

MoreThanWords - Theatre training

Erasmus+ Stratégiai partnerség KA2

London, 2018. 03. 12-16.

Helyszín: Alexandra Palace

Az IKT Egyesületet képviselte: Brinzanek Zsuzsa, Kiss Tibor Cece és Révay Réka

Esős napon kezdődött a program, a szállásunktól vezető legrövidebb út egy park tocsogós pázsitján keresztül vezetett az ódon Alexandra Palace épületéig, melyben a tréning helyet kapott. A termünk neve Transmitter Hall, innen sugározta első tévéműsorait a BBC.

A partnerek, akik részvevőket küldtek a téningre: Border Crossings - GB, Comparative Research Network - GE, Integrált Kifejezés- és Táncterápiás Egyesület - HU, Euro Net - IT, NARUD e.V. - GE, Stowarzyszenie "Dla Ziemi" - PL, és AEL - Association des Egyptiens au Luxembourg - LUX. A csoportot Lucy és Michel tartják a Border Crossing képviselőiként.

A hétfő délelőtti bemutatkozások után a nap hátralévő részét kiscsoportokra osztva London különböző izgalmas negyedeiben töltjük, azzal a céllal, hogy nagyot szippantsunk a metropolisz multikulturális atmoszférájából. Kapunk részletesebb feladatokat is, azonban mikor megérkezünk Whitechapel főként bangladesi muzulmánok lakta negyedébe, valahogy ezek nem tűnnek annyira kivitelezhetőnek, pl készítsünk fotókat, hangfelvételeket, figyeljük meg az ottlakók viselkedését. Feladatunk az, hogy megkeressünk egy konkrét épületet, amely a házszám alapján The East London Mosque feliratot viseli. Ööö... Most akkor hogyan tovább? A London Muslim Center épülete végül nagyon befogadónak bizonyul, zavart ácsorgásunkra felfigyelő férfiak beljebb invitálnak és egy kedves muzulmán nő végigvisz bennünket a mecsettől a fürdő helyiségekig minden érdekes pontján, miközben az iszlám kultúráról mesél. Az imateremben imádkozó, beszélgető, alvó férfiak között sétálunk el fejkendőinkben. Izgalmas tapasztalat...

Városi élményeink a következő napokban kerülnek feldolgozásra, a falra kerülnek a csoportok beszámolóí alapján készített kulcsszavak, ezekből inspirálódunk a kisebb-nagyobb csoportos színházi gyakorlatokban.

A tréning másik szála a non-verbális kommunikációt felhasználó gyakorlatok kipróbálása volt.

Érzelmeket kifejező gesztusokkal való munka, szavak nélküli jelenetek kidolgozása, egy festmény mozdulatokkal és hangokkal történő "elmesélése" bekötött szemű társunknak, egy süket-néma zenésszel ritmusgyakorlat, kivetített társadalmi üzeneteket bemutató fotók előtti improvizáció...

Talán a leginkább érdekes IKT szempontból a 7 levels of tension non-verbális színházi gyakorlat volt. Kialakítottuk a teret, oly módon, hogy be lehetett hozni tárgyakat, eszközöket, dobozokat, székeket, ruhadarabokat, melyek a játék kellékeiként szolgáltak. Majd a térben járkálva, a kellékeket mozgatva, egymással interakcióba lépve haladtunk egyik feszültségi szintről a másikig, köztes, semleges állapotról indulva, ami a 3. Stage manager nevet viselte. Ennél magasabb feszültségi szinten mozogtunk, mint lelkes kisgyerekek, és alacsonyabban, mint a kilazult kaliforniaiak. A pontos szintek az alábbiak voltak:

1. Pond life - very relaxed (teljes kilazulás, elfekvés)
2. The Californian - relaxed, cheerful
3. Stage Manager - efficient
4. The Baby - more excited, discovering
5. Late for work - very tense (also a bit angry?), things need to be done (bennragad a feszültség)
6. Bomb in the Room - Panic
7. Rabbit in the Headlights - paralysed with fear or tension

Ezt a gyakorlatot más kontextusban is jól lehet alkalmazni, akár különböző érzelmek erősségi szintjének kipróbálására, jól illeszthető az IKT gyakorlatához is.

A tréning egészére tekintve, kevésbé törekedett a folyamatban történő építkezésre, a gyakorlatok egy kicsit egymástól elszeparált élményekként maradtak meg. Nem annyira számolt a részvevők eltérő hátterével, voltak olyanok, akinek jelentős színházi tapasztalata volt, mások viszont nem erről a területről érkeztek és nehezen találták a helyüket a rögtönzött jelenetekben. Mindezzel együtt érdekes élmény volt, pl. két választott fogalom alapján rögtönözni, habár az IKT módszere nem annyira a fejtől, a gondolati szinttől indítja a kiemelt térben zajló folyamatokat.

A projekt szempontjából a tréning hasznos volt az interkulturális kommunikáció iránti érzékenyítés szempontjából, valamint elkezdte a non-verbális kommunikáció területét felfedeztetni a részvevőkkel. Mindkét terület elmélyítésére lesz még lehetőség a további tréningek során.

Hasznos tapasztalat volt a számunkra.
Révay Réka

MoreThanWords - Digital Storytelling training

Erasmus+ Stratégiai partnerség KA2

Berlin, 2018. június 26. - július 2.

Helyszín: Sprengel Haus

Az IKT Egyesületet képviselte: Brinzanek Zsuzsa, Mosonyi Szilvia és Tóth Györgyi

A MTW berlini tréningje 2 fő téma köré szerveződött - a Digital Storytelling és a Community Reporting módszerébe kínált némi elméleti és tapasztalati betekintést.

A résztvevők 6 ország 7 szervezetét képviselték: Border Crossings - GB, Comparative Research Network - GE, Integrált Kifejezés- és Táncterápiás Egyesület - HU, Euro Net - IT, NARUD e.V. - GE, Stowarzyszenie "Dla Ziemi" - PL, és AEL - Association des Egyptiens au Luxembourg – LUX – ezen túlmenően igen színes nemzetiségi összetétellel. A tréninget Martin Barthel, Rimante Rusaite és Keresztély Krisztina tartották a CRN képviselőiként.

A rendezvény helyszíne Berlin Wedding városrészében található, amely városnegyed elsősorban kiemelt multikulturális közegként szerepel a köztudatban. A Sprengel-ház egy olyan tér, amely sokféle programot valamint találkozási, kapcsolódási lehetőséget kínál kölcsönös meghallgatásra, megosztásra, nyitottságra és elfogadásra az emberi és nemzetiségi sokszínűség jellegzetességeivel együtt. Szociálisan érzékeny atmoszférát biztosít és a testi és lelki egészségfókusz fontossá tartja.

A „digital storytelling” 2,5 napos modul egy ismerkedésre, összehangolódásra szánt délelőtti előzött meg. Mindenki hozott magával otthonról 3-4 olyan fotót, amely az életében az aktuálisan fontos témákról szólt és ezeket bemutatva, lehetőség nyílt arra, hogy képet kapjunk egymásról az aktuálisan bennünket foglalkoztató kérdéseken keresztül. A „digital storytelling” valójában egy nonverbális történetmeselési lehetőség - talán a régi képregényekkel vagy némafilmekkel némileg analóg műfaj - ahol különösebb verbalizáció nélkül sikerül könnyedebb vagy mélyebb tartalmakat a figyelő közönségnek megmutatni, átadni. Az első modul ennek a módszernek a rejtelseiből kívánt ízelítőt adni a résztvevők számára.

Az első nagyon különleges helyi ebéd után, amit az interkulturalitás jegyében egy vietnámi étteremben fogyasztottunk el, elkezdődött a célirányos munka, hogy elmerüljünk a szavak nélküli történetmeselés rejtelseiben. Egy közös ráhangolódás és munka keretei között, hogy a fantáziánkat is mozgósítsuk, első körben inkább a saját elképzeléseinkre alapozva, közösen gyűjtöttük össze mindazokat az érveket, amelyek miatt szerintünk fontos a történetmeselés, valamint azokat a szempontokat, elemeket, melyeket felhasználhatunk egy történet elmesélése során. Az összegyűjtött adathalmaz segítségével első körben 4-es 5-ös csoportokban, megpróbáltuk egy olyan történet tág kereteit lefektetni, amelyet a csoport talált ki, abban megegyezett és elég érdekesnek talál az „elmesélésre”. Olyan kérdésekben kellett itt megegyeznünk, hogy: Kinek fog szólni a történet és kinek a szemszögéből? Miről szól majd a „story” és mit akar üzeni? Kik lesznek a szereplők és hol/mikor játszódik?

A kiscsoportos munkát szünet, majd pontos módszertani-elméleti ismertető követte, ami segített tovább strukturálni mind az addigiakban közösen

összegyűjtött információkat, mint a csoportmunka tapasztalatait. Ezek a munkafázisok a következő napokban is többé-kevésbé hasonlóan váltakozva követték egymást. Így képet kaptunk a „hős” és különféle karakterek kialakításának lépéseiről, a történet szereplőkkel való benépesítéséről, ahogy arról is, hogy a „hős útja” mennyiben és hogyan választható ahhoz, hogy a történetünk megkapja azt a végső megfelelő formát, amellyel hordozza az általunk megmutatásra szánt történet lényegét. Az elméleti előadásrészeket, a kreativitást serkentő, megbeszéléses közös gondolkodást a kiscsoportos foglalkozások etapjai váltogatták, ahol lehetőségünk volt foglalkozni a csoportunk történetének hőseivel, egyéb szereplőivel és a történet történéseinek formálásával. Az összes eddigi lépés a „story” felépítéséről, megkonstruálásának folyamatáról szólt, míg az utolsó mozzanat a technikai megvalósítás lehetőségeit tárta fel úgy elméletben, mint gyakorlatban – azaz, két nap munkájának elméleti, gondolati eredményét formába kellett önteni. Mindehhez ötleteket, technikai javaslatokat is kaptunk. Szabadon választhattunk a fotózás vagy videohasználat mellett és arról is szabadon dönthettünk, hogy milyen más eszközöket használunk még a történeteink megelevenítéséhez: zene, egyéb hangok, beúszó effektek, photoshop, narráció, kézzel készített egyéb eszköz, demó anyag stb. A harmadik nap délelőttje a kiscsoportok munkájának a „demo”-jával telt, ahol a közös megtekintést követően, elsősorban a produkciók személyesen ránk ható benyomásairól beszélgettünk szabadon, majd az alkotásaink célirányos metaszintű megbeszélése következett. Mindannyian egyetértettünk abban, hogy nagyon tömény, mélyen megérintő, tartalmas alkotások születtek és a rendelkezésünkre álló idő többszörösére lett volna szükségünk, hogy igazán meg tudjuk beszélni mindazt, amit mind személyes, mind szakmai szinten elindított bennünk ez a két nap. A teljes tréning második módszertani moduljára (Community Reporting) való áttérés gyors váltásnak tűnt, hisz még mindenki a korábbi munka és eredményeinek élményében tobzódott, ugyanakkor érdeklődve hallgattuk Rimante és Krisztina felvezető szavait. Tömör, rövid, de tartalmas képet kaptunk arról, hogy mi is az a „community reporting”.

Az elmúlt évtizedben hihetetlenül felgyorsult média-eszközök (könnyen kezelhető tartalom-rögzítő eszközök, például flip-kamerák és mobiltelefonok) fejlődésének spontán következménye egyfajta „közösségi újságírás” kifejlődése a: „community reporting”. Ez a módszer arról szól, hogy az „utca embere” a saját szavaival és eszközeivel elmondhatja, rögzítheti és közzé teheti, terjesztheti (ingyenes disztribúciós helyeken, mint például Youtube, Instagram, Facebook) azokat a témákat, amelyek az ő életében, számára fontosak valamilyen egyéni, szociális vagy közösségi szempontból.

Az elméleti ismertetést, beszélgetést a módszerről páros foglalkozás

követett, ahol mindannyian kipróbálhattuk a videó-interjúzás élményét mind az interjút végző mind a megkérdezett személy szemszögéből megélve. Első körben nagyon vezetett módon, azaz konkrét segédkérdésekkel felvértezve próbálkoztunk egymást „meginterjúvolni”. Külön érdekesség volt, hogy mindenki a saját anyanyelvén válaszolhatott a feltett alapkérdésekre – így amikor visszanéztük a jeleneteket, megtapasztalhattuk azt is, mennyire sok minden érthető egy-egy interjúból akár a nélkül is, hogy az adott konkrét nyelvet, amin a megkérdezett beszél, értenénk. Második lépésben, néhány újabb technikai és elméleti instrukció után már szabadabb beszélgetős körrel próbálkoztunk, ahol a tréning közösen használt nyelve az angol is több szerepet kapott. Tudásban és tapasztalatban előrehaladva beszéltük meg az élményeinket és vontuk le a szükséges konklúziókat ahhoz, hogy a tréning utolsó reggelén élesben is megpróbálkozzunk a módszerrel. Ezen a hétvégén került megrendezésre Berlin Weddingben a „NARUD interkulturális futball torna és BAOBAB vásár” rendezvény, amelynek fókuszában a sport- és kultúresemények mellett a Berlinben élő helyi nemzetiségi, és a nemzetközi menekülthelyzet égető kérdései álltak. A rendezvényen való részvételen, a multikulturális környezet adta élmény és tapasztalatszerzés lehetőségén túl, a több csoportba szerveződött résztvevőknek az volt a feladata, hogy ez alkalommal helyi lakosokkal készítsenek „community reportot” egy olyan témában, amit ők személy szerint fontosnak tartottak. Az utolsó napon az előző napi élmények és munkák megosztására és megbeszélésére került sor mind szakmai szempontok mind sajátélmény szintjén - tere volt a felmerült kérdések megbeszélésének, az esetleges konfliktusok tisztázásának is. A teljes tréning záró mozzanata a közös munka értékelése volt, a tapasztalatok átbeszélése, mindannak a módszertani gazdagságnak az összegzése, amelyet egy 5 napos tréning végén magunkkal vihattunk a saját szakmai és privát életünkbe.

MoreThanWords - Clown training

Erasmus+ Stratégiai partnerség KA2

Potenza, 2018. november 19-25.

Helyszín: Potenza,

Csoportvezető: Raffaele Messina

Az IKT Egyesületet képviselte: Csöngé Éva Krisztina, Kiss Tibor Cece és Révay Réka

Az Erasmus+ More than words programjának keretén belül szerveződött "Clown training" dél-olaszország városában, Potenzában került megrendezésre. Előzetes sztereotípiáimmal szemben, miszerint dél-olaszországban novemberben még biztos jó idő van, szinte végig esős,

hűvös időnk volt, ami néhány ország résztvevői számára az érkezést is megnehezítette. Persze nem volt meglepő ez az idő, miután megnéztem, hogy Potenza az ország legmagasabban fekvő székhelye, így cserébe gyönyörű kilátás tárult elénk a város magasabb pontjairól. Ennél még szebb volt, amikor az IKTE csapatával meglátogattuk a közelben lévő természetvédelmi területen fekvő Castelmezzano községet, ahol sziklamászó képességét is kamatoztathatta, aki akarta.

Az öt napos tréninget Raffaele Messina bohóc vezette, aki igazán hiteles személyiségnek tűnt és talán a legnagyobb tanulság számomra a tréningből pont ez volt: a hitelesség, az autentikus én megtalálása. Ez alatt a pár nap alatt betekintést nyerhettünk abba, mi is az a bohóc és hogyan találhatjuk meg a saját belső bohócunkat. Raffaele igazi vezető egyéniség, az IKT módszeréhez képest kissé direktívebb vezetést képviselt.

Ugyanakkor olyan folyamatokat kínált, amikben egyénileg és csoportosan is lehetőség volt a belső munkára, a mozgás, a belső figyelem, és drámajátékok által. Nem külső eszközöket tanultunk, amiknek a segítségével "bohóckodhatunk", hanem belülről próbáltuk megtalálni azt a valamit, ami által megszületik a bohócjáték és azon belül a humor. Légző gyakorlatokat végeztünk, érzéseinket és történeteinket fejeztük ki gesztusokkal, megkerestük belső állati tulajdonságainkat, tükröztük egymást, szavak nélkül kapcsolódtunk egymáshoz, tárgyakkal játszottunk. A harmadik napon megkaptuk a bohóc orrunkat és egy rituálé keretében közösen felvettük azt, ami a bohóc megszületését szimbolizálta. Raffaele nagy hangsúlyt fektetett a csoportdinamikára, szép íve volt az egész folyamatnak az ismerkedéstől, az egyéni és csoportos munkán át a lezárásig.

Az első napon olyan kulcsmondatokat kaptunk, amik segíthetnek közelebb kerülni a bohóc megtalálásához: Tabula rasa - üres lap, felejtse el az előzetes elvárásait! Ne várj! Tanulj meg pihenni a cselekvés közben! Tedd bele magad teljesen a tapasztalásba! Fogadj el mindent, ne utasíts vissza semmit! A szeretet lassú, a félelem gyors. A figyelem a legritkább és legtisztább formája a nagylelkűségnek.

A tréning csúcspontja a negyedik nap volt, amikor elutazunk Materába, egy gyönyörű, barlanglabirintusokkal teli turista-központba. Itt élesben is kipróbálhattuk a bohóckodást: kis csapatokban kellett az utcán különböző feladatokat végrehajtani, amibe a járókelőket is be kellett vonni. Például énekeltünk velük, felvettük hosszasan a szemkontaktus, vonatoztunk, öleleztünk, fotózkodtunk és meghívtuk magunkat egy kávéra. Persze mindezt szavak nélkül. Őszintén szólva, nekem elég nehéznek és ijesztőnek tűnt ez a feladat így három nap után, de végül is érdekes tapasztalat volt kipróbálni. Réka kifejezett jól érezte magát benne, mintha csak erre született volna :)

Az utolsó nap az összegzésé és búcsúé volt, megnéztük együtt az előző napon, Materában készült fotókat és videókat, illetve kiderült, hogy ki kinek volt az angyalkája a héten. Ugyanis egész héten folyt a titkos angyal játék,

amiben mindenki kedvességeket tett a kihúzott társával. Raffaele elmagyarázta, hogy a játék lényege az volt, hogy a kihúzott személy így érezhette, hogy milyen fontos és ez a tapasztalat későbbre is beépül. Ugyanígy, egy bohócnak sem az a feladata, hogy szórakoztasson és ezáltal függővé váljanak tőle, hanem az, hogy akivel kapcsolatba kerül, annak segítsen kifejezni az érzéseit, megtalálni az erőforrásait, hogy miután ő elment, akkor is jobban tudja magát érezni és gyógyulni tudjon. Ez a gondolat a tréning végére fogalmazódott meg és általa még közelebb kerültem a bohóc jelentéséhez és feladatához, ami végülis megegyezik a táncterápia céljával. Mind a célban, mind az eszközökben való hasonlóságuk miatt, azt gondolom, érdemes lehet együtt használni a két módszert.

Csöngé Éva

MoreThanWords – Integral Expression and Dance Therapy training

Erasmus+ Stratégiai partnerség KA2

Cserkeszőlő, 2019. március 15-21.

Helyszín: Cserkeszőlő, Aqua Spa Hotel

Csoportvezető: Révay Réka, Pete Nóra

Az IKT Egyesületet képviselte: Kiss Tibor Cece, Grünceisz Berta Tilla és Zsiday Krisztina

A projekt negyedik tréningje számunkra már ismerős terepen, az integrált kifejezés- és táncterápia jegyében zajlott. Annál izgalmasabb volt az a lehetőség, hogy mindazt, amiben mi már évek óta benne vagyunk, és „saját nyelvként” már elsajátítottunk, hogyan tudjuk megmutatni, átadni, érzékelhetővé tenni mindazok számára, akik más területeken mozognak otthonosan (pl. színház, bohóc-mesterség, „nonverbális digitális történetmesélés”, zene, film stb.), ezen kívül pedig eltérő kulturális háttérrel, szokásokkal, normarendszerrel rendelkeznek. Szóval, inspiráló kihívás... de reméltük, hogy a projekt alapkonceptióját követve - azaz „more than words” - sikerrel jár a feladat.

A résztvevők a már megismert szervezetektől jöttek a tréningre: Border Crossings - Angliából 3 résztvevő; Comparative Research Network – Németországból 4 résztvevő; Euro Net – Olaszországból 3 résztvevő; NARUD – Németországból 4 résztvevő, Stowarzyszenie "Dla Ziemi" – Lengyelországból 3 résztvevő, AEL Association des Egyptiens au Luxembourg – Luxemburgból 3 résztvevő és Integrált Kifejezés- és Táncterápiás Egyesület – Magyarországról 4 résztvevő. Az öt napos tréninget Révay Réka és Pete Nóri tartották az IKTE képviselőiként.

A megérkezés napján izgatottan vártuk a messziről érkezőket, és közösen fogadtuk őket a hotel halljában, utána pedig egybegyűltünk egy kis „ismerkedős este”, amire – a csoportvezetők előzetes kérése alapján -

mindenki hozott magával valami otthoni, jellegzetes harapnivalót a közös asztalra. Nagyon jó élmény volt és szép gesztus így első találkozásra, hogy megosztottuk egymással a „hazait”, amit mindenki pár szóval be is mutatott, vagy történetet mesélt mellé. A csoportdinamikai történések persze már itt is elkezdődtek... egy pár embernek késett a repülőgépe és nem értek ide időben, két résztvevő pedig csak a következő napon tudott csatlakozni a csoporthoz.

Az első nap délelőttjét a keretek megismerésével és bemutatkozással töltöttük, ahol egyrészt láthatóvá tettük a világban/csoportban betöltött helyeinket és szerepeinket, másrészt sor került az egyéni bemutatkozásokra is. Ezt az otthonról hozott „személyes tárgyon” keresztül tettük meg, amiről egy pár mondatban beszéltünk a közös körben (előzetes kérés volt a csoportvezetőktől, hogy hozunk magukkal valamilyen személyes tárgyat otthonról, ami kifejez minket). A tárgyakat egy közös csoport-mandalában helyeztük el, amelyet aztán az egész tréning befejezéséig a terem egyik pontján helyeztünk el, ezzel szimbolizálva a sok különböző egyéniségből létrejött csoport egészét.

A további napok során fokozatosan belevetettük magunkat a nonverbális kommunikáció különböző formáiba, mozgásos-érintős folyamatokba, testtudat mélyítésébe, szabad táncba, többféle technikát is ötvöző csoportdinamikai folyamatokba. A csoport legnagyobb része készségesnek és jó befogadóképességűnek tűnt a különböző gyakorlatok kipróbálása során.

Az IKT módszeréhez híven a folyamatok, a zenék és a struktúra a csoport aktuális témáihoz illeszkedtek, figyelembe véve a csoportdinamikai (látható és láthatatlan) történéseket, és az öt napos együttlét „tréning” jellegét is (vagyis, hogy nem terápiás közegről volt szó, ugyanakkor lehetőség volt a folyamatok mély megélésére is). A csoportvezetők fő fókuszában témákként többek között a dialógus, együttműködés, individuum, alkalmazkodás, interakciók-reakciók, az egyén csoportban elfoglalt szerepe, vezetői-rejtett vezetői szerepek voltak.

Számomra az egyik legizgalmasabb feladat az volt, amikor egy nagy körben leültünk és mindenki számára A3-as papír és saját maga által kiválasztott, 3-4 színből álló festékpaletta állt rendelkezésre. Először a szó „dialogue” (párbeszéd) kapcsán kezdtünk el festeni, majd egy ponton átadtuk a festményünket a bal oldali szomszédnak, aki belefestett valamit a „challenge” (kihívás/feladat) szó mentén, utána visszaadta az alkotást az eredeti tulajdonosnak, folytattuk a képünket, majd egy kis idő után a jobb oldali szomszédnak adtuk, aki szintén belefestett a „supporting” (támogatás) szóval összhangban, majd újra visszakaptuk a képünket. A festmények befejezése után szavakat, majd verset írtunk a képünkkel kapcsolatban, aminek a különlegessége az volt, hogy mindenki a saját nyelvén írta. Ezután megmutattuk egymásnak a megszületett alkotásokat és felolvastuk a körben a verseket. Nagyon szép volt hallgatni a sokféle nyelv hangzását/dallamát és a hozzájuk tartozó festményeket is

megtekinteni. Igazán meghitt, mély pillanatokot éltem meg a megosztások által (és azt hiszem a többiek is), ahogy az egyének lelkesége megmutatkozott a képekben, a szavakban, még úgy is, hogy nem értettem a jelentésüket.

Egy másik izgalmas feladat során három „törzset” alkottunk, ahol el kellett készítenünk a közös totem-állat totemrajzát, és egy törzsi táncot is létre kellett hoznunk. Nagyon érdekesek voltak azok a markánsan megjelenő különbségek, amik a törzsek férfi-nő arányaiból adódtak. A törzsek ugyanis spontán úgy alakultak, hogy az egyikben csak női, másikban csak férfi, és a harmadikban női-férfi tagok is voltak. A feladat során még látványosabban megmutatkoztak a vezetői - rejtett vezetői szerepek, az együttműködésre való készség, a közös alkotás folyamatában való részvétel minősége, a kooperáció foka, az egyén és a csoport közötti feszültségek, vagy éppen egyetértések, megerősítések.

Nagyon érdekes volt azt is megélni, hogy annak ellenére, hogy a csoport legnagyobb része látszólag „jól vette” a folyamatokat és benne tudott lenni, a hét közepén a módszertani visszajelzés során mégis többen a feladatok értetlenségéről és kisebb ellenállásokról, kritikákról számoltak be. A teljes tréning-folyamatot azonban szerintem segítette, hogy ezek a gondolatok is teret kaptak, és így igazi, nyílt dialógus kezdődhetett el a csoport - csoportvezetők - módszertan között, ami végső soron a módszer mélyebb megértését és adaptálását szolgálta.

Az öt napos tréning számomra annyira sokszínű, sokrétű, mozgalmas, tartalmas és élményekkel, felismerésekkel teli volt, hogy még napokig tudnám mesélni. Összefoglalva azonban azt érzem az egyik legfontosabb élménynek, ahogyan a sokféle, különböző személyiség az öt nap végére „összeért”, csoporttá vált, és ahogy ez a folyamat bennem végbement. A kezdeti ismeretlenségből adódó távolságból eljutottam a teljes szívvel való befogadásig.

A tréning végén azt éreztem, hogy szinte egy nagy „családdá” nőttünk össze, ahol persze vannak dominánsabb és visszahúzódó egyéniségek, vannak konfliktusok és vannak nagy egyetértések, vannak harmonikus és kevésbé harmonikus pillanataink... de mindezzel együtt el tudtam fogadni az egyéneket olyanoknak, amilyenek, és amilyen mértékben és minőségben adni tudták magukat a csoporthoz. Amikor együtt összeültünk a záró körbe, azt éreztem, hogy van egy erős, szinte tapintható „közös terünk”, ami sokkal de sokkal több, mint az egyének összessége, és ez a közösséghez való tartozás mély érzését adta.

Köszönöm ezt a lehetőséget, tanulságos, inspiráló, szívhez szóló élmény volt számomra, amiből sokat tudok meríteni és táplálkozni mind a szakmai, mind a személyes utam során is!

Grünczeisz Berta Tilla

MoreThanWords - Synthesis training laboratory

Erasmus+ Stratégiai partnerség KA2

Luxemburg, 2019. október 12-19.

Helyszín: Luxembourg, Soeurs de la Doctrine Chretienne de Luxembourg –
Maison Vatelot

Az IKT Egyesületet képviselte: Tóth Györgyi, Kiss Tibor Cece és Révay Réka

Beszámolónk hamarosan olvasható lesz itt.

MoreThanWords - Multiplikációs esemény, 2020. 08. 28.

Néha egyszerűen elfogynak a szavak. Néha kiderül, hogy sosem volt közös nyelv. Az elmúlt 3 évben arra kerestük a választ, hogy hogyan segíthetünk sérülékeny csoportoknak szavak nélkül is. A More than words projekt keretében olasz, angol, lengyel, német, luxemburgi és magyar szakemberek osztották meg tapasztalataikat, módszereiket, hogy aztán eredményeiket ingyenesen a segítők rendelkezésére bocsássák. A projekt háttéréről és az IKTE szerepéről itt olvashatsz: <https://www.ikte.hu/more-than-words>

A projekt eredményeit augusztus 28-án tapasztalat megosztó délután keretében mutattuk be a Marczibányi téri Művelődési Központban. Tanárok, pszichológusok, civil szervezetek képviselői, oktatási intézmények munkatársai jelentkeztek a járványhelyzet miatt limitált számú csoportba. Ezúton is köszönjük a lelkesedést, a nyitottságot, a kérdéseket és az egyéni tapasztalatok megosztását a résztvevőknek! A rendezvény nyitóbeszédét élőben közvetítettük. A technika ördöge segített, hogy új nézőpontokból is megvizsgáljuk a projekteredményeket. A videót a Facebook oldalunkon, a nyakkímélő prezentációt a következő linken érde el: <https://tinyurl.com/y6zr5zcg>

A tapasztalatomegosztó délutánon Barna Mária klinikai szakpszichológus a traumatizációról és az újratraumatizálódásról tartott előadást.

Prezentációját itt találod: <https://tinyurl.com/yy2od2jj>

A délután legnagyobb tanulsága, hogy a résztvevők kapcsolni tudták a bemutatott módszereket saját munkájukhoz. Visszajelzésük alapján a projekt során kidolgozott és összegyűjtött módszerek jóval szélesebb körben használhatóak sérülékeny csoportokkal, mint azt eredetileg terveztük. Ha kíváncsi vagy a módszerekre, itt találsz egy magyar nyelvű útmutatót: https://issuu.com/zsgk/docs/training_module_and_toolkit_eng_hu_pl_it_ge_fr_ara

Ha a magyar nyelvű kiadvány felkeltette az érdeklődésed, akkor merülj mélyebbre a témában. Érdekel, hogyan segítheti a színház, a humor, a tánc, a digitális történetmesélés a szavak nélküli kapcsolódást? A More than words projekt weboldalán közzétettünk egy ingyenes online képzést,

ami háttérinformációkkal, módszertani leírásokkal és képes beszámolókkal segíti a sérülékeny csoportokkal dolgozók munkáját. Tovább az oldalra: www.motw.eu

A projekt eredménye a More than words film, ami érzelmi szinten járja körül a témát. A film részletei különböző célcsoportokat, különböző mélységben szólít meg. A filmet akár egyben, akár részleteiben is érdemes feldolgozni.

A teljes filmet itt érteke el: <https://vimeo.com/410717675>

A projektet pályázati támogatásból, Erasmus+ KA2 stratégia partnerség keretében valósítottuk meg. Ha szívesen részt vennél hasonló

projektekből, vedd fel velünk a kapcsolatot az info@ikte.hu e-mail címen.

Ha saját program megvalósítását tervezed a pályázati lehetőségről a tpf.hu és az eplusifjusag.hu oldalakon tájékozódhatsz.