

Warsztat:

Głęboka demokracja dla edukatorek/rów z grup i organizacji równościowych

Fundacja Głębokiej Demokracji jest Partnerką projektu „Z troską o równość. Prewencja wypalenia i moc organizacji równościowych”, Liderką jest Fundacja RegenerAkcja. W ramach projektu, ekspertki Fundacji Głębokiej Demokracji poprowadzą warsztat w nurcie głębokiej demokracji dla edukatorek/rów antydyskryminacyjnych.

Szczegóły organizacyjne:

Data: 4-5 grudnia 2021 (10:00-18:00)

Miejsce: warsztat stacjonarny, w Warszawie (dokładny adres podamy wkrótce)

Zapisy: poprzez formularz online – zgłoszenia zbieramy do 25 listopada do końca dnia:
<https://forms.gle/6ZqWwsHxrEoZJhQD7>

Potwierdzenie miejsca na warsztacie prześlemy w dniach 26-29 listopada.

Grupa: 12 osób

Udział w warsztacie jest bezpłatny, zapewniamy wegańskie obiady i przekąski, a także dla osób dojeżdżających spoza Warszawy – zwrot kosztów noclegu i biletów do/z Warszawy komunikacją publiczną. Sala warsztatowa będzie dostosowana do potrzeb osób poruszających się na wózkach.

Opis warsztatu:

Celem warsztatu jest zapoznanie uczestników i uczestniczek z narzędziami, jakie oferuje psychologia procesu oraz nurt głębokiej demokracji, a także przećwiczenie w praktyce technik, które mogą być pomocne w działaniach edukatorów i edukatorek równościowych.

Zajęcia będą prowadzone metodą warsztatową. Zależy nam na tym, by osoby uczestniczące wyszły wzbogacone o nowe doświadczenia. Taka forma pozwoli na głębsze poznanie prezentowanych metod pracy i następnie łatwiejsze zastosowanie części z nich w pracy edukatorek i edukatorów.

Tematyka warsztatu będzie obejmować między innymi pogłębienie własnej wizji i misji, czyli źródła wewnętrznej motywacji do prowadzenia działań na rzecz równości i praw człowieka. Zaprosimy osoby uczestniczące do eksploracji uczuć i pobudek, jakie towarzyszyły im na początku ścieżki związanej z edukacją równościową, oraz motywów wyboru tej działalności. Skupimy się na sposobach odnajdywania wewnętrznego spokoju w momentach trudnych, w momentach wypalenia lub konfliktów.

Teoria oraz ćwiczenia, które proponujemy, opierają się na niestandardowym podejściu, ponieważ psychologia procesu traktuje sytuacje kryzysowe jako okazję do nauki i rozwoju. Dlatego na warsztacie chcemy pokazać metody pozwalające nie tylko łatwiej znosić przybywanie „w ogniu konfliktu”, ale także skorzystać z pozornie niewidocznych możliwości, jakie on otwiera.

Jednocześnie proponujemy ćwiczenia uczące jak bronić się, gdy ktoś nas atakuje, co zrobić, gdy czujemy się zranieni czy poirytowani. Uważamy, że dbałość o siebie stanowi metodę przeciwdziałania wypaleniu w działalności edukatorki/ra czy aktywistki/ty.



Trenerki:

Weronika Pielas - facylitatorka pracująca w nurcie psychologii procesu. Prowadzi sesje indywidualne, par i rodzin, pracuje z grupami oraz prowadzi warsztaty rozwojowe. Psychologią procesu zajmuje się od 2012 r. Studiowała ją najpierw w Polskim Towarzystwie Psychologii Procesu, potem w Process Work Institute w Portland, gdzie ukończyła czteroletnie szkolenie i uzyskała certyfikat dyplomowanej facylitatorki Psychologii Procesu.

Kornelia Rosłonec - psycholożka, trenerka, psychoterapeutka. Prowadzi indywidualne sesje psychoterapii dla dorosłych, młodzieży i par. Dyplom magistra psychologii uzyskała na Uniwersytecie Warszawskim, ukończyła też międzynarodowy proces certyfikacyjny dla terapeutów w nurcie Psychologii Zorientowanej na Proces (International School of Processwork in honor of Arnold Mindell).

