЂЕЊЕ ПРЕДУЗЕТНИЧКИХ ВЕШТИНА КОД МЛАДИХ СА ПТСП-ом

Ево практичних смерница и препорука за омладинске раднике у областима приступа заснованих на трауми, интеграције техника драма терапије, дизајнирања безбедних и инклузивних простора и идентификовања алата за процену:

### *Присјуйи засновани на љрауми за анијажовање и љогршкун младима*

Образујте се: стекните знање и разумевање трауме и њених ефеката на младе људе. Будите у току са најновијим истраживањима, ресурсима и најбољим праксама у нези заснованој на трауми.

Створите безбедно окружење: успоставите атмосферу поверења, сигурности и поштовања. Водите рачуна о потенцијалним окидачима и створите простор осетљив на трауме у коме се млади осећају пријатно и подржано.

Вежбајте емпатију и активно слушање: Покажите истинску емпатију, пажљиво слушајте и потврдите искуства и осећања младих погођених траумом. Створите им прилике да поделе своје приче и изразе се.

Подстицање оснаживања и избора: Охрабрите младе да преузму контролу над сопственим путовањем исцељења. Понудите изборе и укључите их у процесу доношења одлука како бисте изградили осећај заступања и власништва.

### *Инијеграција љехника грама љерапије у љројраме љрегузејнишћва и зайошљавања*

Сарађујте са драмским терапеутима: Блиско сарађујте са драмским терапеутима или професионалцима обученим за драмску терапију како бисте интегрисали одговарајуће технике у програме предузетништва и запошљивости.

Укључите креативне активности: Укључите активности засноване на драми, вежбе играња улога, импровизацију и приповедање у програмске сесије. Ове технике могу помоћи младим људима да истраже своје емоције, побољшају комуникацијске вештине, изграде самопоуздање и промовишу самоизражавања.



Негујте сарадњу и тимски рад: Користите активности драма терапије које подстичу тимски рад, сарадњу и решавање проблема. Ово може да симулира реалне сценарије предузетништва и запошљивости и изгради основне вештине сарадње.

Користите рефлексивне вежбе: Укључите рефлексивне вежбе, вођење дневника и групне дискусије како бисте помогли младим људима да процесуирају своје трауме, идентификују предности, поставе циљеве и предвиде своје предузетничке тежње и тежње за запошљавањем.

### ***Дизајнирање безбедних и инклузивних њосјора за омлагину њогођену ѡтраумом***

Обезбедите атмосферу подршке: Створите окружење у коме се омлагина погођена траумом осећа безбедно, поштовано и саслушано. Осигурајте поверљивост и приватност како бисте подстакли отворено изражавање и дељење.

Негујте осећај припадности: Успоставите осећај заједништва и припадности унутар групе. Подстицати вршњачку подршку, међусобно поштовање и емпатију међу учесницима.

Понудите флексибилност и избор: Препознајте да омлагина погођена траумом може имати јединствене потребе и преференције. Обезбедите флексибилне опције и прилагодљиве приступе како бисте се прилагодили њиховим нивоима удобности и индивидуалним разликама.

### ***Игенђификовање одговарајућих алађа за ѡроцену за мерење најређка и уђицаја***

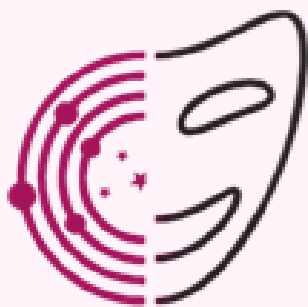
Сарађујте са професионалцима: Ангажујте се са стручњацима или истраживачима са искуством у мерењу утицаја програма заснованих на трауми и интервенција драма терапије да бисте идентификовали одговарајуће алате за процену.

Користите валидиране мере: Изаберите алате за процену који су валидирани и доказано ефикасни у мерењу исхода који се односе на опоравак од трауме, развој предузетничких вештина, запошљивост и благостање.

Размотрите више домена: Одаберите алате за процену који покривају низ домена као што су ментално здравље, емоционално благостање, самоефикасност, комуникацијске вештине, предузетнички начин размишљања и компетенције за запошљавање.

Редовно процењујте и прилагођавајте: Континуирано процењујте ефикасност коришћених алата за процену и прилагођавајте их по потреби како бисте били сигурни да су усклађени са специфичним потребама и циљевима младих погођених траумом.

*Прађећи ове смернице и ѡређоруже, омлагински радници мођу да сђворе окружења која су информисана о ѡтрауми, инклузивна и оснажујућа која инђеђришу ѡехнике драма ѡерађије у ѡрођраме ѡредузеђнишђва и зађошљивосђи за младе људе са ѡтрауматђичним ѡореклом. Ови ѡрисђуђи мођу ѡмођи младим ѡојединцима да исђраже свој ѡођенцијал, изђраде ођђорносђи и ѡревазиђу ѡређреке у ѡосђизању својих ѡредузеђничких циљева и циљева зађошљивосђи.*



**MERCURY**

**Драма терапија у функцији повећања предузетничког потенцијала младих**

**Аутори:**

**Милош Павловић (БАПУСС)**

**Јоана Сзцецинска (МСК)**

**Егле Наурецките (АРТ+ИНН)**

**Данијел Андраш Биро (ЛАТЕРНА МАГИЦА)**



*Овај пројекат је финансиран уз подршку Европске комисије. Ова публикација одражава само ставове аутора и Комисија се не може сматрати одговорном за било какву употребу информација садржаних у њој.*



Co-funded by  
the European Union

**MSK:**

ART+INN

