

Hidden Diamonds



PRIRUČNIK

Osnaživanje žena s migrantskim i manjinskim podrijetlom



Autori

DKolektiv – organizacija za društveni razvoj

LoPe – udruga za za mikrointegraciju

Startklar

Dizajn

Mirna Šostarko

Godina

2024

Priručnik “Hidden Diamonds - Osnaživanje žena s migrantskim i manjinskim podrijetlom”, autorica Susanne Coenen, Susann Ebersberger, Sabine Kohwagner, Elisabeth Staber, Peri-Ilka Tincman, Nikolette Poljak, Mirne Šostarko označen je sa oznakom CC0 1.0 Universal.



Ovaj projekt pod brojem 2022-1-NO01-KA220-ADU-000087243 financiran je uz podršku Europske komisije. Ova publikacija odražava isključivo stavove autora, a Komisija ne može biti odgovorna za bilo kakvu upotrebu informacija sadržanih u njoj.



SADRŽAJ

UVOD.....	4
TEORIJSKI UVIDI.....	6
Konceptualizacija osnaživanja mladih žena.....	7
Obrazovanje i razvoj vještina kao alat osnaživanja.....	9
Peer To Peer podrška i uzori.....	17
Individualna podrška, mentorstvo, supervizija	38
Transformativna uloga društvenog angažmana i volontiranja.....	52
Umrežavanje i suradnja žena.....	60
RADIONICE.....	66
Radionica 1: Tko sam ja?.....	67
Radionica 2: Otkrivanje rodni predrasuda: razumijevanje nejednakosti.....	69
Radionica 3: Peer To Peer - Učiniti perspektive života vidljivima.....	71
Radionica 4: Pronalaženje rješenja primjenom design thinking metode.....	73
Radionica 5: Biti volonter - Volontiranje kao alat za socijalnu inkluziju.....	75
Radionica 6: Od uvida do utjecaja.....	78
LITERATURA I IZVORI.....	81
INTERVJUI.....	84
AUTORICE O PUBLIKACIJI.....	96

UVOD

Dobrodošli u naš priručnik "Osnaživanje žena migrantskog i manjinskog podrijetla." Ovaj je vodič bitan izvor s ciljem osvjetljavanja izazova, trijumfa i složenosti s kojima se često susreću žene različitog migrantskog i manjinskog podrijetla. Ovim priručnikom nastojimo poticati razumijevanje, promicati inkluzivnost i poticati promjenu paradigme prema jednakosti i osnaživanju. Priručnik istražuje ključne probleme s kojima se takve žene suočavaju, dijeli inspirativne priče onih koje su prevladale prepreke i pruža opipljive strategije za osnaživanje, ne samo samih pojedinaca, već i njihovih širih zajednica. Ovaj priručnik stoga služi kao jasan poziv na društveni angažman kako bi se uzdigla i osnažila svaka žena, bez obzira na njezino podrijetlo ili pozadinu.

Ovaj priručnik je proizašao iz projekta Hidden Diamonds, koji smo provodili od 01.09.2022. do 30.04.2024. Projekt je spojio napore 3 partnerske organizacije, odražavajući trenutne izazove i trendove u području obrazovanja odraslih iz različitih regija diljem Europe – jugoistočne (Hrvatska), središnje (Njemačka) i sjeverne (Norveška). Glavni fokus projekta bio je potaknuti angažman i integraciju žena migrantskog i manjinskog podrijetla putem sudjelovanja u obrazovnim programima prilagođenima njihovim životnim iskustvima.

Diljem Norveške, Hrvatske i Njemačke više od 10% stanovništva ima migrantsko podrijetlo. Međutim, u mnogim arenama javnog života takvi pojedinci nisu proporcionalno vidljivi. Žene migrantice i žene manjinskog podrijetla često su isključene nevidljive iako predstavljaju veliki potencijal za društva kojih su dio. Njihova jedinstvena znanja, kvalifikacije, jezične i kulturne vještine vrijedni su resursi od kojih politika, gospodarstvo i znanost mogu imati koristi.

Žene migrantskog podrijetla rijetko su zastupljene u politici, javnim službama, medijima ili na vodećim pozicijama u radnom životu, te stoga ne služe kao uzor mladim ženama kulturno različitog podrijetla. Mnogo je profesionalnih područja, a još više društveno-političkih angažmana, koje žene migrantskog podrijetla ne smatraju relevantnima ili njima dostupnima.

Nadalje, udio žena s migrantskim podrijetlom koje nemaju završenu srednju školu još uvijek je znatno viši u tri zemlje nego što je slučaj sa ženama bez migrantskog podrijetla (na primjer 25,3% naspram 13,1% u Njemačkoj, www.destatis.de). U svom izvješću "Pregled znanja o sudjelovanju žena s migrantskim podrijetlom na tržištu rada", Norveški Institut za društvena istraživanja jasno pokazuje koliko je izazovno uključivanje žena migrantskog podrijetla u sfere rada i obrazovanja: "Migrantice imaju nižu stopu sudjelovanja na tržištu rada od ostatka stanovništva (SSB, 2019.). (...) Značajan udio migrantica ima nisko obrazovanje ili obrazovanje stečeno u inozemstvu koje nije priznato ili traženo u Norveškoj.

Obrazovanje povećava izgleda za sudjelovanje na tržištu rada za sve skupine, no čini se da je posebno važno za žene migrantice." (Izvješće Instituta za društvena istraživanja 2020. 2020.:2). Za veliki dio ove populacije multikulturalno društvo ostaje samo teoretska ideja, bez inkluzivnih politika u svakodnevnom životu.

S druge strane, u sve tri zemlje postoje žene migrantskog podrijetla koje su uspješne na profesionalnom i/ili društveno-političkom planu te mogu poslužiti kao inspiracija i uzor drugim ženama, pridonoseći tako poboljšanju prava žena.

Projektom smo željeli umrežiti uspješne žene s migrantskim i manjinskim podrijetlom i potaknuti ih da budu uzor mladim ženama koje se nalaze u istom položaju. Kroz promicanje društvenog sudjelovanja mladih žena, potičemo ih da se aktivno zauzmu za svoje interese. Naš projekt pruža im novi pristup koji im omogućuje da započnu vlastiti angažman u politici ili civilnom društvu, dok istovremeno razvijaju svoje potencijale za buduće osposobljavanje i karijere. Kroz ove aktivnosti, stvaramo veze koje imaju za cilj promicanje uključenosti, raznolikosti i jednakosti u društvu.

Žene s migrantskim i manjinskim podrijetlom susreću se s mnoštvom specifičnih izazova koji ometaju njihov društveni, ekonomski i osobni razvoj. Te se prepreke često manifestiraju u obliku diskriminacije, kulturnog otuđenja, jezičnih barijera, ograničenog pristupa resursima i rodno uvjetovanog nasilja. Diskriminacija je sveprisutan problem, koji proizlazi iz stereotipa i predrasuda koji dovode do marginalizacije. Kulturno otuđenje, još jedna značajna borba, proizlazi iz razlika u običajima, tradicijama i društvenim normama, što dovodi do osjećaja otuđenosti i izoliranosti. Jezične barijere dodatno pogoršavaju ove probleme, ometajući komunikaciju, obrazovanje i prilike za zapošljavanje. Osim toga, ograničen pristup resursima kao što su zdravstvena skrb, obrazovanje i socijalne usluge pogoršava ekonomske i socijalne razlike s kojima se suočavaju. Naposljetku, alarmantna je prevalencija rodno uvjetovanog nasilja, koje je sveprisutan problem u životima žena s migrantskim i manjinskim podrijetlom. Ključno je da se ovim problemima pozabavimo izravno, njegujući inkluzivno okruženje koje poštuje i podržava prava, dostojanstvo i osnaživanje svake žene, bez obzira na njezin migrantski ili manjinski status.

Priručnik je podijeljen na teorijski i praktični dio, što je lako prepoznati po različitim bojama poglavlja.



TEORIJSKI UVIDI



KONCEPTUALIZACIJA OSNAŽIVANJA MLADIH ŽENA

Kada razmišljamo o tome kako osnaživanje može biti uspješno u radu s ženama migrantskog i manjinskog podrijetla, ključno je istražiti koncept samoučinkovitosti. Samoučinkovitost predstavlja bitan resurs u procesu osnaživanja.

Samoučinkovitost se može shvatiti kao subjektivna sigurnost da se može nešto postići vlastitim djelovanjem (Schwarzer/Jerusalem 2002). Osjećaj sposobnosti da se utječe na okolinu jača pojedince, pružajući im hrabrosti za prihvaćanje izazova. Osim toga, sprječava osjećaj bespomoćnosti u vlastitom okruženju.

Zbog toga je uloga stručnjaka stvaranje okruženja u kojima pojedinci mogu doživjeti svoju samoučinkovitost. To mogu biti različita mjesta, projekti ili prilike gdje ljudi imaju priliku pokazati svoje snage i postignuća.

Ljudi kao stručnjaci za vlastite živote

Unutar koncepta osnaživanja, naglasak je na pojedincima kao stručnjacima za vlastite živote, a ne na vanjskim stručnjacima poput terapeuta, trenera ili socijalnih radnika. Umjesto “ja znam što je dobro za tebe” postoji zajednička rasprava o pozicijama i perspektivama klijenta i mogućim različitim procjenama stručnjaka. Pedagoški se rad stoga shvaća i kao “ogledalo sučeljavanja”; samopercepcija klijenata suprotstavljena je vanjskoj percepciji stručnjaka (Herriger 2020).

Cilj je smanjiti neravnotežu moći koja često postoji u društvenoj sferi i umjesto toga uspostaviti ravnopravnu suradnju, gdje se u potpunosti priznaje pravo pojedinaca na izražavanje svojih stajališta, sve dok to ne dovodi do ograničavanja ili ugrožavanja prava i dobrobiti drugih.



Kako se osnaživanje može provoditi u praksi?

Kako je opisano, osnaživanje pojedinaca može se provoditi na dvije razine:

- a) Na individualnoj razini, s ciljem jačanja resursa i iskustava samoučinkovitosti svakog pojedinca.
- b) Na razini kolektivnog samoorganiziranja, s ciljem poticanja ljudi da se angažiraju za stvaranje uvjeta života koji su povoljni za sve, istovremeno gradeći mreže podrške (Herriger, 2020).

Postoje razni metodološki pristupi u socijalnom radu koji se fokusiraju na jačanje resursa. To uključuje, na primjer, pristup upravljanju predmetima usmjeren na resurse, gdje se savjetovanje kontinuirano usmjerava prema jakim stranama pojedinaca, dok se resursi podrške sustavno istražuju i povezuju međusobno (Ehlers/Schuster/Müller, 2017). Također, motivacijsko intervjuiranje prema Milleru i Rollnicku (2015) predstavlja osnažujuću metodu kojom se potiče ljude da promijene svoju životnu situaciju.

Ali kako ljude potaknuti da rade na poboljšanju svojih životnih uvjeta?

U području socijalnog rada razvijeni su različiti metodološki pristupi koji se usredotočuju na podršku pojedincima u stvaranju mreža koje surađuju na određenoj temi. Jedan od takvih pristupa je samopomoć, gdje se ljudi koji dijele slična iskustva ili se suočavaju s istim izazovima, poput bolesti, invaliditeta ili sličnih psiholoških dijagnoza, okupljaju kako bi pružili savjet i podršku jedni drugima (Wolf/Zimmer, 2012).

Metodološki pristupi rada u zajednici, s korijenima koji sežu do Saula Alinskyja, često se temelje na ideji osnaživanja. Glavni cilj je potaknuti i podržati pojedince da postanu aktivni sudionici, da artikuliraju svoje potrebe i brige te da zagovaraju vlastite interese.



OBRAZOVANJE I RAZVOJ VJEŠTINA KAO ALAT OSNAŽIVANJA



OBRAZOVANJE I RAZVOJ VJEŠTINA KAO ALAT OSNAŽIVANJA

citat Dijamanta



“

Žene i muškarci trebaju biti jednaki i imati jednake mogućnosti, poštene mogućnosti. Dakle, kada razmišljam o podršci ženama, posebno je važno educirati žene o rodnoj ravnopravnosti, pravima žena i diskriminaciji. Važno je podržati žene i osnažiti ih da komuniciraju svoje ideje s drugim ljudima.”

”

Obrazovanje je proces stjecanja znanja, vještina, uvjerenja i oblikovanja stavova. Ima ključnu ulogu u društvenom razvoju omogućujući pojedincima da rastu i napreduju. Također osnažuje ljude, potiče neovisnost i pridonosi uspješnim životima.

Obrazovanje nije samo temeljno ljudsko pravo; također je snažan katalizator za promicanje integracije, jednakosti i stvaranja uključivih društava koja pozdravljaju i slave različitost. Obrazovanje stoga predstavlja najvažniji instrument za osnaživanje žena i djevojčica te za poticanje integracije.

Osnaživanje žena migrantica kroz obrazovanje i razvoj vještina uključuje višestruki pristup koji obuhvaća akademske potrebe zajedno s društvenim, emocionalnim i praktičnim aspektima integracije. Osvrćući se na uvide prikupljene iz intervjua provedenih u sklopu projekta Hidden Diamonds, pojavljuju se dva ključna čimbenika koji pridonose uspješnoj integraciji: 1) aktivno sudjelovanje u lokalnoj zajednici i stvaranje veza s drugima, i 2) kontinuirano učenje i obuka. Štoviše, intervjui naglašavaju ključnu ulogu obrazovanja u osiguravanju zaposlenja i poticanju besprijekorne integracije pojedinaca.



Kulturološki osjetljivo i inkluzivno obrazovanje

Svaka osoba nosi sa sobom jedinstven skup karakteristika, iskustava i kulturnog znanja. Inkluzivno obrazovanje, prihvaćajući i uvažavajući ove razlike, nastoji stvoriti okruženje gdje svatko može učiti i napredovati, bez obzira na svoje kulturno podrijetlo. Ovaj pristup posebno je važan u raznolikim i multikulturalnim društvima, gdje bi obrazovanje trebalo djelovati kao snaga koja ujedinjuje i osnažuje sve njegove sudionike.

Kulturno osjetljivo i inkluzivno obrazovanje obrazovni je pristup koji uzima u obzir specifične kulturne, jezične i društvene kontekste žena s migrantskim podrijetlom. Također uzima u obzir različita iskustva žena migrantica, budući da one mogu dolaziti iz različitih zemalja, regija i kulturnih sredina, a u isto vrijeme poštuje jedinstvene perspektive, snage i izazove koje te žene donose u obrazovno okruženje.

Inkluzivni obrazovni pristup ima za cilj osnažiti, poticati integraciju i osigurati jednake mogućnosti obrazovanja. Štoviše, takav obrazovni okvir ne samo da poboljšava putovanje učenja za te žene, već također značajno pridonosi širim ciljevima društvene kohezije i uključivanja u multikulturalna društva.

Kada se raspravlja o kulturno osjetljivom i inkluzivnom obrazovanju za žene migrantskog podrijetla, ključno je uzeti u obzir njihove jedinstvene obrazovne potrebe i izazove kako bi se prilagodili obrazovni programi koji ih osnažuju i učinkovito integriraju. Ovi programi ne promiču samo znanje jezika i razvoj vještina, već također potiču kulturnu kompetenciju, svijest o njihovim pravima i emocionalnu dobrobit. Uzimajući u obzir specifične okolnosti u kojima se nalaze migrantice, ovi ih programi osnažuju da se uspješno integriraju, postignu ekonomsku neovisnost i značajno pridonose društvu u kojem se nalaze, čime obogaćuju cjelokupno društveno tkivo.



Obrazovni programi prilagođeni ženama implementiraju sljedeća **ključna načela** koja su usmjerena na njihovo cjelovito osnaživanje i integraciju:

- ▶ **Osnaživanje** podrazumijeva pružanje potrebnog znanja, vještina i podrške kako bi im se omogućio pristup prilikama, aktivno sudjelovanje u društvu te donošenje informiranih odluka.
- ▶ **Razvoj vještina** uključuje poznavanje jezika, stručno znanje i stjecanje životnih vještina.
- ▶ **Kulturna svijest i razmjena** odnosi se na razumijevanje različitih kultura, suosjećanje i međusobnu interakciju među sudionicima, potičući međusobno poštovanje i razumijevanje među vršnjacima koji dolaze iz raznolikih okruženja.
- ▶ **Kulturna relevantnost** osigurava da je obrazovanje prilagođeno specifičnim potrebama i ciljevima svake žene, uzimajući u obzir njezinu kulturnu, jezičnu, obrazovnu pozadinu te osobne okolnosti. Nastavni plan i program, nastavni materijali i aktivnosti trebaju biti kulturološki relevantni, odražavajući iskustva, tradiciju i vrijednosti različitih kulturnih identiteta žena.
- ▶ **Rodna ravnopravnost** sastavni je aspekt osnaživanja žena, s ciljem podizanja svijesti o kulturološkim ili tradicionalnim preprekama koje ženama onemogućuju pristup obrazovanju i napredovanju.
- ▶ **Programi usmjeravanja i integracije** često uključuju elemente koji pomažu ženama da se prilagode kulturi, pravnim sustavima i društvenim normama zemlje domaćina.
- ▶ **Angažman u zajednici** ključna je komponenta obrazovanja, uključujući aktivno sudjelovanje žena unutar lokalnih zajednica.



U nastavku vam donosimo korak po korak vodič kako izraditi takve obrazovne programe:

- 1 Provedite procjenu potreba:** Uključite žene kroz ankete, intervjue i suradnju s voditeljima kako biste razumjeli njihove obrazovne potrebe, izazove i težnje.
- 2 Osigurajte kulturne kompetencije:** Osposobite članove tima da razumiju i poštuju kulturne norme i vrijednosti, osiguravajući osjetljivost na izazove zajednice.
- 3 Prilagodite kurikulum:** Osmislite fleksibilan kurikulum koji poštuje različite kulturnu identitete i vrijednosti sudionika.
- 4 Riješite jezične barijere:** Omogućite tečajeve jezika i materijale na materinjem jeziku kako biste prevladali jezične barijere.
- 5 Ponudite mentorstvo i uzore:** Organizirajte programe mentorstva s inspirativnim uzorima kako biste potaknuli motivaciju.
- 6 Stvorite sigurno okruženje:** Uspostavite siguran, uključiv prostor koji potiče izražavanje i podržava izgradnju mreže.
- 7 Fleksibilno planiranje:** Prepoznajte potencijalne odgovornosti žena za brigu nudeći fleksibilno planiranje i podršku za brigu o djeci.
- 8 Omogućite pristup resursima:** Osigurajte potrebne resurse kao što su računala, internet i knjižnice za osobni razvoj.
- 9 Provodite redoviti nadzor i evaluaciju:** Postavite mjerljive ciljeve, redovito procjenjujte učinak koristeći kvalitativne i kvantitativne podatke i prikupljajte povratne informacije sudionika za kontinuirano poboljšanje.



Obrazovanje po mjeri za žene migrantskog podrijetla ključno je kako bi se omogućilo njihovo potpuno sudjelovanje u obrazovnom sustavu i društvu svoje zemlje domaćina. Fokus na njihovim jedinstvenim potrebama i poštovanje njihovog kulturnog identiteta ne samo da potiče njihov uspjeh u obrazovanju, već i doprinosi njihovoj ukupnoj dobrobiti i integraciji.

Ključno je osigurati obrazovanje i osnaživanje žena migrantskog i manjinskog podrijetla kako bi se promicala jednakost i osiguralo da ove žene imaju pristup mogućnostima za osobni i profesionalni razvoj.

Primjeri programa obrazovanja i osposobljavanja

Osnaživanje migrantica kroz obrazovanje zahtijeva višestruki pristup koji koristi različite obrazovne alate i resurse.

Tečaj jezika: Prilagođeni tečajevi jezika poboljšavaju komunikaciju i razumijevanje, olakšavajući integraciju.

Radionice kulturnih kompetencija: Potiču razumijevanje normi zemlje domaćina i olakšavaju društvenu integraciju.

Obuka životnih vještina i osnaživanja: nudi širok raspon vještina, uključujući obuku o financijskoj pismenosti, poduzetništvu, vodstvu i zagovaranju. Ove vještine mogu osnažiti žene da donose informirane odluke i teže ekonomskoj neovisnosti.

Strukovno obrazovanje: osposobljava žene za ekonomsku neovisnost i mogućnosti zapošljavanja.

Pravno savjetovanje: osnažuje žene znanjem o njihovim pravima u borbi protiv izrabljivanja i diskriminacije.

Digitalna pismenost: vitalna za pristup informacijama i mogućnostima zapošljavanja u svijetu koji pokreće tehnologija.

Financijska pismenost: Promiče proračun i štednju za veću financijsku neovisnost i stabilnost.

Obrazovanje o zdravlju i dobrobiti: Osigurava pristup zdravstvenim uslugama i zdrav život.

Savjetovanje i psihološka podrška: Bavi se emocionalnim izazovima tijekom migracije i preseljenja.

Mreže mentorstva i podrške: povezuje žene s iskusnim mentorima za emocionalnu podršku i razumijevanje.



GRUPE PODRŠKE ZA ŽENE HRVATSKA

Grupe podrške ženama razvio je i provodi DKolektiv kao cjelogodišnji program za nezaposlene žene. Ciljevi grupe podrške ženama su poticanje osobnog rasta i razvoja, jačanje samopoštovanja i samopouzdanja te jačanje povezanosti među ženama kao i sa širom zajednicom.

Ovakav koncept podrške potiče žene da prepoznaju svoje snage, resurse i ograničenja, što ima pozitivan utjecaj na njihov osobni život i odnose te poboljšava njihovu ukupnu kvalitetu života.

Grupe podrške su mjesto gdje pojedinci sa sličnim problemima mogu podijeliti svoja iskustva i pomoći jedni drugima u teškim trenucima, štiteći tako svoje zdravlje i dobrobit kolektiva.

Drugim riječima, rad u grupama podrške usmjeren je na pružanje međusobne emocionalne podrške, stvaranje okruženja prihvaćanja i razumijevanja te razgovor o tome kako se uspješnije suočiti s teškim i bolnim životnim situacijama i problemima.

Uz vodstvo stručnjaka psihologa, grupe podrške djelovale su poticanjem razgovora, razmjene i zajedničkog učenja među sudionicama. Grupe su bile sastavljene od pet do sedam žena koje su se sastajale 2-3 puta mjesečno, a svaki susret trajao je 90 minuta.

Prednosti grupe podrške:

- Dublji uvidi o sebi i drugima
- Uvježbavanje novih načina samopredstavljanja
- Stvaranje temelja za izgradnju boljih odnosa
- Emocionalna podrška u suočavanju sa stresom
- Povećanje samopouzdanja i samopoštovanja
- Novi pogled na različite životne situacije
- Upoznavanje i povezivanje s drugim ženama
- Vrijeme za sebe i odmor od svakodnevnice
- Mogućnost uključivanja u neke aktivnosti kroz volontiranje



Ključne teme na sastancima grupa podrške

- Povjerenje i povezanost u vezi
- Identitet i integritet
- Samopouzdanje i samopoštovanje
- Svijest o potrebama i emocijama
- Gubitak i tugovanje
- Odgovornost
- Donošenje odluka i postavljanje prioriteta
- Upravljanje stresom
- Partnerstvo
- Roditeljstvo
- Potpora i samopodrška
- Mentalno zdravlje



Glasovi žena: Iskustva sudjelovanja u grupama podrške

Za mene je to bilo mjesto iskrenosti i prihvaćanja. Svi smo bili jako slični i tako različiti u isto vrijeme. Govorila sam slobodno bez straha od osude. Naučila sam bolje prepoznavati svoje emocije – ljutnju, tugu. Ovdje sam našla vrlo bliske i drage prijateljice.

S.D., 52

Ovdje sam doživjela međusobno učenje, razmjenu i podršku. Dobila sam puno uvida o sebi. Sada mi je lakše prihvatiti različitosti. Puno smo se smijale, čak i kad je bilo teških tema."

H.C., 44

Pomogle smo jedna drugoj razmjenjujući vlastita iskustva. Naučila sam nešto novo. Otvorila sam se. Postala sam jača. Sada znam da će me drugi poštivati ako postavim granice.

Z.G., 48

Dugo sam nezaposlena. U početku sam bila puna energije, a onda sam volontirala. S vremenom sam shvatila da trebam podršku, da trebam druge. Ovdje sam upoznala divne žene koje su me motivirale da studiram čak i izvan grupe. Izvukle su me iz lošeg raspoloženja. Shvatila sam da je važno brinuti se o sebi, ne samo o drugima. Pronašla sam unutarnji mir

D.P., 42





PEER TO PEER PODRŠKA I UZORI



PEER TO PEER PODRŠKA

citat Dijamanta 

“

Različiti smo, ali upravo te razlike nas čine snažnima. Treba težiti međusobnom podržavanju, dijeljenju iskustava i osnaživanju drugih kao zajedničnom cilju za sve nas.

”

Svrha, ciljevi i temeljna načela

Sučeljavanje s sličnim temama i izazovima te razumijevanje jedni drugih kroz vlastita iskustva predstavlja osjetljivu i učinkovitu metodu međusobnog povezivanja i dijeljenja iskustava. Peer to peer podrška ima za cilj stvaranje odnosa između sličnih pojedinaca s ciljem međusobnog poistovjećivanja i osjećaja jačanja na vlastitom životnom putu (Lindorfer, 2017.). Kontakt s ljudima istog kulturnog ili jezičnog podrijetla može stvoriti osjećaj zajedništva, kohezije i, iznad svega, povjerenja.

Pojam "Peer-to-Peer" označava oblik razmjene u kojem grupa ljudi sličnog kulturnog, jezičnog ili iskustvenog porijekla može zajedno komunicirati, pružati podršku i razmjenjivati savjete.

U kontekstu programa podrške, peer-to-peer znači da ljudi koji su prošli kroz slične izazove mogu pružiti pomoć drugima u sličnim situacijama davanjem savjeta i ohrabrenja (Backes & Lieb, 2015.).



Na primjeru projekta Hidden Diamonds, žene koje su bile ispitane dijele mnoga zajednička iskustva. To uključuje smanjenje tečnosti u korištenju materinskog jezika, gubitak profesionalnog statusa u zemlji porijekla, gubitak socijalnih mreža ili čak odvajanje od vlastite "vršnjačke grupe", obitelji i/ili sustava podrške. Intervjui su omogućili identificiranje i prepoznavanje nekoliko uobičajenih izazova i stresova s kojima se suočavaju te žene. Ove sličnosti naglašavaju važnost žena kao stručnjakinja za vlastita proživljena iskustva, što ih čini uzorima drugim mladim djevojkama migrantskog podrijetla. One mogu poslužiti kao pozitivni mentori koji mogu kontekstualizirati iskustva i izazove s kojima se suočavaju mlade žene, istovremeno pokazujući mogućnosti za rast i razvoj.

Ostvarivanje ravnopravnog pristupa može se manifestirati u različitim situacijama i oblikovati na različite načine. Ove interakcije mogu se događati kroz individualne razgovore ili u grupnim okruženjima; kontekst takvih interakcija može biti neplaniran ili strukturiran putem formalnih sustava kao što su obrazovne institucije. Uzori za mlade žene s različitim kulturnim identitetima također mogu imati različite forme. Stoga, učitelji ili socijalni radnici s migrantskim podrijetlom mogu postati značajni mentori. Mlade žene mogu pronaći inspiraciju i motivaciju za prevladavanje izazova kroz povezivanje i slušanje priča uspješnih ženskih uzora koji dijele sličnu kulturnu zajednicu.

Slušanje životnih iskustava drugih, bilo da se odražavaju u obliku biografija, filmova, predavanja ili osobnih priča, može potaknuti mlade žene da pronađu svoj put ili da slijede svoje individualne ciljeve i ambicije. Susret sa slikama i glasovima žena koje imaju slična iskustva mogu biti odlučujući za razvoj njihova vlastitog identiteta (Mädchen und junge Frauen nach der Flucht in der Migrationsgesellschaft, 2019.). Grupni projekti i stvaranje zajednice, bilo fizičke ili digitalne, mogu posebno postići sjajne rezultate u poticanju i stjecanju povjerenja u vlastite snage kod žena s migrantskim podrijetlom (Lindorfer, 2017.).

Čak i digitalne društvene mreže poput Instagrama mogu poslužiti kao korisni izvori uzora. Mlade žene migrantskog porijekla ili drugi dionici kao što su škole, učitelji, socijalni radnici ili terapeuti mogu koristiti takve mreže kao resurs. Organiziranje grupnih aktivnosti s stručnjacima, gdje bi mlade žene sudjelovale, ili održavanje specijaliziranih predavanja od strane stručnjaka, mogu biti korisni. Važno je razviti ciljani pristup uzorima kroz svrhovite programe, mreže ili organizacije zajednice.



Uporaba

Kroz projekte koji koriste Peer-to-Peer metodologiju može se doći do djevojaka koje nisu uvijek prisutne. Mlade žene migrantskog podrijetla suočene su s izazovom pronalaženja vlastite uloge u obitelji i društvu i često nemaju potrebnu podršku. Stabilna mreža stručnjaka može biti korisna ne samo za mlade žene, već i za sve uključene. Žene s migrantskim podrijetlom postaju vidljive i njihove povijest može imati učinak jačanja. Uzori bi trebali poticati mlade djevojke da pronađu vlastiti glas i motivirati ih na razvoj vlastitih potencijala.

Izazovi i ograničenja

U projektu Hidden Diamonds, suočili smo se s izazovom pronalaženja stručnjakinja, žena koje su voljne podijeliti svoje priče i preuzeti ulogu mentorica. Također smo trebali pojedinke koje bi mogle uspostaviti mreže žena te ih održavati. Za suradnju sa stručnjacima, projektni partneri morali su primijeniti osjetljiv pristup. Otvorenost škola ili sličnih ustanova bila je ključna za angažiranje stručnjaka, iako je to u nekoliko slučajeva predstavljalo izazov. Stoga je jasno da su uspješne suradnje i konzultacije sa stručnjacima zahtijevale dobre veze s javnim institucijama te podršku za održavanje takvih odnosa.

Evaluacija

Iskustva, mišljenja i želje sudionika treba prikupiti kroz intervju i povratne informacije te ugraditi u daljnji tijek projekta. Koordinator projekta trebaju dokumentirati rezultate i prezentirati ih u obliku završnog izvješća. Iznad svega treba obaviti završni razgovor sa stručnjacima. U evaluaciji bi sudionici trebali procijeniti je li se njihov osjećaj samoučinkovitosti promijenio, kako se njihova mreža proširila i jesu li neka nova znanja ili vještine utjecale na njihov život.



a

Predavanja koja vode žene s iskustvom migracije s ciljem jačanja interkulturalnih vještina socijalnih radnika, trenera ili učitelja

Na tim predavanjima žene s migrantskim ili izbjegličkim iskustvom dijele svoja osobna iskustva s traženjem azila i migracijom te pričaju svoje životne priče.

b

Izgradnja analogne i digitalne mreže žena s migrantskim podrijetlom

Žene su podržane u izgradnji vlastite mreže s ciljem pružanja analognih ili digitalnih savjeta mladim ženama migrantskog podrijetla. Vršnjaci iste dobi posjećuju škole ili druge javne ustanove i drže predavanja djevojčicama i mladim ženama. Cilj računa na društvenim mrežama, na primjer, mogao bi biti učiniti vidljivima različite teme koje se odnose na žene i migraciju.

c

Osnivanje grupa podrške za majke

Žene koje imaju djecu s migrantskom pozadinom redovito se sastaju kako bi savjetovale jedna drugu i izgradile zajednicu. Pozivaju se stručnjaci iz zavoda za zapošljavanje, dječje skrbi, obrazovnih institucija i slično, ovisno o potrebama žena.



SURADNJA S KLJUČNIM OSOBAMA NA PODRUČJU MIGRACIJA

citat Dijamanta 

“

A ta žena, znala je kako se snalaziti i znala mi je točno reći kamo da idem i gdje da dobijem pomoć koju tražim.

”

Svrha, cilj i temeljna načela

U okviru našeg projekta, ključne osobe su identificirane kao pojedinci koji posjeduju specifična znanja ili uspostavljene odnose s određenom skupinom ljudi te su unutar te skupine prihvaćene. Stručnjaci u socijalnom radu moraju biti svjesni važnosti fenomena vezivanja, odnosa i socijalnih mreža, kao i konteksta, kako bi uspješno implementirali podrške i intervencije. (Gahleitner, Kupfer, Nestmann u „Sozialmagazin 1-2.2023“, str. 7) .

Identifikacija ili razvoj ključnih osoba može se provesti u različitim zajednicama, no bez obzira na pristup, zahtijeva detaljan i dugotrajan napor. Taj trud je osobito vrijedan s obzirom na raznolike učinke koji se mogu postići kroz interakciju s takvim osobama. U nastavku, pružit ćemo ilustraciju kako se ključne osobe mogu prepoznati ili razviti.



Odredite i identificirajte ključne osobe

Kako bi identificirali ključne pojedince unutar određene zajednice, stručnjaci prvo moraju uspostaviti kontakt s tom zajednicom. Da bismo to učinili, često moramo izaći iz forme naših usluga, razmotriti procese u cjelini i uključiti se u komunikaciju. Promotrimo li pobliže karakteristike relacijskog socijalnog rada, možemo pronaći putokaz za vlastito djelovanje unutar njega.

Ne gledajte na probleme kao na nedostatke, već ih učinite vidljivima

Problemi, sukobi i nezadovoljene potrebe drugih ljudi u nama izazivaju empatiju, a u mnogim stručnjacima želju da doprinesu rješenju ili čak sami budu rješenje. Međutim, to može umanjiti mogućnost povezivanja koju ove prilike imaju. Patnja može povezati ljude i stvoriti čežnju za promjenom. Prvi korak je okupiti one koji imaju sličan problem, kao što je žena s migrantskim porijeklom iz Turske koja se osjeća usamljeno u svom susjedstvu i ima ograničene društvene veze.

Profesionalci su svjesni nje, kao i drugih žena sa sličnim iskustvom u istoj situaciji. Profesionalci traže prostor u lokalnom društvenom centru i organiziraju druženje uz kavu. Žene se jako dobro slažu, a susreti se nastavljaju.

Izgradnja zajednice

Nastaje mala zajednica koja, uz mjesto, vrijeme i podršku, može rasti. Iza toga leži drevna potreba za pripadanjem i ritualom. Stručnjaci sada povjeravaju jednoj od samopouzdanijih žena vođenje i organizaciju sastanaka, što kasnije dovodi do stvaranja događaja poput doručka u turskom stilu. U tim događajima ne prisustvuju samo ljudi s turskim migracijskim podrijetlom, već i mnogi drugi susjedi koji traže društvo, što rezultira živom razmjenom. Naša prvotna organizatorica sada poznaje mnoge ljude i njihove priče. Kada je upitana postoji li netko zainteresiran za čitanje djeci na lokalnom popodnevnom programu jednom tjedno, odmah može ponuditi tri imena. Rješavanjem jednog problema pojavljuju se rješenja za druge probleme. Ta žena postaje ključna figura u zajednici. (Früchtel u „Relationale Sozialarbeit“, str. 24–28).



Kako prepoznati ključnu osobu

Identificiranje već postojeće ključne osobe slijedi sličan proces. Profesionalac namjerno ulazi u polje, susjedstvo ili postojeću inicijativu i postavlja sljedeća pitanja: Koja je svrha ove inicijative i tko ju je organizirao? Postoji li jedan ili više pojedinaca koji su preuzeli problem i aktivno ga riješili? Ili su možda druge organizacije/stručnjaci postavili temelje i uspostavili samoodrživu akciju koja se može iskoristiti? Ako se takve osobe mogu identificirati, može se uspostaviti kontakt. U uvodnom razgovoru može se istražiti hoće li i na koji način ta osoba biti zainteresirana doprinijeti svojim odnosima, iskustvima i znanjem. Osoba može biti pozvana kao partner na događanja na ravnopravnoj osnovi ili konzultirana u izazovnim slučajevima. Važno je da se njihov rad kontinuirano priznaje i cijeni.

Izazovi

Glavni izazov leži u pristupu samim ključnim pojedincima, kao i njihovoj eventualnoj spremnosti za suradnju s profesionalcima.

Evaluacija

Evaluacija bi trebala obuhvatiti procjenu kako je uspostavljena početna točka i na koji način se može učinkovito iskoristiti. Cilj je dokumentirati provedene projekte i aktivnosti. Anketiranjem ključnih pojedinaca, rezultati se mogu koristiti za formuliranje strategije za angažiranje novih ključnih pojedinaca u budućnosti.

Glavne preporuke za provedbu

- 1 Organizirajte projekte i aktivnosti u koje se mogu uključiti ključne osobe
- 2 Uključite ključne osobe izravno u planiranje projekata i aktivnosti
- 3 Evaluirajte i dalje razvijajte postojeće projekte s ključnim osobama



POKRET SA ZAPADA, NJEMAČKA

U početku pokrenuta kao mala inicijativa za promicanje više sporta, tjelesne aktivnosti i zajedništva, ova je inicijativa postala nagrađivani projekt, djelomično zahvaljujući angažmanu jednog ključnog pojedinca u vodećoj ulozi. Ključna figura u ovom primjeru bio je dugogodišnji stanovnik četvrti turskih korijena po imenu Özdemir, otac dviju kćeri, koji je posjedovao bogato iskustvo kao nogometni trener. Već je bio upoznat s mnogo djece i obitelji u lokalnom području, a donio je sa sobom stručnost i potrebnu disciplinu za profesionalno vođenje nogometnog tima. Njegove su kćeri često boravile u susjedstvu, te je, dok bi se vozio biciklom kako bi ih posjetio, primijetio drugu djecu. Bio je svjedok mnogih incidenata maltretiranja, nedostatka zajedničkih igara te neiskorištenih sportskih objekata. Kada je to podijelio s kolegom, uputili su ga na jednog od koordinatora projekta iz društvene organizacije odgovorne za taj dio grada. Projekt je pokrenut kroz suradnju. Unatoč svojim obvezama, Özdemir se dobrovoljno javio kako bi osigurao formiranje više nogometnih grupa, koje su uključivale dječake i djevojčice svih dobnih skupina, kako bi se rekreirali i međusobno družili.

Samostalno je organizirao turnire u uličnom nogometu na koje su se mogle prijaviti i školske grupe i drugi sudionici. Projekt je rastao i osvojio Bavarsku nagradu za integraciju. Financiranjem iz takozvanog "Paketa budućnosti" moglo se podržati radno mjesto za Özdemira s nepunim radnim vremenom i plaće za dodatne trenere, što je dovelo do uključivanja programa kickboxinga, plesa i košarke. Ne samo da su zastupljena brojna djeca iz jednog naselja, već su sada i u interakciji s djecom iz susjednih područja, stvarajući veliku zajednicu koja odgovorno upravlja prostorom, ima manje problema i može zajedno uživati u slobodnom vremenu.



JEZIČNA PODRŠKA

citat Dijamanta 

“

Bez savladavanja jezika ne mogu postati dio ove zajednice.”

”

Svrha, cilj i temeljna načela

U svim provedenim intervjuima, učenje jezika istaknuto je kao ključni element uspješnog prilagođavanja životu u stranoj zemlji. Jezik nije samo sredstvo komunikacije, već pruža i mogućnost emocionalnog povezivanja s okolinom, izgradnje prijateljstava, doprinosa društvu te izražavanja osobnosti. Omogućuje slobodno sudjelovanje u životima drugih ljudi i pronalazak vlastitog mjesta, bilo u školi, na poslu, u klubovima, volonterskom angažmanu ili svakodnevnom životu. Stoga je jezična podrška od iznimne važnosti za uspješnu integraciju osoba migracijskog porijekla. Studije pokazuju da posebno djeca i tinejdžeri iz migrantskih obitelji često imaju poteškoće s jezikom što može utjecati na njihov akademski uspjeh (Integrationsreport – BaMF; „Sprachliche Integration von Migranten in Deutschland“ 2008., str. 5). Jezična podrška stoga bi trebala biti jedan od glavnih prioriteta u svim područjima.



Language cafe

Language cafe predstavlja koristan resurs za zajednicu s pristupom koji je jednostavan i pristupačan. Mogu se organizirati u vrtićima, školama, zajedničkim prostorima, klubovima i drugim lokacijama.

Ključni koncepti koje treba uzeti u obzir prilikom kreiranja *language cafe-a*:

- **Osoblje** - Stvaranje "*language cafe-a*" zahtijeva osobu odgovornu za implementaciju i, po potrebi, organizaciju brige o djeci, ovisno o ciljanoj publici. Za majke s malom djecom često nije praktično sudjelovati u redovitim tečajevima jezika, pa pružanje brige o djeci na licu mjesta ne samo da olakšava teret, već može potaknuti i zajedničke interese među majkama.
- **Prostor** - Prostor koji se može redovito koristiti i pruža pristupačnu, privlačnu i ugodnu atmosferu.
- **Ambijent** - Nudeći piće i eventualno male zalogaje, promoviramo druženje i stvaranje veza, što je važno u većini kultura gdje dijeljenje obroka i pića podupire prijateljstvo i predstavlja bitan aspekt gostoprimstva. Ovo je također u skladu s atmosferom "kafića", sugerirajući ugodno, neformalno okupljanje.
- **Promocija** - Projekt treba biti promoviran na odgovarajućim mjestima na način koji poziva na sudjelovanje. Na početku, letci i plakati na jeziku ciljane publike mogu pomoći, ali vjerojatnije je da će uspjeti ako je uključena ključna osoba (vidi poglavlje 2), netko tko može poznavati pojedince, dolazi iz istog jezičnog i/ili kulturnog okruženja, te može biti prisutan na početku. Pružanje prilike za zajednički rad na službenim dokumentima i obrascima često može biti snažan poticaj za uključivanje, međutim, ova aktivnost ne bi trebala dominirati cijelim događajem.
- **Procedura** - *Language café* se odvija u fiksnom okviru 1 do 2 sata tjedno. Vode se razgovori, uče se manji aspekti jezika, zajedno se radi na službenim dokumentima i obrascima, uvježbavaju se važni zadaci (npr. poziv u vrtić kada je dijete bolesno). Za daljnje vježbanje dječje knjige za učenje jezika mogu posuditi i žene bez djece.

Language café ne samo da omogućuje pristup važnim znanjima na jednostavan način, već potiče i interakciju među ženama, što može rezultirati stvaranjem zajednice koja nadilazi same aktivnosti u "kafiću". Također, omogućuje ženama bliski kontakt sa socijalnim radnicima ili drugim stručnjacima koji mogu prepoznati izazove s kojima se suočavaju u svakodnevnom životu i pružiti im direktnu podršku.



Izazovi

Unatoč tome što je *language cafe* dizajniran da bude vrlo dostupan, mogu se pojaviti različiti izazovi. Kako bi usluga bila što pristupačnija i primamljivija, bilo bi idealno imati nekoga iz istog kulturnog i jezičnog konteksta tko može poslužiti kao otvarač vrata (vidi također: ključne osobe). Još jedan izazov koji je izravno povezan s tim je često rašireni strah ili nevoljkost određenih pojedinaca zbog kulturne osjetljivosti, spola, etničkog podrijetla i socijalizacije. Prilikom osnivanja takvog *language cafe-a*, preporučljivo je uključiti nekoga tko može dati korisne savjete za stvaranje odgovarajućeg konteksta koji će biti prikladan za različite potencijalne ciljne skupine.

Nadalje, važno je napomenuti da je briga o djeci često bitan aspekt, posebno u kontekstu promicanja jezičnih vještina kod žena. Istraživanje provedeno 2017. pokazalo je da je najmanje vjerojatno da će žene u partnerstvu i s maloljetnom djecom sudjelovati u tečajevima jezika (IAB-BAMF-SOEP Befragung von Geflüchteten, 2017.).

Evaluacija

Primarni cilj *language cafe-a* je u početku prenijeti osnovne praktične jezične vještine i potaknuti želju za daljnjim učenjem. To se može izravno mjeriti povećanjem jezične kompetencije sudionika. Sekundarni cilj je formiranje snažne zajednice koja podržava jedni druge. To je vidljivo u napretku grupe, druženju među članovima i pričama koje dijele pojedinci.



'MAMA LERNT DEUTSCH', NJEMAČKA

U vrtiću s pridruženim programom produženog boravka ima mnogo roditelja s migrantskom pozadinom, uključujući neke majke iz skloništa za izbjeglice. Djeca ulaze u vrtić bez ikakvog znanja njemačkog jezika, baš kao i majke. Vrtić se obratio organizaciji za rad s mladima i zatražio podršku. Oni pružaju prostor, a organizacija pruža osoblje. Jednom tjedno, tijekom dva sata, održava se *language cafe*. Prije toga, majke su ciljano informirane putem prikladno prevedenih letaka i putem ključnih osoba. Majke ostavljaju svoju stariju djecu u vrtiću, a zatim ostaju same ili s mlađom djecom kako bi popile kavu, dobile pomoć oko službenih dokumenata i obrazaca te, u međuvremenu, naučile nekoliko izraza i fraza na njemačkom jeziku.

Dok se jedan djelatnik brine o djeci, drugi djelatnik pomaže majkama u izgovaranju jednostavnih rečenica, objašnjava važnost obavješćavanja škole u slučaju bolesti te kako to učiniti, i pruža ostalu potrebnu podršku. Knjiga "Mama lernt Deutsch" služi kao temelj za ovaj rad, a dostupne su i vrlo jednostavne dječje knjige za učenje jezika, koje se posuđuju ne samo za njihovu djecu već i za same majke. Kroz vrijeme, formira se blisko povezana grupa, koja se sastaje i izvan *language cafe-a*.



PRISTUPAČNOST SUDJELOVANJA U OBRAZOVNIM INSTITUCIJAMA

citat Dijamanata



“

Ako vam se pruži prilika za studiranjem ovdje, to je već korisno jer imate mogućnost razmjene iskustava s drugima, osobito s njemačkim studentima. Oni su važni sudionici sveučilišnog života koji nam pomažu u boljem razumijevanju sustava i načina života ovdje.

”

Svrha, ciljevi i temeljna načela

Uspješan završetak škole i strukovnog obrazovanja važan je uvjet financijske sigurnosti i sudjelovanja u društvenom životu. Mlade žene s migrantskim podrijetlom nailaze na razne prepreke pri sudjelovanju u različitim obrazovnim institucijama, što često rezultira nižom stopom završetka obrazovnog programa ili napuštanjem škole i obuke (Bundeszentrale für politische Bildung, 2021.). Jezična podrška važna je polazna točka za rušenje prepreka, ali nije dovoljna. Ovo poglavlje usredotočeno je na tipične prepreke i primjere mogućih rješenja. Jedan važan izvor koji ovdje treba spomenuti su iskustva naših "skrivenih dijamanta", koja mogu biti dostupna djevojkama i mladim ženama kroz izravn kontakt ili obuku od strane stručnjaka. Uspješne žene migrantskog podrijetla imaju ključnu ulogu u olakšavanju pristupa obrazovanju mladim djevojkama iz migrantskih zajednica. One djeluju kao posrednici između roditelja, mladih žena i obrazovnih institucija, rješavajući kulturološke prepreke i tražeći nove perspektive zajedno s uključenima. Ovaj angažman omogućuje djevojkama migrantskog podrijetla da razviju svoje potencijale i aktivno zagovaraju vlastite interese.



Obrazovna pozadina i kulturološki određena očekivanja od obrazovnog sustava:

Roditelji migranata prenose očekivanja i koncepte o obrazovnom sustavu iz svoje matične zemlje. Ova očekivanja često se razlikuju od stvarnosti obrazovnog sustava u njihovoj trenutačnoj zemlji domaćina. Na primjer, roditelji iz istočne Europe često su navikli da se sva školska pitanja tamo rješavaju samostalno, bez potrebe za kupnjom materijala ili pomoći s domaćim zadacima. To može rezultirati percepcijom takvih roditelja kao nepristupačnih i nezainteresiranih za učitelje, što dodatno može izazvati nesporazume, osobito ako postoje jezične barijere. Još jedna prepreka, posebno za djevojčice, može biti niska vrijednost koja se pridaje obrazovanju u određenim kulturama. Ovo se posebno odnosi na visoko obrazovanje ili specijalizaciju, gdje darovite djevojčice mogu zahtijevati dodatnu podršku, ne samo zbog jezičnih prepreka, već i zbog otpora koji mogu doživjeti od strane svojih roditelja.

Bilo bi korisno za nastavnike obvezati se na daljnje usavršavanje iz područja kulturne osjetljivosti, pri čemu bi trebali biti vođeni ljudima iz različitih kulturnih sredina kako bi adekvatno odgovorili na potrebe roditelja i učenika. Roditeljima bi trebalo pružiti priliku da razmjenjuju ideje s osobama iz vlastite kulture koje su upoznate sa sustavima zemlje domaćina. Za takvu podršku mogli bi poslužiti resursi migracijskih savjetovališta. Organiziranje posebnih večeri za roditelje s migrantskim podrijetlom, izravno u školama, moglo bi pružiti priliku roditeljima ili skrbnicima da se upoznaju s mnogim specifičnim aspektima obrazovnog sustava zemlje domaćina.



Pogrešne dijagnoze zbog životnih okolnosti:

Djeca s migrantskim porijeklom često su predmet stigmatizacije zbog ponašanja koje se ne uklapa u očekivanja, što ih često označava kao problematičnu. Često se primjenjuju sankcije ili se roditelji potiču na traženje dijagnoze, a ne uzimajući u obzir životne okolnosti djeteta. Na primjer, simptomi koji su rezultat ograničenih životnih uvjeta i nedostatka prilika za tjelesnu aktivnost ili obrazovanje ponekad se pogrešno interpretiraju kao poremećaj hiperaktivnosti i deficita pažnje (ADHD). Povjerljiv, blizak kontakt s roditeljima je preduvjet za pružanje prilagođene podrške, na primjer, povezanost s projektima kao što je *Pokret sa zapada* (Bewegung im Westen) u Rosenheimu, koji nude besplatne sportske aktivnosti prilagođene dječjim potrebama.

Nedostatak jezičnih vještina kao prepreka akademskom potencijalu:

“*Nisam nužno imala mogućnost pohađati gimnaziju. Ne želim reći da bih uspjela, ali u to vrijeme takva mogućnost nije postojala. Imala sam ocjene koje bi me mogle dovesti do gimnazije, ali bi gimnazija ipak rekla: "Ne, nećemo ni pokušati."*

Istraživanja pokazuju da djeca migrantskog podrijetla imaju manju vjerojatnost pohađanja ili završavanja srednje škole, a još manje njih nastavlja visoko obrazovanje. Jedan od razloga za to vjerojatno je prisutnost jezičnih barijera koje prikrivaju njihov kognitivni potencijal. Jedna strategija za rješavanje ovog problema mogla bi biti upotreba prevoditeljskih alata u nejezičnim predmetima. To bi omogućilo djevojčicama da brže i adekvatnije sudjeluju u nastavi. Paralelno s tim, potrebna je ciljana podrška za razvoj jezičnih vještina prilagođena različitim razinama. Povećanje vremena za izvršavanje zadataka također bi moglo povećati šanse za otkrivanje postojećeg potencijala učenika, dajući im više vremena za prevoditeljski rad potreban kako bi zadatak bio uspješno dovršen.



Izazovi i ograničenja u provedbi ideja

Nejasna perspektiva o tome hoće li obitelj ostati u zemlji u kojoj trenutno boravi može izazvati probleme s obrazovnom motivacijom. Integracija može postati posebno izazovna ako roditelji često razgovaraju o mogućem povratku u zemlju podrijetla.

U Njemačkoj, djeca izbjeglica obično se prvo upisuju u posebne razrede za učenje njemačkog jezika jer se škole često osjećaju nespremna za uključivanje djece s ograničenim znanjem njemačkog jezika u redovnu nastavu. Takva segregacija nije pravedna za mnogu djecu i ometa njihovu integraciju u njemački obrazovni sustav. Bilo bi korisno procijeniti dječje kompetencije prije početka školovanja kako bi im se mogla pružiti prilagođena podrška.

Za prvorodenu djecu, posebno je teško jer roditelji često nemaju pristup podršci i nisu upoznati s obrazovnim sustavima:

“

"Tijekom školovanja, uvijek sam se suočavala s izazovom jer sam bila prvo dijete u obitelji koje je pohađalo više razrede, a moji roditelji nisu bili upoznati s gradivom."

”

Evaluacija

Indikator uspješnog rješavanja prepreka u školama bio bi postotni porast djevojaka s migrantskim podrijetlom koje nastavljaju školovanje u srednjim školama, stječu više obrazovne diplome i uspješno završavaju kvalifikacijske programe. Ovaj napredak bio bi vidljiv i na prvi pogled, na primjer, kroz fotografije razreda. Pregledavanjem godišnjih izvješća srednjih škola u Rosenheimu, lako bismo primijetili raznolikost sastava razreda.



Ključne osobe kao posrednici:

Ključne osobe mogu posredovati između ideja učitelja i roditelja, stoga bi bilo dobro da škole ili institucije za obrazovanje odraslih imaju kontakt s ključnim osobama iz zemalja podrijetla učenika od kojih bi mogle zatražiti podršku.

Interkulturalni trening:

Stručna obuka o kulturnoj osjetljivosti za učitelje kako bi mogli odgovoriti na životne okolnosti i prepoznati prepreke.

Učiniti opipljivima iskustva azila i migracije:

Kako bi se povećalo razumijevanje među kolegama studentima i učenicima, iskustva traženja azila i migracije moraju biti opipljiva. To ne bi trebala biti tabu tema. Osobne priče ovdje imaju poseban utjecaj. Programi poput "Witnesses of Flight" nude radionice i grupe za raspravu za sve uzraste, kao i obuku za profesionalce. Bilo bi poželjno da se ovi formati široko koriste i postanu standardna praksa u školama.

Vršnjaci:

Osobe migrantskog porijekla često osjećaju veliku distancu prema profesionalnoj podršci i iskazuju nepovjerenje prema institucionalnim sustavima. Poticaj za otvaranje prema stručnoj podršci može doći od sunarodnjaka, bilo da su to stručnjaci migrantskog porijekla ili ključne osobe koje djeluju kao posrednici.

Zajedničko učenje kultura trebalo bi biti sastavni dio obrazovnih institucija. Postojeći formati kao što je pričanje priča u jutarnjem krugu mogu se koristiti u tu svrhu svjesnim bavljenjem razlikama i sličnostima u takvim pričama.

Mentorstvo

U obuci za odrasle, interkulturalna mentorstva koja se uspostavljaju između sudionika migrantskog podrijetla i drugih igraju ključnu ulogu u promicanju međusobnog razumijevanja i integracije.



Traganje za talentima:

Otkrivanje i promicanje talenata putem ciljane integracije u sportske klubove, kazališne i glazbene programe i slično, potiče samopouzdanje, omogućuje iskustva uspjeha i može povezati pojedince s već postojećim klubovima i organizacijama u lokalnoj zajednici.

Djevojačke grupe:

Sigurni prostori poput djevojačkih grupa često postižu uspjeh kada ih vode osobe koje su i same prošle kroz migrantska iskustva, kao što je primjer studentskog kafića Fürstätt. Ovakve aktivnosti potiču samopouzdanje kod djevojčica koje će se moći otvorenije izraziti, te olakšava suradnju s roditeljima. Zanimljive zajedničke aktivnosti poput kuhanja, pečenja i kreativnog dizajna koriste se kao "mamac", a nastali proizvodi iz različitih kulturnih tradicija kasnije se mogu prezentirati na školskim događanjima.

Vršnjački diseminatori:

Stariji mentori koji su već izgradili život u određenoj zemlji mogu služiti kao uzori i pomoći drugima u ostvarivanju vlastitih ciljeva. Društvene mreže s odgovarajućim platformama također mogu biti ključni kanal za interakciju mentora s mladim ženama. U drugim zemljama, poput Švedske i Nizozemske, praksa pružanja mentorske podrške izbjegličkoj djeci već je uspostavljena i pokazala se kao vrijedan resurs za pružanje psihosocijalne podrške. (Alhaddad i sur., str. 2.).

Stvorite prilike za povezivanje učenica sa i bez migrantskog podrijetla i na taj način ih podržite u obrazovanju.

Educirajte učitelje s migrantskim podrijetlom i zaposlite ih kao (pomoćne) nastavnike u školama (npr. Refugee Teachers Program).



MLADE ŽENE, UKLJUČITE SE GERMANY

U projektu “Mädchen mischen mit” trenerice pružaju podršku mladim ženama s migrantskim porijeklom kako bi izgradile vjeru u vlastite sposobnosti, premostile predrasude te stvorile nove interakcije i prijateljstva sa svojim vršnjakinjama.

Mlade žene izbjegličkog ili migrantskog podrijetla često su izložene predrasudama i diskriminaciji. Seksizam i krute rodne uloge često ih sprječavaju da samostalno slijede vlastite ciljeve. Projekt motivira mlade žene da pronađu svoj osobni put te da se bore za jednaka prava u društvu.

Projekt ima za cilj jačanje socijalnih i demokratskih vještina mladih žena, kao i njihovog samopouzdanja. Temelji se na konceptu grupnih sastanaka koji su inspirirani programom koji je razvio IRC kako bi osnažilo mlade žene i borila se protiv diskriminacije na temelju spola ili podrijetla. Na radionicama, polaznici uče kako unaprijediti prijateljstva, nositi se sa stresom i pritiskom te identificirati i ostvariti vlastite ciljeve i snage. Fokus je na suočavanju s diskriminacijom, razvijanju samopouzdanja za izražavanje građanske hrabrosti te promicanju međusobnog poštovanja i tolerancije.

Projekt također uzima u obzir socijalno okruženje u kojima se mlade žene nalaze. Paralelno s radionicama, organiziraju se aktivnosti za članove obitelji i druge skrbnike. Time se osigurava da sve djevojke mogu sigurno sudjelovati u programu te da se njihove nove vještine i znanja mogu podržati i razvijati u obiteljskom kontekstu.



IZBJEGLIČKA ISKUSTVA GERMANY

Njemačka udruga “Zeugen der Flucht” omogućuje izravne razgovore između izbjeglica i zainteresiranih skupina (npr. školski razredi). Članovi kluba su mladi ljudi sa i bez izbjegličkog iskustva koji su se okupili 2016. godine zbog povećane medijske i političke pažnje koju karakteriziraju predrasude i strah oko tema poput migracija i izbjeljstva.

Izbjeglice govore o svojim osobnim iskustvima pred grupama i odgovaraju na sva pitanja: Kakav je bio život kod kuće? Zašto su se odlučili migrirati? Kako se osjećaju u vezi svog novog života? Kakvi su njihovi snovi i planovi za budućnost?



INDIVIDUALNA PODRŠKA MENTORSTVO SUPERVZIJA



INDIVIDUALNA PODRŠKA MENTORSTVO SUPERVIZIJA

citat Dijamanta 

“

*Izgradite samopouzdanje tako da se
drugi usude pokušati!*

”

Svrha, ciljevi, ključna načela individualne podrške i mentorstva

Mentorstvo je razvojni odnos u kojem iskusnija ili obrazovanija osoba, poznata kao mentor, pruža smjernice, podršku i savjete manje iskusnoj osobi, mentoriranoj osobi, kako bi im pomogla u osobnom i profesionalnom rastu. Mentorstvo uključuje dijeljenje znanja, vještina i perspektiva kako bi se pripravnik osnažio da postigne svoje ciljeve i ostvari svoj puni potencijal.

Europsko vijeće za mentorstvo i treniranje (EMCC) daje sljedeću definiciju mentorstva: „Mentorstvo je odnos učenja koji uključuje razmjenu vještina, znanja i stručnosti između mentora i mentorirane osobe kroz razvojne razgovore, razmjenu iskustva i modeliranje. Odnos može obuhvaćati različite kontekste i predstavlja dvosmjerno partnerstvo za međusobno učenje koje poštuje razlike.” <https://www.emccglobal.org/leadership-development/leadership-development-mentoring/>

Program se koristi za rješavanje jedinstvenih izazova i prepreka s kojima se žene suočavaju u novom i često nepoznatom okruženju. Njegov primarni cilj je osnažiti ih pružanjem smjernica, podrške i resursa za poboljšanje njihovih vještina, poboljšanje društvene integracije, napredovanje u karijeri i jačanje samopouzdanja. Na taj način program nastoji postići trajne pozitivne promjene u njihovim životima, uključujući ekonomsku neovisnost, društvenu uključenost i opću dobrobit. Štoviše, igra ključnu ulogu u poticanju raznolikosti, inkluzivnosti i kohezije zajednice povezujući žene iz različitih sredina i promičući razumijevanje i suradnju. U konačnici, program ima za cilj osnažiti te žene da vode ispunjene i neovisne živote dok istovremeno doprinose inkluzivnijem i raznolikijem društvu.



Individualni programi podrške i mentorstva

Mentorski program za migrantice i žene pripadnice manjina ima višestruk skup ciljeva. Nastoji osnažiti te žene razvijanjem bitnih vještina za zapošljivost i neovisnost dok istovremeno potiče njihovu društvenu integraciju kroz mentorstvo u kulturnoj prilagodbi. Program je također usmjeren na olakšavanje napredovanja u karijeri, izgradnju samopouzdanja, promicanje kulturne osjetljivosti i pružanje mogućnosti umrežavanja za osnaživanje. Osim toga, potiče zagovaranje i vodstvo unutar njihovih zajednica i nastoji osnažiti sudionike da aktivno oblikuju svoje sudbine. Program naglašava svijest o jedinstvenim izazovima i inkluzivnosti dok teži trajnom, održivom učinku koji nadilazi razdoblje mentorstva.

Mentori bi trebali **prepoznati važnost ravnoteže između poslovnog i privatnog života** za žene i pružiti podršku u upravljanju konkurentskim odgovornostima. Mentori mogu podijeliti strategije, savjete i osobna iskustva kako bi pomogli mentoriranim osobama da učinkovito upravljaju svojim osobnim i profesionalnim životom.

Mentore i mentorirane osobe treba **poticati da prihvate različitost i njeguju uključivo okruženje**. Prepoznajte jedinstvene izazove s kojima se suočavaju žene iz različitih sredina i osigurajte mentorstvo koje je osjetljivo na ta iskustva.

Napomena: Provedbena institucija/savjetodavno vijeće trebalo bi **redovito ocjenjivati učinkovitost mentorskog programa** tražeći povratne informacije i od mentora i od mentorirane osobe. Ove povratne informacije treba koristiti za poboljšanje i osiguranje da program ostane relevantan i koristan.

Opis metode (koraci ili komponente): detaljno objasnite metodu rada/proces osnaživanja; navedite korake ili komponente uključene u metodu provedbe i dajte jasno objašnjenje svakog koraka; ako je potrebno, opišite specifične tehnike, alate ili aktivnosti korištene u svakom koraku.



Uloge i odgovornosti mentora

Uloge i odgovornosti mentora ključne su u projektu osnaživanja žena jer pružaju smjernice, podršku i ohrabrenje ženama da ostvare svoj puni potencijal. Mentori pomažu ženama da prevladaju prepreke, steknu samopouzdanje, steknu vještine i prošire svoje mreže. Kroz njihovo zagovaranje, mentorstvo i modeliranje, mentori doprinose uklanjanju rodni prepreka, poticanju rodne ravnopravnosti i stvaranju pozitivnih promjena u društvu.

Mentori pružaju podršku i smjernice ženama u projektu osnaživanja žena. Oni nude siguran i neosuđujući prostor za mentorirane osobe da podijele svoje izazove, težnje i ideje.

Mentori mogu pomoći u prepoznavanju područja u kojima se mentorirani mogu poboljšati, kao i pružiti smjernice za stjecanje novih vještina. Oni mogu savjetovati obuku, preporučiti obrazovne resurse ili pružiti praktičnu podršku za poboljšanje profesionalnih sposobnosti mentorirane osobe, jačajući njihovo samopouzdanje i tržišnu sposobnost.

Mentori također mogu pomoći ženama da izgrade profesionalne mreže i veze kroz zagovaranje interesa mentoriranih i njihovo osnaživanje da prevladaju prepreke. Mentori mogu ohrabriti mentorirane da izraze svoje mišljenje, brane svoje ideje i suprotstave se sustavnim nejednakostima. Također, mogu osnažiti mentorirane da prepoznaju i iskoriste svoje snage, pomažući im u suočavanju s predrasudama i zagovaranju rodne ravnopravnosti.

Mentorstvo podupire osobni i profesionalni razvoj žena dok im pomaže u postavljanju ciljeva, izradi akcijskih planova i praćenju napretka. Takvi uzorni odnosi mogu stvoriti poticajno i uključivo okruženje u kojem žene mogu napredovati. Mentori bi trebali njegovati povjerenje, povjerljivost i međusobno poštovanje, dopuštajući mentoriranim osobama da se slobodno izražavaju. Mentori promiču kulturu osnaživanja, osiguravajući da se mentorirane osobe osjećaju sigurnima u preuzimanju rizika, prihvatanju izazova i učenju iz uspjeha i neuspjeha.

Tijekom radionice u LoPe-u, mentori su opisali sljedeće kvalitete kao najvažnije za uspjeh mentorskog odnosa:

- Potaknite žene da imaju ciljeve
- Razmjena iskustava
- Organizirajte redovite tematske večeri
- Budite otvoreni i stvorite okruženje povjerenja
- Izgradite samopouzdanje tako da se drugi usude pokušati
- Recite im da vjerujete u njih
- Budite realni, dajte im do znanja da će biti borbe
- Formirajte sastajališta za žene kako bi se okupljale i pomagale jedna drugoj (ta bi mjesta trebala financirati vlada)



Uloga i odgovornosti mentorirane osobe

Aktivnim uključivanjem, postavljanjem ciljeva, otvorenošću za povratne informacije, preuzimanjem inicijative i razmišljanjem o svom razvoju, mentorirane osobe maksimalno iskorištavaju dobrobiti mentorskog iskustva. Ove odgovornosti osnažuju mentorirane osobe da preuzmu odgovornost za vlastiti razvoj, maksimalno iskoriste pružene prilike i na kraju ostvare svoje osobne i profesionalne ciljeve.

-  Mentorirane osobe bi se trebale aktivno uključiti u mentorski odnos. To uključuje prisutnost, pozornost i pažljivost tijekom sastanaka te interakciju s mentorom. Aktivno sudjelovanje u raspravama, postavljanje pitanja i traženje smjernica pokazuje predanost i volju za učenjem. Trebali bi preuzeti odgovornost za vlastito učenje i razvoj te bi trebali aktivno tražiti znanje, istraživati resurse i usredotočiti se na učenje samih sebe.
-  Mentorirane osobe bi trebale preuzeti aktivnu ulogu u postavljanju svojih ciljeva i identificirati svoje snage, slabosti i područja rasta te artikulirati jasne i dostižne ciljeve.
-  Moraju biti otvoreni za primanje povratnih informacija od svojih mentora, aktivno slušati, biti spremni na konstruktivnu kritiku i gledati na povratne informacije kao na priliku za poboljšanje.
-  Mentorirane osobe bi trebale preuzeti inicijativu i pokazati proaktivan pristup u traženju prilika. Trebali bi biti domišljati, preuzeti odgovornost za svoje postupke i biti spremni izaći iz svoje zone udobnosti.
-  Trebali bi razmisliti o svojim iskustvima, prepoznati naučene lekcije i procijeniti vlastiti napredak. Samoprocjena omogućuje mentoriranim osobama da preuzmu vlasništvo nad svojim rastom i donose informirane odluke.
-  Mentorirane osobe također trebaju aktivno graditi pozitivan i profesionalan odnos sa svojim mentorom. To uključuje pokazivanje poštovanja, održavanje redovite komunikacije i poštivanje obveza. Izgradnja povjerenja, pokazivanje integriteta i uvažavanje vremena i stručnosti mentora pridonose uspješnom i trajnom mentorskom odnosu.



Osmišljavanje mentorskog programa

U slučaju mentorskog programa od šest do sedam mjeseci, primjerice, prva dva mjeseca obično se troše na stvaranje temelja za mentorstvo, dok se praćenje napretka obično događa od drugog do petog mjeseca. Važno je odrediti početak i kraj mentorskog odnosa kako bi se mogao pratiti proces i vrednovati rezultati.

Intenzitet i učestalost mentorskih sastanaka mogu dogovoriti i odrediti mentorski parovi. Preporuka je da mentori i mentorirane osobe posvete tri do pet sati mjesečno mentorstvu. Vremenska podjela može biti sastanak koji traje 1 do 1,5 sat s dodatnim vremenom za naknadne zadatke.

Predloženi modeli mentorstva za projekt Hidden Diamonds

Od šest modela mentoriranja koji su identificirani, LoPe predlaže implementaciju sljedeća tri modela u projektu:

Tradicionalno mentorstvo ili mentorstvo jedan na jedan: Ovo je tradicionalni hijerarhijski proces mentorstva u kojem je jedna osoba iskusnija i mentorira pojedinca s manje iskustva. Ova vrsta mentorstva također se može shvatiti više kao stil "učitelja" ili "gurua"; mentor se ponaša više kao stručnjak zbog svog specijalističkog iskustva ili znanja.

Vršnjačko mentorstvo: Pojedinci sa sličnim statusom ili položajem u projektu mogu mentorirati jedni druge. Ovdje je fokus više na mentorskim vještinama, odnosima i organizacijskom razvoju nego na tradicionalnom pristupu. Ova vrsta mentorstva i dalje zahtijeva jednog mentora i jedne mentorirane osobe, iako oni mogu biti vršnjaci. Mentorski sastanci se mogu provoditi u parovima ili malim grupama.

Mentorski krugovi: U nastojanju da za svakoga osiguraju priliku za mentorstvo, partnerske organizacije mogu se obratiti mentorskim krugovima. Ovo je oblik grupnog mentorstva koji može potaknuti sudjelovanje na svim razinama i demografskim skupinama. Ponekad se mentorski krugovi mogu koristiti za ciljanje određene skupine mentoriranih osoba. Mentorski krug predlaže teme od interesa za grupnu raspravu i rast. Pokretanjem mentorskih krugova, možemo stvoriti namjerne mreže koje pomažu mentoriranim osobama u rastu, razmjeni iskustava i razvoju na brojne načine.



Prednosti mentorskog programa

Mentorski program donosi mnoštvo prednosti. Osnažuje sudionike potičući razvoj vještina, jačajući samopouzdanje i pomažući napredovanje u karijeri, što dovodi do ekonomske neovisnosti i društvene integracije. Kroz kulturno osjetljive prilike i mogućnosti umrežavanja, žene se mogu povezati s mentorima i resursima, šireći svoje društvene i profesionalne mreže. Dodatno, mentorstvo potiče zagovaranje, vodstvo i osobnu autonomiju dok promiče svijest o jedinstvenim izazovima i inkluzivnosti. S fokusom na održiv učinak, ovi programi imaju za cilj stvoriti trajne pozitivne promjene u životima žena i pridonijeti raznolikim, kohezivnim i inkluzivnim zajednicama, što u konačnici koristi i pojedincima i društvu u cjelini.

Ključni izazovi u podršci mladim ženama kroz individualnu podršku i mentorstvo

„Podrška ženama kroz mentorstvo je vrijedna, ali ima izazova. I mentori i mentorirane osobe moraju održavati otvorenu komunikaciju, postaviti jasne ciljeve, biti proaktivni i prilagođavati se po potrebi. Etničko, vjersko i generacijsko podrijetlo utječe na odnose; prihvaćanje kulturne osjetljivosti, empatije i povjerenja je vitalno. Izazovi uključuju nesvjesnu pristranost, sukobe oko rasporeda, vremenska ograničenja, nerealna očekivanja i pretjeranu ovisnost. Također, može doći do nepoštena manipulacije, ogorčenosti i neučinkovitog uparivanja. Strategije uključuju svijest o predrasudama, strukturirane rasporede, postavljanje ciljeva, podršku programa mentorstva i samosvijest kako bi se osiguralo učinkovito i uspješno mentorstvo za žene.”

Mentoring Complete identificira niz ključnih izazova u izgradnji mentorskih programa kao i načine za njihovo prevladavanje:

Nesvjesna predrasuda: Kada upoznajemo ljude, često ih procjenjujemo na temelju onoga što vidimo, kao što su njihova dob, način na koji se odijevaju, boja kože, privlačnost itd., ovo je također poznato kao brza obrada. Brza obrada događa se kada naš mozak brzo prosuđuje ljude i situacije oko nas, često toga nesvjesni.

Neki savjeti za rješavanje osobnih predrasuda uključuju:

Priznajte svoju pristranost. Može biti teško prepoznati osobne predrasude, osobito nesvjesne predrasude, ali postoje dostupni resursi koji su dizajnirani da nam pomognu u prepoznavanju naših predrasuda. Project Implicit ima niz testova temeljenih na temama od rase do pretilosti koji mogu pomoći da se nesvjesne predrasude iznesu na vidjelo.



Spremnost da ispitamo vlastite moguće predrasude važan je korak u razumijevanju korijena stereotipa i predrasuda. Osobne predrasude mogu se suzbiti upoznavanjem ljudi na individualnoj razini. Kada postanete svjesni svojih potencijalnih predrasuda, prakticirajte samonadzor. Kroz samonadzor i samoregulaciju, možete prekinuti pristrano razmišljanje i razviti nediskriminirajuće ponašanje.

Priznajte greške. Nemojte se bojati priznati pogreške i ispričati se za njih. Svatko ponekad pogriješi, iskoristite pogreške kao priliku da poboljšate sebe i ojačate svoj odnos s drugima.

Sastanak prema rasporedu: I mentori i mentorirane osobe imaju obveze i odgovornosti, a oboje služe kao zgodni izgovori za odgađanje mentorskog sastanka. Međutim, mentori i mentorirane osobe također moraju zapamtiti svoju predanost programu i jedni drugima.

Strategije za prevladavanje ovog izazova: Tretirajte sastanke kao i svaki sastanak na radnom mjestu. Nemojte to smatrati izvannastavnom aktivnošću. A ako se i dalje borite nakon isprobavanja ovih strategija, uključite svog voditelja mentorskog programa. Kao objektivna treća strana, ova osoba može vas i vašeg partnera smatrati odgovornima.

Vremenska ograničenja: I mentori i mentorirane osobe često imaju zahtjevne rasporede, što otežava pronalaženje redovitog i dosljednog vremena za mentorske sastanke. Usklađivanje profesionalnih i osobnih obveza može biti posebno izazovno za žene koje također mogu imati nerazmjerni udio odgovornosti za brigu o djeci ili članovima obitelji. Fleksibilnost i razumijevanje obiju strana može pomoći u prilagođavanju ovih vremenskih ograničenja.

Nerealna očekivanja: Pretrpavanje mentorirane osobe informacijama i očekivanje da će mentorirana osoba postati mentorov klon dva su primjera nerealnih očekivanja koja mogu imati negativan učinak na odnos. Suprotno tome, mentorirana osoba može očekivati da će mu mentor pružiti više podrške i smjernica nego što je razumno u danim okolnostima.

Strategije za prevladavanje ovog izazova: Postavite ciljeve mentorstva na početku, idealno tijekom prva dva sastanka. Ovako se svi slažu oko očekivanja.



Pretjerana ovisnost o mentoru/mentiranoj osobi: U ovoj situaciji, mentor se može osloniti na mentoriranu osobu za emocionalnu podršku umjesto da se fokusira na njezine potrebe. Mentor također može očekivati od mentorirane osobe da prihvati sve što mu mentor nudi umjesto da mu dopusti da sam pronađe svoj put.

Strategije za prevladavanje ovog izazova: Mentori moraju držati svoj ego pod kontrolom i podsjetiti se da se odnos odnosi na mentoriranu osobu, a ne na mentora. Mentorirane osobe se trebaju podsjetiti da su oni ti koji trebaju obaviti "teške poslove". Moraju sami donositi odluke i zapamtiti da su im mentori samo izvor podrške i povratnih informacija.

Zamjeranje ili ljubomora: Mentorstvo je vrlo tražena aktivnost zbog pozitivnog učinka na profesionalni razvoj ljudi. Nažalost, mnogi mentorski programi ne mogu uključiti sve zbog ograničenja resursa. Kao rezultat toga, oni koji sudjeluju u takvim programima mogu doživjeti ogorčenost od strane onih koji nisu u programu. To se pokazuje kada vršnjaci ili kritiziraju program ili izraze svoju ogorčenost što mentorirana osoba može napustiti posao kako bi prisustvovala na sastanku.

Strategije za prevladavanje ovog izazova: Obrazovanje je najbolji izlaz. Mentori i mentorirane osobe mogu dijeliti informacije o programu (npr. brošure, članke, web stranice) s vršnjacima. U idealnom slučaju, sama bi organizacija trebala biti transparentna u pogledu programa, uključujući i način uključivanja u program.

Neučinkoviti mentorski parovi: par možda neće funkcionirati iz raznih razloga: nedostatak predanosti jedne od strana, stilovi učenja koji se ne podudaraju, promjena u radnim zadacima, a ponekad par jednostavno ne funkcionira dobro.

Strategije za prevladavanje ovog izazova: Ako se suočite s ovom situacijom, jedna ili obje strane trebaju razgovarati s voditeljem mentorskog programa (MPM) što je prije moguće. MPM bi mogao pomoći paru da se ponovno poveže ili pronađe svoj put. Ali ako se MPM složi da mentorstvo ne funkcionira – i da ne može funkcionirati – tada bi se ono trebalo prekinuti.

Mentori bi trebali izbjegavati sljedeće zamke:

"Mogu pomoći" – Izbjegavajte miješati se u rješavanje problema mentorirane osobe.

"Ja znam najbolje" - Podijelite svoje iskustvo, ali nemojte govoriti mentoriranoj osobi što da radi.

"Mogu ti pomoći da napreduješ" - Nemojte pasti u iskušenje da mentoriranoj osobi učinite usluge koje ne biste učinili drugima.

"Trebaš me" – Cilj je neovisnost, a ne ovisnost. Cilj je da mentorirana osoba postane jači, a ne da se osjeća bolje zbog svojih slabosti.



Praćenje i evaluacija osnaživanja žena kroz individualne programe podrške

Izreka *"Ako ne znaš kamo ideš, kako ćeš znati jesi li tamo stigao?"* naglašava važnost jasnih ciljeva i zadataka. Bez dobro definiranih ciljeva, postaje izazov mjeriti napredak, procjenjivati postignuća ili utvrđivati uspjeh. Provođenjem sveobuhvatne evaluacije, administratori programa mentorstva mogu osigurati da program ispunjava predviđene ciljeve i pozitivno utječe na osobni i profesionalni razvoj sudionika. Redovita evaluacija i kontinuirano poboljšanje s vremenom će dovesti do učinkovitijeg i uspješnijeg mentorskog programa.

Kada i na koji način pratiti i evaluirati mentorski program

Na početku procesa mentoriranja važno je definirati ciljeve organizacije i ciljeve mentorskog programa, kao i individualizirane ciljeve za svaki par mentora i mentorirane osobe. Praćenje uključuje prikupljanje informacija o programu, njegovoj provedbi i rezultatima, dok je evaluacija sustavni pregled i prikupljanje podataka.[1] Kao i u svakom projektu, praćenje i evaluacija ovog procesa uvelike ovisi o ciljevima postavljenim na početku. Procjena mentorskog procesa tada se može dogoditi u različitim fazama:

- Upitnici prije i poslije mogu se koristiti za uvid u izravne rezultate mentorskih sastanaka ili cjelokupnog procesa.
- Partnerske organizacije trebale bi održati evaluacijski sastanak na sredini programa s mentorima i mentoriranim osobama. To može biti od pomoći jer omogućuje sudionicima da podijele svoje priče o uspjehu i neuspjehu, kao i da analiziraju kako proces teče, gdje su i jesu li potrebne prilagodbe. Također se mogu koristiti grupne rasprave (imajući na umu povjerljivost), intervjui ili upitnici.
- Konačna evaluacija može ponovno uključivati intervjuje ili upitnike, temeljene na pitanjima prije testiranja i unaprijed postavljenim pokazateljima.
- Preporučuje se naknadna evaluacija nakon nekoliko mjeseci kako bi se analizirao realan učinak procesa mentorstva.

[1] <https://study.com/academy/lesson/mentoring-programs-monitoring-program-evaluation.html#:~:text=In%20all%20these%20real%20life,director%20and%20the%20company%20management>



Kada je potrebno anketirati mentore i mentorirane osobe?

Together mentorship platforma (<https://www.togetherplatform.com>) identificira nekoliko ključnih trenutaka kada biste trebali anketirati sudionike mentorstva. To uključuje:

Tijekom registracije - pomaže da saznate više o sudionicima i onome što žele postići u programu. Ove su informacije ključne za stvaranje dobrog mentorskog partnera.

Nakon uparivanja - provjerite jesu li zadovoljni uparivanjem i prikupite informacije o njihovim očekivanjima od mentorstva.

Kratke ankete nakon svakog susreta - dobro je povezati se s mentorima i mentoriranim osobama nakon svakog susreta. To im omogućuje da razmišljaju o susretu i razmotre kako napreduju kroz program.

Sredina programa - postavljanje nekih pitanja mentorskim sudionicima na polovici programa još je jedno ključno vrijeme za prikupljanje informacija.

Na kraju programa - saznati više o njihovom iskustvu tijekom programa kao cjeline je vrijedna informacija koja se može koristiti za poboljšanje programa i izvještavanje vodstva o uspjehu programa mentorstva na radnom mjestu.

Tko bi trebao pratiti i evaluirati mentorski program?

Važno je odrediti kako se mentorski program ocjenjuje i tko ga ocjenjuje. Kad god je to moguće, preporučljivo je koristiti vanjskog evaluatora koji također može ocijeniti ulogu koordinatora mentorskog programa u procesu i preporučiti promjene za budućnost, gdje je relevantno. Ako to nije moguće, koordinator mentorskog programa ili drugo osoblje iz partnerskih organizacija koje je upoznato s programom može djelovati kao evaluator.

Idealno bi bilo prikupljati i kvantitativne i kvalitativne podatke. Kvalitativni podaci mogu uključivati, na primjer, otvorene odgovore na upitnike, pisana izvješća sudionika i podatke iz intervjuja ili fokusnih grupa. Kvantitativni podaci mogu uključivati strukturirane rezultate ankete i podatke o ljudskim resursima, na primjer, o karakteristikama mentorskih parova (npr. spol, stručna iskustva itd.).



PRIMJERI RADIONICA I METODA

Uloga mentora je poduprijeti program mentorirane osobe, a ne pokretati ga. Na početku mentorskog odnosa od mentorirane osobe će se tražiti da identificira svoje ključne ciljeve za proces. Kao mentor, odgovorni ste za očuvanje tih ciljeva, osiguravajući da svaka mentorska sesija pomaže mentoriranoj osobi da se približi željenom ishodu, umjesto da se od njega udaljava.

Primjer mentorske sesije

Svaka je sesija osmišljena tako da osnaži mentorirane osobe da postave jasne i ostvarive ciljeve usklađene s misijom projekta. Vrijeme za svaku sesiju je okvirno i može se prilagoditi na temelju angažmana mentorirane osobe i razine interakcije tijekom sesije. Mentori bi trebali poticati otvoreno okruženje koje pruža podršku, dopuštajući mentorima da podijele svoja iskustva i uvide tijekom cijele sesije.

Početna mentorska sesija: Nakon što se mentori i mentorirane osobe predstave i međusobno usklade, trebali bi planirati početnu mentorsku sesiju. Sesija bi se trebala usredotočiti na izgradnju odnosa, postavljanje očekivanja, razumijevanje ciljeva i težnji te uspostavljanje temelja za uspješan mentorski odnos. Početna mentorska sesija postavlja temelje za produktivan i podržavajući odnos mentora i mentoriranog. Ključno je poticati otvorenu komunikaciju, povjerenje i zajedničku predanost osnaživanju žena. Mentori bi trebali biti senzibilni za potrebe i ciljeve svake mentorirane osobe, pružajući smjernice i ohrabrenje tijekom njihovog pojedinačnog putovanja.

Ostale mentorske sesije trebale bi se usredotočiti na postavljanje ciljeva, izgradnju vještina, izgradnju samopouzdanja. Prilikom uspostavljanja mentorskih krugova fokus bi trebao biti stavljen na okupljanje male grupe žena sa sličnim interesima ili težnjama.



LOPE-OVE PRIČE O USPJEHU

LoPe-ova metoda mikrointegracije koristi se u radu s migranticama kako bi ih se pripremilo da budu aktivne sudionice mentorskih programa. Metoda se fokusira na individualnu izgradnju kapaciteta i osnaživanje migrantica koje im omogućavaju da se uključe u aktivnosti kao ravnopravni partneri. Koriste se sljedeći moduli:

Alat 1: Identitet - Moja priča

Osjećam li se povezano sa svojom prošlošću? Nosim li previše tereta? Zbog vlastitog iskustva rata i sukoba, nekoliko savjetnika iz organizacije LoPe može se povezati s prošlošću osoba koje mentoriraju. Kroz dijeljenje svojih priča, iskustava i sjećanja, oni mogu pomoći u smanjenju emocionalne osjetljivosti i potaknuti korisnike da podijele vlastite priče. Ovi savjetnici također mogu poslužiti kao primjeri da je moguće započeti iznova i uspjeti u novom okruženju. Pokazuju da je moguće zadržati svoj identitet i naučiti balansirati između dviju kultura, što je važna vještina u društvu obilježenom raznolikošću kultura.

Alat 2: "Moj život - moja odgovornost" - promjena fokusa

Za ljude koji su prošli kroz teške životne situacije, samosažaljenje može postati prepreka u osobnom razvoju i procesu samopomoći. To često rezultira preuzimanjem uloge žrtve u različitim aspektima njihovih života, jer se stalno fokusiraju na nepravdu i prošla iskustva. Ključna uloga savjetnika ovdje je pomoći tim osobama da shvate da takva uloga može biti paralizirajuća te ih potaknuti da preuzmu kontrolu nad svojim životima.

Alat 3: "Socijalna skrb je empatija utkana u sustav"

Da bi se održali dobri sustavi socijalne skrbi, ključne su vrijednosti poput empatije, otvorenosti i poštovanja. Potrebno je imati razumijevanja za sustav koji se temelji na povjerenju te poticati želju kod drugih za doprinosom lokalnim zajednicama. Također je važno biti hrabar u razmišljanju o vlastitoj kulturi i poštovati tuđu kulturu kako bi se osigurala inkluzivnost i razumijevanje unutar zajednice.



Alat 4: Tjelesno zdravlje i prehrana

Veza između tjelesnog i mentalnog zdravlja dobro je istražena. Istraživanja u skandinavskim zemljama ukazuju je na izazove u prehrani među migrantima, što rezultira povećanom učestalošću dijabetesa i drugih bolesti vezanih uz način života. Podizanjem svijesti i promicanjem zdrave prehrane moguće je spriječiti mnoge negativne posljedice loše prehrane.

ONLINE IZVORI

- <https://www.thrivewithmentoring.com/>
- <https://girleffect.org/>
- <https://mowglitweets.medium.com/empowering-women-through-mentoring-7943239cbe55>
- <https://www.togetherplatform.com/blog/mentorship-program-survey-questions>
- <https://www.togetherplatform.com/blog/how-to-measure-your-workplace-mentoring-program>
- <https://www.togetherplatform.com/blog/mentorship-program-survey-questions> <https://www.togetherplatform.com/blog/how-to-measure-your-workplace-mentoring-program>

U Norveškoj:

- <https://www.minmentor.no/>
- <https://globalesandefjord.no/historier/gjor-en-forskjell-bli-mentor/>





TRANSFORMATIVNA ULOGA DRUŠTVENOG ANGAŽMANA I VOLONTIRANJA



TRANSFORMATIVNA ULOGA DRUŠTVENOG ANGAŽMANA I VOLONTIRANJA

citat Dijamanta 

“

Volontiranje mi je pokazalo što znači i zašto je važno imati podršku i ljude s kojima uvijek možete razgovarati. Sada želim inspirirati druge ljude i pokazati im što se može postići kroz aktivno uključivanje u zajednicu.

”

Osnaživanje žena kroz angažman u zajednici i volontiranje

U svijetu koji postaje sve raznolikiji i povezaniji, izazov koji se ističe je osnaživanje žena s manjinskim i migrantskim podrijetlom. Ove žene često se suočavaju s jedinstvenim preprekama u prilagodbi kulturi, ostvarivanju društvene inkluzije i postizanju ekonomske neovisnosti. No, angažman u zajednici i volontiranje pružaju snažne alate za prevladavanje ovih izazova i stvaranje svjetlije, inkluzivnije budućnosti za njih. Kroz sudjelovanje u aktivnostima zajednice i volontiranje, možemo razbiti barijere, povezati različite kulture te podržati žene iz raznolikih sredina u ostvarivanju ispunjenijih života i lakše integracije.

Društveni angažman odnosi se na proces uključivanja i interakcije s pojedincima, grupama ili organizacijama unutar određene zajednice radi zajedničkog rješavanja problema, razmjene informacija i donošenja odluka koje utječu na tu zajednicu. To je dvosmjernan odnos u kojem članovi zajednice, dionici i organizacije rade zajedno kako bi identificirali i riješili probleme, izgradili konsenzus i poboljšali dobrobit zajednice u cjelini. Društveni angažman može imati različite oblike, kao što su sastanci, ankete, fokus grupe, radionice, javne rasprave i slične aktivnosti. Jedan od ključnih oblika društvenog angažmana je volontiranje. U kontekstu osnaživanja žena s manjinskim i migrantskim podrijetlom, angažman u zajednici služi kao most koji povezuje žene s njihovim novim zajednicama. Ruši barijere izolacije i potiče osjećaj pripadnosti. Kroz angažman u zajednici, žene imaju priliku izraziti svoje brige, podijeliti svoja iskustva i aktivno sudjelovati u oblikovanju zajednica koje sada nazivaju domom.



Volontiranje, kao oblik angažmana u zajednici igra ključnu ulogu u jačanju odnosa među ljudima i izgradnji zajednica. Doprinosi stvaranju suosjećajnijeg, otpornijeg i inkluzivnijeg društva. Definicija volontiranja razlikuje se diljem svijeta, ovisno o različitim kontekstima i kulturama pojedinih zajednica. Međutim, u razvijenim demokracijama postoje zajednički elementi koji definiraju volontiranje. Volontiranje je aktivnost koju osoba odabire slobodnom voljom kako bi pomogla drugima ili društvu, bez očekivanja financijske koristi. Sudjelovanje u volonterskim aktivnostima otvoreno je za sve, bez obzira na dob, podrijetlo, društveni status, položaj u društvu, obrazovanje, fizičke ili mentalne sposobnosti ili osobna uvjerenja. Iz tog razloga, smatra se izvrsnim alatom za osnaživanje marginaliziranih i društveno isključenih pojedinaca, uključujući žene migrantskog i manjinskog podrijetla.

Postoji mnoštvo mogućnosti za volontiranje, s raznovrsnim oblicima i vremenskim angažmanom potrebnim za različite aktivnosti. Benefiti volontiranja su brojni i često nemjerljivi. Volontiranje donosi mnoge prednosti zajednici, korisnicima volonterskih usluga, organizacijama koje uključuju volontere te samim volonterima. Kada se žene uključe u volonterske aktivnosti, ne samo da doprinose svojim zajednicama, već i razvijaju važne vještine, stječu samopouzdanje i proširuju svoje društvene mreže. To rezultira povećanim samopoštovanjem i osjećajem postignuća. Volontiranje može pomoći ženama da izgrade temelje potrebne za daljnje obrazovanje, zapošljavanje ili poduzetništvo, dodatno pridonoseći njihovoj ekonomskoj neovisnosti i osnaživanju.



Postoji nekoliko **ključnih aspekata** angažmana u zajednici i volontiranja koje smatramo temeljima za osnaživanje žena migrantskog i manjinskog podrijetla.

Volontiranje pruža ključnu priliku ženama iz manjinskih i migrantskih zajednica da se integriraju u svoje nove okoline. Aktivnim sudjelovanjem u lokalnim inicijativama, one se povezuju s tkivom zajednice, gradeći veze i stvarajući značajne odnose. Ovo im ne samo pomaže da upoznaju kulturu svoje nove domovine, već potiče osjećaj pripadnosti i inkluzije. Kroz angažman u zajednici i volontiranje, žene mogu postati aktivni sudionici u svojem okruženju, što nadilazi njihovo fizičko prebivalište i omogućuje im da doprinesu društvenom i kulturnom životu zajednice.

Ženama migranticama volontiranje može ponuditi iskustvo učenja jezika koje nadilazi formalne tečajeve jezika. Interakcija s drugima u volonterskim aktivnostima pruža stvarne, praktične jezične vještine koje su ključne za svakodnevni život, traženje posla i zagovaranje njihovih prava. Poznavanje jezika daje im alate za snalaženje u složenim birokratskim sustavima, pristup zdravstvenoj skrbi i aktivno sudjelovanje u građanskom i životu.

Volontiranje stvara okruženje za kulturnu razmjenu i međusobno razumijevanje. Žene iz različitih sredina imaju priliku podijeliti svoja jedinstvena iskustva, tradiciju i perspektive sa zajednicom. To ne samo da obogaćuje kulturnu tapiseriju zajednice, već također potiče toleranciju i razbija stereotipe. Sudjelovanjem u zajednici te žene postaju ambasadorice svoje baštine, pridonoseći inkluzivnijem i tolerantnijem društvu.

Volontiranje djeluje kao most za izgradnju podrške, što je osobito važno za migrantice suočene s jedinstvenim izazovima. Kroz volontiranje, mogu se povezati s pojedincima koji dijele slična iskustva te pružiti i primati smjernice i emocionalnu podršku. U volonterskim ulogama često se potiče suradnja i timski rad, što dodatno jača veze među sudionicima. Osjećaj zajedništva i podrške koji proizlazi iz volontiranja može biti ključan za žene koje se prilagođavaju kompleksnosti novog okruženja.



● Volontiranje nudi priliku za stjecanjem vrijednih vještina i iskustava. Ove novostečene vještine ne samo da pospješuju osobni rast volontera, već i poboljšavaju njihovu zapošljivost. Bilo kroz administrativne uloge, upravljanje projektima ili specijalizirane zadatke unutar organizacije, volontiranje može poslužiti kao ključna odskočna daska prema financijskoj neovisnosti. Oslobađajući se iz kruga ekonomske nepovoljnosti, žene mogu povećati svoju samostalnost i doprinijeti svojim obiteljima i zajednicama.

● Aktivno uključivanje u zajednicu osnažuje žene da se bore za inkluzivnost i suprotstave se diskriminaciji. Kroz dijeljenje vlastitih priča i iskustava, one mogu doprinijeti većem razumijevanju među širom zajednicom i onima na pozicijama moći. Njihovi glasovi postaju relevantni u zagovaranju politika i praksi koje promiču prava i dostojanstvo pojedinaca iz različitih sredina, što doprinosi izgradnji inkluzivnijeg i otvorenijeg društva.



Žene iz manjinskih i migrantskih zajednica koje se aktivno angažiraju u volontiranju i inicijativama u svojoj zajednici predstavljaju inspiraciju svojoj djeci i budućim generacijama. Postavljaju primjer aktivnog sudjelovanja, ističući važnost prihvaćanja vlastitog kulturnog nasljeđa i doprinosa izgradnji zajednice. Kroz svoje djelovanje, potiču mlade djevojke da preuzmu aktivnu ulogu u društvu, ponose se svojim kulturnim identitetom i sudjeluju u oblikovanju svojih zajednica. Na taj način, održavaju ciklus osnaživanja i pozitivnih promjena.

Osnaživanje žena s manjinskim i migrantskim podrijetlom nije samo društvena odgovornost; to je ulaganje u svjetliju, inkluzivniju budućnost za naše zajednice. Prihvaćanjem angažmana u zajednici i volontiranja, možemo srušiti prepreke, premostiti kulturne podjele i pružiti prilike za osobni i profesionalni razvoj. Ove žene, opremljene novim vještinama i osnažene samopouzdanjem, postaju aktivni sudionici u društvu, obogaćujući naše zajednice na nevjerojatan način. Koristeći ove transformacijske alate, možemo otvoriti put ka pravednijoj i inkluzivnijoj budućnosti, u kojoj svaka žena ima mogućnost napredovati i ostaviti trajan utjecaj. Stoga, u nastavku predstavljamo primjere najbolje prakse za uključivanje žena migrantskog i manjinskog podrijetla u angažman u zajednici i volontiranje, s ciljem istraživanja raznolikih mogućnosti koje nam ovi alati pružaju.



MAKING IT MATTER

UTJECAJ VOLONTIRANJA NA DRUŠTVENU UKLJUČENOST

Priručnik za mjerenje utjecaja dizajniran je za mjerenje utjecaja volontiranja na mlade s manje mogućnosti, prateći prednosti volonterskih iskustava i njihov utjecaj na opće blagostanje. [1]

Sastoji se od dva dijela, jedan je prilagođen za individualnu procjenu, dok je drugi prilagođen za organizacijsku razinu evaluacije.

- 1 Alat "You Matter" za mlade volontere ima za cilj omogućiti samoprocjenu utjecaja volontiranja na inkluziju na individualnoj razini, fokusirajući se na a) samopoštovanje, b) odnose s drugima, c) odnose s zajednicom i d) znanje i vještine.
- 2 Alat "Making it Matter" za organizacije omogućuje procjenu utjecaja volontiranja na inkluziju mladih na organizacijskoj razini.

Prednosti za organizatore volontiranja

- Razvoj više inkluzivnih programa volontiranja u skladu s potrebama mladih u nepovoljnom položaju
- Povećanje angažmana mladih u nepovoljnom položaju
- Doprinos društvenoj inkluziji
- Poticanje razvoja društvenog kapitala

Prednosti za mlade s manje mogućnosti

- Stjecanje uvida u vlastite sposobnosti
- Jačanje osjećaja pripadnosti i integracije
- Podrška profesionalnom razvoju
- Poticanje aktivnog sudjelovanja u društvu

Metoda primjene alata za mjerenje temelji se na uputama iz priručnika, koje se primjenjuju u organizacijama, posebno u inkluzivnim volonterskim programima. Alat je prilagođen različitim kontekstima i skupinama mladih u nepovoljnom položaju.

Kratki uvodni video dostupan je [OVDJE](#).

[1] Priručnik je izrađen kroz Erasmus+ KA2 Strategic partnership project "Making it important - the impact of volunteering on social inclusion" čiji je nositelj DKolektiv (Hrvatska) u suradnji s partnerima: CEV (Belgija), Volunteer Ireland (Irska), BBE (Njemačka), FriSe (Danska), Slovenska filantropija (Slovenija)



UKRAJINSKI SOCIAL CLUB

HRVATSKA

Ukrajinski Social Club je program koji pruža podršku u socijalnoj integraciji izbjeglicama iz Ukrajine izgradnjom mreže solidarnosti, podrške i prijateljstva između građana Osijeka i raseljenih osoba iz Ukrajine. Glavni cilj programa je pružiti potporu izbjeglicama da se aktivno uključe u svoju zajednicu, te organiziraju samoinicijalne aktivnosti.

Ukrajinski Social Club nastao je kao odgovor na sve veći broj osoba iz Ukrajine koje su se zbog ratne situacije našle u Osijeku. Social Club je zamišljen kao mjesto susreta, upoznavanja, razmjene iskustava i podrške između samih Ukrajinaca, ali i lokalnog stanovništva.

S obzirom na fluidnost potreba Ukrajinaca, program se odvijao u nekoliko faza:

1

Neformalna druženja Ukrajinaca, lokalnog stanovništva i predstavnika organizacija civilnog društva, radi međusobnog upoznavanja, povezivanja, razmjene iskustava i pružanja podrške

2

Mapiranje potreba Ukrajinaca i konkretne akcije u skladu s navedenim potrebama (organiziranjem raznih tematskih skupova)

3

Osnaživanje i povećanje kapaciteta ljudi iz Ukrajine kako bi se i sami mogli aktivno uključiti u rad lokalne zajednice, za dobrobit raseljenih Ukrajinaca i za dobrobit lokalne zajednice

Prednosti ovog pristupa

Inovativnost ovog programa očituje se u promjeni paradigme u kojoj sam korisnik programa postaje inicijator programa te se osnažuje da aktivno sudjeluje u kreiranju pozitivnih promjena u društvu. Osnova ove metode je osnaživanje izbjeglica kako bi i sami postali aktivni sudionici lokalne zajednice i sami preuzeli inicijativu za rješavanje društvenih problema. Za razliku od institucionalnog pristupa, ovaj se pristup temelji na dvosmjernoj komunikaciji domaćina i izbjeglica, čime se stvara ravnopravan i dostojanstven odnos. Na taj se način Ukrajinci ne smatraju korisnicima, već partnerima i suradnicima koji pomažu učiniti lokalnu zajednicu boljim mjestom za sve.



DNEVNIK VOLONTERSKIH VRIJEDNOSTI

Dnevnik volonterskih vrijednosti [1] prvenstveno je nastao kao alat za praćenje volonterskih zadataka, postizanje ciljeva te njegovanje znanja i vještina među dugogodišnjim volonterima. Ovaj dnevnik je više od samog alata za vođenje evidencije; on daje volonterima vrijedan prostor za samorefleksiju o iskustvima volontiranja, pomažući im da razmisle o detaljima svojih volonterskih postignuća. Dnevnik služi i kao podsjetnik na važne prednosti i vrijednosti volontiranja. Redovitim osvrtanjem na svoja iskustva, dnevnik može pomoći volonterima da bolje shvate značajan utjecaj volontiranja na njih same i na njihovu zajednicu.

Korištenje dnevnika volonterskih vrijednosti ima brojne prednosti kako za volontere tako i za organizatore volontiranja. Evo nekoliko ključnih prednosti:

- **Refleksija:** Dnevnik omogućuje volonterima da razmišljaju o svojim iskustvima i uče iz njih, potičući osobni rast.
- **Praćenje ciljeva:** Volonteri mogu pratiti i dokumentirati postizanje svojih ciljeva tijekom volonterskog angažmana.
- **Razvoj znanja i vještina:** dokumentiranjem svojih aktivnosti volonteri mogu pratiti svoj napredak u stjecanju novih znanja i vještina.
- **Motivacija:** Pisanje o postignućima i uspjesima može potaknuti motivaciju volontera i ojačati njihov angažman.



Cijeli Dnevnik volonterskih vrijednosti, spreman za printanje, možete pronaći **OVDJE**

Formatiran je za jednostavan ispis i praktičnu upotrebu, pružajući korisniku jednostavnu platformu za bilježenje bogatog iskustva volonterskog putovanja.

[1] Dnevnik volonterskih vrijednosti nastao je u sklopu projekta "VIV - Volunteering inspired by values" financiranog sredstvima Erasmus + KA2, small scale partnership programa. Koordinator projekta bio je Centro Servizio Volontariato di Padova e Rovigo (Italja), a partnerske organizacije Hrvatski centar za razvoj volonterstva (Hrvatska) i Associação Mais Cidadania (Portugal).





UMREŽAVANJE I SURADNJA ŽENA



UMREŽAVANJE I SURADNJA ŽENA

citat Dijamanta



“

Uspjela sam uspostaviti kontakte s ljudima i shvatila sam da je povezanost s drugima ključni faktor za uspjeh.

”

Upravljanje izazovima s kojima se susreću žene migrantice u novim okruženjima ključno je, stoga je uloga umrežavanja od vitalne važnosti. Umrežavanje pruža bitnu potporu, olakšavajući pristup resursima, mogućnostima zapošljavanja te integraciju u društvo. Funkcionira kao platforma za razmjenu iskustava, znanja i međusobnu podršku. Ove mreže mogu imati različite oblike, od neformalnih grupa u zajednici do formalnih organizacija, no sve imaju isti cilj: osnaživanje migrantica i pružanje pomoći u prevladavanju prepreka s kojima se suočavaju.

Istraživanja su pokazala da izgradnja i održavanje profesionalnih mreža igraju ključnu ulogu u postizanju uspjeha u karijeri. Ove mreže omogućuju pristup mentorima i drugim osobama koje pružaju korisno znanje, strateške savjete te emocionalnu podršku, što je od velike važnosti. Međutim, istraživanja također ukazuju na to da su te iste ključne profesionalne mreže često manje korisne i efikasne za žene nego za muškarce, kada je riječ o ostvarivanju prednosti u karijeri (izvor: <https://www.ebs.edu/en/news/ebs-generated-research-attracts-attention>).

Žene su često manje vješte u umrežavanju od muškaraca. Ovo poglavlje u priručniku donosi primjere najbolje prakse o povezivanju društveno uspješnih žena migrantskog podrijetla, kako međusobno tako i preko državnih granica, te učenju iz njihovih iskustava i zajedničkom razvoju metoda. Ovakav pristup se razlikuje od uobičajenih mentorskih projekata, gdje pojedinačne žene formiraju partnerstva s ciljem međusobne promocije. U slučaju neuspjeha takvog partnerstva, često dolazi do prekida mentorstva. Suradnički pristup mrežama omogućuje da mentorstvo bude dugoročnije i s većim utjecajem.



Umrežavanje kao alat za osnaživanje žena

U regiji Grenland u Telemarku u Norveškoj 75% poslova pronalazi se putem već postojećih mreža. Ako ste novi u tom području i nemate mrežu, šanse za pronalazak posla ili integraciju u norveško društvo vrlo su niske.

Povezivanje u novom okruženju može biti izazovno, ali postoje strategije koje mogu pomoći. Prvo, pridruživanje lokalnim klubovima ili društvima sličnih interesa može biti odličan način upoznavanja istomišljenika. Sudjelovanje u volonterskim projektima u zajednici također može biti korisno jer omogućuje ne samo povezivanje, već i doprinos zajednici. Posjećivanje lokalnih događaja poput sajмова ili festivala također može biti prilika za upoznavanje lokalnih ljudi. Također, sudjelovanje na jezičnim tečajevima ili razmjeni jezika može vam pomoći poboljšati jezične vještine, olakšavajući komunikaciju i integraciju u novu sredinu.

U LoPe-u, naglasak je na poslovnim mrežama i mrežama visokog obrazovanja. Kao što je istaknuto u uvodu, žene općenito nemaju tako snažne mreže kao muškarci, a ta je situacija još izraženija kod žena migrantskog podrijetla. Stoga je LoPe-u implementirao sljedeće strategije umrežavanja.



MIKRO-UMREŽAVANJE - JEDAN NA JEDAN NORVEŠKA

LoPe radi s integracijom na mikro razini kroz oganiziranje sastanaka za mikroumrežavanje licem u lice.

Umrežavanje licem u lice i dalje zadržava svoju izuzetnu važnost u doba sve veće digitalizacije. Ono omogućuje pojedincima da razviju dublje veze, stvarajući razinu odnosa i povjerenja koja se često teže ostvaruju putem digitalnih komunikacijskih kanala. Interakcije licem u lice obogaćene su neverbalnim znakovima poput govora tijela i tona glasa, što dodatno obogaćuje komunikaciju. Osim toga, takvi susreti često otvaraju prostor za spontane razgovore i neočekivane prilike, naglašavajući važnost osobnog umrežavanja kako u osobnom tako i u profesionalnom razvoju.

Kako to činimo? Kako povezujemo naše korisnike s ključnim poslovnim kontaktima?

Ovaj proces zahtijeva vremenski angažman i pretpostavlja da organizacije već imaju svoju mrežu kontakata na koju se mogu osloniti. Često su unutar naših postojećih mreža poslovne žene voljne susresti se s jednom od naših sudionica. Često započinjemo pozivajući dvije žene na "oluju ideja". Naš je cilj izgraditi odnos između tih dviju žena i, nadamo se, potaknuti vezu koja će omogućiti integraciju naše migrantice u šire mreže koje su dostupne poslovnim ženama s kojima su povezane. Oslanjamo se na efekt "lavine", gdje jedan kontakt može dovesti do drugih, sve dok izolirani pojedinac ne uspije stvoriti održivu mrežu punu resursa. Također je važno održavati granice mentorstva fleksibilnima i prilagodljivima, posebno za poslovne žene koje imaju ograničeno vrijeme.



MIGRA DIAMONDS NJEMAČKA

Pored tradicionalnih mreža poput klubova i inicijativa, digitalne mreže mogu biti od pomoći ženama u međusobnoj podršci. Digitalne mreže se lako mogu uspostaviti putem društvenih medija, najbolje koristeći platforme koje dotična dobna skupina najčešće koristi. U Rosenheimu se upravo osniva društvena mreža Migra Diamonds na Instagramu, namijenjena (mladim) ženama s migrantskim i izbjegličkim pozadinama. Na ovoj Instagram stranici redovito se objavljuju događaji koji su zanimljivi ciljnoj skupini, kao i savjeti, informacije i inspirativne priče o različitim ženama. Također, postoji mogućnost kontakta s nekim ženama koje same imaju migrantsku pozadinu i koje nude savjete svojim vršnjacima online ili osobno. Mreža također organizira događaje svaka dva mjeseca koji su atraktivni ciljnoj skupini, poput koncerata, predavanja, filmskih večeri, interkulturalnih večera itd. Osim vršnjaka, u mrežu su uključeni i stručnjaci koji pružaju savjete.



FOTOGRAFSKI DNEVNICI 2018 NJEMAČKA

Projekt "Fotografski dnevnik" pokrenula je 2016. godine fotografkinja Patricia Morosan uz potporu udruge Artistania eV. Projekt je zamišljen kao kreativni prostor za žene u kojem bi one mogle fotografskim sredstvima drugačije sagledati svoje biografije i zajedno promišljati o svojim "karijerama". Fotografija je prvenstveno služila kao alat za pokretanje narativa i distanciranje od vlastitih iskustava.

U tu svrhu sudionice projekta vode foto dnevnik. Žene su zamoljene da fotografiraju svoj svakodnevni život u Berlinu iz različitih perspektiva. Svaka sudionica dobila je mali fotoaparat. Također su zamoljene da odgovore na oko 20 pitanja koristeći fotografije. Gotovo svaka fotografija koju su sudionice snimile postala je tema razgovora, bilo u kolektivnim ili individualnim razgovorima. Na kraju projekta dizajnirana je i tiskana knjiga fotografija za svaku sudionicu. Zatim su foto knjige i fotografije nastale na radionici predstavljene na izložbi.





RADIONICE



RADIONICA 1

TKO SAM JA?

Cilj

Poticati svijest o osobnim karakteristikama, kompetencijama, vrijednostima i samorefleksiji.

Aktivnosti

1. korak:

Svaki sudionik treba dobiti A4 papir i 7-8 različitih bojica
Podijelite A4 papire sudionicima i ponudite im različite bojice

2. korak:

Upute sudionicima:

Odvojite nekoliko minuta i razmislite o svojim pozitivnim osobinama, sposobnostima, vještinama, talentima, vrijednostima i uvjerenjima. To može biti nešto u čemu ste dobri, vaše posebne vještine ili talenti, nešto što volite kod sebe. To mogu biti vrijednosti ili uvjerenja koja su vam važna (npr. dobar sam prijatelj; pošten sam, pravedan) itd.

Uzmite A4 list papira i jednu bojicu. Započnite crtanjem kruga na sredini papira i unutar kruga napišite svoje ime. Nacrtajte liniju iz kruga gotovo do ruba papira. Na kraju linije napišite svoju prvu sposobnost/vještinu/znanje/vrijednost koju posebno cijenite kod sebe. Onda uzmite drugu bojicu, nacrtajte novu liniju i napišite drugu sposobnost. Pokušajte navesti barem 5-6 pozitivnih osobina.

3. korak:

Nakon što su svi obavili zadatak, možete im reći da sada imaju svoje osobno sunce. Pozovite sudionike da pokažu svoje crteže i objasne ostatku grupe što su napisali o sebi.

4. korak:

Rasprava (*Imajte na umu da bi svatko trebao imati slobodu da odluči koliko toga o sebi želi podijeliti s grupom)



Ishodi
učenja

Bolje prepoznavanje i identifikacija osobnih snaga i talenata.
Povećano samopouzdanje.

Materijali

A4 papir, različite vrste bojica

Rasprava

1 dio:

Sviđa li Vam se vaše “osobno sunce”? Kako ste se osjećali tijekom ovog zadatka? Je li vam se bilo teško prisjetiti stvari u kojima ste dobri? Što je za vas bilo lagano odraditi u ovome zadatku? Za koje ste od gore navedenih karakteristika bili svjesni i prije? Postoji li nešto čega ste tek sada postali svjesni ili s čim ste se malo više upoznali? Kako se sada osjećate u vezi svog crteža i onoga što ste shvatili sami o sebi?

2 dio:

Što mislite, utječe li društvo na samopouzdanje žena? Što biste vi rekli, postoje li određena društvena očekivanja ili stereotipi koji utječu na to kako žene vide svoje uloge i sposobnosti. Kako kulturalne norme i tradicije utječu na način na koji žene doživljavaju same sebe? Na koji način može migrantsko ili manjinsko podrijetlo žene utjecati na njezinu percepciju o samoj sebi (pozitivno, negativno). Kakve poruke različiti oblici medija (TV, časopisi, društveni mediji) šalju o rodnim ulogama i kako medijske poruke o rodnim ulogama mogu utjecati na samopouzdanje žena?

Trajanje

90 - 120 minuta



RADIONICA 2

OTKRIVANJE RODNIH PREDRASUDA: RAZUMIJEVANJE NEJEDNAKOSTI

Cilj

Poticanje razumijevanje rodni predrasuda i nejednakosti u različitim aspektima života.

Aktivnosti

1. korak:

Kratki uvod u rodnu neravnopravnost u današnjem svijetu (ekonomsku, društvenu i kulturnu). Predstavite statistiku koja naglašava rodne razlike. Možete koristiti podatke EUROSTAT-a[1] ili Europskog instituta za ravnopravnost spolova (EIGE)[2] ili nacionalne statističke podatke.

2. korak:

Razgovarajte o statistikama i preprekama koje sprječavaju žene u postizanju jednakosti u društvu. Pozovite sudionike da komentiraju statističke podatke i podijele svoja mišljenja i iskustva o različitim oblicima rodni stereotipa.

3. korak:

Odaberite jednu od opcija za ovaj korak.

Opcija A): Zamolite sudionike da podijele svoje osobne priče o suočavanju s nejednakošću i predrasudama prema ženama (ova je opcija prikladnija za grupe u kojima je povjerenje već izgrađeno).

Opcija B): unaprijed pripremite studiju slučaja kako biste ilustrirali rodnu neravnopravnost i njezine posljedice. Ova opcija je prikladna za grupe u kojima je povjerenje već izgrađeno

Opcija C): Podijelite sudionike u male grupe od 4-5 članova; zamolite ih da podijele svoja osobna iskustva kada su osjetili predrasude ili nejednakost. Pozovite ih da pripreme igru uloga o svom osobnom i profesionalnom životu.

Nakon toga voditelj otvara raspravu o nejednakostima i predrasudama prema ženama na temelju iskustava sudionica te na flip chartu zapisuje identificirana područja rodne nejednakost.



[1] <https://ec.europa.eu/eurostat/web/equality/database>

[2] <https://eige.europa.eu/gender-statistics/dgs>



Aktivnosti

4. korak:

Podijelite sudionike u male grupe. Zadatak malih grupa je identificirati strategije i praktične alate za borbu protiv rodne nejednakosti (na individualnoj i društvenoj razini). Potaknite sudionike da zajedno raspravljaju i dođu do rješenja.

Prezentacija zadataka malih grupa i donesenih zaključaka. Nakon toga, zamolite žene da razmisle o tome što mogu učiniti kako bi postigle više ravnopravnosti za sebe i koja im je podrška potrebna da to postignu. Pružite informacije o organizacijama i institucijama koje podupiru osnaživanje i ravnopravnost žena. Potaknite umrežavanje žena kao mjesto podrške i osnaživanja.

Ishodi učenja

Prepoznavanje različitih manifestacija rodne nejednakosti u svakodnevnom životu (društvene norme i predrasude, razlika u plaćama, podzastupljenost na rukovodećim pozicijama, nejednaka raspodjela kućanskih poslova itd.) i prepoznavanje različitih alata za rodnu ravnopravnost.

Materijali

Prezentacija sa statističkim podacima o ravnopravnosti spolova; flip chart papir; markeri

Rasprava

Što prepoznajete kao uzroke rodne nejednakosti i što propagira rodnu neravnopravnost u današnjem društvu? Kako društvena očekivanja, rodne uloge i norme pridonose održavanju nejednakosti? Koje su ekonomske posljedice rodne nejednakosti i kako ekonomska nejednakost u ekonomskim mogućnostima pojačava veće rodne jazove? Koliko su postojeće politike i zakoni učinkoviti u promicanju ravnopravnosti spolova?

Kako medijski prikazi i reprezentacije roda jačaju stereotipe i doprinose nejednakosti? Kako mediji mogu biti snaga za promicanje ravnopravnosti spolova?

Kako se obrazovanje može koristiti kao sredstvo za borbu protiv rodne nejednakosti i osnaživanje pojedinaca za stvaranje pravednijih društava? Koje korake društva mogu poduzeti kako bi osigurala pravedniju budućnost za sve spolove? Što možeš učiniti?

Trajanje

90 minuta



RADIONICA 3

PEER TO PEER – UČINITI PERSPEKTIVE ŽIVOTA VIDLJIVIMA

Cilj

Cilj je potaknuti žene da razvijaju svoje životne perspektive uz inspiraciju i podršku uspješnih žena s migrantskim iskustvom.

Aktivnosti

1. Priprema

Ovisno o veličini grupe, tražimo 2-4 žene s migrantskim iskustvom koje su profesionalno, kulturno ili politički uspješne. Radionica će se konkretizirati zajedno s njima. Za sve sudionike bit će pripremljena knjižica s praznim stranicama.

2. Pričanje osobnih priča (Storytelling)

U radionici, žene iznose svoje vlastite životne priče.

- Kako ste došli ovamo?
- S kojim ste se izazovima osobno susreli?
- Jeste li uspjeli prevladati te izazove i kako?
- Što vas je pokrenulo ili motiviralo?
- Jesu li postojali određeni čimbenici koji su vam pomogli da prevladate izazove?
- Koje su vas institucije, ljudi, profesionalci i prijatelji podržavali ili imali trajan utjecaj na vas?
- Čime se sada bavite?
- Što preporučujete ženama ovdje?

3. Pitanja

Sudionici su pozvani postaviti pitanja.



Aktivnosti

4. Razvoj životnih vještina

Grupa je podijeljena u manje grupe, gdje jedna žena s iskustvom radi s malom grupom na razvijanju njihovih pogleda na život. Svaka žena dobiva knjižicu sa sljedećim pitanjima na različitim stranicama. Žene pismeno odgovaraju na pitanja u knjižici.

- Što želite postići u svom životu (profesionalnom/osobnom)?
- Kako to možete postići (koji su koraci)?
- Što bi vas moglo spriječiti?
- Tko ili što vam može pomoći u rušenju prepreka?
- Koji konkretni sljedeći korak planirate poduzeti?

Žene s iskustvom idu okolo i podržavaju žene prilikom odgovaranja. Na kraju žene jedna drugoj prezentiraju ono što su napravile tijekom vježbe.

5. Dizajn brošura

U većoj skupini žene dobivaju olovke, flomastere, naljepnice, šareni papir, ljepilo itd. te su pozvane da vanjsku i unutarnju stranu brošure naprave što atraktivnijima i daju im naslov.

6. Zaključak

Voditeljica radionice objašnjava svrhu brošura: ovdje žene mogu nastaviti proširivati svoje ciljeve, navesti što žele postići i što su već ostvarile. Na jednoj stranici mogu stvoriti karticu resursa gdje mogu zabilježiti resurse i osobe koje ih mogu podržati.

Ishodi učenja

- Razvoj životnih perspektiva
- Ohrabrenje od strane vršnjaka sa sličnim životnim pričama
- Učiniti čimbenike podrške i mogućnosti vidljivima

Materijali

Prazne brošure za sve sudionike, radni materijal kao što su olovke, markeri, naljepnice, šareni papir, ljepilo itd.

Trajanje

180 minuta



RADIONICA 4

PRONALAZENJE RJEŠENJA PRIMJENOM DESIGN THINKING METODE

Cilj

Cilj je potaknuti suradnju među ženama s migrantskim podrijetlom kako bi razvile rješenja za svakodnevne izazove, potičući osjećaj vlastite učinkovitosti.

Aktivnosti

Radionica 1

1. Identifikacija učestalih pitanja:

Pitajte žene koje trenutne izazove i brige imaju u svakodnevnom životu. Neka napišu odgovore na kartice i zalijepe ih na ploču.

Grupirajte slične odgovore zajedno. Zatim zamolite žene da izaberu jednu skupinu ili temu koja se tiče mnogih od njih, npr. podrška djeci prilikom izrade domaće zadaće.

2. Razrada ideja:

Podijelite grupu u male skupine od 3-4 žene. Navedite problem. Zamolite sudionice da smisle ideje za rješavanje problema. Ideje bi trebale biti što konkretnije i odnositi se na lokalne i izvedive mogućnosti.

- Kako bi se problem mogao riješiti?
- Kako bi točno ponuda trebala izgledati da bi uistinu bila od pomoći?
- Tko ili što bi se moglo koristiti za podršku ovom rješenju?
- Kako se mogu steći simpatizeri?
- Kako bi same žene mogle pridonijeti?

Unutar svojih malih grupa žene zatim raspravljaju, vizualiziraju i dokumentiraju svoje odgovore na plakatima tako da ih se može lako razumjeti.

3. Presentacija ideja:

Sudionici predstavljaju svoje rezultate ostatku grupe. Ostali sudionici postavljaju pitanja i nadopunjuju ideje.

Razmatra se kojom bi se od ideja grupa mogla zajednički pozabaviti. Specificirani su i raspoređeni koraci i zadaci. Dogovara se što će sudionici raditi do sljedeće radionice. Definirani su zadaci koji su realni i koje polaznice mogu izvršiti. Svaka sudionica dobiva partnericu s kojom može zajedno izvršiti zadatak. Dogovaraju se po čemu će pamtiti i bodriti jedna drugu.



Aktivnosti

Radionica 2

1. Prezentacija rezultata:

Na početku ponovno predstavite problem i zadatke.

Zatim dajte sudionicama vremena da sa svojom partnericom na posteru zapišu koji je njihov zadatak i koji su rezultati. Zatim zamolite parove da predstave rezultate.

2. Refleksija:

Razmislite o cjelokupnom procesu zajedno sa grupom. Napišite pitanja na flipchart tako da budu vidljiva.

- Koji su bili rezultati?
- Jesu li uspjeli razviti nove ideje?
- Što im je bilo od pomoći?
- U kojoj mjeri možete koristiti pristup za rješavanje problema u svakodnevnom životu?
- Što je i dalje prepreka?

Ishodi učenja

- Razviti strategije za rješavanje svakodnevnih problema
- Iskustvo samoučinkovitosti

Materijali

poster, olovke, markeri

Trajanje

Za 2 radionice, potrebno je otprilike 120 minuta



RADIONICA 5

BITI VOLONTER – VOLONTIRANJE KAO ALAT ZA SOCIJALNU INKLUZIJU

Cilj

Osnažiti žene migrantskog i manjinskog podrijetla znanjem, vještinama i motivacijom potrebnim za učinkovito volontiranje, poticanje kulture aktivnog građanskog angažmana i društvene odgovornosti.

Aktivnosti

1. Uvod: Što je volontiranje - Rasprava sa Power Point prezentacijom

Dobrodošlica i upoznavanje – krug upoznavanja.

Pregled ciljeva radionice (PPT) i rasprava o očekivanjima sudionika. Razgovor o dosadašnjem iskustvu volontiranja sa sudionicima te razgovor o njihovom konceptu volontiranja.

Objašnjenje ključnih pojmova (volontiranje, volonter, organizatori volontiranja) i predstavljanje različitih oblika volontiranja (PPT)

2. Dobrobiti i vrijednosti volontiranja – galerija, rad u paru, rasprava

Istraživanje i rasprava o dobrobitima volontiranja na 3 razine: osobnoj, organizacijskoj i u zajednici - Voditelj stavlja tri velika papira na zidove. Svaki papir predstavlja drugu razinu: osobna dobrobit; dobrobit za organizacije; dobrobit za zajednicu. Od sudionika se traži da prošeću do svakog papira i napišu sve što im padne na pamet u vezi sa svakom temom. Nakon aktivnosti uz pomoć PPT-a raspravlja se o svim razinama dobrobiti volontiranja. Rasprava o ključnim vrijednostima volontiranja (Etički kodeks volontera) – Voditelj dijeli sudionike u parove. Svaki par dobiva 1-2 ključne vrijednosti za definiranje i raspravu. Nakon toga, svaki par kratko predstavlja svoju definiciju većoj skupini.

3. Motivacija - brainstorming, rasprava; PPT

Voditelj vodi raspravu o različitim vrstama motivacije kada se govori o volontiranju, voditelj zapisuje ideje na flipchart; od sudionika se traži da podijele vlastite motivacije; raspravu prati PPT.



Aktivnosti

4. Volontiranje u praksi – PPT, kviz, rasprava

Voditelj upoznaje sudionike s ciklusom upravljanja volonterima i ulogama koordinatora putem PPT-a.

Prezentacija bi se trebala usredotočiti na podizanje svijesti o pravima i obvezama volontera, pravnim zahtjevima za organizatore, uključujući ugovore i evidenciju volontera. Sudionici su zatim podijeljeni u 3 grupe i sudjeluju u kvizu o pravima i obvezama volontera. Nakon što je kviz završen, voditelj može proći kroz svako pitanje objašnjavajući točne odgovore.

Predstavljanje kompetencija koje volonteri mogu razviti kroz volontiranje (Potvrda o kompetencijama stečenim volontiranjem). Voditelj zatim predstavlja dokument i raspravlja s grupom o kompetencijama koje bi sudionici željeli steći kroz volontiranje i kako to mogu učiniti.

5. Volontiranje kao alat za socijalnu inkluziju – PPT i rasprava

Razgovor o tome kako volontiranje može pomoći u razbijanju kulturnih barijera i osnaživanju žena, predstavljanje primjera dobre prakse volontiranja kao alata za socijalno uključivanje - PPT
Predstavljanje prikladnih prilika za volontiranje u lokalnoj zajednici.

Ishodi učenja

- Svijest o važnosti volontiranja za pojedince, organizacije i društvo.
- Prepoznavanje dobrobiti volontiranja na razini pojedinca i zajednice.
- Sposobnost aktivnog promišljanja motivacije za volontiranje.
- Sposobnost pronalaska prikladnih prilika za volontiranje u lokalnoj zajednici.

Materijali

PowerPoint prezentacija i projektor/TV; radni materijali kao što su papiri, flomasteri, flip-chart papiri, post-it.

Trajanje

120 minuta



Rasprava

- Imate li volonterskog iskustva?
- Što mislite zašto ljudi volontiraju?
- Što mislite koje bi dobrobiti volontiranja mogle biti za vas osobno?
- Koje su dobrobiti volontiranja za zajednicu?
- Gdje biste voljeli volontirati?
- Na koji način volontiranje može osnažiti žene s migrantskim podrijetlom u njihovim novim zajednicama?
- Kako volontiranje može pomoći u razbijanju kulturnih barijera i poticanju razumijevanja između različitih zajednica?



RADIONICA 6:

OD UVIDA DO UTJECAJA

Cilj

Osnažiti žene migrantskog i manjinskog podrijetla pružajući im znanja, vještine i resurse potrebne za učinkovit angažman u zajednici.

Aktivnosti

Uvod- Rasprava sa PPT-om

Dobrodošlica i predstavljanje.

Pregled ciljeva radionice

Ledolomac – izgradnja savršenog susjedstva: Sudionici su podijeljeni u timove i opskrbljeni su papirom za flip chart i raznim malim predmetima i materijalima (post it papirići, papiri u boji, igračke, Lego...) Njihov jedini zadatak je stvoriti savršeno susjedstvo, ali to bi trebali raditi kao tim. Nakon igre voditelj može započeti raspravu o tome kako je svaka grupa zamislila i prikazala svoje savršeno susjedstvo.

Što je angažman u zajednici?- Rasprava sa PPT-om

Rasprava sa sudionicima, predstavljanje primjera angažmana u zajednici.

Mapiranje potreba naše zajednice-brainstorming

Zamolite sudionike da na samoljepljive papiriće napišu moguće probleme zajednice koje žele riješiti. Prikažite i grupirajte svaki post-it na flip chartu prema sličnim kategorijama. Zamolite sudionike da odaberu 5 ključnih pitanja s popisa kojima se žele pozabaviti i na temelju toga podijelite sudionike u 5 grupa za raspravu o svakom pitanju.



Aktivnosti

Analiza problema - Metoda problemskog stabla, grupni rad

Voditelj crta ilustrativan primjer stabla problema na ploči/flip chartu i objašnjava pravila ove metode na jednostavnom primjeru iz svakodnevnog života.

Pravila su sljedeća:

Deblo predstavlja problem koji želimo riješiti.

Grane stabla predstavljaju posljedice spomenutog problema.

Korijeni predstavljaju uzroke navedenog problema.

Voće ili plodovi predstavljaju moguća rješenja problema.

Nakon toga, voditelj dijeli sudionike u grupe i svakoj grupi daje legendu stabla. Svaka grupa ima zadatak razmisliti o jednom problemu u svojoj zajednici i pokušati ga riješiti metodom stabla. Tijekom ove vježbe sudionici razgovaraju o uzrocima i posljedicama problema, mogućim rješenjima i potencijalnim dionicima koji bi ih mogli podržati u rješavanju problema. Nakon vježbe grupe dijele svoj rad s ostatkom grupe.

Izrada akcijskog plana-grupni rad

Nakon prezentacija, grupe imaju priliku ponovno se okupiti i dublje ući u rješavanje svojih problema. Voditelj grupi daje predložak akcijskog plana. Od sudionika se traži da osmisle konkretne akcije za rješavanje svojih problema, prema SMART metodologiji. Nakon grupnog rada sudionici trebaju prezentirati svoj rad ostatku sudionika.

Završetak s peer-to-peer podrškom – rasprava

Sada sudionici imaju priliku dati jedni drugima povratne informacije o svojim budućim planovima djelovanja. Voditelj zaključuje sesiju sažimajući ključne uvide s radionice i potičući sudionike na umrežavanje i razmjenu kontakata za buduće akcije. Distribuiraju se resursi i informacije za daljnju podršku.

Ishodi učenja

- Sudionici će steći dublje razumijevanje angažmana u zajednici i njegove važnosti za žene migrantskog i manjinskog podrijetla.
- Sudionici će steći povećanu svijest o potrebama i izazovima zajednice
- Sudionici će poboljšati svoju sposobnost identificiranja dostupnih resursa zajednice.
- Sudionici će steći vještine za razvoj konkretnih akcijskih planova za rješavanje i identificiranje potreba



Trajanje

120 minuta

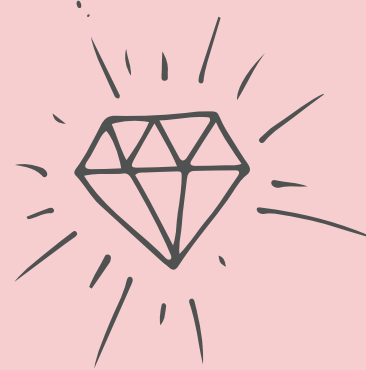
Materijali

Flip chart, papiri, markeri/olovke, post-it bilješke, projektor i PPT,

Rasprava

- Zašto vjerujete da je aktivni angažman ključan za poticanje pozitivnih promjena?
- Možete li podijeliti primjer iz vlastitog iskustva gdje je društveni angažman imao značajan utjecaj na rješavanje lokalnog izazova ili potrebe?
- Na koji način razumijevanje i rješavanje potreba zajednice može dovesti do jačih i otpornijih zajednica?
- Koji se izazovi mogu pojaviti kada se pokušava mobilizirati zajednica i kako se ti izazovi mogu prevladati?
- Na koji način članovi zajednice mogu osnažiti jedni druge da preuzmu vodeće uloge unutar zajednice?





LITERATURA I IZVORI



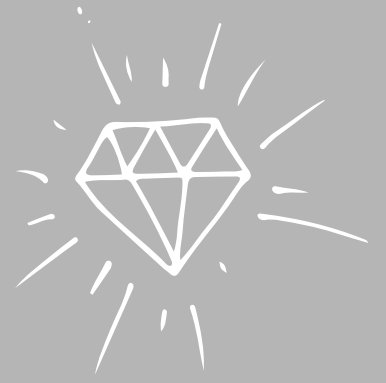
LITERATURA I IZVORI

- Alinsky, Saul D., 2011. Call Me a Radical: Organizing und Empowerment: Politische Schriften. Göttingen: Lamuv
- Backes, Herbert/ Lieb, Christine (2015). Peer Education. In: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) (Hrsg.). Leitbegriffe der Gesundheitsförderung und Prävention. Glossar zu Konzepten, Strategien und Methoden, <https://doi.org/10.17623/BZGA:Q4-i088-1.0>
- Bundesamt für Migration und Flüchtlinge (Hrsg.) (2008). Integrationsreport „Sprachliche Integration von Migranten in Deutschland“
- Ehlers, Corinna / Schuster, Matthias / Müller, Frank (2017). Stärkenorientiertes Case Management, Opladen: Barbara Budrich
- Forschungszentrum des Bundesamtes für Migration und Flüchtlinge (Hrsg.) (2017). Befragung von Geflüchteten,
- Früchtel, Frank/ Straßner, Mischa/ Schwarzloos, Christian. (Hrsg.) (2016). Relationale Sozialarbeit. Versammelnde, vernetzende und kooperative Hilfeformen. Weinheim und Basel: Beltz Juventa
- Herriger, Norbert, 2020. Empowerment in der Sozialen Arbeit: Eine Einführung. 6. Auflage. Stuttgart: Kohlhammer
- LAG Mädchen*arbeit in NRW e.V. (Hrsg.) (2019). Mädchen* und junge Frauen* nach Flucht in der
- Lindorfer, Simone (2017). Peer-to-Peer: geflüchtete Frauen durch Gruppenangebote stärken. Köln: medica mondiale
- Migrationsgesellschaft, <https://maedchenarbeit-nrw.de/wp-content/uploads/2021/01/lag-MujFnachFlucht-Fachtag27619.pdf>
- Schwarzer, R./Jerusalem, M. (2002). Das Konzept der Selbstwirksamkeit. In: Zeitschrift für Pädagogik, 44. Beiheft: Selbstwirksamkeit und Motivationsprozesse in Bildungsinstitutionen, S. 28-53



- Sozialmagazin – Die Zeitschrift für Soziale Arbeit, 48. Jg; No. 1-2, 2023
- William R. Miller, Stephen Rollnick (2015). Motivierende Gesprächsführung, Freiburg: Lambertus
- Wolf, André Christian/ Zimmer, Annette (2012). Lokale Engagementförderung, Wiesbaden: Springer
- https://www.bamf.de/SharedDocs/Anlagen/DE/Forschung/WorkingPapers/wp14-sprachliche-integration.pdf%3F__blob%3DpublicationFile&v%3D11
- <https://www.bamf.de/SharedDocs/ProjekteReportagen/DE/Forschung/Integration/iab-bamf-soep-befragung-gefluechtete.html?nn=283560>





INTERVIEWS



LAILO, NORVEŠKA

Lailo Merganova preselila se u Norvešku iz Tadžikistana. Trenutno radi kao savjetnica za kompetencije i integraciju u Uredu za integraciju, koji je dio Odjela za obrazovanje u Općinskom vijeću okruga Telemark.

Uspjeh se definira na vrlo različite načine. Što za tebe znači uspjeh?

Biti koristan društvu, obitelji i prijateljima. Biti uključen u razvoj društva kroz promicanje vještina i resursa drugih. Imati prilike koristiti svoj skup vještina i osjećati osobni razvoj. Osjećati se prihvaćenim u novoj zemlji i postati dio zajednice.

Zamisli da ti (ili tvoji roditelji) niste migrirali u Norvešku. Što bi se drugačije dogodilo u smislu "uspjeha"?

Bilo bi isto, ali uvjeti za uspjeh ovdje su bolji i lakši.

Iz tvoje perspektive, je li bitno ima li žena ovdje migrantsko porijeklo? Ako da, gdje vidiš izazove?

Da, obično postoji razlika. Tradicionalno, žene su bile njegovateljice obitelji, češće nego muškarci, i to je utjecalo na njihove prioritete. Istovremeno, statistike u Norveškoj pokazuju da se žene prve generacije bolje i brže prilagođavaju u procesu integracije nego muškarci, posebno samostalne žene, a većina djevojaka migrantskog podrijetla kasnijih generacija bolje prolazi u školi. Obrazovanje za djevojke s manjinskim podrijetlom važna je ambicija u njihovim životima. Mladi s manjinskim podrijetlom su pobjednici na najatraktivnijem obrazovnom tržištu.

S kojim izazovima si se osobno susrela?

Bilo je nekoliko izazova kroz različita razdoblja. Na primjer:

Nesporazumi

Ograničena financijska sredstva

Usamljenost

Različiti stavovi prema imigraciji općenito.

Skepticizam prema stranim kulturama

Zakon Jante (nordijski kulturni stav koji ne odobrava individualni izraz ili ponos zbog osobnog uspjeha, stavljajući vrijednost jednakosti iznad svega).



Jesi li uspjela prevladati te izazove? I kako?

Da, s pozitivnim stavom. Znanje i snažno vjerovanje u demokratske vrijednosti i sustave na kojima je Norveška utemeljena. Raditi naporno i biti spreman postati dio zajednice.

Jesu li postojali specifični faktori koji su ti pomogli prevladati izazove?

Na sistemskoj razini, postojali su propisi, zakoni, dužnosti i prava. Na ljudskoj razini, to znači željeti svima dobro i jednostavno biti ljubazan i pristojan. Znanje, znanje i znanje. Nikad ne prestaj učiti nove stvari.

Koje su institucije, ljudi, profesionalci i prijatelji imali trajan utjecaj i pružali ti podršku? Što su točno podržali?

Neprofitne organizacije, vjerska zajednica, škola, predavači, voditelji na poslu i kolege imali su i još uvijek imaju snažan utjecaj na moj osobni razvoj. Također imam uzore u norveškoj politici koji me inspiriraju. Ne bih mogla ništa postići bez podrške i ohrabrenja svoje obitelji.

Tko ili što te moglo bolje podržati ovdje?

Moj život je moja odgovornost i nemam posebna očekivanja od drugih oko mene. Sve dolazi prirodno i ovisi o situaciji. Nedostatak znanja uzrokuje loše odluke. Kontinuirano učenje je važno za održavanje.

Koji bi savjet dala mladim ženama sada?

Radi naporno kako bi stekla formalne kvalifikacije i razvijala ih. Vjeruj u sebe. Nikad ne odustaj. Slijedi svoje snove, to je najvažnije.

Koje su tvoje želje za mlade žene općenito? Što bi voljela promijeniti?

Manje fokusiranja na fizički izgled. Još više liderskih pozicija u privatnom i poslovnom sektoru te sudjelovanje u vođenju inovativnih radova. Jednaka plaća. Ujednačavanje socijalnih razlika kako bi se ojačale jednake mogućnosti i pravednija raspodjela društvenih beneficija.



Što biste preporučili profesionalcima (učiteljima, socijalnim radnicima itd.) kada rade s mladim ženama migrantskog podrijetla? Ima li nešto što treba pažljivo razmotriti s vaše točke gledišta? Kako bi podrška mogla izgledati u konkretnim uvjetima?

Gledajte svaku ženu kao pojedinca. Omogućite razvoj novog znanja. Ojačajte njihov osjećaj uspjeha i samopouzdanja. Pronađite prave alate za snage i sposobnosti pojedinca kako bi mogle zasjati poput dijamanta.

Zamislite da radite kao socijalni radnik ili učitelj, što biste osobno učinili kako biste djevojkama/mladim ženama migrantskog podrijetla pomogli da budu uspješnije? Kako biste ih podržali?

Više sredstava za i znanja o multikulturalnim društvima. Stvoriti integraciju kroz znanje. Organizirati individualne obrazovne i kvalifikacijske programe. Budite prisutni, budite znatiželjni i angažirani. Kao socijalni radnik ili učitelj, radite najvažniji posao na svijetu pomažući oblikovati identitet i život ljudi.

Po vašem mišljenju, postoje li prepreke koje ometaju uspjeh mladih žena migrantskog podrijetla? Koje su to prepreke? Po vašem mišljenju, kako se te prepreke mogu smanjiti?

To je vrlo složeno. Otvorenost i zajednički otvoreni dijalog o raznolikosti u društvu jedno je posebno važno rješenje. Fokusirajte se na vrijednost ljudi, jednakost i manje na razlike među nama. Ljudska prava trebaju biti ispred nacionalističkih osjećaja i tradicija. Samo znanje može promijeniti ponašanje drugih.



HOODO, GERMANY

"Moje ime je Hoodo, dolazim iz Somalije i stigla sam u Njemačku preko Sredozemnog mora 2014. godine."

U mojoj zemlji traje rat već više od 30 godina. U početku nije bilo lako u Njemačkoj kao izbjeglica, s crnom kožom i noseći maramu.

Odmah sam počela učiti njemački. Isprva somalijskim izbjeglicama nije bilo dopušteno sudjelovati u tečajevima njemačkog jezika dok je postupak azila bio otvoren. Također sam rodila svoje dijete 2015. godine. Borila sam se da dobijem mjesto u školi, predstavila sam se u 5 škola širom Rosenheima i u nekom trenutku dobila mjesto u strukovnoj školi u Aiblingu. Završila sam školu i zatim započela svoju obuku.

Imala sam 21 godinu i tada mi je bilo važno pronaći prijatelje s kojima bih mogla raditi stvari kao majka, ali tada mi je to bilo jako teško. Pokušavala sam svugdje pronaći prijatelje. Također sam vrlo dobro govorila engleski. Ali bilo mi je jako teško, morala sam se prilagoditi, naučiti jezik, pronaći dom i cijelo vrijeme sam se trudila. U nekom trenutku sam pomislila da bi sada trebalo biti pravo vrijeme da konačno pronađem prijatelje i nešto poput doma. Ali bilo je stvarno teško.

Uvijek sam doživljavala isključenje u svom radnom okruženju. Ljudi su me isključivali jer vjeruju da izbjeglice iskorištavaju mnoge stvari. Na ulici sam vidjela ljude kako odmahuju glavom jer sam nosila maramu. Naravno, ne možeš sve trpati u isti koš. Također sam upoznala divne ljude koji podržavaju mene i druge. Ali u nekom trenutku sam pomislila, sada mogu govoriti njemački, sada se moram naviknuti na društvo. Toliko ljudi ima puno predrasuda u svojim glavama, stvarno je teško biti crn i nositi maramu, uvijek si izbjeglica. Ali pokušavam biti malo aktivna, sve se svodi na druženje s ljudima, ali još uvijek susrećem ljude s puno predrasuda, posebno u Rosenheimu. Ljudi jednostavno trebaju biti dodatno educirani i treba razgraditi rasizam.

Poznajem mnoge prijatelje koji su u nekom trenutku shvatili: naučio sam jezik, učinio sam toliko stvari, radim i ipak me ljudi izbjegavaju samo zbog mojih fizičkih karakteristika. Ljudi primjećuju samo loše vijesti, uglavnom iz medija. Fokus je više na tome nego na primjećivanju nečega dobrog. Da, to je moje iskustvo.



Možete li opisati vrstu obuke koju ste prošli i čime se trenutno bavite?

Kao tinejdžerka, uvijek sam pratila bolesne ljude jer sam živjela u području gdje su se ljudi vraćali iz rata. Također sam radila u sirotištu za mentalno nestabilne osobe. Kada sam došla u Njemačku, školovala sam se za pomoćnicu u njezi starijih osoba, a zatim za specijalisticu za njegu starijih osoba. Posao brige o ljudima je sam po sebi vrlo lijep posao, ali nažalost posao je vrlo stresan i mentalno i fizički. Zato mnogi ljudi prestaju jer to ne mogu podnijeti. Ali meni se posao sam po sebi sviđa.

To bi moglo predstavljati izazov jer ste manje fleksibilni s novorođenim djetetom. Kako ste uspjeli pohađati tečaj njemačkog jezika?

Obrazovanje mi je bilo toliko važno da sam u nekom trenutku rekla sebi da mogu postati samozaposlena. Mogu to također, radila sam toliko poslova, školu i sve ostalo. Kad sam došla u Njemačku, imala sam svoje dijete. U to vrijeme, somalijskim izbjeglicama nije bilo dopušteno pohađati školu osim ako nisu imale priznanje. Ali borila sam se. Kad sam se prvi put predstavila u školi, nisam spomenula svoje dijete. Pitali su me zašto sam uopće došla u školu iako nisam imala dopuštenje. Tada sam rekla učiteljima da imam dijete i da želim pomoći svom djetetu.

Tada mi je učitelj dopustio da idem u školu. Rekao je: "Gospođo Ibrahim, znate što, samo ću staviti stolicu na kraju učionice jer ne želim zaustaviti nekoga tko želi ići u školu." Tada sam mu rekla da sam samohrana majka i da ovdje nemam nikoga. Ravnatelj mi je tada rekao da mogu dovesti svoje dijete u razred za sada. Moj sin se vrlo dobro ponašao, dali su mi sobu gdje sam mogla doći i ključ od lifta.

Ravnatelj je tada nazvao ured za socijalnu skrb za mlade i rekao: "Moramo pomoći ovoj ženi, mlada je, još uvijek želi nešto naučiti." Tada sam našla dadilju kod koje je moj sin mogao ostati dok sam ja bila u školi. Međutim, morala sam se voziti s tri vlaka i autobusom da bih stigla do škole od nje.

Tada sam završila školu i dobila priznanje, našla stan u Rosenheimu i mogla započeti svoju jednogodišnju obuku za njegovateljicu starijih osoba. Također sam upoznala Anneliese preko crkve. Uvijek mi je pomagala sa sinom kada sam morala ići u školu ili na posao i sada mi je postala kao obitelj.



Da li vam to pomaže da se osjećate kao kod kuće ovdje?

U svakom slučaju. Uvijek kažem da su ljudi koji podržavaju druge ljude na taj način sjajni. Ravnatelj, koji me podržao da mogu ići u školu, bio je prva velika podrška. Ali ljudi koji me samo povremeno posjećuju također su velika podrška - i moja prijateljica, koja mi je našla mjesto u Rosenheimu.

Kao dijete bila sam vrlo marljiva, nosila sam stvari babicama, a ponekad pomagala Liječnicima bez granica ili u sirotištu. Moja mama je uvijek govorila: Jednog dana ćeš sresti ljude koji će ti dati prostora, bez obzira gdje se nalaziš. I to je istina.

Nije lako pronaći slične ljude. Ljudi su također dolazili k nama koji su bili vrlo motivirani i htjeli su nam pomoći.

Na početku su ljudi bili otvoreni i htjeli su pomoći izbjeglicama. Ali danas je tema bijega tabu tema o kojoj ne govorimo. Mislim da je to šteta jer biti izbjeglica je dio mog života i pratit će me kroz cijeli život. Zbog predrasuda jednostavno gutamo sva iskustva povezana s tim. Sada moraš reći: ovdje sam u Njemačkoj, ali moram šutjeti jer se bojim pričati o bijegu.

Jeste li u kontaktu s ljudima koji su nedavno pobjegli?

Da, vrlo im je teško i ne mogu napredovati. Imaju problema s poslom. Povremeno ih pratim kao tumač. Vrlo im je teško živjeti ovdje. Nije dovoljno učiti jezik u školi, također moraš znati ljude s kojima možeš razgovarati na tom jeziku.

Ja sam vrlo brzo naučila njemački, ali trebalo je dugo dok nisam upoznala ljude s kojima bih mogla govoriti njemački.

Mnogi od izbjeglica koji sada dolaze u Rosenheim kažu da ih ljudi često ljutito gledaju i ne razumiju što govore.

Prije dvije godine bila sam na Mangfallu sa svojim sinom, vježbao je vožnju bicikla. Jedna žena je vikala na mene i rekla mi da se maknem sa strane i vrijeđala me zbog moje marame. Moj sin me kasnije pitao: Zašto nas je ona uvrijedila? Pitala sam ga što misli pod time. Rekao je da je vrijeđala islam i govorila o marami. Nisam mu mogla dati odgovor.



Prije sam ignorirala takve stvari, ali u posljednje vrijeme mislim, ne, imam dijete ovdje koje živi ovdje. Na početku sam bila jako motivirana ovdje, htjela sam nešto napraviti jer sam bila prihvaćena ovdje i pronašla dom. Ali što bolje govorim njemački, to više razumijem da ovdje postoji neprijateljstvo.

Mom sinu je bilo teško steći prijatelje ovdje. Rođena sam i odrasla u Africi, pa možda zato sam na drugačiji način jaka i sigurna. Ali ako želite da dijete ovdje stekne prijatelje u vrtiću, prvo morate pristupiti roditeljima. Pokušavala sam ugoditi drugim roditeljima samo da bih omogućila svom djetetu da se igra s njihovom djecom, da ga posjećuju i slave njegov rođendan s njim. Kada razmislim o tome, postane mi jako tužno. Nisu željeli da njihova djeca idu u nepoznatu kuću sa strancima koji su crni i nose maramu.

Sada ima dva prijatelja. Uvjerila sam roditelje. Loše je što morate uvjeravati nekoga iako niste ništa loše napravili. Niste ubojica, niste osoba koja je naudila drugome, ali zbog toga što ste crni ili izbjeglica uvijek je teško.

Politički sam aktivna već dvije godine. Članica sam organizacije u Berlinu koja podržava izbjeglice koje su zainteresirane za politiku. Također sudjelujem u projektu Caritasa u kojem izbjeglice govore u školama o svojim iskustvima i životu u Njemačkoj. Nažalost, nemamo često upite jer škole nemaju puno vremena za to. Ali uvijek idemo u 4. razred. Djeca čuju od svojih roditelja da izbjeglice ovdje žive u luksuzu. Ali kada opisujemo koliko malo novca imaju na raspolaganju i kako im se brzo oduzima dio tog novca, uvijek su jako iznenađena. Zato sudjelujem u projektu. Želim učiniti nešto protiv rasizma opisivanjem zašto izbjeglice dolaze ovdje, kako žive i što moraju podnijeti. Također sam članica odbora Zelene mladeži. Zalažemo se za spajanje društva. Pomalo se bavim temama integracije, migracije i izbjeglištva.

Barem u Rosenheimu radim što mogu, ali treba puno toga napraviti. Uključena sam kao školska pomoćnica i u roditeljskom vijeću te podržavam sve te stvari jer to nekako volim raditi iz srca, ali također to radim dijelom zato što su samo još dvoje djece u školi mog djeteta crne boje - od 400 učenika. Ne mogu se susresti sa svakim roditeljem pojedinačno, ali možda ako podržavam tim i radim to iz srca, možda će to nešto promijeniti.

Prijateljica i ja, koja je također politički aktivna, prijavile smo se na inicijativu i iznijeli našu ideju kojom želimo smanjiti rasizam u Rosenheimu. Nadamo se da će nas prihvatiti, tada ćemo moći formirati veći tim. Nadam se da ćemo napredovati. To su upravo stvari koje su mi važne, i onda morate nešto učiniti.



Imate li neki ključni trenutak koji je bio presudan ovdje, koji vam je pomogao da se osjećate malo ugodnije?

Kada sam se uselila u naš stan, stanodavac me upozorio i rekao: "Gospodo Ibrahim, imat ćete teških trenutaka ovdje. Ako imate energije, volio bih vam iznajmiti stan." U tom trenutku sam pomislila: "U redu, moje dijete želi živjeti u malom stanu, bit će školarac i tako će imati priliku za svoju sobu. Imam priliku ovdje da mogu imati ovaj stan. Imam energiju i snagu da uđem tamo." Jer ispod mene živi čovjek koji mi je rekao da ga ne pozdravljam. Rekao mi je da sam prokleta izbjeglica, terorist. Uvijek sebi kažem: Ljudi mogu biti tako okrutni, ali pitanje je: Dozvoljavam li to ili pokušavam uzvratiti?

Imam hrabrosti jednostavno živjeti ovdje i susretati ljude na prijateljski način unatoč svemu. Primjećujem da je njegova žena ponekad otvorenija kad njega nema. Rasizam je ovdje zaista veliki problem, nažalost.

Koji savjet biste dali djevojkama i mladim ženama? Koji resursi ili savjeti bi vam mogli pomoći da se prilagodite životu ovdje u Njemačkoj?

Uvijek kažem da nije dovoljno imati sreću. Jezik je ključ, a drugo, morate biti angažirani – bez obzira gdje. Važno je da stupite u kontakt s drugim ljudima, da imate grupu ili krug prijatelja. Najgora stvar je: naučili ste jezik, sjedite kod kuće, razumijete sve, idete na posao, vraćate se. Morate sami sebi reći: "U redu, ovdje sam bila tretirana loše, susrela sam se s rasizmom, teško mi je, ali ako se udružim s drugim ljudima, to mi daje nadu da mogu nešto postići ovdje također." Uvijek kažem: Nemojte ostajati kod kuće. Prvo naučite jezik i pokušajte nešto reći. To je ono što mogu sada reći.

Ili ste samo zauzeti sami sa sobom ili kažete: Imam toliko toga iza sebe, toliko toga sam doživjela, sada želim nešto napraviti od toga.



GABRIELA, CROATIA

Gabriela je rođena u Limi, Peruu, i sa 12 godina preselila se u Švicarsku. Posljednjih 8 godina sa svojom obitelji živi u Hrvatskoj, gdje aktivno sudjeluje u životu lokalne zajednice na različite načine.

Rođena sam 1972. godine u Limi (Peru). Tamo sam živjela do svoje 12. godine, do 1984. godine. Odrasla sam tamo, išla u školu. Moja škola već je bila švicarska škola jer je moja mama iz Švicarske, a tata iz Perua. Preselili smo se 1984. godine, moja sestra, brat, mama i ja, u Švicarsku, gdje sam živjela, radila i studirala. Po struci sam inženjerka biotehnologije. Nakon fakulteta, radila sam u farmaceutskoj industriji. Odlučili smo 2016. godine da ćemo se preseliti u Hrvatsku. I evo nas.

Točno se sjećam dana kada smo se preselili u Švicarsku. Imali smo vrlo težak put. Nismo imali puno novca, pa smo letjeli iz Lime u Kubu. Bili smo u zrakoplovu, i bilo je tehničkih problema s njim, pa smo čekali, ne znam, otprilike 5 sati tamo na aerodromu u Havani. U međuvremenu, neki ljudi u zrakoplovu krali su što su stigli. To je već bilo malo šokantno kada smo se vratili u zrakoplov i vidjeli da je sav novac nestao. Sjećam se da nismo mogli letjeti izravno u Švicarsku, pa smo išli iz Havane do Luksemburga. Tamo smo morali uzeti vlak do Berna, a odatle smo nastavili. Stigli smo u Bern u ponoć, bili smo jako umorni, putovanje je bilo vrlo dugo.

Onda smo živjeli s mojim djedom. Na dan kada smo stigli, moja je baka preminula. I to je bio drugi šok. Stigli smo, a moja teta nas je čekala, plakala je, i rekla je da je moja baka upravo preminula. Naravno, i mojoj mami bilo je teško, i to je bio neki početak za nas.

Onda sam morala ići u školu u Schwarzenberg, što je malo selo. Bila sam iz Lime, velikog grada, i stvarno mi je bio šok doći u malo selo gdje svi znaju tko si. Mislili su da sam neka cura iz Perua, da sam čudna. Stvarno sam se osjećala kao neka vrsta izvanzemaljca.



Već sam znala jezik zbog mame, ali to su dvije kulture koje zaista nisu iste. Bila sam malo egzotična u školi. Možda su očekivali da sam neka cura iz džungle. Možda sam tako izgledala. Prvo sam se osjećala čudno, ali sam imala taj egzotični bonus, i svi su se vrlo brzo oko mene okupili, pitajući me kako sam, tko sam. Bila sam im zanimljiva, a meni, kao dvanaestogodišnjoj djevojčici, to je bilo stvarno cool, što sam sada bila zanimljiva.

Nakon fakulteta, otišla sam u Zurich, zatim u Basel, pa u Bern. U Švicarskoj nisam htjela živjeti na selu. Osjećala sam se bolje u gradu.

Kako ste se odlučili preseliti u Hrvatsku? Kako si se tada osjećala?

Kada smo se preselili ovdje u Hrvatsku, bilo je drugačije jer je to bilo nešto što sam ja željela. Nije bilo isto. Nisam željela živjeti u Švicarskoj u dobi od 12 godina; niti me mama pitala niti sam ja to željela. Sada je bilo drugačije jer smo razgovarali, cijela obitelj zajedno, i odlučili smo pokušati godinu dana, vidjeti kako će ići, što možemo raditi tamo s kućom. Bila je to pomalo luda ideja, ali ja sam je željela. To je bio moj impuls, i željela sam promijeniti par stvari u životu. Nisam samo željela raditi, raditi, raditi. Željela sam raditi nešto kreativnije. Tako smo rekli, pokušajmo, vidimo kako će ići godinu dana. Bit će kao test, prva godina. A onda nakon godine dana, osjećali smo se tako dobro, pa smo odlučili ostati. Djeca su bila sretna, a i mi smo bili sretni tada.

Na početku nisam znala niti jednu riječ hrvatskog jezika. Onda sam morala govoriti engleski. Naravno, ima puno ljudi koji govore engleski, koji razumiju engleski, pa mi nije bilo toliko teško. Ali naravno, ako su vam djeca u školi, morate ići na roditeljske sastanke, onda morate razumjeti o čemu se tamo govori. Počela sam s lekcijama preko Zooma prilično rano. Pronašla sam učitelja i počela učiti jezik.

Možeš li se sjetiti neke osobe koja ti je pružala podršku tijekom odrastanja i života i koju smatraš uzorom?

Moja mama je definitivno jedna od tih osoba koja je uvijek bila moj uzor... moja mama nas je podigla gotovo samostalno. Uvijek je bila jako hrabra osoba i uvijek se borila za nas. Ona je definitivno jedna od tih osoba koje su me oblikovale. Naučila me da mogu sve. Nevažno je ako si jedini koji misli da ćeš nešto učiniti na svoj način. Čak i ako svi drugi kažu da to ne možeš učiniti na taj način, ipak pokušaj. Uvijek slušajte sebe što želite biti, što želite raditi, i da je to moguće, apsolutno moguće. Ne mora biti lako, ne morate biti prijatelji sa svima, ali ako odlučite da želite nešto raditi na određen način, možete. To je sigurno.



Kako definiraš uspjeh? Smatraš li sebe uspješnom ženom?

Uspjeh za mene znači vjerovanje da mi, kao zajednica, možemo živjeti u miru, brinuti se za sebe i druge te stavljati prirodu na prvo mjesto. Važno mi je osjećati jedinstvo sa životinjama i svim živim bićima. U svemu što radim, zajednica je uvijek ključna. Također moramo brinuti za ljude oko sebe, priznajući da svatko ima svoje jedinstvene ideje i karakter. Mislim da je raznolikost dobra i potrebna; ne moramo svi razmišljati na isti način, i moramo biti tolerantniji prema drugima. Međutim, to ne znači da bismo trebali prihvatiti sve i tolerirati ekstremizam. Postoje granice koje treba poštivati. Za mene, to je uspjeh i ono što zaista ima važnost.

Smatram se uspješnom. Nadam se da sam osoba koja sam htjela postati, težim da budem vjerna sebi. Vjerujem da uspjeh zahtijeva samopouzdanje, kao i podršku drugih i okoline. Ne možete sve raditi sami, i mislim da to nije zdravo. Ali znati da možete i imati vjere u sebe ključno je. Samopouzdanje.

Imaš li savjet za mlade žene? Na temelju svojih dosadašnjih iskustava, što misliš da bi im pomoglo da se lakše snalaze u novom okruženju?

Za mladu ženu, uvijek je korisno imati uzor. Na primjer, mentor koji vam pomaže i savjetuje vas, te strukture u kojima su žene dobrodošle da doprinose. Vidite, opet se radi o strukturalnom pitanju, potrebi za specifičnim strukturama za žene, tako da ne moraju uvijek razmišljati o tome imaju li djecu ili ne, trebaju li ostati kod kuće ili ići naprijed. To su zaista glupa pitanja meni. U našoj zajednici moramo imati mogućnost imati oba aspekta života. Ponovno, sve se svodi na potrebu za dobrim strukturama posebno usmjerenim na žene, i sjajno je ako ste mlada žena imati dobrog uzora kako biste vidjeli da je to moguće. Mlade žene trebaju naučiti biti odlučnije i bolje se predstavljati.

Savjet za mlađu generaciju žena...Mislim da smo stvorili model tipičnog muškarca i tipične žene. Moramo malo promijeniti taj mentalitet, ne uvijek kategorizirati ljude nego nas sve vidjeti kao ljudska bića. Ako želiš biti nogometaš, bilo da si žena ili muškarac, možeš biti nogometaš. Hajmo svi biti ono što jesmo.





AUTORICE O PUBLIKACIJI





“ —

Projekt Hidden Diamond bio nam je posebno drag u LoPe-u jer je imao toliko pozitivnih učinaka u različitim smjerovima. Žene koje se nikada nisu smatrale uspješnim (naši Dijamanti) iznenada su se razvijale u ulozi mentorica.

— ”

“ —

Kroz rad na ovom projektu, imala sam priliku upoznati mnoge uspješne žene migrantskog i manjinskog porijekla koje su me svojim inspirativnim pričama, hrabrim životnim odlukama, borbenošću i ustrajnošću u traganju za uspješnim životom osobno dotaknule. Njihove poruke o važnosti vjere u sebe, slijeđenju svojih ciljeva i izgradnji bolje budućnosti bile su izuzetno osnažujući, osobito za mlade žene u sličnoj situaciji.



— ”



“ —

Intervjui sa ženama jasno su nam pokazali koliko su prepreke za žene s migrantskim podrijetlom i dalje značajne, ali istodobno su nam otkrili koliko su sudionice snažne i pune energije. Ovo je ono što želimo prenijeti priručnikom.

— ”



“ —

Ono što me posebno fasciniralo dok sam slušala osobne priče žena je kako su njihove percepcije uspješnosti bile uglavnom temeljene na doprinosu zajednici i pomaganju drugima. Pokazalo se da su aktivno sudjelovanje i izgradnja socijalne mreže doista najvažniji faktori uspješne integracije u novo društvo.

Migna



— ”



Susie



“ —

Za mene, "snažan" prvenstveno opisuje osobe koje su odlučne, koje posjeduju mnogo snage i energije da se istinski "zauzmu" za nešto ili nekoga. To znači zagovarati sebe, druge i naše društvo. Boriti se, suprotstaviti se nečemu i imati snagu da to podrže i angažiraju se. Upoznala sam snažne žene, bile smo snažne - zajedno.

— ”

“ —

Bilo mi je vrlo dirljivo uroniti tako duboko u osobne priče kroz intervju, a impresionirala me snaga i posvećenost intervjuiranih žena. Razmjena s njima bila je živahna, inspirativna i izuzetno obogaćujuća.

Sabine



— ”

