



MERCURY

# PROJEKT MERCURY

## ZAŁĄCZNIK NR 2

PRZYKŁADY DOBRYCH  
PRAKTYK



Co-funded by  
the European Union

MSK:

ART+INN



Przykłady dobrych praktyk z projektu MERCURY pokazują wyzwania napotymane przez młodzież dotkniętą traumą. Uświadamiają również kluczową rolę osób pracujących z młodymi ludźmi w kontekście dawania im wsparcia oraz zwiększania ich przedsiębiorczości i potencjału zatrudnienia. Zebrane tutaj przykłady koncentrują się na dramaterapii, dzięki której udało się zaktywizować uczestników projektu na rynku pracy. Należy je traktować jako przykładowe modele o charakterze lokalnym, które z powodzeniem można wdrożyć zarówno w krajach partnerskich, jak i na całym świecie.

PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 1 | POLSKA

Dobre praktyki	
Tytuł	JAK ROZMAWIAĆ O PŁCIOWOŚCI?
Kraj	Polska
Wykonawca	Kurdybanek Fundation
Link	<a href="https://www.kurdybanek.com/wp-content/uploads/2022/09/GENDER_brochure-1.pdf">https://www.kurdybanek.com/wp-content/uploads/2022/09/GENDER_brochure-1.pdf</a>
Grupa docelowa	Młodzi dorośli z ośmiu krajów: Macedonii, Rumunii, Portugalii, Litwy, Grecji, Turcji, Bułgarii i Polski.
Poruszana problematyka	Implementacja polityki równości płci w wymiarze społecznym.
Cel działania	Zapoznanie uczestników z metodą Forum Theater, która ułatwia omawianie doniosłych kwestii społecznych w debacie publicznej (ze szczególnym uwzględnieniem nierówności płci i orientacji seksualnej).
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>Forum Theater to metoda stworzona przez brazylijskiego reżysera teatralnego Augusto Boala, która polega na inscenizowaniu sytuacji opresyjnych. Twórcze wykorzystanie Forum Theater wpływa wzmacniająco na dyskryminowane grupy (w tym konkretnym przypadku dotyczyło to dyskryminacji ze względu na płeć).</p> <p>Uczestnicy warsztatów pracowali nad czterema – budowanymi według określonych zasad – scenariuszami, z których każdy poruszał problem dyskryminacji płciowej i seksualnej. Oprócz postaci Protagonisty zmagającego się z danym problemem, na scenie pojawiał się również Antagonista, który zwiększał poczucie bezradności i bezsilności głównego bohatera. Widzowie mogli aktywnie interweniować w rozwój wydarzeń, pomagając Protagonistcie w przezwyciężeniu przeszkód. Gospodarzem spektaklu był Joker moderujący interakcję obsady z publicznością.</p> <p>Cztery scenariusze dotyczyły: definiowania orientacji seksualnej, opresji w domu, opresji w związku i opresji w szkole. Każdy spektakl był prezentowany dwukrotnie. Za pierwszym razem aktorzy odegrali ustalony scenariusz. Następnie Joker zaprosił widzów do wspólnego omówienia postaw i działań bohaterów. Podczas drugiego występu widzowie mieli już prawo do przerywania przedstawienia i zaproponowania własnego rozwiązania danego problemu.</p>
Wyniki działania	Podczas ośmiu dni warsztatów powstały cztery spektakle, z których każdy wywołał żywą dyskusję na temat złożoności istoty ludzkiej manifestującej zarówno swój żeński, jak i męski aspekt. Dzięki temu, możliwe było przedefiniowanie pojęć godności i szacunku w kontekście zwiększania

	<p>świadomości o problemie dyskryminacji płciowej i seksualnej.</p> <p>Otwarta przestrzeń dialogu pozwoliła uczestnikom warsztatów na wymianę międzykulturowych doświadczeń dotyczących postrzegania nierówności ze względu na płeć i orientację seksualną.</p> <p>Uczestnicy zyskali nowe narzędzie, dzięki któremu mogą teraz popularyzować tę metodę, korzystając z niej przy rozwiązywaniu różnorodnych problemów napotkanych w danej społeczności lokalnej.</p>
Wnioski z realizacji	Stosowanie metody Forum Theater pozytywnie wpływa na: otwartość dialogu, poruszanie społecznej tematyki, przedefiniowanie problemów społecznych, wzmocnienie empatii.

PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 2 | POLSKA

Dobre praktyki	
Tytuł	STRATEGIE PRZETRWANIA
Kraj	Polska
Wykonawca	Teatr 21/Centrum Sztuki Włączającej
Źródło	<a href="https://teatr21.pl/projekty/strategie-przetrwania/">https://teatr21.pl/projekty/strategie-przetrwania/</a>
Grupa docelowa	Aktorzy i aktorki Teatru 21 – osoby z zespołem Downa i autyzmem
Poruszana problematyka	Pandemia koronawirusa z 2020 roku pozbawiła wiele osób dotychczasowych możliwości pracy i rozwoju. Wśród nich byli m.in. aktorzy.
Cel działania	Umożliwienie pracy i rozwoju osobom współpracującym z Teatrem 21 poprzez znalezienie nowego języka teatralnego związanego z przestrzenią wirtualną, a nie stacjonarną.
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>Od marca do czerwca 2020 roku działania grupy teatralnej przeniosły się całkowicie do sieci. Zespół, wraz z reżyserkami Justyną Wielgus i Justyną Sobczyk, rozpoczął eksplorację przestrzeni online, która zapewniałaby twórczą ekspresję bez uszczerbku dla doświadczenia widzów.</p> <p>Spotkania odbywały się raz w tygodniu. Uczestnicy, oprócz treningu aktorskiego, mieli również możliwość podzielenia się swoimi przemyśleniami dotyczącymi przymusowej izolacji – starając się to wszystko wyrazić poprzez aktorstwo, muzykę i grafikę. W efekcie, przy pomocy Magdaleny Łazarczyk i Łukasza Sosińskiego, powstało osiem autorskich wypowiedzi dotyczących izolacji.</p> <p>Artyści, ze względu na panującą sytuację, zostali niejako przymuszeni do wypracowania zupełnie nowych form komunikacji z widzem, które odbiegały od ich zwyczajowych form działania i ekspresji.</p>
Wynik działania	W ramach projektu powstało osiem filmowych etiud, które można oglądać na stronie organizatora. Są one bardzo zróżnicowane – zarówno pod kątem indywidualnym (wrażliwość twórców), jak i względem formalnym (pamiętnik, pokaz slajdów, wiersz, piosenka, bajka).
Wnioski z realizacji	<p>Okres pandemii zmusił twórców do poszukiwania nowego języka wypowiedzi. Znalezienie optymalnej formy komunikacji z widzem oznacza sięganie nie tylko po najpopularniejszą formułę etiudy filmowej, zachęcając do indywidualnych poszukiwań.</p> <p>Oferowanie kultury w sieci wiąże się z konkretnymi ograniczeniami dotyczącymi dostępności, które warto przewyżyczyć.</p>

## PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 3 | POLSKA

Dobre praktyki	
Tytuł	UCIECZKA ZE ŚWIATA
Kraj	Polska
Wykonawca	Teatr Gdynia Główna
Link	<a href="https://www.teatrgdyniaglowna.pl/aktualnosc/escape-world/">https://www.teatrgdyniaglowna.pl/aktualnosc/escape-world/</a>
Grupa docelowa	- osoby wychodzące z kryzysu bezdomności; - młodzi dorośli wkraczający w samodzielne życie.
Poruszana problematyka	Według badań z 2019 roku, ponad 30 tys. osób w Polsce zmaga się z kryzysem bezdomności. Pośród nich aż 80% stanowią mężczyźni.
Cel działania	Zapobieganie kryzysowi bezdomności, zwiększanie empatii i świadomości społecznej tego problemu; pomoc w odzyskiwaniu niezależności finansowej.
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>11 uczestników projektu „<i>Wolność – w stronę aktywności osób zagrożonych bezdomnością</i>”, przy pomocy dramaturga Mariusza Babickiego, stworzyło scenariusz teatralny oparty na własnych wspomnieniach i doświadczeniach. Dzięki temu, już podczas pierwszego miesiąca wspólnej pracy, udało się im opracować autorską formę ekspresji teatralnej.</p> <p>Pozostałe dwa miesiące przeznaczone były na budowanie spektaklu, zgodnie z przyjętym scenariuszem. Pod okiem reżyserki Małgorzaty Polakowskiej i choreografa Przemysława Jurewicza, aktorzy opracowywali strukturę dramaturgiczną i choreograficzną. Premiera odbyła się w czerwcu 2019 roku na deskach Teatru Gdynia Główna. Na scenie wystąpiło wówczas troje aktorów.</p> <p>Spektakl pokazywał trudności przezwyciężania kryzysu bezdomności. Głównym elementem scenografii była konstrukcja przypominająca klatkę, z której bohaterowie próbowali się wydostać. Czy po znalezieniu wyjścia z niego skorzystają?</p>
Wyniki działania	Zwiększenie świadomości społecznej problemu, wzmocnienie empatii, zachęcenie do dzielenia się bolesnymi doświadczeniami, zaoferowanie narzędzia do usamodzielnienia się osób będących w kryzysie bezdomności.
Wnioski z realizacji	<p>Projekty realizowane przez Magdalenę Polakowską, związane z wychodzeniem z kryzysu bezdomności, mają realny wpływ na powrót uczestników projektu do „normalnego” życia.</p> <p>Wdrażanie takich projektów ma ogromną wartość społeczną, a jednocześnie koncentruje się na konkretnych jednostkach z ich indywidualnymi słabościami, które starają się przezwyciężyć.</p>

**PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 4 | POLSKA (I NIE TYLKO)**

<b>Dobre praktyki</b>	
Tytuł	<b>SREBRNICA</b>
Kraj	Polska / Bośnia i Hercegowina
Wykonawca	Fundacja Jubilo
Link	<a href="http://jubiloproject.com/srebrenica-pl/">http://jubiloproject.com/srebrenica-pl/</a>
Grupa docelowa	Kobiety i dzieci dotknięte traumatycznymi doświadczeniami konfliktu zbrojnego na Bałkanach.
Poruszana problematyka	W 1995 roku, w Srebrnicy, miała miejsce masakra, w której zginęło ponad 8000 muzułmanów bośniackiego pochodzenia – głównie mężczyzn i chłopców. Mnóstwo kobiet i dzieci zostało wtedy przesiedlonych do obozów uchodźczych ONZ.
Cel działania	Próba zwiększenia poczucia bezpieczeństwa u osób dotkniętych traumą wojny poprzez wymianę kulturową i wspomnienia z dzieciństwa.
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>Fundacja Jubilo pojechała do Bośni i Hercegowiny, by wziąć udział w Marszu Pokoju (Marš Mira) upamiętniającym masakrę. Marsz przebiegał górkimi szlakami, z których korzystali uchodźcy z Republiki Serbskiej. Jego dystans wynosił 110 kilometrów, a czas przejścia – 3 dni. Po dotarciu do celu – Centrum Pamięci w Srebrnicy – rozpoczął się uroczysty pogrzeb, w obrzędzie muzułmańskim, podczas którego pochowano szczątki ofiar masakry. Pojęcia żałoby i straty stały się kluczowymi elementami dotarcia do uczestników warsztatów.</p> <p>W ich trakcie skupiono się na stymulowaniu otwartości w ekspresji ruchowej z wykorzystaniem ćwiczeń Ashtangi jogi. Do tego dochodziły zadania rysunkowe i muzyczne bazujące na bośniackiej specyfice etniczno-kulturowej. Przykładowo, dzięki wykorzystaniu kołysanek można było przywołać świat dzieciństwa / macierzyństwa. Projekt został zarchiwizowany w formie krótkiego filmu dokumentalnego.</p>
Wyniki działania	<ul style="list-style-type: none"><li>- przyniesienie nawet chwilowej ulgi w cierpieniach wynikających z traumatycznych wydarzeń wojennych;</li><li>- dbanie o historyczną pamięć poprzez opiekę nad konkretnymi miejscami oraz niesienie świadectwa o tych tragicznych chwilach poza granicami Bośni i Hercegowiny;</li><li>- rozwój liderów warsztatów, którzy muszą radzić sobie z rzeczywistością posttraumatyczną.</li></ul>
Wnioski z realizacji	<p>Przykładowe trudności, jakie mogą pojawić się podczas wdrażania tego typu projektów:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- organizacja zagranicznego wyjazdu do kraju dotkniętego traumatycznymi wydarzeniami wojennymi;</li><li>- przygotowanie potencjalnych liderów warsztatów w odniesieniu do specyficznego kontekstu kulturowego i historycznego;</li><li>- przeszkolenie takich osób w zakresie radzenia sobie z traumą wojenną.</li></ul>

**PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 5 | POLSKA**

<b>Dobre praktyki</b>	
Tytuł	<b>OTWARTA PRZESTRZEŃ</b>
Kraj	Polska
Wykonawca	Teatr Chorea
Link	<a href="https://www.chorea.com.pl/pl/projekty/teren-otwarty/">https://www.chorea.com.pl/pl/projekty/teren-otwarty/</a>
Grupa docelowa	Niewidoma i niedowidząca młodzież, z którą pracowali tancerze młodego pokolenia.
Poruszana problematyka	Upośledzenie wzroku wpływa na mobilność ruchową, skutkując ograniczeniem kompetencji motorycznych w codziennym funkcjonowaniu oraz pracy zarobkowej i artystycznej. Obniża również pewność siebie.
Cel działania	Zwiększenie samodzielności uczestników warsztatów w podejmowaniu działalności artystycznej i gospodarczej.
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>Grupa teatralna Chorea prowadziła warsztaty terenowe na Uniwersytecie J.J. Lipskiego w Teremiskach od marca do listopada 2016 roku. Ich program obejmował ćwiczenia ruchowe przeznaczone do pracy z osobami niewidomymi i niedowidzącymi. Głównym celem tych ćwiczeń było zwiększenie świadomości własnego ciała w przestrzeni, poprawienie koordynacji ruchowej oraz polepszenie grupowej komunikacji i współpracy.</p> <p>Prowadzący chcieli również uzyskać od uczestników opinie na temat wykonywanych przez nich ćwiczeń, co zwiększyło ich poczucie pewności siebie. Konfrontacja z sytuacjami, które na co dzień sprawiają im trudności, miała za zadanie wyzwolić w nich pokłady siły, które często maskowane są niepewnością i strachem. Na zakończenie, uczestnicy przygotowali krótki pokaz w formie prostej adaptacji scenicznej.</p>
Wyniki działania	<p>Wzmocnienie kompetencji społecznych, ekonomicznych i artystycznych. Poprawa jakości motoryki ciała oraz możliwość podejmowania nowych wyzwań.</p> <p>Konfrontacja z publicznością podczas pokazu: radzenie sobie z tremą i praktykowanie koncentracji.</p>
Wnioski z realizacji	Warto skupić się na przedmiocie zadania, czyli wzmocnieniu poszczególnych kompetencji uczestników projektu, a nie na samym pokazie pracy.



PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 1 | WĘGRY

Dobre praktyki	
Tytuł	WYJŚCIE
Kraj	Węgry, okręg Nógrád
Wykonawca	Child Protection Center of Nógrád County
Link	<a href="http://www.mgyvk.hu/2018/index.php/elerhetosegek">http://www.mgyvk.hu/2018/index.php/elerhetosegek</a>
Grupa docelowa	Dzieci w wieku 12-18 lat
Poruszana problematyka	Wspieranie rozwoju dzieci i młodzieży objętych opieką lokalnego Centrum Ochrony Dziecka poprzez zapewnienie różnorodnych szkoleń i dotowanie zajęć rekreacyjnych, które służą integracji społecznej, a także promują odpowiedni rozwój umysłowy, duchowy i fizyczny.
Cel działania	Wiosną 2018 roku rozpoczęły się zajęcia teatralne z samoświadomości dla dzieci z domów opieki zlokalizowanych w miejscowościach Salgótarján i Szátok. Zajęcia odbywają się raz w miesiącu – przez dwie godziny – i są przeznaczone dla młodzieży w wieku od 12 do 18 lat. Dzięki tym cyklicznym spotkaniom grupy nauczyły się mówić „jednym językiem”, a na pierwszy plan wysunęły się ćwiczenia z nawiązywania kontaktu i utrzymywania koncentracji.
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>W trakcie pracy nad samoświadomością szczególnie sprawdziła się metoda dramy. Dzięki niej, młodzi ludzie z domów opieki, którzy są narażeni na czynniki ryzyka (narkotyki, palenie tytoniu, alkohol itp.) – potrafią powiedzieć NIE w sytuacjach, które stanowią dla nich zagrożenie, mają odwagę zabrać głos i łatwiej nawiązują przyjaźnie.</p> <p>Specyfika metodyczna dramy obejmuje zarówno radość uczenia się, jak i łatwość wyrażania własnych emocji. Wykorzystuje kreatywność i wnikliwość dzieci, pokazując im jednocześnie inny sposób myślenia. Nacisk kładziony jest się na stymulowanie wyobraźni, wzmacnianie empatii, umiejętność odgrywania ról oraz zachętę do improwizacji i twórczej ekspresji. Celem podejmowanych działań jest uczynienie z uczestników harmonijnych osobowości, którym łatwiej będzie funkcjonować w świecie dorosłych.</p>
Wyniki działania	Podczas edukacji teatralnej dziecko może poznać smak sukcesu i przeżyć radosne chwile. Warto wzmacniać jego pozytywną samoocenę oraz rozwój indywidualnych aspiracji i zdolności twórczych. Dzięki przyjemnej atmosferze panującej w trakcie zajęć można wyzwolić w sobie twórczą postawę, która wyrasta z zabawy.
Wnioski z realizacji	Metoda dramy polepszyła wzajemne relacje uczestników. W efekcie, nawet marginalizowane z początku dzieci odnalazły swoje miejsce w grupie. Pomogła również w rozwinięciu poczucia sprawiedliwości i wypracowaniu właściwej metody zarządzania konfliktami.

## PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 2 | WĘGRY

Dobre praktyki	
Tytuł	TEATR, DRAMA, UCZENIE SIĘ PRZEZ DOŚWIADCZENIE
Kraj	Środkowe Węgry (3 przedszkola, 4 szkoły podstawowe, 5 szkół średnich)
Wykonawca	Open Circle Association
Link	<a href="https://nyitottkor.hu/vekop/">https://nyitottkor.hu/vekop/</a>
Grupa docelowa	Dzieci w wieku 5-18 lat
Poruszana problematyka	Rozwijanie pozaszkolnej wiedzy oraz zdobywanie nowych umiejętności i kompetencji poprzez zastosowanie metodologii dramy.
Cel działania	Uczniowie, którzy biorą udział w edukacyjnych przedstawieniach teatralnych i sesjach dramy, uczą się przez doświadczenie, w atmosferze zabawy. Interaktywne wykłady i sesje rozbudowują ich samoświadomość i wiedzę, a także rozwijają umiejętność współpracy i poczucie odpowiedzialności.
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>W trakcie zajęć uczestnicy mogli zapoznać się z metodyką dramy oraz technikami jej nauczania. Zdobyli również podstawową wiedzę z zakresu aktorstwa i dramaturgii teatralnej.</p> <p>Zajęcia wykorzystywały zarówno formułę wykładów, jak i filmowe projekcje oraz interaktywne zadania praktyczne. Uczestnicy nie byli poddawani ocenie; otrzymywali informacje zwrotne stanowiące zachętę do dalszej eksploracji i refleksji.</p>
Wyniki działania	Nauczyciele zyskali przydatne narzędzie z zakresu eduteinmentu. Dzięki atmosferze zabawy i specyfice dramy mogli wymiennie pomóc w integracji uczniów romskich. W efekcie, mogą teraz podejmować skuteczniejsze kroki, w kształtowaniu integracyjnych postaw swoich podopiecznych. Wykorzystanie narzędzi dramy zachęca uczniów do współpracy i umożliwia wzajemne zrozumienia.
Wnioski z realizacji	Proces integracji wydobywa na światło dzienne pewne nawyki, które utrudniają nam pełną akceptację innych osób czy też nawiązanie z nimi satysfakcjonującej współpracy. Dzięki metodyce dramy nauczyciele otrzymali zestaw narzędzi, które ułatwiają komunikację z uczniami i sprawiają, że uczestnicy takich zajęć mogą poprawić relacje panujące w grupie. Drama pozwala poznać prawdziwe osobowości poszczególnych uczniów, a tym samym ułatwia pozbycie się wzajemnych uprzedzeń.

PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 3 | WĘGRY

Dobre praktyki	
Tytuł	HOVÁ LETTÉL CSÓNAKOS? (DOKĄD ŻEGLUJESZ?)
Kraj	Węgry, Kecskemét
Wykonawca	Kecskemét Acting Workshop and Főnix Sport and Dance Club for Youth
Link	<a href="https://hiros.hu/tobb-mint-500-gyerekhez-jutott-el-a-hova-lettel-csonakos-dramaeloadas/">https://hiros.hu/tobb-mint-500-gyerekhez-jutott-el-a-hova-lettel-csonakos-dramaeloadas/</a>
Grupa docelowa	Uczniowie w wieku 16-19 lat
Poruszana problematyka	Napięcia i stres wśród współczesnej młodzieży.
Cel działania	Przygotowanie spektaklu z udziałem uczniów szkół średnich, który pozwoliłby znaleźć odpowiedzi na nurtujące ich pytania. Próby teatralne koncentrowały się tematyce poznawania siebie, miłości i podejmowaniu samodzielnych decyzji.
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>Spektakl Kecskemét Színjatszó Műhely Young Morbid Stage zatytułowany „Dokąd żeglujesz?” pokazuje surowe realia współczesnego świata, ale robi to w przyjazny sposób, wykorzystując konwencję bajkową.</p> <p>Bezpośrednią inspiracją spektaklu stanowiła, wpisana do kanonu lektur szkolnych, sztuka Sándora Weöresa "Boatman on the Moon", która porusza kwestię zaufania w kontaktach i relacjach międzyludzkich. Młodzi uczestnicy prób przetwarzali tę tematykę za pomocą środków dramatycznych, a następnie formułowali – zachęcające do dalszej refleksji – pytania.</p> <p>Po przedstawieniu, publiczność mogła wziąć aktywny udział w interpretowaniu obejrzanych scen. Umiejętne wykorzystanie technik teatru eksperymentalnego pozwoliło odpowiednio wyeksponować najważniejsze przesłania spektaklu.</p>
Wyniki działania	Młodzi ludzie mogli podejść do tematyki miłości i zaufania z zupełnie innej strony. Pytania związane z tymi zagadnieniami idealnie wpasowały się w konstrukcję narracyjną Sándora Weöresa, stanowiąc kręgosłup tej opowieści. Uczestnicy zyskali większą samoświadomość, co pozwoli im sprawniej przezwycięzać codzienne przeszkody i problemy.
Wnioski z realizacji	<p>Organizatorzy pracowali z trzema grupami podczas 29 sesji zorganizowanych w: Katona József High School, Youth Home oraz Kada Elek Vocational High School. Program zajęć był identyczny dla wszystkich trzech grup, więc ich uczestnicy mieli również możliwość porównania wyników własnej pracy.</p> <p>W trakcie prób do spektaklu wykorzystano również gry towarzyskie, które dotyczyły kwestii zaufania i poznawania siebie. Dzięki nim</p>

	młodzi ludzie będą mogli w bardziej otwarty sposób komunikować się ze sobą.
--	---

**PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 4 | WĘGRY**

<b>Dobre praktyki</b>	
Tytuł	<b>HATÁRTALAN SZÍNJÁTÉK (GRAJ – NIE PRZESTAWAJ)</b>
Kraj	Węgry, Balaton i okolice
Wykonawca	Montage Drama Pedagogy and Public Culture Association
Link	<a href="https://www.montazsegyesulet.hu/blog/hatartalan-szinjatek">https://www.montazsegyesulet.hu/blog/hatartalan-szinjatek</a>
Grupa docelowa	Uczniowie w wieku 13-20 lat
Poruszana problematyka	Aktywizacja młodych ludzi jako współtwórców kultury poprzez cykl interaktywnych szkoleń i mentoring. Opracowanie projektu społecznego bazującego na doświadczeniu lokalnych inicjatyw obywatelskich, placówek kościelnych, nieformalnych grup oraz instytucji kulturalno-edukacyjnych.
Cel działania	Stymulowanie twórczej ekspresji obozowych uczestników. Poznawanie specyfiki teatralnej pracy i grupowych projektów. Zaprezentowanie własnego spektaklu w wymyślonej przez siebie przestrzeni scenicznej.
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>Kolejne edycje przyczyniały się rosnącej popularności obozów. Młodzi uczestnicy chcieli brać w nich udział nawet po ukończeniu szkoły średniej. Z przeprowadzonej ankiety wynikało, że zainteresowanie przewyższa dostępną liczbę miejsc. Finalnie w obozie wzięło udział 50 młodych osób w wieku od 13 do 20 lat. Aplikacja online wyłoniła prawie równe proporcje chłopców i dziewcząt.</p> <p>Wymagania dotyczące grupy celowej obejmowały: (1) co najmniej roczne doświadczenie w warsztatach aktorskich; (2) zewnętrzne rekomendacje potwierdzające twórczy potencjał uczestnika; (3) indywidualną motywację do wzięcia udziału w programie. Wyboru dokonano na podstawie jednomyślnych decyzji wyspecjalizowanych pracowników.</p> <p>Raport poobozowy wykazał, że obóz odniósł wielki sukces i był doskonałym reprezentantem formuły „Graj – nie przestawaj!”. Jego uczestnicy wykazali się imponującą aktywnością w projektach grupowych, a poranne treningi miały swój zindywidualizowany charakter. Młodzi aktorzy nawiązali liczne przyjaźnie, uświadamiając sobie, jak bardzo teatr pomaga poznać siebie samego.</p>
Wyniki działania	Obóz został bardzo wysoko oceniony przez jego uczestników, którzy dzięki inspirującym treningom i warsztatom zyskali cenne umiejętności, które będą mogli później wykorzystać w życiu.
Wnioski z realizacji	Ćwiczenia wykorzystujące język teatru ułatwiają otwarcie się na innych i wytworzenie atmosfery zaufania. Dzięki nim można szybciej nawiązywać nowe przyjaźnie, także czerpać więcej radości z procesu twórczego.

## PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 5 | WĘGRY

Dobre praktyki	
Tytuł	SZÍNHÁZI NEVELÉSEL AZ AKTÍV DEMOKRÁCIÁÉRT (EDUKACJA TEATRALNA NA RZECZ AKTYWNEJ DEMOKRACJI)
Kraj	Węgry, Budapeszt
Wykonawca	Round Table Theater Education Center
Link	<a href="https://kerekasztalszinhaz.hu">https://kerekasztalszinhaz.hu</a>
Grupa docelowa	Uczniowie szkół podstawowych i średnich (trzy oddzielne grupy wiekowe).
Poruszana problematyka	Głównym celem projektu „Edukacja teatralna na rzecz aktywnej demokracji” jest eksplorowanie pojęć związanych z funkcjonowaniem społeczeństwa demokratycznego w kontekście grup marginalizowanych i mniejszościowych. W ramach działań edukacji teatralnej poruszane są takie tematy, jak: wolność, tożsamość, odpowiedzialność i agresja.
Cel działania	Aktywne kształtowanie przyszłego społeczeństwa poprzez podejmowanie działań o charakterze edukacyjno-artystycznym, które są skierowane do młodego odbiorcy.
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>Stworzenie trzech programów edukacji teatralnej, dla różnych grup wiekowych, koncentrujących się ideach demokratycznych w kontekście dyskryminowanych społeczności.</p> <p>Opracowywanie materiałów szkoleniowych dla nauczycieli i specjalistów ds. edukacji teatralnej w celu zapewnienia ciągłości projektu. Publikacja prac marginalizowanej młodzieży – zarówno w formie drukowanej, jak i online. Przeprowadzenie jakościowych badań dotyczących wyników projektu. Organizacja wystawy prezentującej jego specyfikę oraz prace uczestników.</p> <p>Realizację projektu umożliwiło wsparcie Funduszu Demokracji Narodów Zjednoczonych. Poszczególne programy edukacji teatralnej były współtworzone przez: Kolegium Teatralne Narodowego Funduszu Kultury, Biuro Programowe Renaissance oraz Komisję Kultury Zgromadzenia Metropolitalnego.</p>
Wyniki działania	<p>Nawiązanie partnerskich relacji z nauczycielami biorącymi udział w projekcie ułatwi przeprowadzenie kolejnych takich akcji w przyszłości.</p> <p>Opracowanie koncepcji dni otwartych, podczas których można się będzie dzielić zyskanymi doświadczeniami z przedstawicielami środowisk teatralnych i nauczycielskich.</p>
Wnioski z realizacji	Warto traktować edukację teatralną nie tyle w kontekście jednorazowych działań, co punktu wyjścia do całościowego procesu twórczego. Służą temu, oferowane pedagogom towarzyszącym grupom, pomysły i sugestie dotyczące kontynuowania takich działań.

	<p>Warto zadbać o badania socjologiczne, które pokażą, w jakim stopniu udało się osiągnąć zamierzone cele o charakterze dydaktyczno-artystycznym.</p> <p>Warto wysłuchać, co mają do powiedzenia o otaczających nas świecie młode, marginalizowane osoby i zadbać o to, by ich świadectwo, było dostępne online, a na zakończenie projektu – zorganizować im interaktywną wystawę.</p>
--	--



Co-funded by  
the European Union

**MSK:**

ART+INN



## PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 1 | LITWA

Dobre praktyki	
Tytuł	MAGIA TEATRU
Kraj	Litwa
Wykonawca	Gintarė Padvelskienė – nauczycielka języka litewskiego i literatury w Vytautas Magnus Gymnasium, w Trokach.
Link	<a href="https://www.svietimonaujienos.lt/projekto-teatro-magija-sekmes-istorija/">https://www.svietimonaujienos.lt/projekto-teatro-magija-sekmes-istorija/</a>
Grupa docelowa	Uczniowie w wieku od 13 do 19 lat. Projekt uwzględniał także włączenie dzieci ze specjalnymi potrzebami oraz młodych członków rodzin zagrożonych społecznie.
Poruszana problematyka	<ul style="list-style-type: none"> <li>- brak zadań akcentujących indywidualne umiejętności;</li> <li>- wycofane zachowanie;</li> <li>- pewność / wyrażanie siebie;</li> <li>- inkluzywność.</li> </ul>
Cel działania	Zwiększenie indywidualnej ekspresji uczniów, wspieranie ich rozwoju osobistego, budowanie kompetencji społecznych (w tym: pracy zespołowej i poszanowania innych), tworzenie środowiska integracyjnego dla uczniów o specjalnych potrzebach, a także uwolnienie ich twórczego potencjału.
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>W wyniku podjętych działań z zakresu edukacji pozaformalnej – w Vytautas Magnus Gymnasium powstało studio teatralne, które postawiło na otwarty dialog oraz ćwiczenia głosowe-ruchowe. Dzięki temu, jego młodzi uczestnicy zyskali możliwość autoekspresji, nauczyli się kooperować i nabrali większej pewności siebie. Dodatkowo, zaangażowali się również w czytanie i pisanie sztuk teatralnych.</p> <p>Wymuszone przez okoliczności przeniesienie niektórych aktywności do przestrzeni wirtualnej zintensyfikowało prowadzenie zdalnych dyskusji i niektórych działań. Projekt obejmował również współpracę z uznanymi praktykami teatralnymi (Aleksandras Špilevojums), co pozwoliło na uzyskanie wglądu w profesjonalny świat teatru.</p>
Wyniki działania	<p>Projekt pozytywnie wpłynął na swobodniejsze wyrażanie własnych przekonań i zwiększenie pewności siebie. Włączenie do niego uczniów ze specjalnymi potrzebami oraz uczniów ze środowisk zagrożonych sprzyjało konstruktywnej integracji.</p> <p>Uczniowie nauczyli się wspólnie pracować i szanować cudze opinie. Odkryli również w sobie pokłady kreatywności, które mogli na koniec zaprezentować w formie przedstawienia teatralnego. Sukces tego przedsięwzięcia pozytywnie wpłynął na ich rozwój osobisty i społeczny.</p>
Wnioski z realizacji	<p>Projektowi udało się przekształcić początkową postawę wycofania i potencjalnie destrukcyjne zachowanie w umiejętność twórczego wyrażania siebie. Zastosowane w nim działania teatralne promowały pracę zespołową, tolerancję i szacunek, podkreślając znaczenie współpracy i integracji.</p> <p>Dostosowanie działań do przestrzeni wirtualnej pokazało możliwości adaptacyjne technologii w nauczaniu zdalnym. Interakcje z</p>



	<p>profesjonalistami, takimi jak Aleksandras Špilevojums, zapewniły cenne spostrzeżenia i mentoring, wzbogacając doświadczenia uczestników projektu.</p> <p>Projekt uświadomił transformacyjną moc edukacji pozaformalnej wykorzystującej działania teatralne. Podkreślił również kluczowe czynniki: integracji, współpracy, zdolności adaptacyjnych i mentoringu we wspieraniu rozwoju osobistego i społecznego uczniów.</p>
--	---

## PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 2 | LITWA

Dobre praktyki	
Tytuł	KOCHAJĄC ŻYCIE
Kraj	Litwa
Wykonawca	Centrum Onkopsychologii i Komunikacji (OPCC)
Link	<a href="https://vaistai.lt/Detalus-projekto-Mylintys-gyvenima-aprasymas-1314.html">https://vaistai.lt/Detalus-projekto-Mylintys-gyvenima-aprasymas-1314.html</a>
Grupa docelowa	Pacjenci chorzy na raka, ich krewni oraz osoby, które wyzdrowiały z choroby nowotworowej (w tym dzieci i młodzież).
Poruszana problematyka	<ul style="list-style-type: none"> <li>- cierpienia emocjonalne / psychiczne;</li> <li>- brak holistycznej opieki;</li> <li>- ograniczony dostęp do fachowego wsparcia;</li> <li>- wsparcie dla krewnych.</li> </ul>
Cel działania	Poprawa jakości życia i dobrostanu psychospołecznego pacjentów chorych na raka oraz ich rodzin.
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>Wykorzystanie poradnictwa psychologicznego, arteterapii i grup wsparcia do zaradzenia stresowi emocjonalnemu, poprawienia holistycznej opieki nad pacjentami i zaspokojenia ich specyficznych potrzeb.</p> <p>Projekt oferuje również wsparcie dla członków rodziny osób dotkniętych chorobą nowotworową. Zastosowane w projekcie ankiety i ewaluacje mierzą skuteczność podejmowanych działań w kontekście podnoszeniu jakości życia oraz psychospołecznej adaptacji pacjentów chorych na raka i ich rodzin.</p>
Wyniki działania	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Poprawienie samopoczucia emocjonalnego pacjentów chorych na raka oraz członków ich rodzin poprzez poradnictwo psychologiczne i arteterapię.</li> <li>- Zmniejszenie lęku i objawów depresji dzięki holistycznemu podejściu do opieki, które obejmuje zarówno emocjonalne, jak i fizyczne aspekty leczenia raka.</li> <li>- Oferowanie bardziej kompleksowego system wsparcia, który uwzględnia również rodziny osób chorych na raka.</li> <li>- Zwiększanie dostępności projektu na kolejnych obszarach miejskich i wiejskich.</li> <li>- Dostosowanie wsparcia do konkretnych potrzeb, takich jak: poczucie własnej wartości czy wizerunek własnego ciała.</li> <li>- Stosowanie ankiet i systemu ewaluacji do mierzenia skuteczności projektu.</li> </ul>
Wnioski z realizacji	Projekt „Kochając życie” zapewnia osobom chorym na raka oraz członkom ich rodzin dostosowane do konkretnych potrzeb, fachowe wsparcie. Dzięki stosowaniu ankiet i ewaluacji można wymiennie mierzyć skuteczność poszczególnych działań z zakresu poradnictwa psychologicznego i arteterapii.

PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 3 | LITWA

Dobre praktyki	
Tytuł	DROGA DO EMOCJONALNEGO UZDROWIENIA
Kraj	Litwa
Wykonawca	The Ministry of Social Security and Labor of Lithuania, Siauliai Municipality and Northern Lithuania College
Link	<a href="https://slk.lt/emocinio-gijimo-kelias/">https://slk.lt/emocinio-gijimo-kelias/</a>
Grupa docelowa	Dzieci z miasta Szawle i okręgu szawelskiego, ofiary przemocy domowej (świadkowie) oraz członkowie ich rodzin.
Poruszana problematyka	Złagodzenie emocjonalnych i psychologicznych skutków przemocy domowej i przemocy pośredniej u dzieci. Przeciwdziałanie negatywnemu wpływowi takich doświadczeń na rozwój osobowości i zdrowie psychiczne.
Cel działania	<ul style="list-style-type: none"><li>- Zapewnienie kompleksowego, długoterminowego wsparcia dzieciom w wieku od 6 do 18 lat, które były świadkami przemocy domowej.</li><li>- Pomoc w emocjonalnym uzdrowieniu i złagodzenie wpływu traumy na ich zdrowie psychiczne.</li><li>- Wsparcie dla całych rodzin obejmujące terapię, poradnictwo i pomoc prawną.</li></ul>
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>Zastosowane metody wsparcia obejmowały grupową terapię sztuką (dramą), indywidualne i grupowe poradnictwo psychologiczne oraz doradztwo prawne.</p> <p>Podjęte działania miały na celu umożliwienie dzieciom bezpieczne wyrażenie własnych przeżyć, zredukowanie wpływu traumy na ich zdrowie psychiczne oraz wyleczenie emocjonalne. Członkowie rodzin zyskali ponadto konkretne wskazówki, jak skutecznie chronić i wspierać dzieci.</p>
Wyniki działania	Pozytywne rezultaty projektu obejmowały poprawę samopoczucia emocjonalnego oraz zdrowia psychicznego dzieci. Rodziny zyskały dopasowane wsparcie psychologiczne i prawne. Wykorzystanie arteterapii umożliwiło bezpieczne wyrażanie emocji i ułatwiło proces leczenia.
Wnioski z realizacji	Projekt wykazał skuteczność arteterapii (dramy) w pomaganiu dzieciom w radzeniu sobie z emocjonalnymi następstwami przemocy domowej. Poradnictwo psychologiczne i doradztwo prawne miały z kolei kluczowe znaczenie w tworzeniu odpowiedniego środowiska ochronnego. To holistyczne podejście podkreśla zarówno potrzebę ciągłego, długoterminowego wsparcia, jak i działań prewencyjnych w zwalczaniu zjawiska przemocy domowej.

**PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 4 | LITWA**

<b>Dobre praktyki</b>	
Tytuł	<b>TWORZENIE DIALOGU MIĘDZYKULTUROWEGO POPRZEZ MUZYKĘ I SZTUKĘ</b>
Kraj	Litwa
Wykonawca	Neribota ateitis
Link	<a href="https://erasmus-plus.ec.europa.eu/projects/search/details/2017-2-LT02-KA105-005354">https://erasmus-plus.ec.europa.eu/projects/search/details/2017-2-LT02-KA105-005354</a>
Grupa docelowa	Młodzi ludzie z utrudnionym startem życiowym, pochodzący z Litwy, Słowacji, Turcji, Cypru, Rumunii i Bułgarii.
Poruszana problematyka	Brak komunikacji między poszczególnymi krajami i narodami, szkodliwe stereotypy, sprzeciw miejscowej ludności wobec napływu imigrantów.
Cel działania	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zachęcanie do zmiany nastawienia wobec „obcych” poprzez nawiązanie z nimi komunikacji i współpracy;</li> <li>- pokazanie iluzoryczności stereotypów i mitów o charakterze narodowościowym;</li> <li>- odkrywanie muzyki i sztuki jako języka komunikacji;</li> <li>- promowanie założeń programu Erasmus+.</li> </ul>
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>Projekt obejmował wymianę młodzieży, warsztaty kreatywne, prezentacje kulturalne i wieczory międzykulturowe. Ich zadaniem było umożliwienie bezpośredniej interakcji między 36 młodymi uczestnikami z różnych krajów. Do ewaluacji zdobytych doświadczeń i kompetencji wykorzystano specjalne sesje i narzędzie Youthpass.</p> <p>Ponadto, w krajach partnerskich biorących udział w projekcie, zachęcano do dialogu międzykulturowego, kwestionowania stereotypów i promowania otwartej komunikacji. Ta kompleksowa metodologia z powodzeniem wykorzystwała muzykę i sztukę jako narzędzia wspierające porozumienie międzykulturowe.</p>
Wyniki działania	<p>Projekt „Tworzenie dialogu międzykulturowego poprzez muzykę i sztukę” przyczynił się do wytworzenia porozumienia międzykulturowego, obalił stereotypy narodowościowe i poprawił umiejętności komunikacyjne jego uczestników.</p> <p>Projekt zwiększył również świadomość problematyki międzykulturowej w społecznościach lokalnych, zachęcając ich członków do bardziej tolerancyjnego podejścia wobec osób pochodzących z innych kręgów kulturowych. Z powodzeniem wypromował również program Erasmus+, przyczyniając się tym samym do szerzenia idei współpracy międzynarodowej i wymiany kulturalnej.</p>
Wnioski z realizacji	Napotkane wyzwania, jak chociażby bariery językowe czy różnice kulturowe, stanowiły okazję do rozwoju i nauki, uświadamiając potrzebę odpowiednich strategii komunikacyjnych i znaczenie wrażliwości międzykulturowej.

	Projekt podkreślił transformacyjną moc muzyki i sztuki w promowaniu skutecznego dialogu międzykulturowego opartego na twórczej współpracy i wzajemnym szacunku.
--	---

**PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK | GRUZJA**

<b>Dobre praktyki</b>	
Tytuł	„ZWIĘKSZANIE DOSTĘPU DO INTEGRUJĄCYCH USŁUG O CHARAKTERZE ARTYSTYCZNYM I SPOŁECZNYM W GÓRSKICH WIOSKACH GRUZJI”
Kraj	Gruzja
Wykonawca	„Młodzież na rzecz równości społecznej” – projekt zrealizowany we współpracy z projektem ACCESS Instytutu Zarządzania Wschód-Zachód (EWWI) i przy wsparciu finansowym Amerykańskiej Agencji Rozwoju Międzynarodowego (USAID).
Link	<a href="#">LINK</a>
Grupa docelowa	Osoby niepełnosprawne mieszkające w górskich wioskach Gruzji (Guria, Samegrelo, Kartli, Tusheti i Khevsureti).
Poruszana problematyka	Ograniczony dostęp do sztuki integrującej, brak świadomości społecznej o niepełnosprawności, izolacja niepełnosprawnych dzieci, potrzeby przeszkolonego personelu w kontekście sztuki włączającej.
Cel działania	Wprowadzenie elementów sztuki integrującej i podniesienie świadomości społecznej na jej temat w wybranych wioskach górskich na terenie Gruzji. Ułatwienie rehabilitacji i integracji osób niepełnosprawnych, szczególnie w obliczu wyzwań związanych z pandemią COVID-19.
Opis działania (do 1000 znaków)	Projekt zakładał wieloaspektowe podejście do rehabilitacji i integracji osób niepełnosprawnych. Przyjęta metodyka obejmowała szkolenie nauczycieli w zakresie dyscyplin terapeutycznych, takich jak: dramaterapia, taniec i muzykoterapia, a także edukację włączającą. Do tego dochodziły specjalistyczne ewaluacje oraz konsultacje dla rodziców dzieci z niepełnosprawnością.  60 dzieci uczestniczyło w integracyjnych terapiach artystycznych online. Oprócz szkoleń dla personelu oraz szeroko pojmowanej integracji społecznej, celem projektu było również opracowanie kompleksowego przewodnika po integracyjnych metodach nauczania, zatytułowanego: „Sztuka dla integracji”, który pomagałby w promowaniu tej tematyki społecznościach zamieszkujących górskie tereny Gruzji.
Wyniki działania	- Zwiększenie widoczności usług dla osób z niepełnosprawnością; - Integracja społeczna 60 objętych projektem dzieci i poprawienie ich dobrostanu; - Przeszkolenie 15 nauczycieli w zakresie dyscyplin terapeutycznych;



Co-funded by  
the European Union

**MSK:**

ART+INN



	<p>- Opracowanie przewodnika „Sztuka dla integracji”.</p> <p>Kompleksowy charakter projektu stanowił wymierne wsparcie dla dzieci z niepełnosprawnością, a także uwrażliwił lokalne społeczności na kwestię integracji.</p>
Wnioski z realizacji	<p>W zwiększaniu dostępu do integrujących usług oraz tworzeniu społeczności, które będą trwale wspierały osoby z niepełnosprawnością, potencjalnymi barierami mogą okazać się kwestie technologiczne (świadczenie terapii online) i społeczne (podnoszenie świadomości mieszkańców tych terenów). Warto jest również zadbać o partnerstwo z organizacjami pozarządowymi. Taka współpraca zwiększa szanse na powodzenie całego projektu.</p>

PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 1 | SERBIA

Dobre praktyki	
Tytuł	WARSZTATY ARTYSTYCZNO-TERAPEUTYCZNE DLA DZIECI
Kraj	Serbia
Wykonawca	Tatjana Trajković – niezależna artystka i doradczyni, która specjalizuje się w integracyjnej arteterapii i psychodramie, wykorzystując techniki ekspresji artystycznej w celu ułatwienia emocjonalnego i psychologicznego uzdrowienia oraz rozwoju osobistego. Dzięki takim działaniom, uczestnicy projektu mogą swobodnie wyrażać swoje uczucia i pokonywać stojące przed nimi wyzwania.
Link	<a href="https://arteljecentar.com/art-terapeutske-radionice-za-decu-i-roditelje/">https://arteljecentar.com/art-terapeutske-radionice-za-decu-i-roditelje/</a>
Grupa docelowa	Dzieci w wieku od 6 do 18 lat; często z traumatycznymi doświadczeniami. Uczestnictwo w warsztatach zapewnia im wspierające środowisko do wyrażania własnych emocji, budowania pewności siebie i radzenia sobie z problemami. Warsztaty te można dostosować do indywidualnych potrzeb oraz poszczególnych etapów rozwoju dzieci.
Poruszana problematyka	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Brak zajęć skupiających się na rozwijaniu indywidualnych talentów:</b> Dzieciom często brakuje możliwości angażowania się w działania stymulujące rozwój ich indywidualnych umiejętności, wyrażania siebie i kreatywności.</li><li>- <b>Wycofane zachowanie:</b> Niektóre dzieci wykazują wycofaną postawę będącą reakcją na przeżytą traumę lub trudności w komunikowaniu swoich uczuć i doświadczeń.</li><li>- <b>Pewność siebie i wyrażanie siebie:</b> Dzieci dotknięte traumatycznymi przeżyciami mają niższą pewność siebie i trudności z wyrażaniem swoich myśli i emocji.</li><li>- <b>Integracja:</b> Niewystarczająca liczba programów dla dzieci o specjalnych potrzebach lub pochodzących ze środowisk zagrożonych społecznie.</li></ul> <p>Warsztaty arteterapii zapewniają przestrzeń, w której dzieci mogą twórczo wyrażać siebie, poprawiać swoje umiejętności komunikacyjne i uczestniczyć w zajęciach integracyjnych.</p>
Cel działania	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Wyrażanie siebie:</b> Celem jest zapewnienie dzieciom bezpiecznej przestrzeni do twórczego wyrażania własnych myśli, emocji i doświadczeń.</li><li>- <b>Wspieranie rozwoju osobistego:</b> Dzięki ekspresji artystycznej dzieci mogą lepiej zrozumieć siebie.</li><li>- <b>Budowanie umiejętności społecznych:</b> Zajęcia promują pracę zespołową, współpracę i komunikację. Dzięki grupowej terapii sztuką</li></ul>

	<p>dzieci mogą nauczyć się wchodzić w interakcje z rówieśnikami w konstruktywny i wspierający sposób.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Tworzenie środowiska sprzyjającego integracji:</b> Dzieci o specjalnych potrzebach – lub pochodzące ze środowisk zagrożonych społecznie – zyskują dostęp do nowych, integrujących aktywności.</li> <li>- <b>Odblokowanie kreatywnego potencjału:</b> Dzięki arteterapii dzieci odkrywają i rozwijają swoje talenty artystyczne, co zwiększa poczucie ich własnej wartości i rozbudza samoświadomość.</li> </ul> <p>Arteterapia pomaga dzieciom w wyrażaniu siebie, radzeniu sobie z wyzwaniami i budowaniu kompetencji społecznych, tworząc integracyjne i wspierające ich rozwój środowisko.</p>
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>Metody stosowane w warsztatach obejmowały: malarstwo, rysunek, rzeźbę oraz inne formy wyrazu artystycznego. Dzieci były zachęcane do rozwijania autoekspresji, pracy zespołowej i pewności siebie poprzez tematyczne dyskusje oraz ćwiczenia głosowe i ruchowe. Ponadto, zaangażowały się również w czytanie i pisanie sztuk teatralnych. Projekt obejmował również spotkania z praktykami teatru i współpracę zdalną.</p>
Wyniki działania	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Lepsze wyrażanie siebie:</b> Dzieci, poprzez sztukę, były w stanie skuteczniej przekazywać swoje myśli i emocje, nawet gdy wcześniej miały z tym trudność.</li> <li>- <b>Zwiększona pewność siebie:</b> Angażując się w twórcze działania i otrzymując pozytywne informacje zwrotne, dzieci nabrały pewności siebie.</li> <li>- <b>Zmiana zachowania:</b> Dzieci, które wcześniej wykazywały wycofaną postawę lub destrukcyjne zachowania, przeszły zauważalną transformację. Skierowały swoją energię na twórcze wyrażanie siebie.</li> <li>- <b>Integracja:</b> Warsztaty wytworzyły środowisko o charakterze włączającym, w którym odnalazły się dzieci ze specjalnymi potrzebami oraz te zagrożone wykluczeniem społecznym.</li> <li>- <b>Praca zespołowa i tolerancja:</b> Dzieci nauczyły się współpracować z rówieśnikami i szanować cudze opinie, rozwijając tym samym kompetencje społeczne.</li> <li>- <b>Odkrywanie talentów:</b> Warsztaty pozwoliły dzieciom odkryć i zaprezentować swoje uzdolnienia, co dało im poczucie dumy i artystycznego spełnienia.</li> <li>- <b>Końcowy pokaz:</b> Wspólne prace nad przedstawieniem uwidocznili postępy poczynione przez dzieci.</li> </ul>
Wnioski z realizacji	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Skuteczność integracji:</b> Dzieci ze specjalnymi potrzebami i te ze środowisk zagrożonych społecznie zyskały środowisko o charakterze inkluzywnym.</li> <li>- <b>Transformująca moc sztuki:</b> Wycofane postawy i destrukcyjne zachowania zastąpiła twórcza autoekspresja.</li> <li>- <b>Znaczenie współpracy:</b> Działania bazujące na pracy zespołowej i poszanowaniu innych umożliwiły intensywniejszy rozwój osobisty i społeczny.</li> </ul>



	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Nowe technologie:</b> Dostosowanie działań do przestrzeni wirtualnej sprawdziło się w nauczaniu zdalnym.</li><li>- <b>Wartość mentoringu:</b> Interakcja z praktykami teatru wzbogaciła doświadczenia dzieci.</li><li>- <b>Terapeutyczny potencjał ekspresji niewerbalnej:</b> Dzieci, które miały duże trudności z komunikowaniem własnych uczuć i emocji, mogły skutecznie wyrażać się poprzez sztukę.</li></ul> <p>Warsztaty arteterapii pokazały korzyści płynące z integracji, współpracy, mentoringu i terapeutycznego potencjału ekspresji niewerbalnej. Transformacyjna moc edukacji pozaformalnej poprzez sztukę wspiera rozwój osobisty i społeczny dzieci i pomaga im poradzić sobie z problemami.</p>
--	--

PROJEKT MERCURY   PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 2   SERBIA	
<b>Dobre praktyki</b>	
Tytuł	WARSZTATY TEATRALNE DLA DZIECI
Kraj	Serbia
Wykonawca	ApsArt Centar
Link	<a href="http://www.apsart.org/dramske-radionice/">http://www.apsart.org/dramske-radionice/</a>
Grupa docelowa	Dzieci zachęcane do aktywnego kształtowania własnego życia.
Poruszana problematyka	<p><b>Rosnąca pasywność spowodowana technologią:</b> Telewizja, komputery, smartfony i media społecznościowe w coraz większym stopniu zabierają czas i zajmują uwagę dzieci, co naraża je na ryzyko zostania biernymi konsumentami treści, a nie aktywnymi twórcami swojego życia. Taka bierność może mieć negatywny wpływ na ich samopoczucie fizyczne i psychiczne. Akcja ma na celu przeciwdziałanie temu trendowi i zachęcanie dzieci do aktywności.</p>
Cel działania	<p>Zainspirowanie dzieci, by stały się aktywnymi twórcami własnego życia, którzy potrafią krytycznie podchodzić do otaczającej ich rzeczywistości zdominowanej przez elektroniczne media.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Pokonywanie strachu przed popełnieniem błędów:</b> Aby pomóc dzieciom przezwyciężyć strach przed popełnianiem błędów, zachęcając je do podjęcia procesu uczenia się i stania się bardziej odpornymi w obliczu wyzwań.</li> <li>- <b>Promowanie spontaniczności i eksploracji:</b> Zapewnienie dzieciom bezpiecznego i wspierającego środowiska, w którym mogą angażować się w spontaniczną eksplorację, próbować nowych rzeczy i odkrywać własny potencjał.</li> <li>- <b>Uwalnianie kreatywności:</b> Odblokowanie i pielęgnowanie kreatywnego potencjału dzieci, pozwalając im myśleć nieszablonowo i podchodzić do problemów w codziennym życiu z kreatywnym nastawieniem.</li> <li>- <b>Działanie i analityczne myślenie:</b> Zachęcanie dzieci do podejmowania działań w życiu i przyjmowania analitycznego podejścia do różnych aspektów życia, rozwijanie poczucia odpowiedzialności i proaktywnego zaangażowania w otoczenie.</li> <li>- <b>Budowanie umiejętności osobistych i społecznych:</b> Stworzenie platformy dla dzieci do wspólnego odkrywania, uczenia się i rozwoju. Jest to przestrzeń do prób i błędów, w której błędy są celebrowane, a wsparcie i współpraca są zachęcane.</li> <li>- <b>Odkrywanie poważnych tematów:</b> Angażowanie dzieci w podejmowanie poważnych tematów i dylematów, uznając, że kwestie te nie są zarezerwowane wyłącznie dla dorosłych i że dzieci mogą nauczyć się krytycznego myślenia i refleksji nad nimi.</li> </ul>

	<p>Podsumowując, celem zajęć jest wspieranie rozwoju dzieci w kierunku wszechstronnych osób, które są pewne siebie, zdolne do wyrażania siebie, otwarte na eksplorację i aktywnie zaangażowane w swoje społeczności. Ma to na celu wspieranie poczucia osobistej odpowiedzialności i analitycznego podejścia do życia, przy jednoczesnym celebrowaniu kreatywności i integracji.</p>
Opis działania (do 1000 znaków)	<p>Warsztaty inspirują dzieci do zaangażowania się w procesy twórcze i analityczne. Zastosowane w nich metody obejmują:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Opowiadanie własnych historii:</b> Zamiast uczyć się na pamięć tekstów ze scenariusza, dzieci są zachęcane do dzielenia się swoimi osobistymi historiami i doświadczeniami, dzięki czemu mogą pełniej wyrazić siebie.</li><li>- <b>Kreatywny rozwój postaci:</b> Dzieci wymyślają własnych bohaterów, co pozwala im odkrywać swoją kreatywność i wyjątkowość.</li><li>- <b>Odkrywanie ról życiowych:</b> Dzieci nie tylko odgrywają wcześniej zdefiniowane role, ale także badają i odgrywają różne role życiowe, które mogą napotkać w przyszłości, wspierając głębsze zrozumienie siebie i innych.</li><li>- <b>Empatia i zrozumienie:</b> Wchodząc w buty innych i rozumiejąc różne perspektywy, dzieci uczą się akceptować różnorodność i doceniać indywidualną wyjątkowość.</li><li>- <b>Trudne tematy:</b> Warsztaty zagłębiają się w poważne tematy i dylematy, umożliwiając dzieciom krytyczne myślenie i angażowanie się w złożone tematy, które nie ograniczają się do dorosłych.</li></ul> <p>Studium przypadku przedstawia te warsztaty teatralne jako platformę dla dzieci do odkrywania, uczenia się i rozwoju. To miejsce, w którym mogą być spontaniczne, kreatywne i podejmować działania. Błędy są akceptowane jako część procesu uczenia się, a współpraca jest celebrowana. Ogólnie rzecz biorąc, studium przypadku pokazuje, w jaki sposób warsztaty teatralne zapewniają unikalne i skuteczne podejście do angażowania dzieci w kreatywne odkrywanie siebie i krytyczne myślenie.</p>
Wyniki działania	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Zwiększona pewność siebie:</b> Dzieci doświadczają zwiększonej pewności siebie, gdy angażują się w kreatywne wyrażanie siebie, wspierając pozytywny obraz siebie.</li><li>- <b>Pobudzona kreatywność:</b> Udział w warsztatach teatralnych uwalnia i rozwija kreatywność, pozwalając dzieciom myśleć innowacyjnie i podchodzić do problemów z pomysłowymi rozwiązaniami.</li><li>- <b>Lepsze umiejętności komunikacyjne:</b> Dzieci rozwijają lepsze umiejętności komunikacyjne, zarówno werbalne, jak i niewerbalne, które są niezbędne do skutecznego wyrażania myśli i emocji.</li><li>- <b>Krytyczne myślenie:</b> Warsztaty zachęcają dzieci do krytycznego myślenia o różnych tematach życiowych, umożliwiając im podejście do złożonych tematów z umiejętnościami analitycznymi.</li></ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Empatia i integracja:</b> Badając różne perspektywy i wchodząc w buty innych, dzieci rozwijają empatię, wspierając poczucie inkluzji i szacunku dla różnorodności.</li> <li>- <b>Rozwój osobisty:</b> Warsztaty wspierają rozwój osobisty poprzez zachęcanie dzieci do przezwycięzania strachu przed błędami, stawania się bardziej spontanicznymi i przejmowania inicjatywy w swoim życiu.</li> <li>- <b>Zaangażowanie społeczne:</b> Dzieci są zachęcane do aktywnego uczestnictwa w życiu swoich społeczności, przyjmując role i obowiązki, które przyczyniają się do rozwoju ich otoczenia.</li> <li>- <b>Celebrowanie błędów:</b> Błędy są celebrowane, tworząc pozytywne środowisko uczenia się, w którym dzieci uczą się, że popełnianie błędów jest naturalną częścią rozwoju.</li> </ul>
Wnioski z realizacji	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Wspieranie pewności siebie i kreatywności:</b> Wdrożenie z powodzeniem wspierało pewność siebie i kreatywność dzieci, pokazując wartość kreatywnych możliwości rozwoju osobistego.</li> <li>- <b>Wspieranie krytycznego myślenia:</b> Warsztaty zachęcały dzieci do krytycznego myślenia, podkreślając znaczenie wprowadzania złożonych tematów w sposób dostosowany do wieku.</li> <li>- <b>Promowanie inkluzji:</b> Dzieci przyjęły inkluzję, ucząc się doceniać różnorodność i szanować poglądy innych, promując poczucie wspólnoty.</li> <li>- <b>Akceptacja błędów:</b> Warsztaty traktowały błędy jako naturalną część procesu uczenia się, zachęcając dzieci do podejmowania ryzyka i przezwycięzania strachu przed porażką.</li> <li>- <b>Napotkane wyzwania:</b> Wdrożenie takich działań może napotkać wyzwania związane z zasobami, czasem i dostosowaniem treści dla dzieci w różnym wieku i z różnych środowisk.</li> <li>- <b>Potrzeba stałego wsparcia:</b> Utrzymanie takich programów wymaga ciągłego wsparcia, zarówno pod względem zasobów, jak i szkoleń dla moderatorów, aby zapewnić trwałą pozytywną wpływ.</li> <li>- <b>Wzmacnianie pozycji dzieci:</b> Warsztaty okazały się skutecznym sposobem na wzmocnienie pozycji dzieci jako aktywnych twórców w ich życiu i społeczności, podkreślając, że dzieci mają zdolność do wyrażania siebie, kreatywności i analitycznego myślenia.</li> </ul> <p>Podsumowując, realizacja warsztatów teatralnych dla dzieci pokazała transformacyjną moc kreatywnego zaangażowania w rozwój osobisty i zaangażowanie społeczności. Wyciągnięte wnioski podkreślają znaczenie dalszego wspierania i promowania takich działań z korzyścią dla dzieci i ich społeczności.</p>

**PROJEKT MERCURY | PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 3 | SERBIA**

**Dobre praktyki**

Tytuł	"ZimSKI kamp Kopaonik 2023: Unapređenje rehabilitacije i resocijalizacije dece obolele od malignih bolesti" „Narciarski obóz zimowy Kopaonik 2023: Rehabilitacija i resocijalizacija dece z chorobami nowotworowymi”
Kraj	Serbia
Wykonawca	NURDOR - Nacionalno udruženje roditelja dece obolele od raka, Belgrad, Serbia
Link	<a href="http://www.nurdor.org/ProjektiDetalji.aspx?url=zimski-kamp-kopaonik-2023-godine&amp;kid=2">http://www.nurdor.org/ProjektiDetalji.aspx?url=zimski-kamp-kopaonik-2023-godine&amp;kid=2</a>
Grupa docelowa	Grupą docelową działania "Winter SKI Kamp Kopaonik 2023" jest młodzież w wieku od 12 do 18 lat, która zakończyła leczenie chorób nowotworowych. Młodzież ta walczyła z rakiem i jest w trakcie rekonwalescencji i rehabilitacji po leczeniu. Projekt ma na celu zapewnienie im wspierających i terapeutycznych doświadczeń w naturalnym otoczeniu, pomagając im w reintegracji ze społeczeństwem, odbudowie poczucia własnej wartości i odnowieniu nadziei na przyszłość po wyzwaniach związanych z leczeniem raka.
Poruszana problematyka	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Długie i złożone leczenie:</b> Dzieci chore na raka przechodzą długotrwałe i złożone schematy leczenia, w tym operacje, chemioterapię i radioterapię. Zabiegi te są wymagające fizycznie i psychicznie, a w niektórych przypadkach trwają kilka lat.</li><li>- <b>Konsekwencje psychologiczne i fizyczne:</b> Leczenie nowotworów często prowadzi zarówno do krótkoterminowych, jak i długoterminowych konsekwencji psychofizycznych dla dzieci, które mogą utrudniać ich rehabilitację i resocjalizację. Konsekwencje te mogą obejmować osłabienie układu odpornościowego, izolację, bolesne zabiegi, utratę włosów i zmianę wyglądu fizycznego.</li><li>- <b>Izolacja społeczna i wpływ psychologiczny:</b> Hospitalizacja i leczenie dzieci skutkują izolacją społeczną i cierpieniem psychicznym. Tracą one kontakt ze swoimi grupami rówieśniczymi, a strach przed niepewnością wyników leczenia jest szczególnie trudny dla nastolatków.</li><li>- <b>Potrzeba rehabilitacji po leczeniu:</b> Po zakończeniu leczenia przeciwnowotworowego dzieci wymagają odpowiedniej rehabilitacji psychofizycznej, aby sprostać wyzwaniom i konsekwencjom, przed którymi stoją. Rehabilitacja ta jest niezbędna do poprawy ogólnego stanu zdrowia, parametrów hematologicznych i dobrostanu psychospołecznego.</li></ul> <p>Działania podjęte w ramach tego projektu mają na celu złagodzenie tych problemów poprzez zapewnienie nastolatkom wspierającego i terapeutycznego obozu rehabilitacyjnego w naturalnym otoczeniu. Obóz pomaga odbudować poczucie własnej wartości, wzmocnić dobrostan psychospołeczny i odnowić nadzieję na przyszłość po wyzwaniach związanych z leczeniem raka.</p>

Cel działania	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Rehabilitacja:</b> Oferowanie rehabilitacji psychofizycznej młodzieży w wieku od 12 do 18 lat, która przeszła leczenie raka. Rehabilitacja ta ma na celu zajęcie się fizycznymi i psychologicznymi konsekwencjami leczenia raka i promowanie ich ogólnego stanu zdrowia.</li> <li>- <b>Resocjalizacja:</b> Ułatwienie resocjalizacji tych nastolatków, pomagając im ponownie zintegrować się ze społeczeństwem po długotrwałej hospitalizacji i leczeniu raka. Projekt ma na celu zmniejszenie ich izolacji społecznej i odbudowanie więzi z rówieśnikami.</li> <li>- <b>Odnowienie poczucia własnej wartości:</b> Zachęcanie do odnowienia poczucia własnej wartości wśród uczestników, którzy mogli doświadczyć wyzwań, takich jak zmiany w wyglądzie fizycznym, izolacja i psychologiczny wpływ leczenia raka.</li> <li>- <b>Nadzieja i pewność siebie:</b> Zapewnienie nastolatkom poczucia nadziei i wiary w ich przyszłość. Projekt ma na celu pomóc im przezwyciężyć strach i niepewność związane z wynikami leczenia raka.</li> <li>- <b>Dobre samopoczucie fizyczne i psychiczne:</b> Poprawa ogólnego stanu zdrowia i parametrów hematologicznych uczestników poprzez starannie zaplanowane aktywności fizyczne i wsparcie psychospołeczne. Celem jest przyczynienie się do szybszego i sprawniejszego powrotu do zdrowia.</li> </ul> <p>Podsumowując, głównym celem działania "Winter SKI Kamp Kopaonik 2023" jest wspieranie nastolatków po zakończeniu leczenia poprzez zapewnienie im wspierającego i terapeutycznego obozu, który promuje dobre samopoczucie fizyczne i psychiczne, resocjalizację, odnowioną samoocenę i nadzieję na przyszłość.</p>
Opis działania (do 1000 znaków)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Terapia rekreacyjna:</b> Uczestnicy angażują się w starannie zaplanowane aktywności fizyczne, takie jak jazda na nartach i przygody na świeżym powietrzu, aby poprawić swoje zdrowie fizyczne i wytrzymałość.</li> <li>- <b>Warsztaty psychologiczne:</b> Obóz obejmuje warsztaty psychologiczne mające na celu odbudowanie poczucia własnej wartości, zajęcie się psychologicznym wpływem raka i dostarczenie uczestnikom narzędzi do radzenia sobie z ich doświadczeniami.</li> <li>- <b>Interakcje rówieśnicze:</b> Młodzież jest otoczona przez rówieśników, którzy stanęli przed podobnymi wyzwaniami, co zmniejsza izolację społeczną i zapewnia wspierające środowisko dla wzajemnego zrozumienia.</li> <li>- <b>Natura i przebywanie na świeżym powietrzu:</b> Obóz znajduje się w naturalnym środowisku, oferując uczestnikom możliwość kontaktu z naturą, co może mieć działanie terapeutyczne.</li> <li>- <b>Zindywidualizowane wsparcie:</b> Podejście do rehabilitacji jest dostosowane do potrzeb każdego uczestnika, uznając, że doświadczenie każdego nastolatka z rakiem jest wyjątkowe.</li> </ul> <p>Połączenie aktywności fizycznej, wsparcia psychologicznego i interakcji z rówieśnikami tworzy środowisko, w którym młodzież może odzyskać nadzieję i pewność siebie po leczeniu raka.</p>
Wyniki działania	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Poprawa kondycji fizycznej:</b> dzięki starannie zaplanowanym zajęciom fizycznym uczestnicy doświadczyli poprawy zdrowia fizycznego i wytrzymałości, co przyczyniło się do ich ogólnego samopoczucia.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Dobre samopoczucie psychiczne:</b> Warsztaty psychologiczne miały pozytywny wpływ na samopoczucie psychiczne uczestników. Odbudowali oni poczucie własnej wartości i nabyli mechanizmy radzenia sobie z wyzwaniami psychologicznymi związanymi z leczeniem raka.</li><li>- <b>Resocjalizacja:</b> Obóz ułatwił resocjalizację poprzez zgromadzenie nastolatków, którzy stanęli przed podobnymi wyzwaniami. Zmniejszyło to ich izolację społeczną i pomogło im odbudować więzi z grupami rówieśniczymi.</li><li>- <b>Odnowiona samoocena:</b> Uczestnicy doświadczyli odnowienia poczucia własnej wartości, co jest szczególnie ważne dla nastolatków, którzy mogli zmierzyć się ze zmianami w wyglądzie fizycznym i wyzwaniami emocjonalnymi podczas leczenia raka.</li><li>- <b>Nadzieja i pewność siebie:</b> Obóz zaszczepił w uczestnikach poczucie nadziei i pewności siebie, pomagając im przezwyciężyć strach i niepewność związane z wynikiem leczenia raka.</li><li>- <b>Wspierające środowisko:</b> Wspierające środowisko obozu, zarówno pod względem interakcji z rówieśnikami, jak i naturalnego otoczenia, przyczyniło się do dobrego samopoczucia i powrotu do zdrowia uczestników.</li></ul> <p>Ogólnie rzecz biorąc, pozytywne efekty i wyniki tej działalności znajdują odzwierciedlenie w poprawie samopoczucia fizycznego i psychicznego, odnowionej samoocenie i lepszych perspektywach dla nastolatków, którzy zakończyli leczenie raka. Obóz zapewnił holistyczne podejście do wspierania ich powrotu do zdrowia i resocjalizacji.</p>
Wnioski z realizacji	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Znaczenie wsparcia po leczeniu:</b> Projekt podkreśla krytyczną potrzebę wsparcia i rehabilitacji po leczeniu dla nastolatków, którzy ukończyli leczenie raka. Podkreśla, że zajęcie się fizycznymi i psychologicznymi konsekwencjami leczenia raka ma zasadnicze znaczenie dla ich ogólnego samopoczucia.</li><li>- <b>Holistyczne podejście:</b> Holistyczne podejście projektu, łączące aktywność fizyczną, warsztaty psychologiczne i interakcje rówieśnicze, było skuteczne w zaspokajaniu różnorodnych potrzeb uczestników. Podkreśla to znaczenie uwzględnienia całej osoby podczas zapewniania wsparcia po leczeniu.</li><li>- <b>Zmniejszenie izolacji społecznej:</b> Tworząc środowisko, w którym uczestnicy mogą wchodzić w interakcje ze swoimi rówieśnikami, którzy mieli podobne doświadczenia, projekt skutecznie zmniejszył izolację społeczną. Lekcja ta podkreśla znaczenie wsparcia rówieśników w procesie powrotu do zdrowia.</li><li>- <b>Wsparcie dostosowane do potrzeb:</b> W projekcie uznano, że doświadczenie każdego nastolatka z chorobą nowotworową jest wyjątkowe, a wsparcie powinno być zindywidualizowane. Wyciągniętą lekcją jest znaczenie dostosowania podejścia rehabilitacyjnego do specyficznych potrzeb każdego uczestnika.</li><li>- <b>Odnowiona nadzieja i pewność siebie:</b> Obóz pokazał, że zapewnienie nastolatkom możliwości przyjemnych zajęć może odnowić ich nadzieję i</li></ul>

wiarę w przyszłość. Projekt podkreśla znaczenie wspierania pozytywnego nastawienia.

- **Naturalne otoczenie:** Naturalne otoczenie obozu było korzystne dla uczestników. Podkreśla terapeutyczne efekty kontaktu z naturą i podkreśla potencjał naturalnego środowiska w rehabilitacji.

Podsumowując, projekt "Winter SKI Kamp Kopaonik 2023" wykazał wartość wsparcia po leczeniu dla nastolatków, którzy zmagali się z rakiem. Jego holistyczne podejście, nacisk na wsparcie rówieśnicze i zindywidualizowana opieka doprowadziły do pozytywnych rezultatów. Projekt służy jako model zapewniania kompleksowego wsparcia nastolatkom po zakończeniu leczenia, przyczyniając się do ich dobrego samopoczucia fizycznego i psychicznego oraz odnawiając ich nadzieję na przyszłość.



PROJEKT MERCURY   PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 4   SERBIA	
<b>Dobre praktyki</b>	
Tytuł	UNIKATOWY OBÓZ DLA DZIECI
Kraj	Serbia
Wykonawca	Child Hub
Link	<a href="https://childhub.org/en/child-protection-news/serbia-unique-innovation-camp-children?language=en">https://childhub.org/en/child-protection-news/serbia-unique-innovation-camp-children?language=en</a>
Grupa docelowa	Uczniowie szkół podstawowych i średnich w wieku od 7 do 18 lat. Program ma na celu wzmocnienie potencjału twórczego tej grupy wiekowej oraz zwiększenie szans młodych ludzi na późniejsze zatrudnienie poprzez innowacyjne programy edukacyjne.
Poruszana problematyka	<b>Brak innowacyjnej edukacji:</b> Tradycyjne systemy edukacyjne zbyt często stawiają na uczenie się na pamięć, co może utrudniać dostosowanie się do wyzwań współczesności. <b>Zatrudnianie młodzieży:</b> Program koncentruje się na umiejętnościach, które zwiększają szanse młodych ludzi na późniejsze zatrudnienie. Wprowadza ich w dziedziny, takie jak: IT, STEAM, edukacja twórców i kreatywna przedsiębiorczość. <b>Gospodarka o obiegu zamkniętym i gospodarka odpadami:</b> Edukowanie uczestników programu na temat znaczenia zrównoważonych praktyk. <b>Kompetencje cyfrowe:</b> Program promuje technologie cyfrowe poprzez naukę tworzenia aplikacji mobilnych.
Cel działania	<b>Wzmocnienie potencjału twórczego:</b> rozwijanie kreatywności, krytycznego myślenia i umiejętności rozwiązywania problemów. <b>Zwiększenie szans na zatrudnienie:</b> nauczenie młodych ludzi umiejętności, które przydadzą im się w późniejszej karierze zawodowej, promując przedsiębiorczość. <b>Innowacyjna edukacja:</b> Wyjście poza tradycyjne metody nauczania i włączenie elementów z świata IT, STEAM czy edukacji twórców. <b>Gospodarka o obiegu zamkniętym i gospodarka odpadami:</b> Uczestnicy mieli za zadanie stworzyć od podstaw aplikację mobilną, która przyczyni się zrównoważonych praktyk. <b>Wspieranie innowacji społecznych:</b> Zachęcanie uczestników do kreatywnego myślenia o wyzwaniach społecznych i środowiskowych, promując innowacyjne sposoby ich rozwiązywania. <b>Pochwała przedsiębiorczości:</b> Kształtowanie postawy, która sprzyja tworzeniu własnych projektów.
Opis działania (do 1000 znaków)	Wsparcie dla dzieci i młodzieży w wieku od 7 do 18 lat poprzez integrację innowacyjnych metod edukacyjnych, w których zastosowano m.in. podejście multidyscyplinarne (obejmujące rozwiązania IT i metodykę STEAM), edukację twórców, innowacje społeczne i kreatywną przedsiębiorczość.

	<p>Uczestnicy wzięli udział w trzytygodniowym intensywnym programie edukacyjnym, podczas którego nauczyli się projektować i programować aplikację mobilną przeznaczoną do zarządzania gospodarką o obiegu zamkniętym i gospodarką odpadami. Dzięki pracy projektowej i zdobyciu nowych kompetencji cyfrowych mogli nie tylko rozwiązywać rzeczywiste problemy, ale także zwiększyli w ten sposób swoje szanse na późniejsze zatrudnienie.</p>
Wyniki działania	<p><b>Zyskanie nowych umiejętności:</b> Multidyscyplinarne działania wymiennie poprawiły kreatywne myślenie i rozwiązywanie problemów.</p> <p><b>Zwiększone szanse na zatrudnienie:</b> Uczestnicy programu zyskali cenne umiejętności z zakresu IT, STEAM i edukacji twórców.</p> <p><b>Zrównoważone rozwiązania:</b> Zachęta do opracowania innowacyjnych aplikacji mobilnych, które przyczyniają się do bardziej zrównoważonych praktyk.</p> <p><b>Kompetencje cyfrowe:</b> Program przygotował uczestników do funkcjonowania na zdigitalizowanym rynku pracy.</p> <p><b>Interakcje międzykulturowe:</b> Uczestnicy programu mieli możliwość uczestnictwa w międzykulturowej współpracy.</p> <p><b>Innowacje społeczne:</b> Specyfika programu wspiera poczucie odpowiedzialności społecznej.</p> <p><b>Pochwała przedsiębiorczości:</b> Program kultywował postawy przedsiębiorcze wśród młodych uczestników, zachęcając ich do odkrywania swojego potencjału i rozwijania własnych projektów.</p> <p><b>Holistyczna edukacja:</b> Zintegrowane i innowacyjne formy edukacji wykraczają poza tradycyjne nauczanie.</p> <p><b>Pozytywny wpływ na społeczność i środowisko:</b> Rozwiązania opracowane przez uczestników wywierają pozytywny wpływ na kwestie społeczne i środowiskowe.</p> <p><b>Inspiracja:</b> Dzięki uczestnictwu w programie jego uczestnicy nauczyli się kreatywnego rozwiązywania napotykaných problemów.</p>
Wnioski z realizacji	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Zróżnicowane grupy wiekowe:</b> zarządzanie uczestnikami w wieku od 7 do 18 lat może stanowić wyzwanie ze względu na różne poziomy rozwoju poznawczego i zdolności uczenia się. Dostosowanie działań do tej różnorodności ma kluczowe znaczenie.</li> <li>- <b>Nauka interdyscyplinarna:</b> dzięki zintegrowaniu systemów IT, STEAM, poszczególnych twórców i przedsiębiorczości w jednym programie może być złożona, ale oferuje bogate możliwości uczenia się. Niezbędne jest staranne planowanie i dostosowanie działań.</li> <li>- <b>Alokacja zasobów:</b> Program wymaga zasobów, takich jak sprzęt, materiały i wykwalifikowani nauczyciele. Zapewnienie odpowiedniej alokacji zasobów ma kluczowe znaczenie dla powodzenia takich multidyscyplinarnych inicjatyw.</li> <li>- <b>Zrównoważony rozwój:</b> Poruszanie tematów związanych z gospodarką o obiegu zamkniętym i gospodarką odpadami może wymagać dogłębnego zrozumienia kwestii środowiskowych. Zapewnienie uczestnikom kompleksowej wiedzy podstawowej jest niezbędne.</li> </ul>

- **Umiejętności cyfrowe:** Nauczanie umiejętności cyfrowych i programowania uczestników w różnym wieku może wymagać zróżnicowanych instrukcji, aby skutecznie zaspokoić indywidualne potrzeby edukacyjne.
- **Zaangażowanie społeczności:** Zaangażowanie społeczności i lokalnych interesariuszy w działania programu może zwiększyć wpływ rozwiązań opracowanych przez uczestników i zwiększyć wsparcie społeczności.
- **Ewaluacja i ocena:** Wdrożenie skutecznych metod oceny w celu zmierzenia wpływu programu na umiejętności twórcze uczestników, szanse na zatrudnienie i wiedzę na temat zrównoważonego rozwoju jest niezbędne do ulepszenia programu.
- **Inkluzywność:** Zapewnienie inkluzywności i dostępności dla uczestników z różnych środowisk i o różnych umiejętnościach ma kluczowe znaczenie dla zapewnienia równych szans edukacyjnych.
- **Mechanizmy informacji zwrotnej:** Ustanowienie skutecznych mechanizmów informacji zwrotnej od uczestników, rodziców i wychowawców może pomóc zidentyfikować obszary wymagające poprawy i udoskonalić projekt programu.
- **Ciągłe doskonalenie:** Program powinien pozostać elastyczny i otwarty na uwzględnianie informacji zwrotnych i wprowadzanie iteracyjnych ulepszeń, aby sprostać zmieniającym się potrzebom i celom edukacyjnym.

Podsumowując, program wykazał potencjał do wzmocnienia pozycji młodzieży, zwiększenia szans na zatrudnienie oraz wspierania innowacyjnych i zrównoważonych rozwiązań. Jednak podjęcie wyzwań i wyciągnięcie wniosków ma kluczowe znaczenie dla udoskonalenia i rozszerzenia podobnych inicjatyw edukacyjnych w przyszłości.

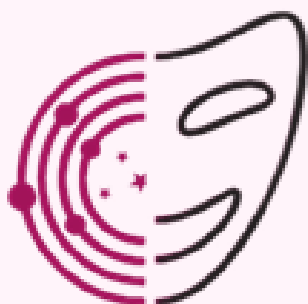
PROJEKT MERCURY   PRZYKŁAD DOBRYCH PRAKTYK NR 5   SERBIA	
<b>Dobre praktyki</b>	
Tytuł	TERAPIA PIASKIEM – OD ROZWIĄZYWANIA KONFLIKTÓW, PO STYMULOWANIE KREATYWNOŚCI.
Kraj	Serbia
Wykonawca	Centar Zanima
Link	<a href="http://roditeljstvovogdoba.com/terapija-peskom-od-resavanja-konflikata-do-razvoja-kreativnosti/">http://roditeljstvovogdoba.com/terapija-peskom-od-resavanja-konflikata-do-razvoja-kreativnosti/</a>
Grupa docelowa	<p>- <b>Dzieci</b> (w wieku od 18 miesięcy): Program ma na celu pomóc dzieciom w ich rozwoju emocjonalnym oraz rozbudowaniu umiejętności poznawczych poprzez kreatywną i terapeutyczną zabawę z piaskiem.</p> <p>- <b>Młodzież</b>: Program umożliwia ekspresję emocjonalną, zapewnia rozwój poznawczy i poprawia komunikację.</p> <p>- <b>Dorośli</b>: Wersja programu dla osób dorosłych koncentruje się na relaksacji, łagodzeniu stresu i polepszeniu samopoczucia, oferując terapeutyczne podejście do różnych wyzwań życiowych.</p> <p>- <b>Rodziny</b>: Program dla rodziców i dzieci sprzyja lepszej komunikacji i zacieśnia więzi rodzinne.</p> <p>Działania Center zAnima są skierowane do różnych grup wiekowych, promując dobre samopoczucie, rozwój poznawczy oraz poprawę kompetencji komunikacyjnych poprzez terapeutyczną zabawę piaskiem.</p>
Poruszana problematyka	<p>- <b>Wyzwania emocjonalne</b>: Wiele osób boryka się na co dzień ze stresem, niepokojem, strachem, złością i niewyrażonymi emocjami. Może to wywierać szkodliwy wpływ na zdrowie psychiczne i ogólne samopoczucie.</p> <p>- <b>Trudności w komunikacji</b>: Skuteczna komunikacja jest niezbędna dla zdrowych relacji i rozwoju osobistego. Niektóre osoby, zwłaszcza dzieci i młodzież, mają trudności z wyrażaniem własnych uczuć, potrzeb i obaw.</p> <p>- <b>Dynamika rodziny</b>: Budowanie zaufania i otwartej komunikacji w rodzinie ma kluczowe znaczenie dla harmonijnej relacji rodzic-dziecko.</p> <p>- <b>Rozwój poznawczy</b>: Pamięć, koncentracja, wyobraźnia i umiejętności rozwiązywania problemów to bardzo ważne aspekty, o które warto zadbać.</p> <p>- <b>Stres i trauma</b>: Niezbędność znalezienia zdrowych sposobów radzenia sobie ze stresem i traumą.</p> <p>- <b>Kreatywność i ekspresja</b>: Odpowiednio dobrane działania i ćwiczenia pomagają wyrażać własne myśli i emocje.</p> <p>- <b>Inteligencja emocjonalna</b>: Zarządzanie własnymi emocjami oraz empatia wobec innych to jedne z kluczowych elementów rozwoju osobistego i społecznego.</p> <p>Centrum zAnima wykorzystuje piasek jako narzędzie terapeutyczne dla osób indywidualnych i całych rodzin służące do polepszenia samopoczucia emocjonalnego, rozwoju poznawczego, skutecznej komunikacji i poprawy relacji rodzinnych i społecznych.</p>

<p>Cel działania</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Rozwój emocjonalny:</b> Aktywności zapewniają uczestnikom terapeutyczną i kreatywną przestrzeń do odkrywania i wyrażania swoich emocji.</li><li>- <b>Poprawa komunikacji:</b> Skuteczna komunikacja ma kluczowe znaczenie dla budowania pozytywnych relacji z rówieśnikami, członkami rodziny i społeczności.</li><li>- <b>Zacieśnianie więzi rodzinnych:</b> Program wspiera otwartą komunikację, wzajemne zrozumienie i relacje rodzic-dziecko.</li><li>- <b>Rozwój poznawczy:</b> Uczestnicy programu angażują się w działania, które stymulują procesy poznawcze.</li><li>- <b>Radzenie sobie ze stresem i traumą:</b> Terapia piaskiem umożliwia wyrażenie tłumionych emocji wywołanych stresem lub traumą.</li><li>- <b>Pomysłowość i wyrażanie siebie:</b> Twórcze aktywności działają terapeutycznie i wzmacniająco.</li><li>- <b>Inteligencja emocjonalna:</b> Uczestnicy programu uczą się zarządzać swoimi emocjami, co wymiennie wpływa na jakość ich relacji.</li></ul> <p>Terapeutyczne wykorzystanie piasku tworzy bezpieczną i kreatywną przestrzeń, w której można pracować nad rozwojem emocjonalnym i poznawczym, umiejętnościami komunikacyjnymi, radzeniem sobie ze stresem i traumą, własną kreatywnością czy inteligencją emocjonalną.</p>
<p>Opis działania (do 1000 znaków)</p>	<p>Terapia piaskiem pomaga w radzeniu sobie z trudnymi emocjami, poprawia umiejętności komunikacyjne, wzmacniania dynamikę rodziny, i zapewnia twórcze sposoby wyrażania siebie.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Terapia piaskiem:</b> stół wysypany piaskiem i miniaturowe zabawki służą do stworzenia bezpiecznej i twórczej przestrzeni. Uczestnicy warsztatów używają piasku do wyrażania swoich emocji, rozwiązywania konfliktów i radzenia sobie z różnorodnymi wyzwaniami.</li><li>- <b>Udział całej rodziny:</b> Podejście, które sprzyja budowaniu zaufania, otwartej komunikacji i wzmacnianie rodzinnych więzi.</li><li>- <b>Sesje indywidualne i grupowe:</b> Charakter terapii jest dostosowywany do indywidualnych potrzeb i preferencji uczestników.</li><li>- <b>Informacje zwrotne i monitorowanie postępów:</b> Uczestnicy programu otrzymują po każdej sesji konstruktywny feedback od psychologów lub wyspecjalizowanych specjalistów.</li><li>- <b>Stymulowanie rozwoju poznawczego:</b> Dobrane zajęcia wzmacniają pamięć, koncentrację i wyobraźnię, a jednocześnie uczą rozwiązywania problemów.</li><li>- <b>Radzenie sobie ze stresem i traumą:</b> Uczestnicy uczą się wyrażać i uwalniać trudne emocje.</li><li>- <b>Pomysłowość i wyrażanie siebie:</b> Uczestnicy używają piasku do tworzenia wizualnych reprezentacji własnych myśli i emocji.</li><li>- <b>Rozwój inteligencji emocjonalnej:</b> Program pomaga w zrozumieniu własnych emocji i zarządzaniu nimi.</li></ul>

	Zastosowane metody przyczyniają się do poprawy samopoczucia i dynamiki rodziny oraz rozbudowania umiejętności interpersonalnych.
Wyniki działania	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Dobrostan emocjonalny:</b> Terapia piaskiem umożliwiła przetworzenie i wyrażenie emocji, zmniejszając stres czy poczucie niepokoju.</li> <li>- <b>Lepsza komunikacja:</b> Uczestnicy poprawili komunikowanie swoich przemyśleń, uczuć, potrzeb i obaw.</li> <li>- <b>Wzmocnienie rodzinnych relacji:</b> Podjęte aktywności miały pozytywny wpływ na dynamikę i charakter wzajemnych relacji.</li> <li>- <b>Rozwój poznawczy:</b> Uczestnicy poznali sposoby na poprawienie pamięci i koncentracji oraz rozbudzenie wyobraźni.</li> <li>- <b>Radzenie sobie ze stresem i traumą:</b> Zapewnienie bezpiecznej przestrzeni do wyrażania własnych emocji.</li> <li>- <b>Kreatywność i wyrażanie siebie:</b> Twórcze odkrywanie własnych przemyśleń i uczuć przyczynia się samopoznania i rozwoju osobistego.</li> <li>- <b>Inteligencja emocjonalna:</b> Lepsze zrozumienie i zarządzanie swoimi emocjami skutkuje poprawą relacji interpersonalnych i dobrostanu emocjonalnego.</li> <li>- <b>Informacje zwrotne i monitorowanie postępów:</b> Uczestnicy programu otrzymują po każdej sesji konstruktywny feedback od psychologów lub wyspecjalizowanych specjalistów.</li> <li>- <b>Holistyczny rozwój:</b> Takie podejście sprzyja zaspokajaniu potrzeb emocjonalnych, poznawczych i społecznych uczestników programu.</li> <li>- <b>Pozytywny wpływ:</b> Rodzinne uczestnictwo ułatwia zrozumienie wzajemnych relacji i indywidualnych potrzeb.</li> </ul> <p>Holistyczne działania prowadzone przez Centrum zAnima przyczyniły się do poprawy samopoczucia uczestników, ich komunikacyjnych kompetencji a także rodzinnych i społecznych relacji.</p>
Wnioski z realizacji	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Różne grupy wiekowe:</b> Zarządzanie uczestnikami z różnych grup wiekowych wymaga zindywidualizowanego podejścia.</li> <li>- <b>Obecność całej rodziny:</b> Takie rozwiązanie buduje wzajemne zaufanie i poprawia dynamikę rodziny, chociaż może się wiązać z problematycznym utrzymaniem frekwencji poszczególnych członków rodziny.</li> <li>- <b>Sesje indywidualne i grupowe:</b> Dopasowane wsparcie zaspokaja różnorodne potrzeby uczestników.</li> <li>- <b>Informacje zwrotne i monitorowanie postępów:</b> Skuteczne procedury mają kluczowe znaczenie dla ciągłego doskonalenia.</li> <li>- <b>Wiedza i sprzęt:</b> Do skutecznych sesji potrzebne są stoły z wysypanym piaskiem, miniaturowe zabawki i przeszkoleni koordynatorzy.</li> <li>- <b>Długoterminowe zaangażowanie:</b> Skuteczność terapii może być widoczna już po kilku miesiącach, ale niekiedy warto z niej uczynić trwały element własnego życia.</li> <li>- <b>Zdolność do zmian:</b> Podejście terapeutyczne powinno charakteryzować się elastycznością i otwartością.</li> <li>- <b>Holistyczny charakter:</b> Zaspokajanie potrzeb emocjonalnych, poznawczych i społecznych przyczynia się do poprawy samopoczucia i rozwoju osobistego.</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- <b>Stres i trauma:</b> Terapia sprawdza się w radzeniu sobie z trudnymi wyzwaniami, stanowiąc skuteczne narzędzie emocjonalnego uzdrawiania.</li><li>- <b>Komunikacja i inteligencja emocjonalna:</b> Zdobyte umiejętności przyczyniają się do zdrowszych relacji i rozwoju osobistego.</li></ul> <p>Oferowana przez Centrum zAnima terapia piaskiem wymiennie wspiera zaspokajanie potrzeb emocjonalnych i rozwojowych w różnych grupach wiekowych, przyczyniając się do poprawy samopoczucia i rozwoju osobistego.</p>
--	--





**MERCURY**

**draMa thERapy to inCrease the entrepreneURial potential of Youth**

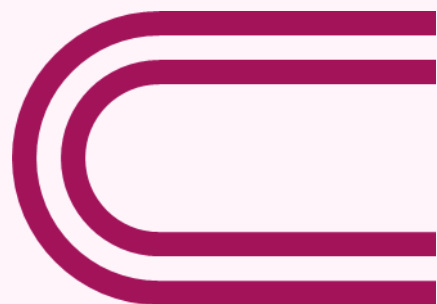
**Authors:**

**Milos Pavlovic (BAPUSS)**

**Joanna Szczecinska (MSK)**

**Egle Naureckyte (ART+INN)**

**Daniel Andras Biro (LATERNA MAGICA)**



*This project has been funded with support from the European Commission. This publication reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.*