



Co-funded by  
the European Union

# METAPHOR



## PRIRUČNIK

Metaphor

Snaga za zagovaranje mentalnog zdravlja mladih





## Sadržaj

Poglavlje 1: Uvod.....	3
Priznanja .....	3
Uvod u projekt .....	4
Uvod u priručnik .....	5
Poglavlje 2 - Pобоljšanje mentalnog zdravlja mladih .....	7
Zašto je mentalno zdravlje mladih važno? .....	7
Kako podržati razvoj kompetencija za angažman u promjenama?.....	7
Kako se pripremamo za razvoj kompetencija mladih na temu zagovaranja za mentalno zdravlje? .....	8
Koji su neki od izazova inicijativa za mentalno zdravlje mladih? .....	8
Zašto su izazovi za mentalno zdravlje važni u dobrobiti mladih? .....	9
Koji su obrasci kognitivnih distorzija? .....	10
Koji bi trebao biti odgovor na krize/izazove mentalnog zdravlja? .....	11
Kako zagovarati mentalno zdravlje od strane mladih koristeći filmsku umjetnost? .....	11
Poglavlje 3: Snaga metodologije Metaphora u zagovaranju i filmskom stvaranju .....	12
Odjeljak 1 aktivnosti - Upoznavanje snage .....	14
Odjeljak 2 aktivnosti - stvaranje snage.....	25
Odjeljak 3 aktivnosti - širenje snage.....	42
Odjeljak 4 aktivnosti - "kuha se" snaga .....	46
Odjeljak 5 aktivnosti - Snaga svugdje .....	55
Poglavlje 4 Savjeti i trikovi za mlade .....	60
Postizanje svog cilja: Stvaranje promjene koju zamišljate.....	60
Popis za planiranje zagovaranja .....	61
Praćenje i procjena vaših zagovaračkih napora .....	61
Održavanje angažmana s ključnim dionicima i podržavateljima.....	62
Priznanja: .....	64



## Poglavlje 1: Uvod

### Priznanja

Ovaj priručnik je izrađen u okviru projekta Metaphor - Mladi zajedno za mentalno zdravlje u Europi, unutar programa European Youth Together, sufinanciranog od strane Europske unije. Posebna zahvalnost autorima svih projektnog materijala, konzorciju za provedbu aktivnosti i sudionicima koji su pružili povratne informacije.

Zagovaranje je više od samog podizanja svijesti - riječ je o pokretanju promjena, jačanju glasova i stvaranju puteva za djelovanje. U kontekstu rada s mladima i mentalnog zdravlja,



zagovaranje postaje moćan alat za utjecaj na politike, izazivanje stigmati i poticanje inkluzivnih okruženja u kojima se svaka mlada osoba osjeća viđenom i saslušanom.

Ovaj priručnik je osmišljen za radnike s mladima i mlade osobe, nudeći strukturirani pristup zagovaranju koji odgovara na nove potrebe u neformalnom obrazovanju. Pruža praktične korake za snalaženje u složenostima mobilizacije zajednica, angažiranja dionika i razvijanja utjecajnih kampanja. Bilo da radnici s mladima vode mlade zagovornike (Poglavlje 3) ili mladi ljudi vode vlastite inicijative (Poglavlje 4), ovi koraci služe kao temelj za pretvaranje ideja u akciju.

## Uvod u projekt

Projekt Metaphor usklađen je s EU strategijom za mlade, fokusirajući se na tri ključna područja djelovanja: Angažiranje, Osnaživanje i Povezivanje. Kroz strukturirani i inovativni pristup, projekt ima za cilj osnažiti mlade ljude vještinama, znanjem i alatima potrebnim za zagovaranje mentalnog zdravlja, unapređenje aktivizma mladih i poticanje međunarodne suradnje koristeći multimediju i izradu filmova.

### Angažiranje: Razvijanje Aktivnog Građanstva

Projekt potiče sudjelovanje mladih razvijajući njihove kompetencije u lokalnom i transnacionalnom aktivizmu. Kroz neformalno obrazovanje, sudionici istražuju obrazovanje o građanstvu, strategije zagovaranja i angažman u politici, omogućujući im aktivno doprinositi svojim zajednicama i podizati svijest o izazovima mentalnog zdravlja.

### Osnaživanje: Jačanje Rada s Mladima i Aktivizma iz Osnova

Integrirajući rad s mladima iz osnova s filmskom i multimedijalnom pričom, projekt osnažuje mlade ljude novim iskustvom aktivizma. Sudionici uče kako koristiti digitalne alate za kampanje i zagovaranje u angažmanu zajednice, osiguravajući da se njihovi glasovi čuju i da njihove poruke ostavljaju značajan utjecaj.

### Povezivanje: Transnacionalna Mobilnost i Inkluzija

Projekt će organizirati četiri transnacionalne aktivnosti mobilnosti, potičući prekograničnu suradnju i uklanjajući prepreke sudjelovanju za mlade, uključujući one s manje mogućnosti. Mjere podrške bit će prilagođene individualnim potrebama, osiguravajući inkluzivnost i pristupačnost tijekom cijelog procesa učenja.

### Rješavanje Ključnih Ciljeva Mladih

Ovaj projekt izravno doprinosi nekoliko ciljeva EU za mlade, uključujući: Povezivanje EU s Mladima: Sudionici sudjeluju u transnacionalnim razmjenama, jačajući svoju povezanost s europskim vrijednostima poput solidarnosti, demokracije i prijateljstva. Mentalno Zdravlje i Dobrobit: Projekt stvara siguran prostor za otvorene rasprave o pitanjima mentalnog zdravlja mladih, omogućujući mladima da dijele iskustva i zagovaraju promjene putem filma i digitalnih medija. Organizacije Mladih i EU Programi: Razvijanjem vještina zagovaranja i strategija kampanja, sudionici se osposobljavaju za angažman u EU programima za mlade poput Erasmus+, produžujući utjecaj svog rada izvan lokalnih zajednica.



## Odgovaranje na Potrebe Mladih

Procjena potreba provedena u zemljama konzorcija pokazala je da su izazovi mentalnog zdravlja najveća briga među mladima. Sudionici su izrazili snažnu želju koristiti video i izradu filmova kao alate za zagovaranje, vjerujući da je pripovijedanje moćan medij za podizanje svijesti i pokretanje promjena.

Ovaj projekt održava visoku razinu angažmana mladih kroz sve faze, osiguravajući da mladi igraju aktivnu ulogu u oblikovanju, provedbi i održavanju napora u zagovaranju. Kroz suradničko učenje, multimedijalne inovacije i transnacionalno umrežavanje, projekt ima za cilj stvoriti trajni utjecaj na zagovaranje mentalnog zdravlja mladih širom Europe.

Ključne Teme Projekta: Mentalno Zdravlje i Dobrobit, Aktivizam i Zagovaranje Mladih, Multimedija i Izrada Filmova za Društvene Promjene, Transnacionalna Suradnja i Umrežavanje

Ova inicijativa osnažuje mlade ljude da poduzmu akciju, pružajući im vještine, podršku i mreže potrebne za pokretanje promjena u njihovim zajednicama i šire.

## Uvod u priručnik

Ovaj priručnik je osmišljen kao praktični vodič koji osposobljava trenere i radnike s mladima interaktivnim metodologijama, kreativnim alatima i strukturiranim vježbama učenja koje se mogu prilagoditi različitim okruženjima za učenje.

Naš pedagoški pristup temelji se na Kolbovom modelu iskustvenog učenja, koji osigurava da je učenje aktivan, angažiran i transformativan proces. Ova metoda omogućava sudionicima da dožive stvarne scenarije zagovaranja, reflektiraju o svojim uvidima, generaliziraju znanje u primjenjive okvire i primjenjuju te lekcije u praksi. Obuka je strukturirana kako bi bila dinamična, izbjegavajući pasivno slušanje i potičući interaktivnu, inkluzivnu i suradničku atmosferu.

Ovaj priručnik slijedi četiri temeljna načela kako bi maksimizirao učinkovitost učenja:

Aktivno Sudjelovanje - Osiguravanje ravnopravne uključenosti kroz interaktivne sesije, rasprave među vršnjacima i iskustvene vježbe.

Suradnički Rad - Poticanje timskog rada, međusobne recenzije i zajedničkog stvaranja znanja.

Kreativni Angažman - Korištenje inovativnog rješavanja problema, igranja uloga i multimedijalnih tehnika.

Praktična Primjena - Osiguravanje relevantnosti u stvarnom svijetu kroz simulacije, studije slučaja i akcijske planove.

Integracijom ovih načela, obuka omogućava mladim zagovornicima da razviju kompetencije, izgrade samopouzdanje i preuzmu inicijativu u svojim zajednicama. Svaki modul slijedi strukturirani format koji uvodi ključne koncepte, a zatim slijede praktične vježbe koje olakšavaju iskustveno učenje.

## Kolbov Model Iskustvenog Učenja

Kolbov model učenja je temelj našeg pristupa obuci. Sastoji se od četiri ključne faze koje jačaju aktivno učenje i osiguravaju praktičnu primjenu znanja:

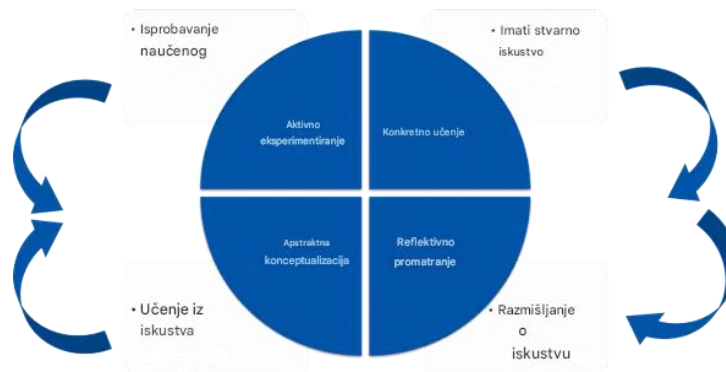
**Konkretno Iskustvo (Rad)** – Sudionici sudjeluju u praktičnoj aktivnosti, kao što je igranje uloga u scenariju zagovaranja, izrada političkih sažetaka ili organiziranje javnih događaja za podizanje svijesti.

**Reflektivna Opservacija (Pregled)** – Razmišljaju o svojim iskustvima, raspravljajući o tome što je dobro funkcioniralo, koji su se izazovi pojavili i kako su se osjećali tijekom procesa.

**Apstraktna Konceptualizacija (Generalizacija)** – Sudionici povezuju svoja iskustva s širim teorijama, modelima ili okvirima, usavršavajući svoje razumijevanje strategija zagovaranja.

**Aktivna Eksperimentacija (Primjena)** – Primjenjuju svoje učenje u novim kontekstima, kao što je dizajniranje kampanje u stvarnom svijetu ili mentoriranje drugih mladih zagovornika.

Ilustracija Kolbovog ciklusa učenja:



Izvor ilustracije: <https://coachfoundation.com/blog/kolbs-cycle-of-learning/>

Konkretno Iskustvo → Reflektivna Opservacija → Apstraktna Konceptualizacija → Aktivna Eksperimentacija → (vraća se na iskustvo)

(Svaka faza se povezuje u kontinuiranoj petlji, jačajući praktično učenje.)

Kroz ovaj iterativni model učenja, sudionici stječu i teoretsko znanje i praktičnu stručnost, što im omogućava da postanu učinkoviti zagovornici mentalnog zdravlja u svojim zajednicama.

Ovaj priručnik nije samo teoretski resurs; to je vodič za korak po korak akciju. Prateći metode opisane u ovom dokumentu, radnici s mladima i treneri bit će osposobljeni za angažman, obrazovanje i inspiraciju za promjenu u području zagovaranja mentalnog zdravlja.

U Poglavlju 4, mladi ljudi i vođe pronaći će praktične smjernice o tome kako učinkovito organizirati napore u zagovaranju.

Krenimo!

Konzorcij Metaphora



# Poglavlje 2 - Pобоljšanje mentalnog zdravlja mladih

## Zašto je mentalno zdravlje mladih važno?

Tema mentalnog zdravlja postala je popularnija u posljednjim godinama. Svjetska zdravstvena organizacija definira zdravlje kao složeno fizičko, mentalno i socijalno blagostanje, a ne samo kao odsutnost bolesti i invaliditeta (WHO, 2021). Ističu da je mentalno zdravlje prioritet za sve i da je korisno za društveni i ekonomski razvoj. Ciljevi održivog razvoja 3 zagovaraju blagostanje svih, dok se 10 fokusira na smanjenje nejednakosti; stoga oba cilja obuhvaćaju promicanje mentalnog zdravlja (Smjernice o promotivnim i preventivnim intervencijama za mentalno zdravlje adolescenata: pomažući adolescentima da napreduju, 2020 - <https://www.who.int/publications/i/item/9789240011854>).

Otprilike 15% mladih u dobi od 10 do 19 godina diljem svijeta suočava se s problemima mentalnog zdravlja, pri čemu su depresija, anksioznost i poremećaji ponašanja glavni problemi, koji čine 13% njihovog ukupnog zdravstvenog tereta, a neliječeni uvjeti mogu trajati u odrasloj dobi, utječući na fizičko i mentalno blagostanje te ometajući buduće izgleda za ispunjen život (WHO, 2021). S druge strane, koristi od mentalnog zdravlja su rana detekcija i prevencija, razvoj otpornosti na stresne faktore i povećanje ukupnog blagostanja pojedinca, zajednice i društva.

## Kako podržati razvoj kompetencija za angažman u promjenama?

Svatko ima jedinstvenu osobnost koja utječe na to kako komunicira i povezuje se sa svijetom. Međutim, postoje ključni stavovi i vrijednosti koje svatko može naučiti i razviti kako bi postao učinkovitiji u poticanju promjena. Evo nekoliko važnih kvaliteta na kojima se treba raditi:

### 1. Trud, upornost i predanost

Postizanje bilo kojeg cilja zahtijeva naporan rad, strpljenje i predanost. Ljudi koji ostaju predani i nastavljaju pokušavati, čak i kada stvari postanu teške, vjerojatnije će uspjeti.

### 2. Integritet

Biti iskren i imati jake vrijednosti je važno. Osoba s integritetom ostaje vjerna svojim uvjerenjima, preuzima odgovornost za svoje postupke i stječe povjerenje drugih radeći ono što je ispravno.

### 3. Komunikacijske vještine



Biti sposoban pažljivo slušati i jasno izraziti misli je bitno. Dobra komunikacija pomaže u povezivanju s drugima, objašnjavanju ideja i inspiriranju ljudi na akciju.

#### 4. Povezivanje s ljudima

Pokazivanje empatije, ljubaznosti i timskog rada čini da se ljudi osjećaju cijenjenima i potiče ih da zajedno rade na zajedničkom cilju.

#### 5. Upravljanje emocijama

Važno je ostati smiren i prilagodljiv u teškim situacijama. Učenje kako razumjeti i kontrolirati emocije pomaže ljudima da ostanu usredotočeni i donesu dobre odluke, čak i pod stresom.

#### 6. Jasna vizija

Vjerovati u svoje ideje i motivirati druge s povjerenjem i odlučnošću da te ideje pretvore u stvarnost.

## Kako se pripremamo za razvoj kompetencija mladih na temu zagovaranja za mentalno zdravlje?

Različiti faktori mogu utjecati na razvoj kompetencija mladih. Radnici/vođe mladih trebaju podržati mlade na njihovom putu:

Osiguravanje potrebnih resursa - podržite mlade pružanjem prostora, prilike i vremena da rade na svojim idejama i imaju sigurno okruženje za pokušaje i neuspjehe.

Profesionalna pomoć - pojedinci i organizacije s potrebnim znanjem i stručnostima u području mentalnog zdravlja trebaju biti dostupni za pitanja mladih.

Otvorenost prema povratnim informacijama mladih - trebamo biti otvoreni za primanje i promjenu stvari na temelju povratnih informacija od mladih.

Dijeljenje znanja - različiti programi mentorskog vođenja, obuke i radionice koje organiziraju zaposlenici za mlade mogu im pružiti potrebnu strukturu i planiranje.

Metakognicija procesa - podržite mlade da razmišljaju o svojim mentalnim procesima, sebi, svojim snagama i manama te vježbaju sposobnosti evaluacije i davanja povratnih informacija.

Stvaranje mreže - potičite stvaranje mreže vršnjaka i mladih grupa sličnog iskustva i želje za sudjelovanjem kako bi se međusobno motivirali i postali otporniji i ustrajni, bilo u offline ili online načinu.

## Koji su neki od izazova inicijativa za mentalno zdravlje mladih?

Svaka inicijativa i težnja za promjenom mogu se suočiti s izazovima. Međutim, s pažljivo planiranim aktivnostima i podrškom, ovi se izazovi mogu smanjiti i prevladati. Postoji mnogo potencijalnih izazova; ovdje ćemo predstaviti nekoliko njih: Nedostatak znanja i iskustva grupa mladih je pravi izazov; Nedostatak organizacije i komunikacije unutar inicijativa mladih; Uporna stigma i nedostatak sudjelovanja drugih; Kulturne, socioekonomske

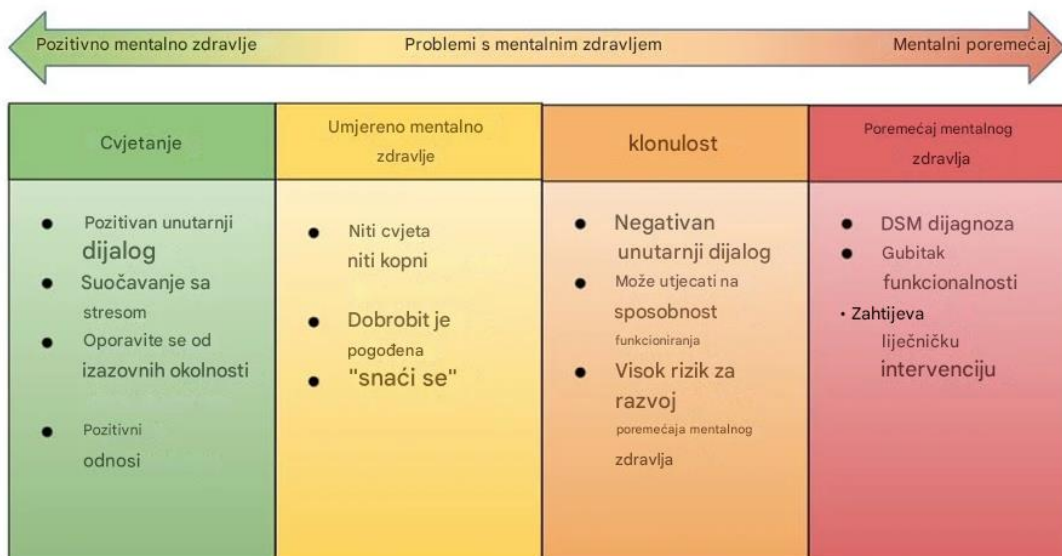


prepreke i ograničeni resursi; Kao u svakoj inicijativi nedostatak upornosti, motivacije i truda mladih; Inercija i otpornost sustava i odraslih osoba za preispitivanje i promjenu postojećih struktura; Izbjegavanje odgovornosti vladinih struktura, organizacija i \ ili dionika; Trenutno je tema mentalnog zdravlja vrlo popularna, stoga bi u sferi mladih mogla biti zasićenost teme.

## Zašto su izazovi za mentalno zdravlje važni u dobrobiti mladih?

Kontinuum mentalnog zdravlja predstavlja spektar blagostanja, pri čemu je mentalno zdravlje na jednom kraju, a mentalna bolest na drugom. U bilo kojem trenutku, pojedinac se može nalaziti na različitoj točki ovog kontinuuma, koji se može mijenjati kako se okolnosti poboljšavaju ili pogoršavaju. Česta zablude je klasificirati ljude strogo kao mentalno zdrave ili mentalno nezdrave. Kontinuum ilustrira da svatko zauzima određenu poziciju na njemu, neovisno o svom mentalnom stanju, što pomaže smanjiti stigmu priznavanjem da su svi uključeni. Dijagram pokazuje da se pojedinci mogu kretati naprijed i nazad duž kontinuuma, što znači da netko tko je trenutno "zdrav" može doživjeti razdoblja "reakcije", a oni koji su "ozlijeđeni" imaju potencijal ponovno postati "zdravi".

### Kontinuum mentalnog zdravlja



Izvor: <https://www.movesafe.com/how-5-5-minutes-of-daily-movement-can-enhance-mental-and-physical-health/>

Svi svakodnevno doživljavaju kognitivne pogreške. Ovi negativni obrasci mišljenja ili navike čine da pretjerujemo ili netočno percipiramo stvarnost na nezdrav način. To može biti štetno za naše mentalno zdravlje, odnose i opće blagostanje.



## Koji su obrasci kognitivnih distorzija?

Polarizirano razmišljanje - gledanje stvari u ekstremima, poput "sve ili ništa" ili "crno-bijelo". Vjerovanje da je sve što nije savršeno potpuni neuspjeh.

Mentalna filtracija - negativna filtracija isticanje negativnih aspekata dok se umanjuju ili ignoriraju pozitivni. Možda prepoznate nešto pozitivno, ali nađete način da to odbacite, fokusirajući se samo na negativno.

Pretpostavljena generalizacija - donošenje širokih zaključaka na temelju jednog negativnog događaja. Pretpostavka da će, ako je jedna stvar pošla po zlu, sve slične situacije imati isti negativan ishod.

Skakanje na zaključke - čitanje misli i proricanje - pretpostavljanje da znate što drugi misle ili predviđate budućnost bez dokaza koji bi podržali te pretpostavke.

Katastrofiziranje - uvećavanje i umanjivanje - preuveličavanje problema i očekivanje najgoreg dok se pozitivna iskustva umanjuju. Ova misao često dovodi do nepotrebne brige i stresa.

Personalizacija - shvaćanje stvari previše osobno, vjerovanje da je sve što drugi rade ili kažu izravna reakcija na vas, čak i kada to nema nikakve veze s vama. Pretpostavljanje da ste namjerno ciljani ili isključeni.

Okrivljavanje - prebacivanje odgovornosti za vašu bol na druge, igrajući ulogu žrtve.

Okrivljavanje je usmjereno van, umjesto da preuzmete odgovornost ili priznate svoju ulogu.

Etiketiranje - dodjeljivanje negativne etikete sebi ili drugima na temelju jednog incidenta.

Umjesto da incident vidite kao grešku, vi ili drugi se strogo ocjenjuju i nepošteno etiketiraju.

Uvijek biti u pravu - osjećaj stalne potrebe da budete u pravu, tretiranje vlastitih mišljenja kao činjenica i poduzimanje velikih napora da dokažete drugima da griješe, čak i kada to nije potrebno.

"Trebalo bi" izjave - nametanje rigidnih pravila sebi ili drugima s izjavama poput "trebalo bi", "mora" ili "treba". Ova očekivanja stvaraju pritisak i često dovode do razočaranja kada se ne ispune.

Emocionalno rezoniranje - vjerovanje da je sve što osjećate istinito. Emocije se uzimaju kao činjenice, blokirajući logičko razmišljanje i dovodeći do netočnih zaključaka temeljenih na negativnim osjećajima.

Zabluda o kontroli - vanjska kontrola naspram unutarnje kontrole - vjerovanje da je vaš život potpuno kontroliran vanjskim faktorima, ostavljajući vas bez moći, ili da imate potpunu kontrolu nad svojim okruženjem i odgovorni ste za dobrobit drugih.

Zabluda o promjeni - vjerovanje da se drugi moraju promijeniti kako bi vas usrećili.

Prisiljavate druge da se promijene, uvjereni da vaša sreća ovisi o njihovoj transformaciji.

Zabluda o pravednosti - očekivanje da bi život trebao uvijek biti pravedan i jednak. Kada stvarnost ne odgovara ovom uvjerenju, to dovodi do frustracije, ljutnje i ogorčenja.

Zabluda o nebeskoj nagradi - vjerovanje da će rad i žrtva uvijek biti nagrađeni, što može dovesti do razočaranja i ogorčenja kada se stvari ne odvijaju kako se očekivalo.



## Koji bi trebao biti odgovor na krize/izazove mentalnog zdravlja?

### OTPORNOST

Otpornost je sposobnost učinkovito se prilagoditi kada se suočavamo s izazovima, traumom, tragedijom, prijetnjama ili velikim izvorima stresa, poput teškoća u obitelji i odnosima, ozbiljnih zdravstvenih problema ili financijskih i radnih pritisaka. Iako otpornost često znači "oporavak" od ovih teških situacija, također može dovesti do značajnog osobnog rasta.

## Kako zagovarati mentalno zdravlje od strane mladih koristeći filmsku umjetnost?

Kampanja za mentalno zdravlje mladih putem filma može biti snažan i utjecajan način za podizanje svijesti, smanjenje stigme i poticanje pozitivnih promjena. Evo kako mladi mogu učinkovito koristiti filmmaking za kampanju za mentalno zdravlje:

#### *Identificirajte poruku i cilj*

Odredite ključnu poruku svoje kampanje. Je li to podizanje svijesti, pružanje edukacije, smanjenje stigme ili poticanje ljudi da potraže pomoć? Što želite postići? Na primjer, možete težiti postizanju određenog broja pregleda, utjecaju na promjene politika ili stvaranju podržavajuće zajednice.

#### *Istražite i razumijte probleme*

Opremite se znanjem o pitanjima mentalnog zdravlja koja utječu na mlade, uključujući uobičajene poremećaje, uzroke i utjecaj stigme. Sakupite stvarne priče od vršnjaka koji su voljni podijeliti svoja iskustva. To može učiniti vaš film relevantnim i autentičnim.

#### *Angažirajte i uključite zajednicu*

Radite s drugim mladim ljudima koji su strastveni prema mentalnom zdravlju. To mogu biti pisci, glumci, redatelji ili oni koji su iskusili izazove mentalnog zdravlja. Savjetujte se s profesionalcima iz oblasti mentalnog zdravlja kako biste osigurali da je vaš sadržaj točan i osjetljiv.

#### *Kreirajte uvjerljivu naraciju*

Napravite scenarij ili koncept koji odražava vašu poruku. Fokusirajte se na pričanje priča koje rezoniraju s iskustvima mladih. Prikažite raznolika iskustva i perspektive, uključujući one iz različitih kultura, spolova i pozadina. Iskoristite snažne vizuale, simbole i kreativnu kinematografiju kako biste izazvali emocije i naglasili ključne točke.

#### *Iskoristite društvene mreže i online platforme*

Podijelite svoj film na YouTubeu, Instagramu, TikToku ili drugim platformama gdje su mladi aktivni. Prilagodite format kako bi odgovarao platformi. Razvijte jedinstveni i privlačni hashtag za promociju kampanje i potaknite druge da podijele svoja iskustva ili reakcije.



Potaknite gledatelje da komentiraju, dijele i sudjeluju u raspravama. Organizirajte sesije pitanja i odgovora ili prijenose uživo kako biste se izravno povezali s publikom.

#### *Uključite pozive na akciju*

Uključite informacije o tome gdje potražiti pomoć, kao što su telefonske linije, savjetodavne usluge ili organizacije za mentalno zdravlje. Pozovite druge da kreiraju svoje filmove, podijele svoja iskustva ili se uključe u zagovaranje mentalnog zdravlja.

#### *Mjerite utjecaj i prilagodite se*

Pratite preglede, dijeljenja i komentare kako biste procijenili utjecaj svog filma. Zatražite povratne informacije od publike kako biste razumjeli što je dobro funkcioniralo, a što bi se moglo poboljšati. Iskoristite stečena saznanja za usavršavanje svog pristupa u budućim kampanjama.

#### *Suradnja sa školama i organizacijama*

Organizirajte projekcije u školama, društvenim centrima ili mladinskim organizacijama, nakon kojih slijede rasprave ili radionice. Suradnja s neprofitnim organizacijama ili zagovaračkim grupama može proširiti vaš doseg i pridobiti podršku za vašu kampanju.

#### *Promovirajte pozitivne uzore*

Uključite mlade influencere ili javne osobe koje mogu dati kredibilitet i privući širu publiku vašoj kampanji. Prikažite priče mladih koji su prevladali izazove mentalnog zdravlja, naglašavajući nadu i oporavak.

#### *Osigurajte etičko pripovijedanje*

Uvijek zatražite pristanak od onih koji dijele osobne priče i poštuju njihovu privatnost. Budite svjesni da ne izazivate nelagodu ili stres kod publike. Pružite upozorenja o sadržaju ako je to potrebno.

## Poglavlje 3: Snaga metodologije Metaphora u zagovaranju i filmskom stvaranju

Metodologija "Snaga Metaphora za Neformalno Obrazovanje u Zagovaranju Mentalnog Zdravlja Mladih" temelji se na iskustvenom učenju, aktivnom sudjelovanju i zajedničkoj izgradnji znanja. Integrira različite pristupe neformalnom obrazovanju (NFE) kako bi opremila mlade vještinama zagovaranja, fokusirajući se na svijest o mentalnom zdravlju i aktivizam, koristeći filmsko stvaranje kao alat. Struktura programa slijedi metaforičko putovanje, vodeći sudionike kroz različite faze učenja prema ciklusu KOLB-a.

#### *Osnovna načela metodologije*

Metodologija je osmišljena oko nekoliko temeljnih načela neformalnog obrazovanja:



Učenje kroz rad - Poticanje praktičnih iskustava gdje sudionici aktivno sudjeluju u simulacijama zagovaranja, kampanjama i praktičnim vježbama.

Inkluzivnost i sudjelovanje - Osiguravanje da svi sudionici jednako doprinose, osjećaju se sigurno i mogu slobodno izraziti svoje ideje.

Vršnjačko učenje i suradnja - Poticanje okruženja u kojem sudionici uče jedni od drugih kroz rasprave, igranje uloga i timski rad.

Refleksija i kritičko razmišljanje - Poticanje sudionika da analiziraju, razmišljaju i evaluiraju svoja iskustva učenja.

Kreativni i inovativni pristupi - Korištenje umjetničkog alata filma i pripovijedanja za poboljšanje napora u zagovaranju i učinkovitosti kampanje.

Struktura

Metodologija slijedi progresivni ciklus učenja, inspiriran Kolbovim modelom iskustvenog učenja, osiguravajući da sudionici dožive, reflektiraju, konceptualiziraju i primjenjuju svoje znanje.

Metodologija Snaga Metaphora pruža setove aktivnosti pod 5 naslova, a na facilitatoru je da odabere koje će aktivnosti uzeti iz kojih naslova, pružajući im priliku za višestruke izbore učenja.

Sekcije aktivnosti Snage:

1. Upoznavanje Snage – Razumijevanje Osnova

Cilj: Izgraditi zajedničko razumijevanje zagovaranja i mentalnog zdravlja.

Metode: razbijanje leda, grupne rasprave, pripovijedanje i interaktivne radionice.

Ključne aktivnosti: Uvod u projekt, EU strategija za mlade, postavljanje očekivanja i definiranje zagovaranja.

2. Stvaranje Snage – Jačanje Vještina Zagovaranja

Cilj: Opremanje sudionika potrebnim alatima za učinkovito zagovaranje mentalnog zdravlja.

Metode: Igranje uloga, debate, stvaranje multimedijalnog sadržaja i vježbe rješavanja problema.

Ključne aktivnosti: Tipovi zagovaranja, strateška komunikacija, javno govorništvo i umrežavanje.

3. Širenje Snage – Praktični Razvoj Kampanje

Cilj: Pružiti sudionicima praksu zagovaranja u stvarnom svijetu.

Metode: Grupni projekti, simulacije kampanja, rasprave o politikama i stvaranje digitalnog sadržaja.

Ključne aktivnosti: Planiranje kampanje, pripovijedanje kroz film i angažman dionika.

4. „Kuha se“ Snaga – Akcije Zagovaranja u Stvarnom Svijetu

Cilj: Implementirati stečeno znanje u praktične napore zagovaranja.

Metode: Javni događaji, aktivizam na društvenim mrežama, angažman u zajednici i umrežavanje.

Ključne aktivnosti: Javne akcije zagovaranja, inicijative koje vode mladi i preporuke za politiku.

5. Snaga Svugdje – REFLEKSIJA I BUDUĆE AKCIJE

Cilj: Evaluirati ishode učenja i razviti daljnje akcije.

Metode: Krugovi refleksije, samoprocenjivanje, planiranje mentorstva i postavljanje ciljeva.

Ključne aktivnosti: Evaluacije, planiranje budućih projekata i umrežavanje za dugoročni utjecaj.

Metodologija Snage Metaphora osigurava da mladi zagovornici razviju vještine, samopouzdanje i motivaciju za promicanje svijesti o mentalnom zdravlju i promjene politika. Kombiniranjem kreativnih, participativnih i refleksivnih tehnika učenja, obuka potiče održivi aktivizam i osnažuje mlade da pokreću značajne promjene u svojim zajednicama i šire.

## Odjeljak 1 aktivnosti - Upoznavanje snage

Ime aktivnosti	<b>Zagovaranje u bingu</b>
Ciljevi/s	Na kraju ove sesije, sudionici će moći: uspostaviti inkluzivnu i privlačnu grupnu dinamiku kroz interaktivne ledolomce. Upoznati se s ključnim pojmovima i konceptima povezanim sa zagovaranjem u neformalnom okruženju. Započeti međusobno upoznavanje i učenje od vršnjaka kroz strukturiranu društvenu interakciju.
Trajanje (minuta)	30 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Listovi s pitanjima (navedeni u nastavku) i olovke. Postavljanje sobe: U-oblik
Opis (korak po korak)	<p>Tok sesije:</p> <p>Uvod: Objasnite svrhu aktivnosti, naglašavajući da će sudionici koristiti znanje jedni drugih kako bi odgovorili na pitanja i pobijedili u igri.</p> <p>Podjela: Svakom sudioniku dajte jedan list s pitanjima i jednu olovku.</p> <p>Upute: Uputite sudionike da, radeći pojedinačno, imaju deset minuta da se kreću po prostoriji i pronađu odgovore na pitanja na svojim listovima.</p> <p>Postoje tri pravila:</p> <p>Pronađite odgovore na sva pitanja na listu.</p> <p>Ne odgovarajte na pitanja sami.</p> <p>Svako pitanje mora odgovoriti druga osoba.</p> <p>Prva osoba koja je dovršila list trebala bi vikati "Bingo!".</p> <p>Aktivnost: Sudionici kruže s listovima s pitanjima, bilježeći odgovore i imena osoba koje su ih dale.</p> <p>Upute:</p> <p>Pregledajte svako pitanje i zamolite člana grupe da pruži odgovor zajedno s imenom osobe koja ga je dala.</p> <p>Ova vježba pomaže sudionicima da se međusobno upoznaju i nauče imena jedni drugih. Neka pitanja također služe kao uvod u ključne pojmove poput "zagovaranje" i glavnu temu obuke, kao i isticanje vještina, stavova i mreža unutar grupe.</p> <p>Zaključak: Raspravite o značenju pojmova poput "zagovaranje" ili glavne teme obuke. Naglasite da ne postoji jedinstvena definicija za te pojmove i da slušanje različitih perspektiva pomaže u stjecanju dubljeg razumijevanja njihovih raznih tumačenja.</p>



Završna rasprava /zaključak	Refleksija vođena facilitatorom: Kako ste se osjećali prilikom angažiranja s različitim sudionicima? Jeste li naučili nešto novo o zagovaranju ili aktivizmu u području mentalnog zdravlja? Jesu li vam neki odgovori iznenadili ili inspirirali?
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	Komunikacija u Multikulturalnom Okruženju – Sudionici vježbaju aktivno slušanje, verbalnu komunikaciju i međuljudsko umrežavanje. Učenje kako Učiti – Refleksija o osobnim očekivanjima i dijeljenje znanja među vršnjacima poboljšava samostalno učenje. Društvene i Građanske Kompetencije – Razumijevanje zagovaranja kao kolektivnog procesa potiče aktivno građanstvo. Osjećaj Inicijative i Poduzetništva – Poticanje inicijative u angažiranju s vršnjacima i izgradnji temelja za buduće akcije zagovaranja. Kulturna Svijest i Izražavanje – Izloženost različitim perspektivama o zagovaranju doprinosi interkulturalnom učenju i otvorenosti.

## Materijal

### Bingo pitanja

Pronađite nekoga tko zna značenje riječi 'zagovaranje'. Što to znači? Ime:

Pronađite nekoga tko vjeruje da je njihovo obrazovanje moglo biti bolje. Ime:

Pronađite nekoga tko zna značenje riječi 'mir'. Što to znači? Ime:

Pronađite nekoga tko je održao govor pred velikom publikom. Ime:

Pronađite nekoga tko je sudjelovao u kampanji prije. Ime:

Pronađite nekoga tko je imao sastanak s donosiocem odluka. Ime:

Ime aktivnosti	<b>Post-it bilješke o očekivanjima i brigama</b>
Ciljevi/s	Pružite platformu sudionicima da izraze svoje nade i ciljeve za obuku. Dopustite sudionicima da podijele bilo kakve brige ili nesigurnosti o procesu obuke. Potaknite transparentnost i povjerenje rješavanjem očekivanja i briga od samog početka.
Trajanje (minuta)	20 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Post-its, olovke, flip-chart
Opis (korak po korak)	Tijek sesije: Svaki sudionik dobiva dva post-ita: jedan za pisanje svojih očekivanja i jedan za svoje brige. Sudionici trebaju zadržati svoje bilješke povjerljive i zalijepiti ih na unaprijed pripremljen flip-chart. Kada svi zalijepi svoje bilješke, voditelj(i) će brzo pregledati flip-chart i sažeti očekivanja i brige grupe. Voditelj(i) će komentirati te točke, raspraviti koja očekivanja se mogu ispuniti tijekom obuke i adresirati sve brige. Flip-chart treba ostati u prostoriji za obuku tijekom cijelog treninga kako bi se svi mogli vraćati na njega i pregledavati očekivanja i brige.
Završna rasprava /zaključak	Voditelj naglašava podržavajuće i otvoreno okruženje za učenje, potičući sudionike da komuniciraju bilo kakva promjenjiva očekivanja ili brige kako obuka napreduje.

Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Sudionici vježbaju izražavanje svojih misli na jasan i strukturiran način, poštujući različite perspektive.</p> <p>Učenje kako učiti – Poticanje samorefleksije o osobnim ciljevima učenja, pomažući sudionicima da preuzmu odgovornost za svoj razvoj tijekom procesa učenja.</p> <p>Socijalne i građanske kompetencije – Povećava aktivno sudjelovanje i suradnju poticanjem otvorene, transparentne i inkluzivne grupne dinamike.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Promiče proaktivno angažiranje, jer se sudionici potiču da preuzmu odgovornost za oblikovanje svog iskustva učenja.</p> <p>Emocionalna svjesnost i samorefleksija – Sudionici identificiraju svoje brige i aspiracije, pomažući im u navigaciji osobnim izazovima učenja i maksimiziranju svog rasta tijekom obuke.</p>
--	--

Ime aktivnosti	<b>Naša kultura / Pregled agende i projekta / Stavke za raspravu</b>
Ciljevi/s	<p>Definirajte zajedničke vrijednosti, ponašanja i dogovore za respektabilno i angažirajuće okruženje za obuku.</p> <p>Koristite interaktivne alate (Mentimeter, WordCloud) kako biste osigurali da svi glasovi doprinose oblikovanju kulture grupe.</p> <p>Jasno navedite sesije obuke, ciljeve i ključne teme kako biste postavili očekivanja.</p> <p>Upoznajte sudionike s interaktivnim tehnikama za održavanje energije, fokusa i inkluzivnosti tijekom obuke.</p>
Trajanje (minuta)	60 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	<p>Papir</p> <p>Laptop</p> <p>Projektor (LCD zaslon ili TV)</p> <p>Materijali za sudionike:</p> <p>Post-its</p> <p>Olovke</p> <p>Pripremljena mentimetarska veza</p>
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije - Uvod:</p> <p>Voditelj(i) unaprijed pripremaju Mentimeter vezu i dijele je na ekranu. Sudionici su pozvani da podijele riječi ili fraze koje opisuju zajedničku "kulturu" grupe ili dogovor o ponašanju, vrijednostima i ponašanju tijekom tečaja obuke.</p> <p>Sudjelovanje:</p> <p>Svaki sudionik koristi svoj telefon za doprinos 'WordCloudu' tako da upiše riječi ili fraze. One će se pojaviti na ekranu, odražavajući prijedloge svih za zajedničku "kulturu" grupe.</p> <p>Rasprava:</p> <p>Voditelj(i) čitaju unose i vode kratku raspravu kako bi osigurali konsenzus grupe o predloženim kulturnim normama.</p> <p>Primjeri mogućih unosa uključuju: "poštovati jedni druge", "biti točan" i "izbjegavati korištenje telefona tijekom sesija osim u svrhu aktivnosti."</p> <p>Ova metoda pomaže u stvaranju zajedničkog razumijevanja o tome kako sudionici trebaju komunicirati i koje vrijednosti trebaju održavati tijekom obuke.</p>



	<p>Voditelj će prikazati tjednu agendu na ekranu (LCD ili TV) i ukratko proći kroz svaku sesiju čitajući naslove i pružajući brzu raspravu kako bi dao sveobuhvatan pregled. Voditelj će predstaviti vizualni pregled Metafora projekta koristeći ekran.</p> <p>Uvod u tim, uključujući prijavitelje i partnerske organizacije iz različitih zemalja.</p> <p>Sažetak projekta i glavni fokus.</p> <p>Primarni cilj projekta.</p> <p>Ključne aktivnosti uključene.</p> <p>Očekivani ishodi projekta.</p> <p>Sesija će završiti pozivom voditelja da sudionici ukratko podijele svoja iskustva vezana uz projekt i temu.</p> <p>Voditelj će predstaviti metode za poboljšanje angažiranja grupe tijekom obuke. Ove metode uključuju:</p> <p>Podizanje obje ruke ili izvikivanje "Marko", na što drugi odgovaraju "Polo", potičući grupu da slijedi primjer kako bi postigli tišinu.</p> <p>"Tornado", gdje sudionici mijenjaju stolice, a da ne sjede na istom mjestu.</p> <p>"Bora bora", prelazak na zajednički jezik (engleski) tijekom grupnih okupljanja kako bi se osigurale inkluzivne rasprave.</p>
Završna rasprava /zaključak	<p>Točke rasprave:</p> <p>Kako se osjećate u vezi s aktivnostima koje smo upravo završili?</p> <p>Jeste li zadovoljni našom uspostavljenom kulturom? Imate li posljednje prijedloge ili promjene?</p> <p>Koja su bila vaša očekivanja prije dolaska? Jesu li se vaša očekivanja promijenila nakon uvoda?</p>
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Sudionici sudjeluju u suradničkim raspravama, koristeći digitalne alate i interaktivne metode za uspostavljanje zajedničkih vrijednosti i očekivanja.</p> <p>Socijalne i građanske kompetencije – Poticanje osjećaja odgovornosti i inkluzivnosti, osiguravajući da svi sudionici aktivno doprinosi oblikovanju respektabilnog i angažirajućeg okruženja za učenje.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Poticanje proaktivnog sudjelovanja omogućavanjem sudionicima da definiraju norme obuke i istražuju dinamične načine održavanja angažmana tijekom tečaja.</p> <p>Učenje kako učiti – Podrška samostalnom učenju upoznavanjem sudionika s agendom projekta, ciljevima i metodologijama, omogućujući im da preuzmu odgovornost za svoje putovanje učenjem.</p> <p>Digitalna i medijska pismenost – Upoznaje sudionike s interaktivnim digitalnim alatima (Mentimeter, WordCloud) koji povećavaju angažman i kolektivno odlučivanje, potičući digitalnu kompetenciju u vođenju grupa.</p>

Ime aktivnosti	<b>Udružite se! Imate li slobodnog vremena?</b>
Ciljevi/s	<p>Potaknite smisleno raspravljanje kroz vođena pitanja za svaki vremenski interval.</p> <p>Osigurajte da svi sudionici ravnomjerno sudjeluju i stvaraju nove veze. Potičite sudionike da razmišljaju o svojim iskustvima, perspektivama i sličnostima s drugima.</p> <p>Koristite interaktivni format kako biste energizirali sudionike i izgradili pozitivnu grupnu dinamiku.</p>

Trajanje (minuta)	60 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Za facilitatora: Projektor (LCD ili TV), Laptop Za sudionike: A4 radovi, olovke
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije - Priprema:</p> <p>Voditelj će prikazati prezentaciju i podijeliti A4 papire i olovke sudionicima. Sudionici će nacrtati sat na svom papiru i označiti sate.</p> <p>Upute:</p> <p>Voditelj objašnjava da za svaki sat na satu sudionici trebaju pronaći osobu s kojom će se povezati. Preporučuje se da se ne sastaju s istom osobom više od jednom.</p> <p>Voditelj najavljuje: “Sada, idite i pronađite svoje partnere za 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 sati.”</p> <p>Parovi i rasprave:</p> <p>Nakon 5 minuta, voditelj će zamoliti sve da sjednu. Za bilo koje vremenske slotove gdje netko nije pronašao partnera, voditelj će pomoći u formiranju parova kako bi svi bili uključeni.</p> <p>Voditelj zatim daje upute: “Sad je 1 sat, idite i pronađite svog partnera.”</p> <p>Pitanja za svaki vremenski interval su predstavljena u nastavku. Rasprave po vremenskim intervalima trajat će 2 minute.</p>
Završna rasprava /zaključak	<p>Pitanja za debriefing:</p> <p>Kako ste doživjeli aktivnost? Je li bila laka ili teška?</p> <p>Je li bilo pitanje koje vas je natjeralo da razmišljate drugačije?</p> <p>Jeste li otkrili neke sličnosti ili razlike s vašim partnerima?</p> <p>Koje bi pitanje moglo biti za 12 sati?</p> <p>Što ćete ponijeti iz ove sesije?</p>
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Sudionici vježbaju strukturirani dijalog, poboljšavajući svoju sposobnost aktivnog slušanja, izražavanja misli i sudjelovanja u smislenim razgovorima s različitim pojedincima.</p> <p>Interpersonalne i socijalne kompetencije – Poticanje empatije, suradnje i otvorenosti, jačajući sposobnost sudionika da se povežu s drugima, poštuju različite perspektive i izgrade odnos u grupnom okruženju.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Poticanje proaktivnog angažiranja zahtijevanjem od sudionika da preuzmu inicijativu u uspostavljanju veza, razmjeni ideja i raspravi o osobnim i profesionalnim iskustvima.</p> <p>Učenje kako učiti – Poticanje samorefleksije kroz vođena pitanja, omogućujući sudionicima da analiziraju svoja prošla iskustva i steknu uvid u svoje vrijednosti, motivacije i aspiracije.</p> <p>Kulturna svjesnost i izražavanje – Pružanje prilike za istraživanje različitih pozadina i perspektiva, potičući interkulturalno razumijevanje i cijenjenje različitih stajališta.</p>

Pitanja za svaki vremenski interval:

1 sat: Što vas nasmijava?

2 sata: Što za vas znače vodstvo i zagovaranje mladih?

3 sata: Gdje pronalazite svoju inspiraciju?

4 sata: Zašto su vještine zagovaranja važne za glas mladih u vašoj lokalnoj zajednici/organizaciji?

5 sati: Koji su vaši hobiji?

6 sati: Poznajete li dobre vođe? Tko su oni i što ih čini dobrim vođama?

7 sati: Što je bio prekretnica u vašem životu?

8 sati: Što vas je motiviralo da dođete na ovu obuku o zagovaranju?

9 sati: Koja je vaša omiljena tradicija ili blagdan?

10 sati: Ako biste se morali opisati kao životinja, koja bi to bila?

11 sati: Kako planirate primijeniti ono što naučite iz ove obuke u svom radu ili životu?

Ime aktivnosti	<b>EU strategija za mlade i Europski ciljevi za mlade</b>
Ciljevi/s	Upoznati se s EU strategijom za mlade, Europskim ciljevima za mlade i Europskim dijalogom o mladima. Razumjeti značenje ovih dokumenata za angažman mladih i demokratsko sudjelovanje u Europi. Povećati svoje znanje o Agendi 2030. za održivi razvoj i ciljevima održivog razvoja (SDG-ima).
Trajanje (minuta)	30 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Markeri Flip-charti Multimedijski projektor Postavke sobe: Radni otoci Za voditelja: EU strategija za mlade, Europski ciljevi za mlade Za sudionike: Popis 11 Europskih ciljeva za mlade – pošaljite poveznicu ili izradite QR kod za dokument, kopije ciljeva održivog razvoja (SDG) za rad u malim grupama
Opis (korak po korak)	Tijek sesije: Uvod: Započnite pitanjem sudionicima jesu li upoznati s EU strategijom za mlade i Europskim ciljevima za mlade. Ako neki sudionici imaju prethodno znanje, pozovite ih da podijele svoja iskustva i kako su došli do tih dokumenata. Prezentacija: Nakon nekoliko dijeljenih iskustava, predite na prezentaciju. Prezentacija će obuhvatiti ključne točke temeljem 10 činjenica o EU strategiji za mlade i Europskim ciljevima za mlade (u nastavku). Rad u malim grupama [10 min]: Formiranje grupa: Podijelite sudionike u 3 ili 6 podgrupa. 1 ili 2 grupe će se fokusirati na jedan od sljedećih koncepata: Angažirati, Povezati i Osnažiti. Grupa 1 će istraživati "Angažirati", Grupa 2 će istraživati "Povezati", a Grupa 3 će istraživati "Osnažiti". Zadatak: Svaka grupa će identificirati koji Europski ciljevi za mlade se podudaraju s njihovim dodijeljenim konceptom i objasniti poveznice. Prezentacija grupnog rada i rasprava: Prezentacije: Svaka grupa će imati 2 minute za predstavljanje svojih otkrića, uključujući koji Europski ciljevi za mlade se odnose na njihov koncept i razloge iza

	<p>svojih izbora. Nakon svake prezentacije, bit će 1 minuta za pitanja i odgovore.</p>
	<p>Uvod:          Voditelj započinje pitanjem: “Što znate o ciljevima održivog razvoja (SDG) i Agendi 2030. za održivi razvoj?”          Početni odgovori:          Voditelj potiče nekoliko sudionika da podijele svoje znanje. [5 min]          Pregled:          Ako je potrebno, voditelj daje kratak pregled Agende 2030. za održivi razvoj koristeći dostupne informacije. [3 min]          Grupna aktivnost:          Sudionici se dijele u 8 nasumičnih grupa.          Svaka grupa će se fokusirati na to kako mladi mogu doprinijeti provedbi 2 različita SDG-a. Bit će osigurane kopije svih SDG-a.          Grupe trebaju pročitati ciljeve i mogu se pozvati na ciljeve za više detalja. Moraju smisliti najviše 3 konkretne, realistične i izvedive ideje za svaki cilj. Voditelj treba naglasiti da ideje trebaju biti specifične i ostvarive.          Grupe će imati 10 minuta za rad, a voditelji će biti dostupni za podršku i vodstvo.          Prezentacije:          Svaka grupa će predstaviti svoje ideje u maksimalno 2 minute, ukupno 16 minuta za sve prezentacije.</p>
Završna rasprava /zaključak	<p>Debriefing:          Nakon svih prezentacija, provedite raspravu kako biste prikupili refleksije o sesiji.          Pitanja za raspravu mogu uključivati: “Je li bila vježba laka ili izazovna?”          “Koje je vaše trenutno razumijevanje uloge mladih u provedbi SDG-a?”          “Koji SDG-i su vam najrelevantniji za vaš rad kao aktivista za mlade?”          Zaključite zahvaljujući sudionicima na njihovim doprinosima.</p>
Stechene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Sudionici stječu dublje razumijevanje europskih politika za mlade, okvira angažmana i ciljeva održivog razvoja, povećavajući svoju sposobnost sudjelovanja u demokratskom životu i raspravama o politikama.          Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Kroz grupne rasprave i prezentacije, sudionici vježbaju jasno izražavanje ideja, sudjelovanje u strukturiranom dijalogu i obranu svojih stajališta u međunarodnom okruženju.          Osjećaj inicijative i poduzetništva – Poticanje kritičkog razmišljanja i proaktivnog angažiranja, dok sudionici istražuju kako inicijative vođene mladima mogu doprinijeti provedbi EU strategije za mlade i SDG-ima.          Učenje kako učiti – Razvija sposobnost sudionika za samostalno učenje zahtijevajući od njih da analiziraju politike, identificiraju ključne ciljeve i predlažu provedive rješenja za zagovaranje.          Kulturna svjesnost i izražavanje – Jača svjesnost o globalnim i europskim izazovima, pomažući sudionicima da cijene kako različite kulturne i nacionalne perspektive utječu na donošenje politika i zagovaranje mladih.</p>



Grafikon 1 i 2:



Izvor: <https://trainerslibrary.org/eu-youth-goals-and-the-vision-of-young-people/>  
snimljen 20.9.2024



Izvor: <https://www.are.admin.ch/are/en/home/sustainable-development/sustainability-policy/203030agenda.html> snimljen 20.09.2024

Cilj 1: Okončati siromaštvo u svim njegovim oblicima svugdje

Cilj 2: Okončati glad, postići sigurnost hrane i poboljšanu prehranu te promicati održivu poljoprivredu

Cilj 3: Osigurati zdrave živote i promicati blagostanje za sve u svim dobnim skupinama

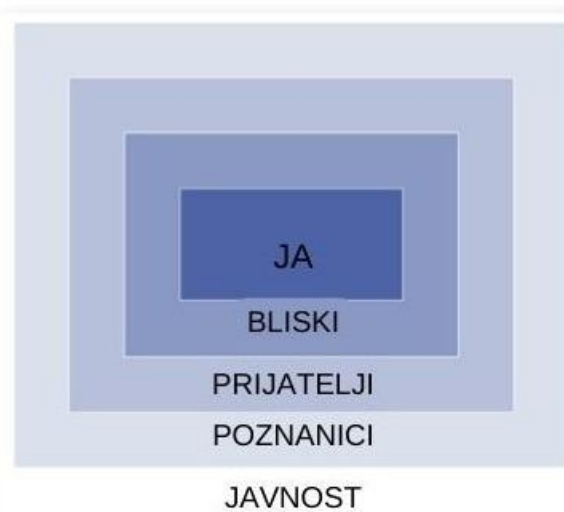
- Cilj 4: Osigurati uključivo i pravedno kvalitetno obrazovanje te promicati mogućnosti cjeloživotnog učenja za sve
- Cilj 5: Postići ravnopravnost spolova i osnažiti sve žene i djevojčice
- Cilj 6: Osigurati dostupnost i održivo upravljanje vodom i sanitacijom za sve
- Cilj 7: Osigurati pristup pristupačnoj, pouzdanoj, održivoj i modernoj energiji za sve
- Cilj 8: Promicati održiv, uključiv i održiv ekonomski rast, punu i produktivnu zaposlenost te pristojan rad za sve
- Cilj 9: Izgraditi otpornu infrastrukturu, promicati uključivu i održivu industrijalizaciju i poticati inovacije
- Cilj 10: Smanjiti nejednakost unutar i među zemljama
- Cilj 11: Učiniti gradove i ljudska naselja uključivima, sigurnima, otpornima i održivima
- Cilj 12: Osigurati održive obrasce potrošnje i proizvodnje
- Cilj 13: Poduzeti hitne mjere za borbu protiv klimatskih promjena i njihovih učinaka
- Cilj 14: Čuvati i održivo koristiti oceane, mora i morske resurse za održivi razvoj
- Cilj 15: Zaštititi, obnoviti i promicati održivu upotrebu kopnenih ekosustava, održivo upravljati šumama, boriti se protiv dezertifikacije, zaustaviti i preokrenuti degradaciju zemljišta i zaustaviti gubitak biološke raznolikosti
- Cilj 16: Promicati mirne i uključive društva za održivi razvoj, osigurati pristup pravdi za sve i izgraditi učinkovite, odgovorne i uključive institucije na svim razinama
- Cilj 17: Ojačati sredstva za provedbu i revitalizirati globalno partnerstvo za održivi razvoj

Ime aktivnosti	<b>Kvadrati</b>
Ciljevi/s	Potaknuti sudionike da razmisle o tome kako ljudi dijele informacije, grade povjerenje i postavljaju granice u komunikaciji.
Trajanje (minuta)	30 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Bijeli papir za svakog sudionika, markere ili olovke, Flip-Chart Postavljanje sobe: raspored u obliku slova U Materijal (i) za facilitatora: Popis izjava
Opis (korak po korak)	Tijek sesije - Vođeni individualni rad [15 min] Podijelite po jedan komad papira svakom sudioniku i osigurajte dovoljno markera ili olovaka za sve. Nacrtajte donji grafik na flip-chartu i zamolite sudionike da učine isto na svojim papirima. Kako bismo istražili što svaki kvadrat znači za svakoga od nas, pročitajte sljedeće izjave jednu po jednu i zamolite sudionike da označe ili naznače s kim bi podijelili svaki tip informacije. Potičite sudionike da razmišljaju o specifičnim osobama u svojim životima koje spadaju u svaku kategoriju. Pomoć pri pojašnjavanju pojmova kao što su 'poznani' i 'intimni prijatelji'. Popis je u nastavku.
Završna rasprava /zaključak	Debriefing [10 min] Pitajte sudionike kako su se osjećali dok su birali kvadrate. Je li bilo iznenađenja? Koja je bila glavna poruka iz vježbe? Kako se sada osjećaju? Zatvaranje i evaluacija [5 min] Zaključite sesiju napominjući da će u sljedećih nekoliko dana biti brojne prilike za dijeljenje informacija o nama samima koje možda nismo inicijalno razmatrali. Istaknite važnost održavanja granica i poštivanja



	privatnosti drugih. Naglasite da dijeljenje naših vrijednosti, stavova i uvjerenja može pomoći u ujedinjenju oko zajedničkih ideja.
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Osobne i socijalne kompetencije – Poticanje samosvijesti, emocionalne inteligencije i postavljanja granica, pomažući sudionicima da razmisle o svom stupnju udobnosti prilikom dijeljenja osobnih informacija.</p> <p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Povećava sposobnost sudionika da se snalaze u društvenim interakcijama, poštuju različite perspektive i sudjeluju u smislenim razgovorima o povjerenju i privatnosti.</p> <p>Učenje kako učiti – Podržava kritičko razmišljanje i samorefleksiju, omogućujući sudionicima da procijene kako osobna iskustva oblikuju njihovu otvorenost i komunikacijske navike.</p> <p>Građanska i socijalna odgovornost – Poticanje razumijevanja osobnih granica, pristanka i etičke komunikacije, jačajući važnost uzajamnog poštovanja i povjerenja u grupnoj dinamici.</p> <p>Kulturna svjesnost i izražavanje – Poticanje sudionika da prepoznaju kako kulturne pozadine utječu na razinu udobnosti pri dijeljenju osobnih informacija, promičući empatiju i inkluzivnost.</p>

Grafikon 1:



Za facilitatora:

Možete započeti govoreći, na primjer: ‘Započnimo s vašom visinom. Razmislite s kim biste se osjećali ugodno dijeleći informacije o tome koliko ste visoki. Biste li to podijelili s onima koje smatrate intimnima? S poznanicima? Ili u javnom okruženju s nepoznatima?’

Savjeti za facilitatora:

Priznajte da se neće sva iskustva primjenjivati na svakog sudionika.

Potičite sudionike da zamisle s kim bi podijelili informacije ako bi im ta iskustva bila relevantna.

Dajte dovoljno vremena sudionicima da razmisle o svakom pitanju i svojim odgovorima.

Popis izjava:

Vaša visina

Vaša težina

Vaša religijska uvjerenja

Vaš socijalni status

Vaše političke ideje

Vaš bračni status

Vaša etnička pripadnost

Vaša omiljena zamjenica

Nezadovoljstvo nekim dijelom vašeg tijela

Vaša adresa

Vaša frustracija zbog posla

Vaši hobiji

Stvari koje vas iritiraju kod cimera

Nešto što žalite što ste učinili

Vaš „guilty pleasure“

Ime aktivnosti	<b>Karte vrijednosti</b>
Ciljevi/s	Istražiti svoja osobna uvjerenja i čimbenike koji utječu na njihove odluke i ponašanja. Steći svijest o kartama vrijednosti. Težiti dubljem razumijevanju vrijednosti. Neprestano procjenjivati i reflektirati o vrijednostima.
Trajanje (minuta)	75 min
Potrebni resursi/materijali/oprema	Flip-chart; Markeri; Olovke; 4 špila kartica vrijednosti (isprintane za sve sudionike ili prikazane na ekranu pomoću multimedijskog projektora koji je pripremio voditelj) Postavke sobe: Krug, Radni otoci
Opis (korak po korak)	Tijek sesije: Voditelj poziva sudionike da odaberu do 3 vrijednosti ili ponašanja s donjeg popisa ili da sami napišu koje najbolje predstavljaju snagu vrijednosti. Špil kartica će biti osiguran. Kada svi sudionici odaberu vrijednosti, trebaju ih napisati na A4 papiru, a voditelj ih upućuje da na papir napišu svoje ime i od njega naprave papirnati avion. Nakon toga, iz reda će svaki sudionik baciti avion, a voditelj će prikupiti avione, formirajući 5 grupa, pri čemu bi u prvoj grupi trebao biti najmanji broj sudionika, a u posljednjoj najveći broj sudionika. Sada, u grupama, svaki sudionik s popisa (njihov papirni avion) dijeli odabrane vrijednosti s ostalima, a grupe trebaju odabrati 3 najvažnije vrijednosti dobrog vođe koje su dogovorene od strane cijele grupe. Te vrijednosti pišu na flip-chart papiru. U istim grupama, voditelj traži od sudionika da: Podijele svoje 3 najvažnije vrijednosti jedni s drugima. Rasprave o uvjerenjima povezanim s tim vrijednostima.



	Rasprave o tome zašto i kako su donijeli odluku o konačnom popisu vrijednosti.
Završna rasprava /zaključak	<p>Zatvaranje i evaluacija: Stvorite mirno i tiho okruženje za sesiju. Uvedite sljedeća pitanja za refleksiju, bilo napisano na flip-chartu ili kao isprintani materijal: Kako ste se osjećali i kakve su bile vaše reakcije? Kakve zaključke možete izvući iz ovog iskustva? Što ste naučili? Kako možete primijeniti ono što ste naučili kako biste poboljšali svoja buduća iskustva? Koje akcije možete poduzeti na temelju onoga što ste naučili?</p>
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Osobne i socijalne kompetencije – Poticanje samorefleksije, samosvijesti i emocionalne inteligencije, pomažući sudionicima da prepoznaju kako vrijednosti oblikuju njihove odluke, ponašanja i stilove vođenja. Osjećaj inicijative i poduzetništva – Razvija vještine donošenja odluka i strateškog razmišljanja zahtijevajući od sudionika da analiziraju, prioritetiziraju i jasno izraze svoje temeljne vrijednosti u vođenju. Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Povećava sposobnost sudionika da izraze osobna uvjerenja, aktivno slušaju i sudjeluju u respektabilnim raspravama o vrijednostima i donošenju odluka. Građanska i socijalna odgovornost – Poticanje razumijevanja etičkog vođenja, kolektivnog donošenja odluka i odgovornosti, jačajući ulogu vrijednosti u izgradnji uključivih i odgovornih zajednica. Učenje kako učiti – Podržava kontinuiranu samoprocjenu i osobni razvoj, omogućujući sudionicima da ocijene kako njihova uvjerenja utječu na njihove akcije i kako mogu primijeniti ovo znanje u vođenju i zagovaranju.</p>

## Odjeljak 2 aktivnosti - stvaranje snage

Ime aktivnosti	<b>Zagovaranje za promjene</b>
Cilj	Ova sesija nudi sudionicima priliku da razumiju zagovaranje i nauče o njegovim različitim vrstama.
Trajanje (minuta)	90 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Kopije materijala pod naslovima "Zagovaranje i povezani koncepti" i "Vrste zagovaranja" Postavljanje sobe: U-oblik
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije: Zagrijavanje [5-8 minuta] Dio I [10 min] Pozovite sve sudionike da pomisle na prvu asocijaciju (riječ) koja im pada na pamet kada čuju riječ ZAGOVARANJE.</p>



	<p>Pozovite sudionike da razmisle o asocijaciji na zagovaranje i neka svi napišu dvije ili tri riječi u Mentimeter Word Cloud. Prikažite to na ekranu i raspravite s grupom.</p> <p>Dio II [45 min]</p> <p>Podijelite grupu u četiri male grupe, dajte im četiri teme i četiri lista flipcharta. Teme su: Zagovaranje, Lobiranje, Mobilizacija resursa, Umrežavanje i partnerstvo</p> <p>Recite im da su sada četiri grupe stručnjaka koje trebaju napraviti prezentacije o ovim četirima vrstama zajedničkih akcija, opisujući definiciju i cilj, ciljne skupine, proces i pokazatelje uspjeha.</p> <p>Dajte grupama vrijeme za rad [20 min] i pozovite ih da predstave svoje proizvode [20 min].</p> <p>Pozovite neke od njih da podijele što su naučili o različitim zajedničkim akcijama [5 min].</p> <p>Dio III [50 min]</p> <p>Vrste zagovaranja [25 min]</p> <p>Pitajte sudionike da razmišljaju o različitim uzrocima ili pitanjima za koje bi ljudi mogli zagovarati. [15 min]</p> <p>Zaključite sesiju razmišljanja s kratkom prezentacijom o "Vrste zagovaranja", koristeći materijal za ruke. [10 min]</p> <p>Dajte 5 minuta za pitanja i raspravu.</p> <p>Izlaz [15 min]</p> <p>Na kraju sesije, pitajte sudionike da razmisle o sljedećem pitanju: Koja vrsta zagovaranja je najrelevantnija za rad vaše organizacije?</p>
<p>Završna rasprava /zaključak</p>	<p>Zatražite od sudionika da podijele ključne uvide koje su stekli o zagovaranju, lobiranju, mobilizaciji resursa i umrežavanju.</p> <p>Potičite sudionike da identificiraju potencijalne izazove u naporima zagovaranja i da razmišljaju o mogućim rješenjima.</p> <p>Sažmite glavne točke raspravljene, naglašavajući važnost zagovaranja u stvaranju društvenih promjena.</p> <p>Zatražite od sudionika da podijele jednu riječ ili frazu koja najbolje opisuje njihovo iskustvo iz sesije.</p>
<p>Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)</p>	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Povećava razumijevanje zagovaranja, lobiranja, umrežavanja i mobilizacije resursa, opremajući sudionike vještinama za aktivno građanstvo i poticanje društvenih promjena.</p> <p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Jača vještine javnog nastupa, debata i vođenja grupa, omogućujući sudionicima da učinkovito predstavljaju svoje ideje, raspravljaju o strategijama zagovaranja i surađuju u raznolikim timovima.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Potiče sudionike da identificiraju ključne izazove u zagovaranju, razvijaju strateška rješenja i primjenjuju svoje znanje na stvarne akcije u zajednici.</p> <p>Učenje kako učiti – Podupire kritičko razmišljanje i samorefleksiju potičući sudionike da analiziraju različite pristupe zagovaranju, procjenjuju njihovu učinkovitost i povezuju ih sa svojim organizacijskim radom.</p> <p>Kulturna svjesnost i izražavanje – Promiče međukulturni dijalog i razumijevanje istražujući kako se zagovaranje razlikuje u različitim društvenim, političkim i kulturnim kontekstima.</p>

Tablica 1:

	Zagovaranje	Mobilizacija zajednice	Mreže i partnerstva	Prikupljanje sredstava i mobilizacija resursa	Prevladavanje stigme i diskriminacije
Što mogu promijeniti	Politike, svijest i provedba politika, zakona i praksi	Svijest i ponašanje	Izolacija i umnožavanje	Razina raspoloživih resursa	Razina stigme i diskriminacija ljudi s izazovima mentalnog zdravlja
Ciljana skupina	Donositelji odluka, vođe, donositelji politika, ljudi koji su u poziciji utjecaja	Članovi zajednice	Pojedinci i grupe sa sličnim programom	Zajednice, lokalne samouprave, vijeća, donatori	Ljudi koji stigmatiziraju, diskriminiraju
Tipični pokazatelji uspjeha	Provedba politika, zakona i praksi	Rješenje problema u zajednici, više ljudi sudjeluje na zajedničkim sastancima	Partneri i mreže postižu više nego ako su radili sami	Dostupni resursi	Manje slučajeva stigmatizacije i diskriminacije

#### Vrste zagovaranja:

**Samo-zagovaranje:** Ovo se odnosi na pojedinca koji se zalaže za sebe, poput izražavanja svojih prava i potreba.

**Individualno zagovaranje:** Ovo uključuje zagovaranje u ime pojedinca ili male grupe ljudi, kao što je pomaganje u pristupu uslugama ili resursima koji su im potrebni.

**Sustavno zagovaranje:** Ova vrsta zagovaranja fokusira se na promjenu politika, zakona ili sustava koji utječu na veće grupe ljudi. Teži rješavanju korijenskih uzroka problema, a ne samo liječenju simptoma.

**Pravno zagovaranje:** Ova vrsta zagovaranja uključuje korištenje pravnih kanala za traženje pravde ili ostvarivanje prava, poput putem sudskog sustava ili administrativnih postupaka.

**Zagovaranje na razini zajednice:** Ova vrsta zagovaranja uključuje mobilizaciju ljudi na razini zajednice radi postizanja promjena, kao što je organiziranje prosvjeda ili kampanja pisanja pisama.

Sve vrste zagovaranja imaju jednake važnosti. Odabir vrste zagovaranja ovisi o tome što je najprikladnije za pojedinca koji ga traži. Osoba može zahtijevati različite vrste podrške u zagovaranju u različitim fazama svog života.

Zajednička karakteristika svih oblika zagovaranja je da je pojedinac (u ovom slučaju, osoba s poteškoćama u učenju) uvijek u središtu procesa zagovaranja. Fokusira se na ono što pojedinac želi i pronalaženje najučinkovitijeg načina za komunikaciju toga relevantnim stranama.

Zagovaranje se može usporediti s alatima u kutiji s alatom, gdje se različite vrste mogu koristiti zajedno ili odvojeno, ovisno o zadatku. Osobe s poteškoćama u učenju često izražavaju da je sudjelovanje u grupi za samo-zagovaranje ili primanje podrške od zagovornika ključno za osnaživanje njihova preuzimanja kontrole nad vlastitim životima.

Ime aktivnosti	<b>Zagovaračka štafetna utrka</b>
Ciljevi/s	<p>Angažirati sudionike na zabavan i interaktivan način</p> <p>Razviti njihove vještine i znanje o zagovaranju, istovremeno promičući timski rad i suradnju.</p> <p>Izgraditi razumijevanje zagovaranja i poboljšati njihovu sposobnost komuniciranja i zagovaranje za određeni cilj.</p>
Trajanje (minuta)	45 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	<p>Karte s različitim scenarijima zagovaranja.</p> <p>Čunjevi ili markeri za postavljanje staze za štafetnu utrku.</p> <p>Stoperica ili tajmer za praćenje vremena utrke.</p> <p>Nagrade ili priznanja za pobjednički tim (opcionarno).</p> <p>Postavke sobe: Otvoren prostor za sudionike da se kreću i završe štafetnu utrku.</p>
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije - Podijelite sudionike u timove od 3-4 osobe.</p> <p>Svaki tim će odabrati ime i kapetana.</p> <p>Dajte svakom timu set karata s različitim scenarijima zagovaranja.</p> <p>Na znak za početak, prvi igrač iz svakog tima će uzeti kartu i pročitati scenarij.</p> <p>On/ona će trčati do sljedećeg igrača u istom timu i predati mu kartu.</p> <p>Drugi igrač će pročitati scenarij, trčati stazu i predati kartu sljedećem igraču.</p> <p>Igra se nastavlja dok svi članovi tima ne završe stazu i pročitaju sve scenarije zagovaranja. Tim koji prvi završi stazu i sve scenarije pobjeđuje u igri (Svaki tim će imati set karata s različitim scenarijima zagovaranja, a morat će završiti utrku prosljeđujući sve karte svojim članovima tima. To znači da će svaki tim morati pročitati i raspraviti više scenarija kako bi završio utrku).</p> <p>Uključivanjem scenarija zagovaranja u igru, igrači će također učiti o različitim situacijama u kojima je zagovaranje možda potrebno i koje vrste zagovaranja mogu biti najučinkovitije u tim situacijama. Općenito, štafetna utrka zagovaranja je kreativan i angažirajući način za poučavanje o zagovaranju i promicanje timskog rada među sudionicima.</p> <p>Tijekom igre, igrači mogu raspravljati o scenarijima i njihovim mogućim rješenjima, ali je glavni cilj završiti stazu i pročitati sve scenarije.</p>



Završna rasprava /zaključak	<p>Facilitator može voditi kratku raspravu ili refleksiju o sljedećim pitanjima:          Što ste naučili o različitim vrstama zagovaranja?          Kako ste se osjećali tijekom štafetne utrke?          Jeste li se susreli s nekim izazovima tijekom štafetne utrke? Ako jeste, kako ste ih prevladali?          Kako možete primijeniti ono što ste naučili u vlastitom životu i radu?          Facilitator može potaknuti sudionike da podijele svoje misli i osjećaje s grupom te aktivno slušaju jedni druge. To će pomoći u stvaranju osjećaja zajednice i podrške među sudionicima</p>
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Povećava razumijevanje zagovaranja angažiranjem sudionika u stvarnim scenarijima, pomažući im da razviju vještine za aktivno građanstvo i društvene promjene.          Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Jača sposobnost sudionika da jasno izražavaju ideje, aktivno slušaju i učinkovito surađuju u raznolikom timskom okruženju.          Osjećaj inicijative i poduzetništva – Poticanje brzog donošenja odluka, rješavanja problema i vodstva izazivajući sudionike da analiziraju scenarije, prilagode strategije i poduzmu akciju u dinamičnom okruženju.          Učenje kako učiti – Promiče kritičko razmišljanje i samorefleksiju potičući sudionike da procjene scenarije zagovaranja, prepoznaju različite pristupe i primijene svoja saznanja na stvarne probleme.          Timski rad i suradnja – Poticanje suradnje, povjerenja i kolektivnog donošenja odluka, osiguravajući da sudionici učinkovito rade zajedno pod vremenskim ograničenjima dok sudjeluju u smislenim raspravama.</p>

Točni odgovori za svaki scenarij (sudionici primaju samo scenarij i raspravljaju o mogućem odgovoru):

Osoba s invaliditetom ne može pristupiti javnom prijevozu.

Koja vrsta zagovaranja je potrebna?

Odgovor: Sustavno zagovaranje - ova situacija zahtijeva zagovaranje promjena u sustavu i politikama koje reguliraju javni prijevoz kako bi se osigurala pristupačnost za sve pojedince, a ne samo za osobu s invaliditetom u ovom specifičnom scenariju.

Dijete je zlostavljano u školi.

Koja vrsta zagovaranja je potrebna?

Odgovor: Individualno zagovaranje - ova situacija zahtijeva zagovaranje za dijete koje je zlostavljano suradnjom s upravom škole, učiteljima i roditeljima kako bi se osigurala sigurnost i dobrobit djeteta.

Obitelj si ne može priuštiti osnovne potrebe.

Koja vrsta zagovaranja je potrebna?

Odgovor: Samo-zagovaranje - ova situacija zahtijeva da obitelj zagovara sama za sebe tražeći dostupne resurse i podršku, kao što su vladini programi pomoći, organizacije u zajednici ili programi osposobljavanja za rad.

Osoba je pogrešno optužena za zločin koji nije počinila.

Koja vrsta zagovaranja je potrebna?

Odgovor: Pravno zagovaranje - ova situacija zahtijeva pravno zastupanje kako bi se obranila osoba koja je pogrešno optužena i osigurala da su njihova prava zaštićena tijekom pravnog postupka.

Zajednica je u opasnosti da bude prisiljena napustiti svoje domove zbog velikog građevinskog projekta.

Koja vrsta zagovaranja je potrebna?

Odgovor: Sustavno zagovaranje - ova situacija zahtijeva zagovaranje promjena u sustavu i politikama koje reguliraju građevinski projekt kako bi se osiguralo da su prava i dobrobit zajednice uzeti u obzir i da budu adekvatno kompenzirani za bilo kakvo iseljenje ili gubitak.

Ime aktivnosti	mAdvocacy
Ciljevi/s	<p>Obučiti sudionike o konceptu zagovaranja kroz zabavnu i interaktivnu igru. Promovirati učenje temeljen na igri, čineći koncepte zagovaranja nezaboravnim i zabavnim.</p> <p>Potaknuti suradničko učenje omogućujući sudionicima da popune praznine i podijele svoje dovršene Mad Libs priče.</p> <p>Potaknuti kreativno učenje potičući sudionike da koriste maštu prilikom odabira riječi.</p> <p>Olakšati iskustveno učenje povezivanjem teorije zagovaranja s primjenom u stvarnom životu.</p>
Trajanje (minuta)	60 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	<p>Za facilitatora: unaprijed pripremljeni predložak Mad Libs, Timer, Predložci za raspravu</p> <p>Za sudionike: 200 karata, 42 rečenice, olovke ili olovke, ispisani predložak MAD LIBS</p> <p>Postavljanje sobe: Rasporedite sudionike u malim skupinama ili oko središnjeg stola. Pomiješajte špil karata riječi i nanosite isti iznos svakom igraču. Postavite kartice rečenica u središnju hrpu.</p>
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije - Objasnite da će se sesija koristiti igrom Mad Libs za istraživanje različitih komponenti zagovaranja. Podijelite Mad Libs predloške svakom sudioniku. Objasnite proces odabira riječi: sudionici će popuniti praznine imenicama, glagolima, pridjevima ili drugim riječima na temelju svojih kartica s riječima. Svaki sudionik odabire riječi sa svojih kartica kako bi ispunio predložak. Sudionici popunjavaju praznine odabranim riječima.</p> <p>Dijeljenje i rasprava</p> <p>Svaki sudionik čita svoju dovršenu Mad Libs priču naglas. Voditelj vodi raspravu s pitanjima, poput: Što ste naučili o zagovaranju iz ove aktivnosti? Kako različite riječi utječu na učinkovitost zagovaračke poruke? Kako možete primijeniti ova načela zagovaranja u stvarnom životu?</p>
Završna rasprava /zaključak	Istaknite ključne poruke iz aktivnosti.

	<p>Zatražite od sudionika da razmisle o: Kojih strategija zagovaranja su se pokazale najučinkovitijima, Izazovima s kojima se mogu suočiti kada zagovaraju neki cilj, Kako prevladati te izazove.</p> <p>Zaključna izjava: Naglasite da je zagovaranje o strategiji, kreativnosti i suradnji te potaknite sudionike da koriste svoje glasove za pokretanje pozitivnih promjena.</p>
<p>Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)</p>	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Povećava razumijevanje sudionika o konceptima i strategijama zagovaranja, jačajući njihovu sposobnost sudjelovanja u demokratskim procesima i pokretanja društvenih promjena.</p> <p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Razvija vještine učinkovite komunikacije i pripovijedanja, pomažući sudionicima da nauče kako izbor jezika utječe na učinak zagovaranja.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Poticanje kreativnog rješavanja problema i prilagodljivosti dok sudionici istražuju različite načine kako oblikovati uvjerljive poruke zagovaranja.</p> <p>Učenje kako učiti – Promiče kritičko razmišljanje i refleksiju, omogućujući sudionicima da analiziraju kako se poruke zagovaranja mogu strukturirati za maksimalan učinak i kako se mogu primijeniti u stvarnim situacijama.</p> <p>Kulturna svjesnost i izražavanje – Jača sposobnost sudionika da tumače i odgovaraju na različite perspektive, potičući inkluzivnost u naporima zagovaranja.</p>

Primjer predloška koji trebaju ispuniti:

Dragi [pridjev] [imenica],

Pišem vam danas kako bih zatražio vašu pomoć u zagovaranju za [cilj]. Kao što možda znate, [cilj] se suočava s mnogim izazovima, uključujući [izazov 1], [izazov 2] i [izazov 3].

Bez vaše pomoći, [cilj] možda neće moći [željeni ishod]. Moramo raditi zajedno kako bismo napravili razliku. Kroz [glagol 1], [glagol 2] i [glagol 3], možemo stvoriti pozitivne promjene i osigurati da [cilj] dobije podršku koja mu je potrebna. Hvala vam na vašem vremenu i vašoj predanosti [cilju].

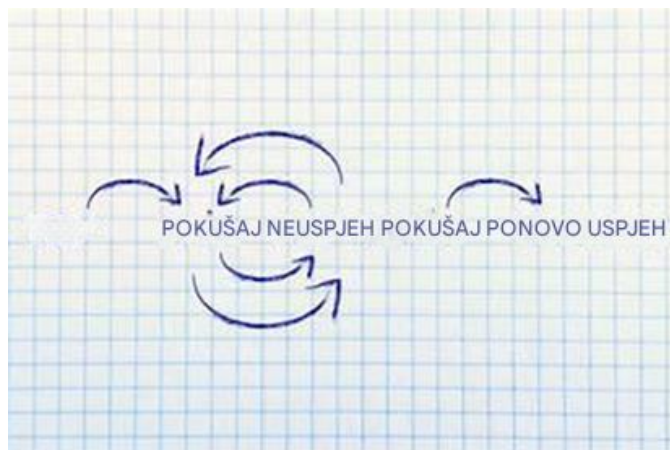
Zajedno možemo napraviti pravu razliku!

S poštovanjem, [Vaše ime]

Ime aktivnosti	<b>Osobno iskustvo I</b>
Ciljevi/s	<p>Razumjeti kako uspješne priče mogu pomoći mladim zagovornicima da budu učinkovitiji.</p> <p>Razumjeti kako neuspjesi mogu pomoći da postanete bolji mladi zagovornik.</p> <p>Saznati više o ulozi mladih zagovornika u suvremenom svijetu.</p>
Trajanje (minuta)	90 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Flipchart po grupi, Flipchart s pisanim pitanjima, laptopi, internetska veza, papiri, olovke, markeri
Opis (korak po korak)	Priče o uspjehu:

	<p>Pozovite sudionike da razmisle o svojoj najuspješnijoj priči kao mladom zagovorniku, bez obzira na kontekst, i da opišu priču kao emocionalni članak na 1 stranici. Sudionici se podijele u male grupe (4-5 osoba) kako bi pročitali svoje priče i glasali za jednu priču koja će biti predstavljena na plenumu.</p> <p>U velikom krugu svi slušaju odabrane priče (1-2 po grupi). Pozovite članove grupe da podijele svoja osjećanja i misli nakon priča.</p> <p>Priče o neuspjehu: Sada pozovite sudionike da razmisle o trenutku kada su zakazali kao vođa i da razmisle o lekcijama proizašlim iz tog iskustva, a zatim ih ponovno podijelite u male grupe kako bi podijelili svoje priče i raspravili o razlozima neuspjeha.</p>
Završna rasprava /zaključak	Facilitator traži da podijele svoje osjećaje u jednoj riječi ili frazi
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Povećava razumijevanje sudionika o zagovaranju mladih, vodstvu i društvenom angažmanu, omogućujući im da uče iz uspjeha i izazova u svom putu zagovaranja.</p> <p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Razvija vještine pripovijedanja, aktivnog slušanja i emocionalnog izražavanja, omogućujući sudionicima da učinkovito dijele iskustva, inspiriraju druge i jasno izraze naučene lekcije.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Poticanje sudionika da razmisle o svom putu vođenja, analiziraju faktore uspjeha i prepreke te razviju strategije za poboljšanje svojih napora u zagovaranju.</p> <p>Učenje kako učiti – Jača samorefleksiju i kritičko razmišljanje, dok sudionici ispituju vlastita iskustva, identificiraju ključne poruke i primjenjuju lekcije na budući rad u zagovaranju mladih.</p> <p>Emocionalna svjesnost i otpornost – Promiče samosvijest i prilagodljivost, pomažući sudionicima da prihvate neuspjehe kao prilike za učenje, izgrade otpornost i razviju način razmišljanja usmjeren na rast.</p>

Prije kraja ovog dijela sesije, podijelite materijal "5 Načina kako učiti iz neuspjeha" među sudionicima. Također, zamolite sudionike u grupama da sastave svoj popis 5 načina kako učiti iz neuspjeha i da naprave crtež.







Materijal za aktivnost

**1. Ne opterećujte se — Gledajte na neuspjeh kao na priliku za učenje** - Nakon neuspjeha, može biti vrlo lako dopustiti negativnim emocijama, poput nesigurnosti, sramote i razočaranja, da preuzmu kontrolu — ali pokušajte se boriti protiv poriva da se opterećujete svojim neuspjehom. To vam neće koristiti ni vama ni vašem timu. Umjesto toga, gledajte na svoj neuspjeh kao na priliku za učenje i rast. Što ste naučili kao rezultat neuspjeha, i kako možete iskoristiti to znanje kako biste spriječili buduće pogreške? Mike Bensi, konzultant i osnivač tvrtke Bensi & Company te autor knjige “Uspjeh neuspjeha”, kaže: “Da bismo mogli biti uspješni, moramo prepoznati da su neuspjesi dio puta učenja.” Također je važno prepoznati zašto ste uopće doživjeli neuspjeh. Je li to bio rezultat loše komunikacije, nedovoljnog planiranja ili nepravilnog budžetiranja? Utvrđivanje uzroka vašeg neuspjeha jedan je od načina da naučite, kao vođa, što ne raditi. “Svaki dan učim što funkcionira, a što ne, i ako to ne prepoznamo i ne primjenjujemo u našem rastu, propuštamo najveću priliku koja postoji,” napominje Bensi.

**2. Prihvatite neuspjeh kako biste povećali psihološku sigurnost svog tima** - Kao vođa, nužno je da preuzmete odgovornost za svoje neuspjehe kako biste naučili članove tima produktivnom, na učenju fokusiranom odgovoru na neuspjeh. Osim što promičete učenje i razvoj (L&D) članova svog tima, priznanje svojih vođačkih neuspjeha stvara okruženje psihološke sigurnosti — klimu u kojoj se ljudi osjećaju ugodno biti i izražavati se — što je povezano s pozitivnim preuzimanjem rizika među članovima tima. Priznajući vlastite neuspjehe, pomoći ćete svojim članovima tima da se osjećaju ugodnije eksperimentirajući s inovativnim idejama i pristupima koji imaju potencijal transformirati vašu organizaciju na uzbudljive nove načine.

**3. Ponovno procijenite svoj profesionalni razvoj nakon neuspjeha** - Možda vas je neuspjeh natjerao da shvatite da ste se fokusirali na pogrešan cilj, prisilio vas da se suočite s neučinkovitošću svog trenutnog vođačkog stila ili vas natjerao da razmotrite nove ideje i mišljenja koja inače ne bi bila primijećena. Na ove načine, neuspjeh može pomoći u oblikovanju vašeg profesionalnog razvoja.

**4. Koristite iskustveno učenje** - Nakon neuspjeha, vaša akumulacija iskustava ključna je u oblikovanju onoga tko ste — i za što se zalažete — kao vođa. Iskustveno učenje, ili učenje iz iskustava, jedan je od načina kako iskoristiti neuspjeh za postizanje veće uspješnosti u vođenju drugih. Bensi kaže da, kada vođe crpe iz svojih jedinstvenih iskustava, “stvaraju ranjivost na jedan način, dijeleći, ‘Evo što bih učinio. Ovo su neuspjesi koje sam imao i ne samo da su bili u redu, nego ne bih bio ovdje da ih nije bilo.’”

**5. Prihvatite da je neuspjeh neizbježan dio vođenja** - “Vođe prečesto osjećaju da moraju imati sve odgovore, da su plaćeni da donose sve odluke — ali to nije istina,” dijeli Miller. Od prebrzog zapošljavanja do neuspjeha u pružanju dovoljno povratnih informacija do ne delegiranja kada se pojavi više projekata, Bensi kaže: “Evolucija vođe je zasićena konstantnim neuspjesima.” Naravno, kako preuzimate više odgovornosti u svojoj organizaciji, imate i više prilika za neuspjeh. Tek nakon što prihvatite da je neuspjeh dio vođenja, moći ćete preuzeti više rizika, učiti iz svojih grešaka i kao rezultat, unaprijediti svoj profesionalni razvoj.

Ime aktivnosti	Osobno iskustvo II i akcijski plan zagovaranja
Ciljevi/s	<p>Razumjeti kako uspješne priče mogu pomoći mladim zagovornicima da budu učinkovitiji.</p> <p>Razumjeti kako neuspjesi mogu pomoći da postanete bolji mladi zagovornik.</p> <p>Saznati više o ulozi mladih zagovornika u suvremenom svijetu.</p> <p>Razumjeti koncept akcijskog plana zagovaranja.</p> <p>Naučiti osnovne korake akcijskog plana zagovaranja (AAP).</p>
Trajanje (minuta)	90 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Papir A4, Flip-charti, ljepljiva traka
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije - Refleksija na prethodnu sesiju (15 minuta)</p> <p>Započnite ponovnim pregledom ključnih poruka iz prethodne sesije.</p> <p>Olakšajte duboku raspravu o debriefingu koristeći sljedeća refleksivna pitanja:</p> <p>Koje su bile najznačajnije lekcije iz vaših priča o neuspjehu?</p> <p>Koje strategije biste mogli primijeniti kako biste učinkovito učili iz neuspjeha?</p> <p>Koje korake biste mogli poduzeti kako biste osigurali da se prošle pogreške ne ponavljaju?</p> <p>Kako ostajete motivirani i otporni suočeni s izazovima?</p> <p>Potičite sudionike da podijele osobne uvide i rasprave strategije za prevladavanje prepreka u zagovaranju mladih.</p> <p>2. Uvod u Akcijski plan zagovaranja (10 minuta)</p> <p>Postavite pitanje: "Što mislite da su ključni elementi Akcijskog plana zagovaranja?"</p> <p>Prikupite početne misli od sudionika i olakšajte otvorenu raspravu.</p> <p>3. Grupni rad – Definiranje elemenata Akcijskog plana zagovaranja (25 minuta)</p> <p>Podijelite sudionike u male grupe i dodijelite im različita područja učenja.</p> <p>Dajte svakoj grupi papir flipchart i marker.</p> <p>Uputite ih da razmotre, rasprave i definiraju glavne elemente Akcijskog plana zagovaranja (ACA) – slijedi sažetak.</p> <p>Svaka grupa odabire predstavnika koji će predstaviti njihove nalaze na plenumu.</p> <p>4. Presentacije grupa i rasprava (20 minuta)</p> <p>Svaka grupa predstavlja svoje ključne elemente Akcijskog plana zagovaranja ostalim sudionicima.</p> <p>Otvorite prostor za povratne informacije i raspravu među vršnjacima.</p>
Završna rasprava /zaključak	<p>Sažmite ključne uvide i istaknite važnost strateškog planiranja u zagovaranju.</p> <p>Potičite sudionike da razmisle o tome kako mogu primijeniti ove korake u stvarnim inicijativama zagovaranja.</p>
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Povećava razumijevanje sudionika o planiranju zagovaranja, opremajući ih vještinama za razvoj strukturiranih, strateških pristupa inicijativama društvenih promjena.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Potiče proaktivno rješavanje problema i vodstvo, pomažući sudionicima da svoje iskustvo pretvore u konkretne akcijske planove za zagovaračke napore.</p>



	<p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Jača vještine suradničke rasprave i prezentacije, dok sudionici razmjenjuju uvide, analiziraju strategije zagovaranja i učinkovito predstavljaju svoja saznanja.</p> <p>Učenje kako učiti – Razvija kritičko razmišljanje i refleksiju, dok sudionici identificiraju lekcije iz prošlih uspjeha i neuspjeha te ih primjenjuju kako bi poboljšali buduće planiranje zagovaranja.</p> <p>Strateško razmišljanje i planiranje – Jača kapacitet za strukturirano postavljanje ciljeva, analizu publike, razvoj poruka i provedbu, osiguravajući da sudionici razumiju ključne komponente Akcijskog plana zagovaranja (ACA).</p>
--	--

Facilitator predstavlja strukturirane korake Akcijskog plana zagovaranja (ACA):

1. Identificirati problem: Definirajte problem koji utječe na vašu zajednicu i koji treba riješiti.
2. Formuliranje cilja i ciljeva zagovaranja: Ustanovite jasnu, dugoročnu viziju za promjenu koju želite postići.
3. Identifikacija i analiza ciljanih publika: Razumjeti primarne i sekundarne publike (njihovo znanje, vrijednosti i uvjerenja). Odaberite odgovarajuće aktivnosti i materijale za zagovaranje na temelju karakteristika publike (pismenost, društveni status itd.).
4. Odabir aktivnosti i materijala za zagovaranje: Identificirajte učinkovite akcije zagovaranja koje su usklađene s potrebama ciljane publike. Razmotrite vrijeme, troškove i dostupne resurse.
5. Razvijanje poruka zagovaranja: Oblikujte jasne, sažete i uvjerljive poruke prilagođene svakoj publici. Osigurajte da poruka sadrži snažan poziv na akciju.
6. Razvijanje plana provedbe: Definirajte ciljanu publiku, aktivnosti, odgovorne osobe i vremenski okvir. Identificirajte pripremne korake potrebne prije pokretanja aktivnosti zagovaranja.
7. Razvijanje plana praćenja i evaluacije: Definirajte ključne pokazatelje uspješnosti za mjerenje uspjeha zagovaračkih napora. Opišite metode prikupljanja podataka za kontinuiranu evaluaciju i poboljšanje.

Ime aktivnosti	<b>Sesija s multimedijским stručnjakom</b>
Cilj	Naučiti osnovne tehnike produkcije filma, uključujući kadriranje, pozicije kamere, redosljed scena i osnove pripovijedanja.
Trajanje (minuta)	90 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Kamere, pametni telefoni, projektor, flipcharts Postavljanje sobe: krug
Opis (korak po korak)	Tijek sesije: Uvod stručnjaka (5 minuta)



	<p>Kratko predstavite stručnjaka za produkciju filma sudionicima. Podijelite njihovo iskustvo i relevantnost za temu sesije.</p> <p>Interaktivna prezentacija stručnjaka (30 minuta)</p> <p>Teme koje se obrađuju:</p> <p>Tipovi kadriranja i pozicije kamere.</p> <p>Redoslijed scena i njegov utjecaj na pripovijedanje.</p> <p>Osnove pripovijedanja za zagovaranje.</p> <p>Interaktivni elementi:</p> <p>Sudionici su poticani da postavljaju pitanja tijekom prezentacije.</p> <p>Uključite sudionike u glumu scena kako biste demonstrirali kadriranje i pozicije kamere.</p> <p>Osnove storyboardinga od stručnjaka (30 minuta)</p> <p>Stručnjak objašnjava koncept storyboardinga:</p> <p>Kako organizirati scene i vizualizirati priče.</p> <p>Primjeri storyboarda, uz vizualne pomagala na flip-chartu ili projektoru.</p> <p>Vježba storyboardinga (30 minuta)</p> <p>Svaki sudionik stvara kratki storyboard individualno, primjenjujući naučene tehnike.</p> <p>Stručnjak pruža smjernice i povratne informacije tijekom aktivnosti.</p> <p>Pregled storyboarda (15 minuta)</p> <p>Sudionici dijele svoje storyboarde.</p> <p>Stručnjak daje konstruktivne povratne informacije:</p> <p>Ističe snage i nudi prijedloge za poboljšanje.</p>
Završna rasprava /zaključak	<p>Debriefing i refleksija (15 minuta)</p> <p>Pitanja za raspravu:</p> <p>„Kakvu priču želite ispričati kroz svoj video?“</p> <p>„Kako možete poboljšati svoje vizualno pripovijedanje?“</p>
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Digitalna i medijska pismenost – Povećava razumijevanje sudionika o tehnikama produkcije filma, kadriranju, pozicijama kamere i pripovijedanju, opremajući ih esencijalnim vještinama multimedijskog zagovaranja.</p> <p>Kreativnost i kulturno izražavanje – Razvija sposobnost sudionika da vizualiziraju i prenose poruke kroz film, potičući inovativne i umjetničke pristupe zagovaranju.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Poticanje sudionika da primijene tehnike snimanja filmova kako bi stvorili utjecajan sadržaj za zagovaranje, promičući neovisno kreativno razmišljanje i proaktivno angažiranje.</p> <p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Jača sposobnost sudionika da vizualno izražavaju ideje, osiguravajući da se različite perspektive i narativi učinkovito komuniciraju kroz film.</p> <p>Učenje kako učiti – Promiče samorefleksiju i razvoj vještina, pomažući sudionicima da analiziraju svoje tehnike pripovijedanja i poboljšaju svoj pristup na temelju povratnih informacija stručnjaka.</p> <p>Timski rad i suradnja – Potencira učenje među vršnjacima i konstruktivne povratne informacije, dok sudionici dijele i raspravljaju o svojim storyboardima, istovremeno poboljšavajući svoje vještine pripovijedanja.</p>

Ime aktivnosti	<b>Platno za storyboard</b>
Cilj	Razviti scenarije i storyboarde kao pripremu za produkciju videa
Trajanje (minuta)	90 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Flipchart papiri i markeri Postavljanje sobe: Otoci
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije:</p> <p>Uvod u aktivnost (5 minuta)</p> <p>Kratko objasnite cilj sesije: planiranje scenarija i storyboarda za snimanje videa sljedeći dan.</p> <p>Grupni rad (45 minuta)</p> <p>Sudionici se dijele u male grupe.</p> <p>Svaka grupa planira scenarij i stvara storyboard, primjenjujući znanje iz prethodnih sesija.</p> <p>Stručnjak se kreće među grupama kako bi podržao, odgovorio na pitanja i pružio smjernice.</p> <p>Prezentacije grupa i povratne informacije (20 minuta)</p> <p>Svaka grupa predstavlja svoj scenarij i storyboard.</p> <p>Stručnjak daje konstruktivne povratne informacije o:</p> <p>Jasnoći priče, vizualnim elementima i tehničkim aspektima.</p>
Završna rasprava /zaključak	<p>Debriefing i refleksija (10 minuta)</p> <p>Ključna pitanja:</p> <p>„Koliko je sada jasan vaš koncept videa?“</p> <p>„Koji su sljedeći koraci za pripremu za snimanje?“</p> <p>Stručnjak sažima važnost finaliziranja planova za nesmetanu produkciju videa.</p>
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Digitalna i medijska pismenost – Jača sposobnost sudionika da razvijaju strukturirane storyboarde i scenarije, osiguravajući organiziran pristup produkciji videa za zagovaranje.</p> <p>Kreativnost i kulturno izražavanje – Potiče sudionike da vizualiziraju narative, potičući inovativne i uvjerljive tehnike pripovijedanja koje poboljšavaju prenošenje poruka.</p> <p>Strateško planiranje i organizacija – Razvija sposobnost sudionika da učinkovito planiraju, strukturiraju i sekvenciraju scene, osiguravajući kvalitetu njihovih produkcija videa.</p> <p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Povećava sposobnost sudionika da vizualno izražavaju ideje i surađuju unutar raznolikih timova, osiguravajući inkluzivno i reprezentativno pripovijedanje.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Potencira proaktivno rješavanje problema i donošenje odluka dok sudionici dizajniraju učinkovite poruke zagovaranja kroz multimedijски sadržaj.</p> <p>Timski rad i suradnja – Potpomaže grupnu dinamiku i učenje među vršnjacima, dok sudionici zajedno rade na usavršavanju svojih storyboarda i primaju konstruktivne povratne informacije.</p>

Ime aktivnosti	<b>Snimanje</b>
Cilj	Vježbati snimanje videozapisa za kampanju
Trajanje (minuta)	210 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Kamere, pametni telefoni, svjetla, stativa itd.Rekviziti
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije:</p> <p>1.Priprema sobe i materijala (15 minuta) Pripremite snimateljsko okruženje osiguravajući da svaka grupa ima pristup potrebnim materijalima (pаметan telefon, potrebni rekviziti). Osigurajte da svaka grupa ima određeno područje ili lokaciju za snimanje, ovisno o dostupnom prostoru i ideji grupe. Pružite kratki podsjetnik na ključne aspekte poput kutova kamere, osvjetljenja i zvuka za učinkovitu produkciju videa.</p> <p>2.Uvod u aktivnost (15 minuta) Objasnite da će se ova sesija fokusirati na snimanje stvarnih videa za zagovaranje. Grupe će primijeniti tehnike koje su naučile tijekom izrade storyboarda i prethodne sesije snimanja. Ponovite ciljeve učenja: vježbati snimanje videa, fokusirajući se na tehničke aspekte kao što su kutovi kamere, osvjetljenje i zvuk, dok se drže svog storyboarda i poruke kampanje. Podsjetite sudionike da je važno ostati unutar dodijeljenog vremena za svaki kadar kako bi se pridržavali rasporeda snimanja.</p> <p>3.Dodjela uloga i odgovornosti (20 minuta) Prije početka snimanja, dodijelite uloge unutar svake grupe. To mogu uključivati: Redatelj: Nadzire proces snimanja, osiguravajući da se slijedi vizija i storyboard. Kameraman: Rukuje kamerom i prilagođava kutove kamere. Tehničar za zvuk: Rukuje mikrofonima i osigurava jasan zvuk. Glumci: Igraju scene prema storyboardu. Asistent: Pomaže s rekvizitima, pozicioniranjem i općom pomoći tijekom snimanja. Potičite sudionike da rotiraju uloge ako je moguće, kako bi svatko stekao praktično iskustvo u različitim aspektima snimanja.</p> <p>4.Snimanje videa (90 minuta) Grupe započinju snimanje svojih videa na temelju finaliziranih storyboarda i rasporeda snimanja. Potičite sudionike da slijede korake navedene u svom planu: Snimajte svaku scenu kako je navedeno u storyboardu, koristeći pravilno osvjetljenje i kutove kamere. Osigurajte dobru kvalitetu zvuka, posebno za intervju ili scene s puno dijaloga. Ako je potrebno, koristite mikrofone ili prilagodite snimateljsko okruženje kako biste minimizirali pozadinsku buku. Uzmite više kadrova: Podsjetite grupe da zabilježe različite kutove, krupne i široke kadrove gdje je potrebno, osiguravajući da imaju dovoljno materijala za odabir tijekom montaže. Rješavanje problema: Ako se pojave bilo kakvi izazovi (npr. problemi s osvjetljenjem, tehničke greške, glumci zaboravljaju tekst), potaknite grupu da bude kreativna i pronađe rješenja. Mogu trebati prilagoditi svoj pristup snimanju ili brzo razmišljati.</p>



	<p>Grupe bi trebale slijediti raspored, prilagođavajući se prema potrebi, ali osiguravajući da imaju dovoljno vremena za dovršavanje svakog kadra.</p> <p>5.Praćenje napretka i pružanje smjernica (15 minuta) Prođite kroz prostoriju i ponudite pomoć gdje je potrebno. To može uključivati: Pomoć oko tehničkih problema, poput prilagodbe osvjetljenja ili postavki kamere. Pružanje smjernica za poboljšanje kadrova (npr. predlaganje alternativnih kutova ili pokreta kamere). Davanje povratnih informacija o izvedbi glumaca ako je potrebno, osiguravajući da ostanu vjerni poruci kampanje.</p> <p>Potičite sudionike da provjere svoje snimke na licu mjesta kako bi osigurali da ispunjavaju njihova očekivanja i da se prilagode ako je potrebno.</p> <p>6.Pregled i rješavanje problema (10-15 minuta) Nakon što svaka grupa završi snimanje, okupite grupe za kratku sesiju pregleda. To može uključivati: Gledanje nekih snimaka kao grupa kako bi se osigurala dobra kvaliteta. Identificiranje bilo kakvih problema (npr. loše osvjetljenje, nejasan zvuk) koje bi trebalo ispraviti tijekom ponovnog snimanja ili u postprodukciji.</p> <p>Ako vrijeme dopušta, dopustite grupama da se vrate i ponovo snime scene koje zahtijevaju prilagodbe. Alternativno, ako je potrebno, organizirajte dodatnu sesiju za rješavanje preostalih problema.</p>
<p>Završna rasprava /zaključak</p>	<p>Debriefing i refleksija (10-15 minuta) Nakon što su sve grupe završile svoje snimke, održite sesiju debriefinga. Pitajte sudionike da razmisle o sljedećim pitanjima: Koje ste izazove imali tijekom snimanja? Je li osvjetljenje bilo adekvatno? Je li bilo tehničkih problema s kamerama ili mikrofonima? Jesu li glumci ostali vjerni poruci ili su se suočili s poteškoćama s tekstom? Kako ste ih riješili? Koje ste prilagodbe napravili kako biste poboljšali kadar ili riješili probleme? Jeste li naučili nove tehnike za prevladavanje produkcijskih izazova? Sažmite glavne poruke iz aktivnosti i naglasite važnost fleksibilnosti, suradnje i rješavanja problema tijekom procesa produkcije.</p>
<p>Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)</p>	<p>Digitalna i medijska pismenost – Povećava sposobnost sudionika da upravljaju kamerama, upravljaju osvjetljenjem, snimaju jasan zvuk i prate storyboard, osiguravajući učinkovitu produkciju videa za kampanje zagovaranja.</p> <p>Strateško planiranje i organizacija – Jača sposobnost sudionika da strukturiraju i izvrše snimanje videa, upravljajući ulogama, vremenom i tehničkim aspektima kako bi postigli profesionalni rezultat.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Potiče rješavanje problema i prilagodljivost, pomažući sudionicima da se nose s tehničkim izazovima, neočekivanim preprekama i kreativnim odlukama tijekom snimanja.</p> <p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Razvija vještine u koordinaciji tima, raspodjeli uloga i suradnji, osiguravajući učinkovitu komunikaciju na setu i učinkovito upravljanje produkcijom.</p> <p>Timski rad i suradnja – Promiče grupno donošenje odluka i kreativnu sinergiju, dok sudionici zajedno rade na pretvaranju svoje zagovaračke poruke u uvjerljiv vizualni sadržaj.</p> <p>Učenje kako učiti – Potiče samorefleksiju i iterativno učenje, dok sudionici pregledavaju svoje snimke, procjenjuju svoje tehnike snimanja i usavršavaju svoj pristup za buduće produkcije.</p>

Ime aktivnosti	<b>Poliranje</b>
Cilj	Naučiti osnovne vještine montaže kako bi doradili videa za zagovaranje
Trajanje (minuta)	165 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Prijenosna računala/telefoni s softverom za uređivanje, slušalice
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije:</p> <p>1. Priprema (5 minuta)</p> <p>Osigurajte da svaka grupa ima pristup laptopu/telefonu opremljenom softverom za montažu (npr. Adobe Premiere, Final Cut, iMovie ili mobilnim aplikacijama poput InShot). Provjerite imaju li sve grupe slušalice kako bi se mogle fokusirati na zvuk tijekom montažnog procesa. Osigurajte da je potrebni materijal iz snimateljske sesije prenesen na svaki uređaj kako bi montaža mogla početi.</p> <p>2. Uvod u postprodukciju (10 minuta)</p> <p>Kratko objasnite važnost montaže u produkciji videa, fokusirajući se na to kako montaža oblikuje konačnu poruku videa.</p> <p>Upoznajte osnovne alate i tehnike montaže koje će sudionici koristiti: Rezanje i obrezivanje: Uklanjanje neželjenog materijala i zadržavanje bitnih dijelova.</p> <p>Prijelazi: Dodavanje glatkih promjena između scena (npr. izbljediti, rezati ili rastapati).</p> <p>Podešavanje zvuka: Osiguravanje jasnog zvuka, prilagodba glasnoće ili dodavanje glazbe u pozadini ako je potrebno.</p> <p>Dodavanje teksta ili naslova: Umetanje važnih poruka, titlova ili završnih natpisa.</p> <p>Korekcija boje: Osnovne prilagodbe svjetline, kontrasta i ravnoteže boje ako je potrebno.</p> <p>3. Grupni rad: Montaža videa (1 sat 30 minuta)</p> <p>Grupe započinju montažu svojih videa za zagovaranje koristeći ranije objašnjene tehnike.</p> <p>Pregled snimaka: Svaka grupa treba pogledati sve svoje kadrove prije nego što započne montažu. Trebaju odabrati najbolje snimke i identificirati materijal koji bi trebalo zamijeniti ili izrezati.</p> <p>Obrezivanje i rezanje: Uklonite nepotrebne snimke ili greške.</p> <p>Uređivanje isječaka: Postavite isječke u pravilan redoslijed, slijedeći storyboard i ukupnu poruku kampanje.</p> <p>Rad sa zvukom: Uklonite bilo kakve zvučne probleme, dodajte glazbu u pozadini ili zvučne efekte te osigurajte da zvuk odgovara vizualima.</p> <p>Tekst i grafika: Dodajte naslove, titlove ili druge tekstualne elemente (npr. hashtagove kampanje, statistike, citate ili pozive na akciju).</p> <p>Dodavanje prijelaza: Osigurajte da video teče glatko s pravim prijelaznim efektima između scena.</p> <p>Finalizacija videa: Osigurajte da je video doraden i koherentan, s jasnim početkom, sredinom i krajem.</p> <p>Potičite sudionike da često koriste povratne informacije od članova tima i provjere usklađenost videa s porukom zagovaranja.</p> <p>4. Praćenje i pomoć (20 minuta)</p> <p>Prođite kroz prostoriju kako biste pomogli grupama prema potrebi. To može uključivati: Rješavanje problema s montažnim softverom. Pružanje savjeta o poboljšanju ritma ili toka videa. Pomoć s naprednijim</p>



	<p>značajkama poput korekcije boje ili miksanja zvuka ako sudionici zatraže smjernice.</p> <p>Osigurajte da grupe ostanu na pravom putu i napreduju prema završetku svog videa do kraja sesije.</p> <p>5. Pregled i prilagodbe (15 minuta)</p> <p>Nakon što su videi montirani, potaknite grupe da zajedno pogledaju svoj rad i kritički ga ocijene:</p> <p>Komunicira li video učinkovito poruku kampanje? Je li ritam prikladan? Ima li tehničkih problema (zvučne/video greške) koje treba ispraviti? Grupe bi trebale napraviti sve posljednje prilagodbe i finalizirati video datoteku.</p>
<p>Završna rasprava /zaključak</p>	<p>Debriefing i refleksija (15 minuta)</p> <p>Okupite grupe za sesiju debriefinga. Koristite sljedeća pitanja za debriefing kako biste vodili raspravu: Kako montaža mijenja poruku vašeg videa? Morali ste li promijeniti svoju prvotnu ideju ili fokus tijekom montaže? Kako je proces montaže poboljšao poruku ili ton videa? Koje ste prilagodbe napravili tijekom procesa montaže? Jesu li postojale scene koje ste morali izrezati ili preurediti kako biste poboljšali video? Kako ste se nosili s tehničkim ili kreativnim izazovima tijekom montaže? Potičite sudionike da razmisle o važnosti montaže u oblikovanju kampanje zagovaranja i njenoj sposobnosti da učinkovito angažira publiku.</p> <p>Zaključak i sljedeći koraci (5 minuta)</p> <p>Zaključite sesiju objašnjavajući sljedeće korake: Sudionici će se sada pripremiti za dijeljenje svojih videa i njihovo lansiranje kao dio svojih kampanja zagovaranja.</p> <p>Ako je potrebna dodatna montaža ili završna dorada, dogovorite dodatnu sesiju za daljnji pregled.</p> <p>Podsjetite sudionike da je montaža videa ključna vještina u zagovaranju, a dobro izvedeni videi mogu imati značajan utjecaj na podizanje svijesti i promicanje zagovaranja mentalnog zdravlja.</p>
<p>Stechene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)</p>	<p>Digitalna i medijska pismenost – Razvija sposobnost sudionika da učinkovito montiraju videe, koristeći razne tehnike poput rezanja, obrezivanja, prijelaza, prilagodbe zvuka i dodavanja teksta kako bi poboljšali jasnoću i utjecaj poruka zagovaranja.</p> <p>Strateška komunikacija i uvjeravanje – Jača sposobnost sudionika da kreiraju zanimljive vizualne narative, osiguravajući da njihovi videi za zagovaranje prenose jasnu, uvjerljivu i emocionalno snažnu poruku.</p> <p>Analitičko i kritičko razmišljanje – Povećava sposobnost sudionika da ocijene i usavrše svoj video sadržaj, osiguravajući da svaka scena, prijelaz i audio komponenta bude usklađena s ciljevima kampanje.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Potencira sudionike da preuzmu odgovornost za proces montaže, donose kreativne odluke i rješavaju tehničke ili pripovjedačke izazove koji se javljaju tijekom postprodukcije.</p> <p>Timski rad i suradnja – Potpomaže suradnju i učenje među vršnjacima, dok sudionici zajedno rade na montaži, pregledu i finalizaciji svojih videa za zagovaranje, integrirajući konstruktivne povratne informacije i zajedničko donošenje odluka.</p> <p>Učenje kako učiti – Potiče samorefleksiju i prilagodljivost, pomažući sudionicima da prepoznaju ulogu montaže u oblikovanju svojih poruka zagovaranja i primijene ove vještine na buduće multimedijske projekte.</p>

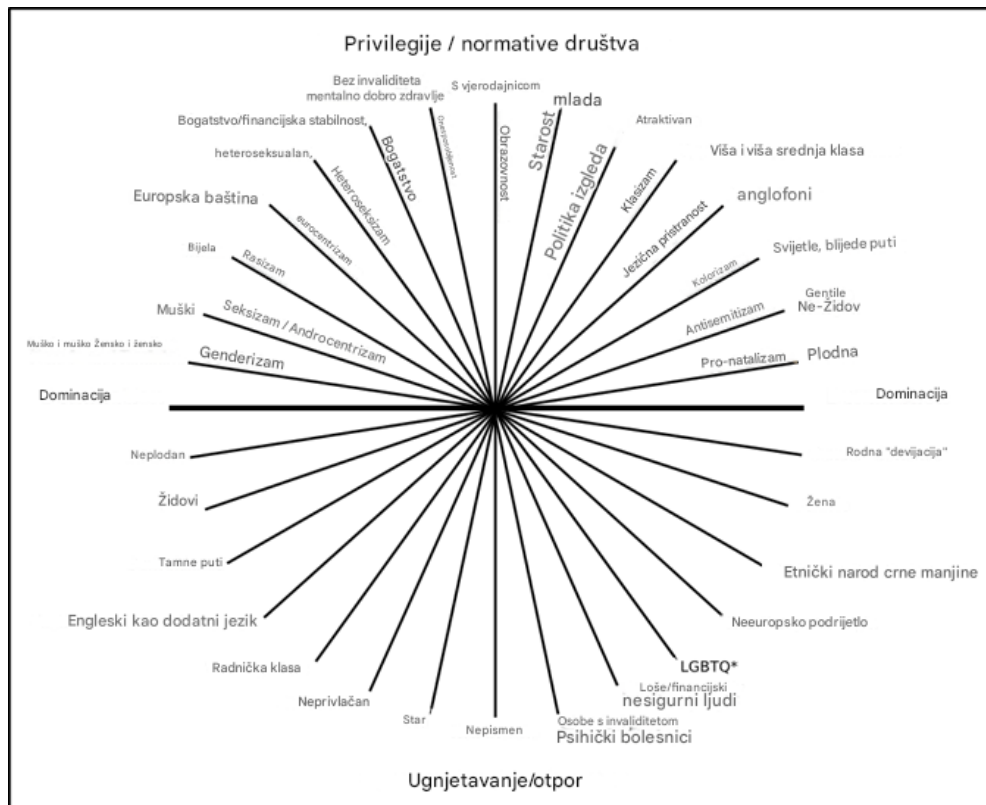
## Odjeljak 3 aktivnosti - širenje snage

Ime aktivnosti	Primjena intersekcijske analize na procjenu potreba
Ciljevi/s	Razumjeti koncepte intersekcijskog i pristupa temeljeno na ljudskim pravima u procjeni potreba Prepoznati važnost uključivosti
Trajanje (minuta)	90 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Flipchart, markeri, šarene olovke, teorijski priručnik za trenere, primjeri priča
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije:</p> <p>Dio I. Otvorena rasprava o važnosti procjene potreba [10 minuta]          Započnite sesiju postavljajući sudionicima sljedeća pitanja:          Zašto je važno definirati potrebe za zagovaranje?          Možemo li istovremeno rješavati sve potrebe mladih ljudi?          Kako razumijete koncept procjene potreba?          „Procjena potreba podrazumijeva postojanje jaza ili neslaganja između trenutnih uvjeta – 'što jest' – i idealnih uvjeta – 'što bi trebalo biti'1, stoga 'Procjena potreba je sustavni proces koji pruža informacije o društvenim potrebama ili pitanjima u određenom mjestu ili populacijskoj grupi i određuje koja bi se pitanja trebala prioritetizirati za akciju.' (grafikon 1, 2 u nastavku)</p> <p>Dio II. Grupni rad – Intersekcijaska analiza [55 minuta]          Podijelite sudionike u grupe i dajte im 1 scenarij kako bi sastavili popis prepreka.          Nakon grupnih rasprava, pozovite sudionike da ukratko predstavljaju svoj rad. [10 minuta]          Na kraju prezentacija, pitajte sudionike koji su bili odlučujući faktori u određivanju mogućih prepreka. Tko bi se suočio s najviše prepreka među ovim četiri scenarija i zašto? [10 minuta]          Objasnite da mogu postojati grupe ljudi sličnih karakteristika, iste dobi, iste rase, iste religije itd., ali pojedinci mogu imati svoje jedinstvene osobine, iskustva, pripadnost određenim grupama itd., što čini njihovu situaciju potpuno drugačijom i jedinstvenom od drugih. Stoga, intersekcionalnost se odnosi na višeslojne aspekte nečijeg identiteta, a ti različiti slojevi mogu postati osnova za diskriminaciju ili privilegije. Na primjer, životna iskustva žene s bijelom kožom i žene s tamnom kožom mogu biti potpuno različita, no obje se mogu suočavati s potlačenjem kao žene; međutim, crna žena može biti izložena većoj diskriminaciji zbog svoje boje kože.</p>
Završna rasprava /zaključak	<p>Završite sesiju debriefingom koji slijedi Kolbov model.          Zaključak: 'Intersekcionalnost' se odnosi na načine na koje se različiti aspekti nečijeg identiteta međusobno isprepliću i mogu ih izložiti preklapajućim oblicima diskriminacije i marginalizacije, ili privilegijama i prednostima.          Sažmite ovaj dio sesije naglašavajući da primjena intersekcijske analize u procesu procjene potreba omogućava da vidimo specifične potrebe koje pojedinci ili grupe pojedinaca mogu imati, što rezultira boljim akcijama zagovaranja prilagođenim tim potrebama. Objasnite da je intersekcijski</p>



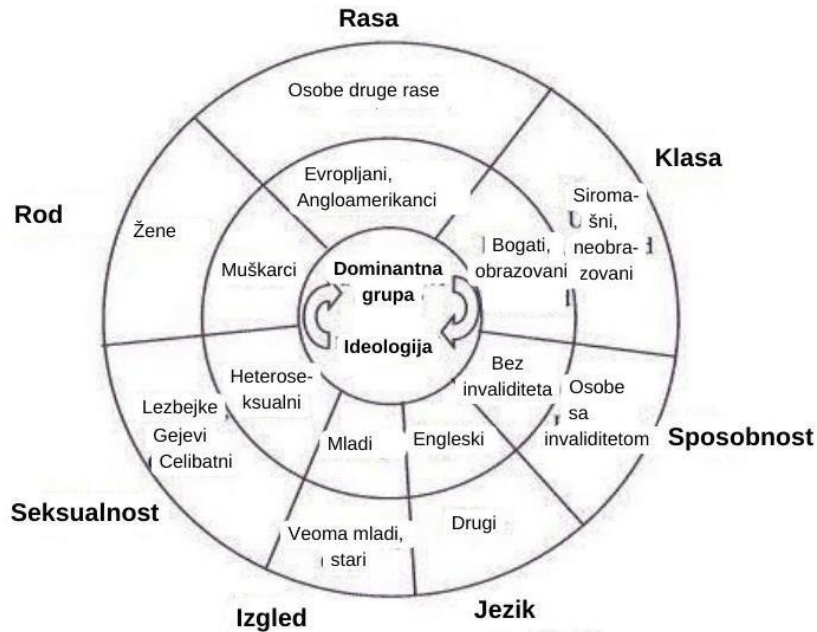
	pristup važan način za osiguranje inkluzivnosti. Inkluzivnost je stanje u kojem se osoba cijeni, poštuje i podržava.
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Jača razumijevanje ljudskih prava, inkluzije i socijalne pravde.</p> <p>Analitičko i kritičko razmišljanje – Razvija sposobnost razumijevanja procjena potreba iz intersekcionalne perspektive, pomažući sudionicima da prepoznaju kako višestruki slojevi identiteta (npr. spol, rasa, klasa) utječu na pristup pravima i resursima.</p> <p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Povećava sposobnost sudionika da sudjeluju u smislenim raspravama o diskriminaciji, privilegijama i socijalnim strukturama, potičući konstruktivan dijalog u raznolikim zalagačkim okruženjima.</p> <p>Učenje kako učiti – Potiče samorefleksiju i prilagodljivo učenje, omogućujući sudionicima primjenu intersekcionalnih perspektiva na planiranje zagovaranja u stvarnom svijetu i usavršavanje njihovih strategija na temelju životnih iskustava.</p> <p>Empatija i inkluzija – Promiče svijest o različitim životnim stvarnostima, pomažući sudionicima da razviju suosjećajne i inkluzivne pristupe zagovaranju koji osiguravaju da se marginalizirani glasovi čuju i adresiraju.</p>

Grafikon 1





Grafikon 2



Materijal za sudionike, dio II Grupni rad – Intersekcijaska analiza [55 min]

Mary ima 21 godinu i živi u glavnom gradu zemlje X. Želi posjetiti zdravstveni centar radi savjetovanja o metodama kontracepcije. Objasnite moguće prepreke s kojima bi se mogla suočiti.

Sofia ima 21 godinu i živi s obitelji u selu. Želi posjetiti zdravstveni centar radi savjetovanja o metodama kontracepcije. Objasnite moguće prepreke s kojima bi se mogla suočiti.

Elisabeth ima 21 godinu, živi s obitelji u selu i koristi invalidska kolica za kretanje. Želi posjetiti zdravstveni centar radi savjetovanja o metodama kontracepcije. Objasnite moguće prepreke s kojima bi se mogla suočiti.

Ana ima 21 godinu i živi s obitelji u selu. Ana pripada vjerskoj manjini i queer je. Želi posjetiti zdravstveni centar radi savjetovanja o metodama kontracepcije. Objasnite moguće prepreke s kojima bi se mogla suočiti.

Ime aktivnosti	<b>Pristup temeljen na ljudskim pravima</b>
Ciljevi/s	Upoznati sudionike s ključnim načelima ljudskih prava kao što su univerzalnost, nedjeljivost, međuovisnost, nediskriminacija, sudjelovanje i odgovornost. Naglasiti kako sve zagovaračke akcije moraju biti usklađene s načelima ljudskih prava kako bi se osigurao značajan i održiv utjecaj. Potaknuti sudionike da prepoznaju neravnoteže moći i važnost fokusiranja na one koji su najviše isključeni.
Trajanje (minuta)	60 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=tvpvzvtrolq">https://www.youtube.com/watch?v=tvpvzvtrolq</a> 4 različita scenarija za grupni rad, papiri za flip-chart, markeri
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije - Započnite ovaj dio sesije pitanjem sudionika što znaju o pristupu utemeljenom na ljudskim pravima (HRBA). [5 min]</p> <p>Nakon što čujete nekoliko mišljenja, objasnite da sve zagovaračke akcije trebaju biti u skladu s ljudskim pravima poštujući glavna načela sustava ljudskih prava: univerzalnost i neotuđivost; nedjeljivost; međuovisnost i međusobna povezanost; nediskriminacija i jednakost; sudjelovanje i inkluzija; odgovornost i vladavina prava. [15 min]</p> <p>Neka sudionici pogledaju sljedeći video i zatim raspravljaju: Pristup utemeljen na ljudskim pravima od Danskog instituta za ljudska prava <a href="https://www.youtube.com/watch?v=tVPvzvTROLQ">https://www.youtube.com/watch?v=tVPvzvTROLQ</a></p> <p>Pitajte sudionike kakvi su im dojmovi nakon gledanja videa. Objasnite da HRBA pomaže u procesu zagovaranja razumjeti da naše akcije odgovaraju na određene potrebe, no krajnji cilj mora biti zaštita i ostvarenje ljudskih prava. Dok su potrebe privremene uvjeti pojedinaca, ljudska prava su nedjeljiva i neotuđiva. Stoga je važno ispuniti prava ljudi, a ne samo potrebe korisnika.</p> <p>Podijelite sudionike u grupe i dajte im jedan scenarij da izrade popis ideja za mjere podrške. [20 min]</p> <p>Ljudi nemaju zdravstvene usluge na otoku. Ljudi nemaju društveni centar u ruralnom području. Osobe s invaliditetom imaju arhitektonske barijere. I tako dalje.....</p> <p>Nakon grupnih rasprava, pozovite sudionike da ukratko predstavljaju svoj rad. [10 min]</p> <p>Na kraju prezentacija, pitajte sudionike koji su bili odlučujući faktori u odlučivanju o mogućim mjerama podrške. Tko bi se suočio s najviše prepreka među ova četiri scenarija i zašto? [10 min]</p>
Završna rasprava /zaključak	Zaključak: Završite naglašavajući da je pristup temeljen na ljudskim pravima (HRBA) ključan za etičko i učinkovito zagovaranje. Potaknite sudionike da primjenjuju načela HRBA u svom vlastitom zagovaračkom radu.
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Povećava razumijevanje sudionika o načelima ljudskih prava i njihovoj ulozi u zagovaranju, osiguravajući da su njihove akcije usklađene s etičkim i održivim utjecajem.</p> <p>Analitičko i kritičko razmišljanje – Razvija sposobnost sudionika da procjenjuju stvarne situacije koristeći pristup utemeljen na ljudskim pravima (HRBA), pomažući im da razlikuju privremene potrebe od temeljnih prava.</p>

	<p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Jača sposobnost sudionika da artikuliraju i raspravljaju o pitanjima ljudskih prava, potičući poštovanje u dijalogu i suradničko rješavanje problema.</p> <p>Učenje kako učiti – Potiče refleksivno učenje i prilagodljivost, dok se sudionici upoznaju s novim okvirima i razmatraju kako HRBA može biti primijenjena u zagovaračkim strategijama.</p> <p>Empatija i inkluzija – Promiče duboku svjesnost o sistemskim nejednakostima i neravnotežama moći, omogućujući sudionicima da prioritziraju potrebe najmarginaliziranijih zajednica u zagovaračkim naporima.</p>
--	---

## Odjeljak 4 aktivnosti - "Kuha se" snaga

Ime aktivnosti	Što nedostaje
Ciljevi/s	Identificirati izazove/probleme mentalnog zdravlja mladih Provesti analizu uzroka, posljedica i korijena problema Izraditi dijagrame uzroka i posljedica Identificirati problem za koji bi zagovaračka akcija mogla biti rješenje
Trajanje (minuta)	90 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Flipchart, olovke, markeri, olovke za bojanje, papiri, post-it
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije:</p> <p>Dio I: [30 min]</p> <p>Objasnite ciljeve ove sesije, predstavite temu i aktivnost. Podijelite sudionike u 4-7 malih grupa i obavijestite ih da će to biti njihove grupe za razvoj zagovaračkog plana. Zamolite grupe da odaberu problem mladeži koji smatraju važnim i koji treba riješiti zagovaračkim akcijama te da napišu odabrani problem u sredini velikog papira. Na vrh papira napišite 'Posljedice', a na dno 'Uzroci'.</p> <p>U prostoru ispod problema, zamolite ih da nacrtaju ili napišu što više uzroka problema koje mogu zamisliti. Nacrtajte strelicu od svakog uzroka do problema u sredini. Uzroci mogu biti ljudi, organizacije, stavovi, siromaštvo, vrste ponašanja, nedostatak znanja – bilo što.</p> <p>Zamolite ih da pogledaju svaki uzrok i pronađu dublje uzroke, postavljajući pitanje, 'Što uzrokuje taj uzrok?' Trebali bi dodati te uzroke, povezujući ih strelicama. Zatim zamolite sudionike da napišu posljedice problema u gornjoj polovici papira. Nacrtajte strelicu od problema u središtu prema svakoj posljedici. Pogledajte svaku posljediciu i pitajte, 'Koju daljnju posljediciu će to imati?' Dodajte posljedice posljedica i povežite ih strelicama.</p> <p>Dio II: [15 min]</p> <p>Nakon što grupe dovrše svoje dijagrame uzroka i posljedica, zamolite ih da pogledaju uzroke i zaokruže one koje bi se mogli promijeniti ili poboljšati uz pomoć utjecajnih ljudi ili institucija (tj. one za koje bi zagovaranje moglo biti rješenje).</p> <p>Zamolite grupe da odaberu 2-3 moguća zagovaračka rješenja. Pri razmišljanju o rješenjima mogu koristiti i svoje prethodno iskustvo ili iskustvo drugih koji su radili na istom problemu. Drugi način identificiranja</p>

	<p>rješenja je 'preokretanje' uzroka problema – na primjer, ako je jedan uzrok stigme šutnja vođa zajednice, rješenje bi bilo suprotno: da vođe zajednice javno govore u podršku osobama s mentalnim izazovima.</p>
Završna rasprava /zaključak	<p>Zatvaranje i evaluacija [10 min] pozovite sudionike da s jednom riječju opišu ono što su naučili u ovoj sesiji.</p>
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Poboljšava sposobnost sudionika da analiziraju izazove mentalnog zdravlja unutar zajednica mladih, opremajući ih vještinama za razvoj zagovaračkih rješenja za društvene promjene.</p> <p>Analitičko i kritičko razmišljanje – Jača vještine rješavanja problema vođenjem sudionika kroz analizu uzroka i posljedica, pomažući im identificirati korijenske uzroke i dizajnirati učinkovite zagovaračke intervencije.</p> <p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Potiče suradnički dijalog i timski rad dok sudionici raspravljaju o izazovima mentalnog zdravlja, razmjenjuju ideje i razvijaju zajednička rješenja.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Promiče strateško razmišljanje i pristupe usmjerene na djelovanje, omogućujući sudionicima da prepoznate izazove pretvore u strukturirane zagovaračke planove.</p> <p>Empatija i inkluzija – Potiče dublje razumijevanje problema mentalnog zdravlja, omogućujući sudionicima da pristupe zagovaranju s osjetljivošću, inkluzivnošću i perspektivom utemeljenom na ljudskim pravima.</p>

Ime aktivnosti	<b>Zagovaranje kroz politiku I, II i III</b>
Ciljevi/s	<p>Razumijeti zagovaranje kroz politiku i njegovu važnosti u promicanju različitih ciljeva.</p> <p>Raspraviti o raznim strategijama i alatima koji se mogu koristiti za utjecanje na donošenje politika na lokalnoj, nacionalnoj i međunarodnoj razini.</p> <p>Istražiti važnost izgradnje saveza s drugim organizacijama i dionicima kako biste ojačali zagovaračke napore.</p> <p>Identificirati metode za učinkovito angažiranje s donositeljima politika, javnošću i drugim dionicima kako biste podigli svijest i podržali različite probleme.</p> <p>Razumijeti studije slučaja uspješnih primjera zagovaranja politika u praksi, ističući naučene lekcije i najbolje prakse.</p>
Trajanje (minuta)	180 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Laptop, kablovi, ppt, kopije 3-4 sažetaka politika na engleskom, kopija sažetka NYP politike, plakat, markeri, bojice, stare časopise, novine, post-it papiri, ljepilo i škare, traka, šareni A4 papiri; stolovi i klupe.
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije - Korak 1: Uvod i rasprava (20 min)</p> <p>Pozovite sudionike da podijele svoja iskustva sa zagovaranjem politika kroz vođenu raspravu. Postavite pitanja kao što su:</p> <p>Jeste li ikada napisali politiku ili sažetak politike?</p> <p>Jeste li pročitali dokument politike ili sudjelovali u njegovom stvaranju?</p> <p>Omogućite otvorenu raspravu gdje sudionici s prethodnim iskustvom mogu podijeliti svoja iskustva iz prve ruke o svojim zagovaračkim naporima.</p>



	<p>Potaknite ostale da postavljaju pitanja i uče iz stvarnih studija slučaja.</p> <p>Predloženi poticaji za voditelja:</p> <p>Koji su bili primarni ciljevi zagovaračkog napora?</p> <p>Koje su strategije i alati korišteni i zašto su bili učinkoviti?</p> <p>Tko su bili ključni dionici i kako su bili uključeni?</p> <p>S kakvim izazovima su se zagovornici susreli i kako su ih prevladali?</p> <p>Koji su mjerljivi rezultati postignuti kao rezultat zagovaračkog napora?</p> <p>Koje ključne lekcije se mogu primijeniti na vaš vlastiti zagovarački rad?</p> <p>Korak 2: Formiranje grupa i energizer (10 min)</p> <p>Koristite energizer "Voćna salata" za podjelu sudionika u grupe. Za razliku od nasumične podjele, namjerno grupirajte sudionike u:</p> <p>3 grupe iskusnijih ili starijih sudionika.</p> <p>3 grupe manje iskusnih ili mlađih sudionika.</p> <p>Cilj je dobiti različite perspektive uz osiguranje da se glasovi mladih sudionika čuju i angažiraju.</p> <p>Korak 3: Uvod u sažetak politike (10 min)</p> <p>Predstavite unaprijed pripremljene plakati o ključnim elementima sažetka politike:</p> <p>Naslov: Jasan i sažet, odražava problem.</p> <p>Sažetak: Kratki pregled problema i ključnih preporuka.</p> <p>Izjava o problemu: Jasno izražavanje problema koji utječe na mentalno zdravlje mladih.</p> <p>Dokazi i analiza: Podaci i primjeri koji podržavaju argument.</p> <p>Preporuke: Specifični i provedivi koraci koje donositelji politika mogu poduzeti.</p> <p>Zaključak: Sažetak koji naglašava važnost problema i predloženih akcija.</p> <p>Objasnite zadatak: Svaka grupa će izraditi sažetak sažetka politike o mentalnom zdravlju (npr. poremećaji prehrane i problemi s tjelesnom slikom).</p> <p>Korak 4: Grupni rad – Pisanje sažetka politike (30 min)</p> <p>Dopustite grupama da odaberu svoje radno mjesto (unutra ili vani).</p> <p>Predložite da dodijele uloge:</p> <p>Istraživač: Prikuplja dokaze.</p> <p>Pisac: Izrađuje sažetak.</p> <p>Prezentator: Priprema se za elevator pitch.</p> <p>Voditelj pruža podršku i smjernice, odgovara na pitanja i potiče kritičko razmišljanje.</p> <p>Potaknite grupe da koriste analizu stabla problema i osiguraju da su njihovi plakati vizualno privlačni.</p> <p>Korak 5: Presentacije elevator pitcha (15 min)</p> <p>Svaka grupa daje 2-minutni elevator pitch sažimajući svoj sažetak politike.</p> <p>Potaknite grupe da se usredotoče na:</p> <p>Ključni problem.</p> <p>Njihove preporuke.</p> <p>Bilo koji korišteni podaci ili dokazi.</p> <p>Otvorite prostor za povratne informacije od kolega, uključujući:</p> <p>Pozitivne opažanja (što je dobro funkcioniralo).</p> <p>Prijedloge za poboljšanje (jasnoća, dodatni dokazi, jače preporuke).</p> <p>Pitanja koja potiču dublju analizu ili alternativne perspektive.</p>
--	--



	<p>Sesija je završena slijedeći Kolbov model kako bi se usredotočili na proces i ishode učenja te primjenjivost naučenog.</p>
Završna rasprava /zaključak	<p>Pitanja za refleksiju za grupnu raspravu: Koji je dio pisanja sažetka politike bio najzahtjevniji? Što ste naučili o učinkovitom zagovaranju? Kako možete primijeniti te vještine u stvarnim zagovaračkim naporima? Voditelj sažima ključne zaključke, naglašavajući:</p> <p>Važnost zagovaranja temeljenog na dokazima. Ulogu jasnih poruka i strateških preporuka. Kako suradnički zagovarački napori mogu potaknuti promjene politika. Zatvorite sesiju motivirajući sudionike da nastave primjenjivati svoje zagovaračke vještine u svom radu.</p>
Stechene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Poboljšava razumijevanje sudionika o zagovaranju politika, strukturama upravljanja i angažiranju dionika, opremajući ih osnovnim znanjima za učinkovito utjecanje na procese donošenja odluka.</p> <p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Jača vještine sudionika u javnom govorenju, pisanju politika i iznošenju argumenata, osiguravajući da mogu učinkovito komunicirati s raznolikom publikom, uključujući donositelje politika i dionike.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Potiče strateško razmišljanje i vodstvo, omogućujući sudionicima da formuliraju i pokreću zagovaračke kampanje.</p> <p>Učenje kako učiti – Promiče samostalno učenje i prilagodljivost dok sudionici surađuju, usavršavaju svoje prijedloge politika i uključuju povratne informacije za kontinuirano poboljšanje.</p> <p>Timski rad i suradnja – Potiče grupno rješavanje problema i učenje među vršnjacima dok sudionici zajedno rade na izradi sažetaka politika i predavljanju svojih zagovaračkih slučajeva.</p>

Ime aktivnosti	<b>Kampanja I</b>
Ciljevi/s	<p>Sudionici će moći:</p> <p>Razumjeti koncept zagovaračkog akcionog plana Naučiti osnovne korake zagovaračkog akcionog plana Identificirati pojedince, grupe ili institucije koje mogu pomoći ili se suprotstaviti postizanju njihovih zagovaračkih ciljeva Razumjeti kako se povezati s potencijalnim saveznicima i partnerima za postizanje svog zagovaračkog cilja i kako se nositi s onima koji se protive promjeni</p>
Trajanje (minuta)	130 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	<p>Materijal (i) za facilitator: materijali o koalicijama i opozicijama Materijal (i) za sudionike: Flip-Chart papiri, markeri, radovi, olovke, saveznici i protivnici matrica. Postavljanje sobe: world cafe, U oblik</p>
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije: Dio I [35 min]</p>

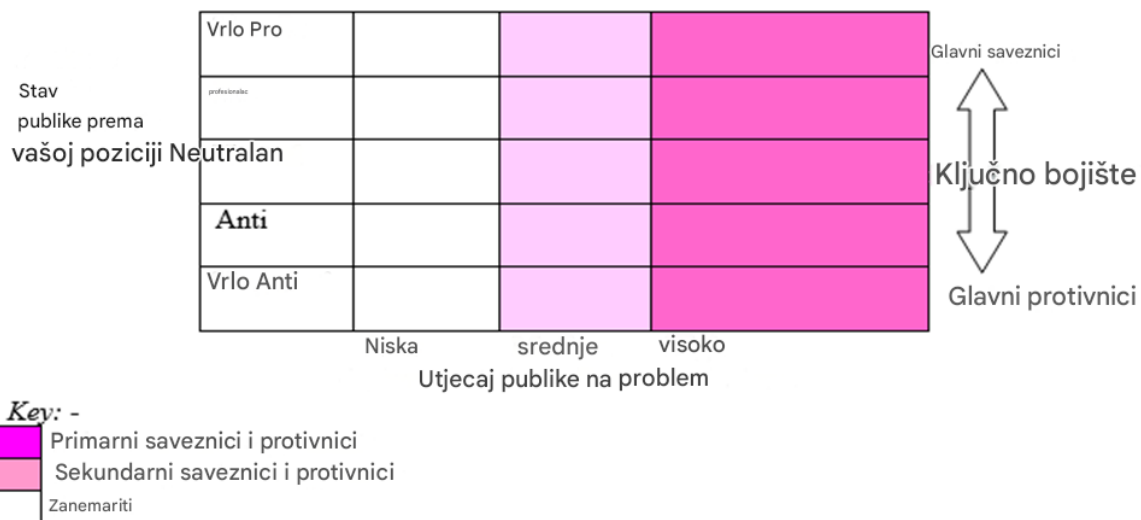


	<p>Pitanje za sudionike: Koji su, prema vašem mišljenju, glavni elementi koje treba uključiti u zagovaračku kampanju? Podijelite grupu u 4-7 grupa i smjestite ih u različite kutove prostorije za obuku, opremite ih papirom za plakat i markerom. Pozovite ih da raspravljaju i opišu glavne elemente plana protukampanje te izaberu govornika [15 min]. Pozovite govornike da predstavite svoje proizvode [20 min]. Zatvaranje i evaluacija [10 min] Prije završetka ovog dijela sesije, prikažite ih na ekranu i pozovite ih da komentiraju svoje dojmove o planu protukampanje. Dio II [10 min] Objasnite cilj ove sesije, uvedite temu i aktivnost. Radom s cijelom grupom, razjasnite razliku između cilja i saveznika te kako neki saveznici mogu biti i indirektni ciljevi. Omogućite raspravu sa sudionicima da podijele svoja iskustva rada u partnerstvima ili koalicijama koje nisu vezane uz zagovaranje. Usmjerite raspravu na rad u partnerstvima specifično za zagovaranje. Pitanja mogu uključivati: Koja su vaša iskustva zagovaračkog rada s drugima (prednosti i nedostaci)? Koje ste glavne prednosti i nedostatke prepoznali u radu s drugima na zagovaranju? Koje su razlike i sličnosti između partnerstava za zagovaranje i partnerstava za druge aktivnosti? Dio III: Identificirajte svoje saveznike [30 min] Zamolite sudionike da se vrate u svoje grupe i nacrtaju svoje potencijalne saveznike na matrici saveznika i protivnika. [20 min]</p>
<p>Završna rasprava /zaključak</p>	<p>Pitanja: Tko bi mogao imati pozitivan utjecaj na odabrani problem? Tko još već radi na ovom problemu? Tko su obično vaši 'prirodni' saveznici? Jesu li oni istinski saveznici za ovaj problem? Koji je njihov utjecaj? Jesu li spremni raditi u koaliciji? Što će dobiti pridruživanjem vašem savezu? Što mogu ponuditi zagovaračkom radu? Koja su njihova ograničenja? Kako biste im pristupili za izgradnju mreže – planirajte specifična rješenja za različite saveznike, ako je potrebno. Tko bi mogao biti protivnik promjene? Koji bi mogli biti njihovi motivi? Koji je njihov utjecaj? Kako biste pokušali utjecati na njih/izbjeći ih – planirajte različita rješenja za različite protivnike, ako je potrebno. Refleksija [20 min] Pozovite sudionike grupe da podijele svoje osjećaje i misli o novom učenju.</p>
<p>Stechene kompetencije (uskладene s YouthPass okvirom)</p>	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Poboljšava razumijevanje planiranja zagovaračkih kampanja, izgradnje koalicija i angažmana sudionika, opremajući sudionike alatima za mobilizaciju podrške i suočavanje s opozicijom.</p>



	<p>Strateško razmišljanje i rješavanje problema – Razvija vještine kritičke analize za prepoznavanje potencijalnih saveznika, protivnika i neutralnih dionika, pomažući sudionicima u izradi strategija za učinkovito zagovaranje.</p> <p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Jača sposobnost sudjelovanja u raspravama, pregovaranja o partnerstvima i predstavljanja zagovaračkih planova, osiguravajući uključivanje različitih perspektiva.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Potiče proaktivan angažman u zagovaračkom radu, dok sudionici mapiraju ključne aktere, procjenjuju njihov utjecaj i osmišljavaju strateške pristupe umrežavanju.</p> <p>Učenje kako učiti – Promiče samorefleksiju i prilagodljivost, dok sudionici procjenjuju svoja iskustva u zagovaranju i istražuju nove metode za izgradnju uspješnih koalicija.</p> <p>Timski rad i suradnja – Potiče sposobnost rada u partnerstvima, poboljšavajući suradnju, zajedničko donošenje odluka i kolektivno rješavanje problema za uspjeh u zagovaranju.</p>
--	---

### Matrica 1



Ime aktivnosti	<b>Kampanja II</b>
Ciljevi/s	Razumjeti važnost učinkovite poruke u zagovaračkim kampanjama. Naučiti metode oblikovanja ključne poruke i raspraviti "što treba i što ne treba" prilikom komuniciranja poruka.
Trajanje (minuta)	60 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Materijali: Flipcharts, markeri Postav prostorije: U oblik, prostor za pojedinačni rad
Opis (korak po korak)	Tijek sesije: Dio I. Što je poruka i zašto je potrebna? [20 min]



	<p>Započnite sesiju brainstormom – pitajte sudionike što je, prema njihovom mišljenju, "poruka". Nakon nekoliko ideja, nastavite brainstorm u smjeru zašto je učinkovito prenošenje poruka važno za zagovaračku kampanju. Pitajte sudionike da podijele svoja iskustva, prisjetite li se trenutaka iz osobnog i profesionalnog života kada su radili na stvaranju poruke? Pitajte sudionike za neke poznate poruke koje koriste poznati brendovi – izaberite jednu ili dvije i pitajte zašto su te poruke učinkovite, kakav je njihov utjecaj? Ako sudionici ne mogu navesti nijednu, predložite, na primjer, Think Different – Apple, Belong anywhere – Airbnb.</p> <p>Sažmite brainstorm objašnjenjem da je "poruka dio informacije upućen pojedincu ili grupi, koji utječe na stavove, ponašanje, znanje, vrijednosti i/ili akcije pojedinca ili grupe koji su joj izloženi."</p> <p>Dio II. Govorite srcu, glavi i ruci [40 min]</p> <p>Nakon početnog brainstorma, predstavite sljedeći model – objasnite da bi učinkovita poruka trebala biti usmjerena na srce, glavu i ruku publike. Važno je razmisliti o ovim pitanjima dok oblikujete ključnu poruku:</p> <p>Srce – Da biste privukli srca ljudi, uključite emocionalne i osobne priče do kojih će vašoj publici biti stalo i u koje će vjerovati.</p> <p>Glava – Privlačenje glave ili mozga znači korištenje riječi, činjenica i podataka za podršku vašem zagovaranju.</p> <p>Ruka – Privucite ljude na djelovanje. Ljudi trebaju osjećati poziv da vam se pridruže i žele znati kako njihovo sudjelovanje može napraviti razliku. Podijelite sudionike u 4 do 7 malih grupa, ovisno o veličini grupe. Zamolite ih da razmisle o pristupu 3H koji je prethodno predstavljen, ovisno o ideji njihove zagovaračke kampanje, i zamolite ih da oblikuju 3 poruke koje odgovaraju svakom elementu 'srce', 'glava' i 'ruka'. Dajte 20 minuta za rad u malim grupama, nakon čega će svaka grupa biti zamoljena da predstavi ključne poruke. Grupe bi trebale predstaviti svoje ključne poruke obrađujući se srcu, glavi i ruci – objašnjavajući kako oblikovana ključna poruka odgovara ovoj metodi.</p>
<p>Završna rasprava /zaključak</p>	<p>Pitajte i sažmite ovaj dio s ključnim zaključcima naglašavajući da poruka treba djelovati kao "ključ" koji će omogućiti promjenu. Bez učinkovitih ključnih poruka, zagovaračke kampanje mogu izgubiti željeni utjecaj.</p>
<p>Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)</p>	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Poboľšava sposobnost sudionika da oblikuju zagovaračke poruke, osiguravajući da njihove kampanje odjekuju kod raznolike publike i potiču društvene promjene.</p> <p>Strateška komunikacija i uvjeravanje – Razvija vještine u oblikovanju učinkovitih poruka koristeći pristup Srca, Glave i Ruke, čineći zagovaračke napore privlačnijima i usmjerenima na djelovanje.</p> <p>Analitičko i kritičko razmišljanje – Jača sposobnost evaluacije i usavršavanja poruka, osiguravajući da su jasne, uvjerljive i usklađene s ciljevima zagovaranja.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Potiče sudionike na primjenu kreativnog razmišljanja u oblikovanju zagovaračkih poruka koje motiviraju na akciju i angažman.</p> <p>Timski rad i suradnja – Potiče učenje među vršnjacima i suradnju dok sudionici zajedno rade na dizajnu i predstavljanju ključnih zagovaračkih poruka.</p> <p>Učenje kako učiti – Promiče samorefleksiju i prilagodljivost, pomažući sudionicima u analizi učinkovitosti različitih komunikacijskih strategija i usavršavanju tehnika prenošenja poruka.</p>

Ime aktivnosti	<b>Platforme za zagovaranje i komunikaciju</b>
Ciljevi/s	Razumjeti važnost pravilnog komuniciranja zagovaračkih poruka kako bi se dosegla ciljana publika Analizirati prednosti i nedostatke nekih komunikacijskih kanala i platformi Podijeliti osobna iskustva
Trajanje (minuta)	70 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Eng-UNICEF-YOUTH-ADVOCACY-GUIDE.PDF web_young_people_as_advocates.pdf (ippf.org)
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije:</p> <p>Dio I. Informacijski kaos [35 min]</p> <p>Odaberite 4-7 volontera među sudionicima. Dajte svakom sudioniku ključnu poruku napisanu na papiru. Primjeri ključnih poruka (sudionici mogu smisliti i druge zagovaračke poruke):</p> <p>Nasilje u obitelji mora prestati Mentalno zdravlje zaposlenika treba podržati LGBTQ+ osobe nisu bolesne Svaki oblik tijela je lijep oblik Ne postoji Planet B</p> <p>Zamolite volontere da ne otkrivaju svoje uloge drugima. Odaberite 2 volontera iz grupe i imenujte ih kao one koji će širiti lažne informacije i teorije zavjere. Odaberite još jednog volontera da glumi vladu, odgovornu za zabranu određenih kanala društvenih medija. Dodijelite 2 dodatna sudionika da preuzmu ulogu policije. Podsjetite sve da ne otkrivaju svoje dodijeljene uloge.</p> <p>Nakon dodjele uloga, uputite preostale sudionike da stvore kaos u prostoriji 2 minute, omogućujući im da u potpunosti prihvate kaotičnu atmosferu. Tijekom tog vremena, vodite volontere zagovornike da pronađu načine kako prenijeti svoje poruke. To može biti kroz postere, kampanje na društvenim mrežama, simulacije, proteste ili bilo koje druge kreativne metode koje mogu smisliti. Širitelji lažnih vijesti trebaju pokušati zasjeniti glavne poruke dezinformacijama, volonter vlade treba ograničiti neke komunikacijske kanale, a policija može ili zaštititi zagovornike ili ih ometati.</p> <p>Dopustite 10 minuta svima da izvrše svoje upute i promatrajte interakcije. Nakon toga, zamolite sudionike da prestanu sa svojim ulogama i okupe se u krug. Omogućite raspravu o tome što se upravo dogodilo, pomažući im da prepoznaju da je širenje poruke u kaotičnom informacijskom okruženju izazovno i često ometano čimbenicima poput restriktivnih vlada, agresivne policije i lažnih vijesti. Potaknite zagovornike da podijele svoja iskustva i izazove u prenošenju svojih poruka. Pozovite sve da razmisle o sličnim stvarnim iskustvima i rasprave kako su se nosili s tim situacijama i što su naučili.</p> <p>Dio II. Metode, kanali i platforme za zagovaranje [20 min]</p> <p>U ovom dijelu sesije, zamolite sudionike da imenuju metode, kanale i platforme koje se mogu koristiti za čujnost zagovaračkih poruka. Zapišite sve primjere na papir za flipchart. Raspravite svaku ideju sa sudionicima i shvatite koje mogu biti prednosti i nedostaci. Neki od primjera o kojima se može raspravljati su:</p>

	<p>Korištenje već postojećih mehanizama za sudjelovanje u donošenju odluka (Primjer prednosti i nedostataka u nastavku)</p>
Završna rasprava /zaključak	<p>Sažmite sesiju naglašavajući da ne postoji savršen način ili kanal platforme za prenošenje ključne poruke. Svaki kontekst zahtijeva temeljitu analizu prije slanja poruke. Na primjer, ako u zemlji X ljudi nemaju dobar pristup Facebooku, razmislite o korištenju druge društvene mreže koju ciljne zajednice više koriste itd.</p> <p>Debriefing [5 min] Prije završetka, pitajte sudionike što im je bilo zanimljivo u ovoj sesiji – je li bilo nešto što smatraju korisnim za svoj rad? Također, postoji li nešto o čemu bi željeli imati više informacija? Osigurajte dodatne resurse iz dolje navedenih materijala koje kasnije možete podijeliti sa sudionicima.</p> <p>Zatvaranje [5 min] Završite sesiju pitajući ih imaju li dodatna pitanja ili komentare, i pojasnite ako je potrebno.</p>
Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Jača sposobnost sudionika da razviju i provedu zagovaračke kampanje, osiguravajući da njihove poruke utječu na javni diskurs, angažiraju dionike i budu viđene na razini politika.</p> <p>Strateška komunikacija i uvjeravanje – Poboljšava vještine u strukturiranju zagovaračkih poruka koristeći pristup Srca, Glave i Ruke, osiguravajući da su emocionalno privlačne, temeljene na činjenicama i usmjerene na djelovanje.</p> <p>Analitičko i kritičko razmišljanje – Oprema sudionike sposobnošću analize percepcija publike, usavršavanja poruka radi jasnoće i utjecaja te prilagodbe strategija poruka različitim kontekstima i ciljanim skupinama.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Potiče sudionike na primjenu kreativnog i strateškog razmišljanja u dizajniranju zagovaračkih poruka koje mobiliziraju podršku, potiču angažman i inspiriraju kolektivno djelovanje.</p> <p>Timski rad i suradnja – Potiče suradnju, učenje među vršnjacima i zajedničko stvaranje, omogućujući sudionicima da brainstormaju, usavrše i predstave utjecajne poruke unutar grupnih okruženja.</p> <p>Učenje kako učiti – Promiče kontinuiranu refleksiju i prilagodljivost, pomažući sudionicima da procijene učinkovitost komunikacijskih strategija i primijene naučene lekcije na budući zagovarački rad.</p>

Neki od primjera o kojima se može raspravljati su:

### Korištenje već postojećih mehanizama za sudjelovanje u donošenju odluka

**Prednosti:** Nema potrebe izmišljati toplu vodu, ako postoje mehanizmi za uključivanje u proces donošenja odluka, pametno je koristiti ih kako bi se vaša poruka čula, na primjer, sudjelovati na javnim saslušanjima, sudjelovati na izborima, sastajati se s donositeljima odluka, sudjelovati na javnim događajima gdje su prisutni i kreatori politika.

**Nedostaci:** Nisu svi svjesni ili nemaju pristup tim mehanizmima; restriktivne vlade ne pružaju takva otvorena i sigurna okruženja;

### Korištenje društvenih mreža



Prednosti: omogućuje brzo širenje poruke i dosezanje šire publike; prilagođava različite oblike poruka (vizuali, audio); može imati viralnu prirodu – moć dijeljenja;  
Nedostaci: Nema zaštite od lažnih vijesti; nema dobrih mehanizama filtriranja; uglavnom neregulirano; digitalni umor

#### Korištenje tradicionalnih medija (radio, časopisi, novine; TV)

Različiti oblici tradicionalnih medija imaju različite prednosti i nedostatke, ovisno o kontekstu ovo su općenite prednosti i nedostaci:

Prednosti: dosezanje specifičnih grupa publike, na primjer, stariji ljudi možda ne koriste društvene mreže; povećana pokrivenost;

Nedostaci: dugi rokovi; smanjenje oglašavanja; ograničen "rok trajanja"; nedostatak trenutaka dijeljenja;

#### Usmena predaja

Prednosti: isplativo; brzo širenje;

Nedostaci: Lažne vijesti; nepredvidljivost rezultata; nekontrolirano

#### Uključivanje 'influencera'

Prednosti: Veća publika; široka pokrivenost; ulaganje u povjerenje sljedbenika prema influenceru;

Nedostaci: partnerstvo s pogrešnim influencerom; visoki troškovi; pravni problemi

Ako sudionici navedu bilo koju drugu metodu, kanal ili platformu, zamolite ih da razmisle o prednostima i nedostacima.

## Odjeljak 5 aktivnosti - Snaga svugdje

Ime aktivnosti	<b>Praćenje i evaluacija</b>
Ciljevi/s	Pojasniti strategije za praćenje i procjenu njihovih zagovaračkih napora
Trajanje (minuta)	70 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Kopija poglavlja u Advocacy Kit-u o praćenju i evaluaciji web_young_people_as_advocates.pdf (ippf.org) stranice 29 i 30 Postavka prostorije: U oblik; prostor za rad u malim grupama Materijali za voditelja: Informacije za PowerPoint; UNFPA Advocacy Kit Materijali za sudionike: papiri za flip-chart, markeri, papiri, olovke
Opis (korak po korak)	Tijek sesije: Dio I [30 min] Upute:



	<p>Objasnite cilj sesije i aktivnosti. Postavite sljedeće pitanje cijeloj grupi: Je li važno pratiti i evaluirati zagovarački rad? Ako jest, zašto? Zamolite sudionike da se okrenu poglavlju u Advocacy Kit-u o praćenju i evaluaciji. S cijelom grupom, koristite PowerPoint za razgovor o važnosti i strategijama za evaluaciju zagovaračkih napora. Zamolite sudionike da podijele svoja iskustva s praćenjem i evaluacijom – i strategijama za uspjeh. Dio II [30 min] Zamolite redovne grupe da napišu neke indikatore (opise potrebnih dokaza ili definicije uspjeha) koji bi pokazali jesu li njihovi zagovarački ciljevi postignuti. To se može učiniti dodavanjem kolone indikatora za svaku specifičnu aktivnost u njihovom akcijskom planu, kao i za ciljeve u cjelini. Prije nego sudionici odu u svoje grupe, pitajte ih: Kako nam ciljevi pomažu u pisanju indikatora utjecaja? Podijelite letak ‘Metode praćenja i evaluacije zagovaračkog rada’ s kraja ovog dijela kako biste sudionicima pružili dodatne informacije. Nakon što dovrše ovu aktivnost, zamolite grupe da odaberu neke metode za praćenje indikatora za svoj zagovarački rad i napišu ih ispod svojih indikatora. Ponovno, letak “Metode praćenja” će biti koristan za pružanje ideja. Zamolite neke od grupa da predstavljaju svoj rad i omogućite raspravu s cijelom grupom sudionika. Kao dio te rasprave, pitajte sudionike: Razmišljajući o studijama slučaja ili vlastitom zagovaračkom iskustvu, kako odlučujemo je li naš zagovarački rad bio uspješan? Kako ga evaluiramo? Kako možemo koristiti informacije koje prikupimo iz praćenja i evaluacije?</p>
<p>Završna rasprava /zaključak</p>	<p>Refleksija [10 min] Pozovite sudionike grupe da podijele svoje osjećaje i misli o tome što su novo naučili.</p>
<p>Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)</p>	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Jača sposobnost sudionika da razumiju utjecaj zagovaračkih napora. Analitičko i kritičko razmišljanje – Razvija vještine u razumijevanju ključnih pokazatelja uspješnosti, omogućujući sudionicima da unaprijede buduće strategije temeljem podataka i dokaza. Strateško planiranje i donošenje odluka – Poboljšava sposobnost sudionika da razumiju okvire za praćenje i evaluaciju, te osigurava da su zagovarački napori sustavni, usmjereni na ciljeve i kontinuirano poboljšavani. Osjećaj inicijative i poduzetništva – Potiče sudionike da preuzmu odgovornost za svoj zagovarački rad i koriste podatke za jačanje budućih inicijativa. Učenje kako učiti – Promiče samorefleksiju i prilagodljivost, pomažući sudionicima da analiziraju svoja iskustva, uče iz prošlosti i primijene uvide za poboljšanje svojih budućih kampanja. Timski rad i suradnja – Potiče kolektivno rješavanje problema i razmjenu znanja, dok sudionici rade u grupama i usavršavaju svoje pristupe temeljem povratnih informacija kolega.</p>



Ime aktivnosti	<b>Multiplificiranje utjecaja</b>
Ciljevi/s	Umnožiti utjecaj treninga Potaknuti učenje usmjereno na praksu Imati jasnu viziju aktivnosti praćenja u partnerskim zemljama nakon završetka treninga
Trajanje (minuta)	100 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Pojedinačni flipcharti za male grupe, markeri, post-it Postavljanje sobe: Radni otoci
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije:</p> <p>Podijelite sudionike u timove (npr. prema zemlji). Zamolite ih da odgovore na sljedeća pitanja:</p> <p>Koji su glavni izazovi s kojima se mladi suočavaju u vašoj zajednici vezano uz mentalno zdravlje mladih?</p> <p>Tko su najviše marginalizirane i ugrožene skupine? Koje su njihove potrebe?</p> <p>Koji je trenutni kontekst u vašoj zajednici? Koje faktore treba uzeti u obzir i tko su dionici?</p> <p>Timovi iz svake zemlje imat će 20 minuta za rad u malim grupama i odgovaranje na pitanja. Nakon prvog kruga grupnog rada, svaki tim će se spojiti s timom iz druge zemlje i kroz sljedećih 15 minuta predstaviti svoj rad jedni drugima. Nakon drugog kruga rada u spojenim grupama, sudionici će podijeliti svoja iskustva s cijelom grupom, za što treba izdvojiti 20 minuta.</p> <p>Dio II. Planiranje sljedećih koraka [30 min]</p> <p>Sudionici će raditi u timovima prema zemlji i pripremiti plan za svoje lokalne aktivnosti. Plan treba slijediti predloženu strukturu:</p> <p>Cilj i svrha lokalne aktivnosti</p> <p>Kratak opis problema unutar velike teme mentalnog zdravlja mladih koji lokalna aktivnost želi adresirati</p> <p>Kratak opći opis aktivnosti: Koja je glavna tema, koji su pristup i metodologija. Tko će biti uključen i kako? Gdje će se provoditi, vremenski okvir, resursi</p> <p>Dio III</p> <p>Ciljevi, sudionici će moći:</p> <p>Umnožiti utjecaj treninga</p> <p>Potaknuti učenje usmjereno na praksu</p> <p>Imati jasnu viziju aktivnosti praćenja nakon završetka treninga</p> <p>Potaknuti sudionike da bolje razumiju svoje individualne vještine, znanje, kapacitete, potrebe i želje.</p> <p>Metode: Rad u malim grupama, prezentacije, individualni rad</p> <p>Dio I. Pisanje pisma budućem sebi [20 min]</p> <p>Zamolite sudionike da uzmu komad papira i otmotnicu te napišu pismo svom budućem sebi. Dajte 15 minuta za pisanje. Sudionici ne trebaju dijeliti svoja pisma jedni s drugima. Objasnite da, ako žele, mogu i otipkati pismo i putem <a href="http://www.futureme.org">www.futureme.org</a> poslati ga na svoje e-mailove. E-mailovi mogu biti dostavljeni u budućnosti, u bilo koje vrijeme koje osoba naznači na platformi. Zamolite sudionike da se zamisle za godinu, za 5 godina ili čak 10 godina. Opisujte njihove osjećaje, snove i ciljeve te što planiraju učiniti kako bi ostvarili svoje snove.</p>
Završna rasprava /zaključak	Debriefing: [10 min]

	<p>Pitajte sudionike: Kako je bilo pisati pismo svom budućem sebi? Je li ih trening inspirirao za neke od njihovih snova i ciljeva? Kako se trenutno osjećaju?</p> <p>Zatvaranje: [5 min] Završite sesiju s pozitivnom notom i poželite im da ostvare sve što su napisali u osobnim pismima.</p>
<p>Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)</p>	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Jača sposobnost sudionika da primijene znanje o zagovaranju u svojim lokalnim zajednicama, osiguravajući da inicijative za mentalno zdravlje mladih imaju trajan i široko rasprostranjen utjecaj.</p> <p>Strateško planiranje i upravljanje projektima – Poboljšava sposobnost sudionika da osmisle, organiziraju i provedu aktivnosti praćenja, uključujući definiranje ciljeva, metoda, dionika i resursa.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Potiče sudionike da preuzmu odgovornost za svoje učenje, razviju lokalne akcijske planove i primijene strategije rješavanja problema za suočavanje s izazovima mentalnog zdravlja mladih.</p> <p>Samorefleksija i osobni rast – Razvija sposobnost sudionika da procijene svoje osobne i profesionalne težnje, pomažući im da definiraju dugoročne ciljeve i strategije za njihovo postizanje.</p> <p>Timski rad i suradnja – Potiče učenje među vršnjacima i kolektivno rješavanje problema dok sudionici rade u timovima po zemljama kako bi brainstormali, usavršili i predstavili svoje zagovaračke planove.</p> <p>Učenje kako učiti – Promiče samostalno učenje i prilagodljivost, omogućujući sudionicima da procijene potrebe zajednice, osmisle relevantne intervencije i osiguraju održiv utjecaj.</p>

Ime aktivnosti	<b>Kreni</b>
Cilj	Saznati o mogućnostima putem Erasmus Plus Upoznati svrhu Youth Passa i njegovu važnost
Trajanje (minuta)	60 minuta
Potrebni resursi/materijali/oprema	Multimedijski projektor, flip-chart, prezentacija, olovke i markeri Postavka prostorije: Krug
Opis (korak po korak)	<p>Tijek sesije:</p> <p>Dio I. Prezentacije Erasmus Plus i Youth Pass [30 min]          Facilitator će predstaviti sljedeće PowerPoint slajdove: Europske prilike za mlade.          Facilitator treba potaknuti sudionike da podijele svoja prethodna iskustva s Erasmus Plusom. Treba podijeliti nadolazeće prilike i potaknuti sudionike da se pridruže budućim projektima (ako je izvedivo).          Facilitator će objasniti Youth Pass i potaknuti sudionike da dodaju svoja vlastita učenja u Youth Pass, koji će im biti poslan e-mailom ubrzo nakon završetka treninga. Voditelji bi trebali poticati sudionike da postavljaju pitanja tijekom prezentacije.</p> <p>Dio II. Certifikacija [15 min]          Facilitator zamoli sudionike da formiraju krug. Svaki sudionik će dobiti Youth Pass koji nije njegov. Kada svi imaju Youth Pass, na broj 3, sudionici će okrenuti papir i vidjeti ime na Youth Passu, zatim trebaju što brže pronaći tu osobu.</p>

<p>Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)</p>	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Poboljšava razumijevanje sudionika o europskim programima za mlade i mogućnostima mobilnosti, osnažujući ih da se aktivno uključe u međunarodne inicijative učenja i zagovaranja.</p> <p>Učenje kako učiti – Razvija vještine samoprocjene i refleksije, dok sudionici dokumentiraju stečene kompetencije kroz okvir Youthpassa.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Potiče sudionike da istraže i iskoriste nove obrazovne i profesionalne prilike, potičući proaktivno planiranje karijere i osobnog razvoja.</p> <p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Jača interpersonalne vještine i kulturnu osviještenost, dok sudionici razmjenjuju iskustva, raspravljaju o Erasmus+ programima i istražuju načine za međunarodnu suradnju.</p> <p>Timski rad i suradnja – Promiče podršku među vršnjacima i zajedničko učenje, potičući sudionike da se umrežavaju, dijele uvide i međusobno se usmjeravaju kroz Erasmus+ prilike.</p>
---	--

<p>Ime aktivnosti</p>	<p><b>Evaluacija i zatvaranje</b></p>
<p>Cilj</p>	<p>Sudionici će moći Pružiti povratne informacije o iskustvu učenja i razmisliti o cjelokupnom iskustvu</p>
<p>Trajanje (minuta)</p>	<p>60 minuta</p>
<p>Potrebni resursi/materijali/oprema</p>	<p>Papir, flipcharti, olovke i markeri Postavljanje sobe: krug</p>
<p>Opis (korak po korak)</p>	<p>Evaluacija i zatvaranje [30 min] Evaluacijski obrazac, Google obrazac Facilitator će objaviti evaluacijski obrazac na društvenim mrežama grupe (Facebook, Instagram i/ili WhatsApp) i dati sudionicima vrijeme da ga ispune. Također, voditelj će istaknuti važnost povratnih informacija i potaknuti kako pozitivne tako i konstruktivne povratne informacije.</p>
<p>Završna rasprava /zaključak</p>	<p>Zatvaranje: [30 min] Završite sesiju s refleksijom cijele grupe. Stvorite prostor za sudionike da razmisle o svom cjelokupnom iskustvu. Potičite ih da podijele što su naučili, što odnose sa sobom i bilo kakvu zahvalnost koju žele izraziti.</p>
<p>Stečene kompetencije (usklađene s YouthPass okvirom)</p>	<p>Građanske i socijalne kompetencije – Potiče aktivno sudjelovanje u procesima evaluacije, promičući kulturu kontinuiranog poboljšanja i konstruktivne povratne informacije u okruženju za učenje.</p> <p>Učenje kako učiti – Razvija vještine samorefleksije, dok sudionici procjenjuju svoj osobni rast, stečeno znanje i ključne uvide iz iskustva treninga.</p> <p>Osjećaj inicijative i poduzetništva – Jača sposobnost sudionika da izraze svoja mišljenja, pruže značajnu povratnu informaciju i doprinesu poboljšanju budućih inicijativa za trening.</p> <p>Komunikacija u multikulturalnom okruženju – Promiče otvoreni dijalog i aktivno slušanje, osiguravajući da se sudionici osjećaju vrijednima i saslušanim u raznolikom okruženju za učenje.</p> <p>Emocionalna svjesnost i samoizražavanje – Potiče sudionike da artikuliraju svoje emocije, uvide i iskustva, jačajući osjećaj završetka i postignuća.</p>



# Poglavlje 4 Savjeti i trikovi za mlade

## Postizanje svog cilja: Stvaranje promjene koju zamišljate

Dobro osmišljena strategija usmjerit će vaše zagovaračke napore i osigurati da svaki korak koji poduzmete doprinese značajnoj i trajnoj promjeni.

Izgradnja modela utjecaja

Za učinkovito organiziranje svojih ideja, razmislite o korištenju modela utjecaja. Ovaj okvir pomaže vam vizualizirati promjenu koju želite stvoriti i raditi unatrag kako biste identificirali potrebne resurse, aktivnosti i pokazatelje napretka koji će pomoći u postizanju vašeg cilja.

Ključna pitanja za vođenje vašeg planiranja

- ◆ Koji je vaš dugoročni cilj ili željeni utjecaj?

Definirajte promjenu u široj slici koju želite postići kroz svoje zagovaračke napore.

- ◆ Koji su glavni ishodi ili kratkoročne promjene koje se nadate postići?

Ishodi se odnose na mjerljiv napredak na razini zajednice. To može uključivati povećanu svijest, promjene u stavovima, izgradnju vještina ili promjene u ponašanju vaše ciljne publike.

Primjer: Ako je vaš cilj poboljšati zagovaranje mentalnog zdravlja, ishod bi mogao biti da više mladih ljudi otvoreno govori o problemima mentalnog zdravlja.

- ◆ Koji su izravni rezultati ili ishodi vaših aktivnosti?

Ishodi su trenutni, opipljivi rezultati vašeg zagovaračkog rada.

Primjer: Broj sudionika koji pohađaju radionicu o svijesti o mentalnom zdravlju ili broj pregleda informativnog videa koji ste stvorili.

- ◆ Koje aktivnosti su potrebne za postizanje vaših ishoda?

Identificirajte specifične inicijative i akcije koje će pokrenuti napredak.

Primjer: Organiziranje radionica u zajednici, kampanje na društvenim mrežama ili sastanci s donositeljima odluka.

- ◆ Koji su resursi (inputi) potrebni za provedbu ovih aktivnosti?

Inputi se odnose na vrijeme, financiranje, materijale i ljudske resurse uložene u vaše zagovaračke napore.

Primjer: Osiguravanje financiranja za materijale, regrutiranje volontera ili pristup mogućnostima obuke.

Razbijanjem vašeg cilja na ostvarive korake, možete stvoriti realističan, strukturiran pristup postizanju trajnog utjecaja. Snažan model utjecaja ne samo da će vas usmjeriti, već će vam pomoći i da mjerite napredak, prilagodite strategije kada je potrebno i na kraju pokrenete značajnu promjenu.



## Popis za planiranje zagovaranja

Identificirajte ključni problem i uzroke problema

Koja će biti promjena, rezultat

Stvorite tim

Radite s ljudima koji su pogođeni ovim problemom

Prikupite podatke (istraživanje)

Identificirajte ciljne skupine i potencijalne saveznike (dionike, donositelje odluka) i opoziciju

Napravite popis partnera

Osigurajte sudjelovanje mladih u dizajniranju, provedbi i evaluaciji

Kreirajte pristup, razvijte plan, pripremite alate za komunikaciju

Koji su rizici i mjere ublažavanja

Razvijte indikatore za praćenje i evaluaciju provedbe i utjecaja

## Praćenje i procjena vaših zagovaračkih napora

Učinkovito praćenje osigurava da mladi mogu pratiti napredak, procijeniti utjecaj i izvršiti potrebne prilagodbe tijekom vašeg zagovaračkog puta.

### *Razumijevanje praćenja*

Praćenje uključuje redovito prikupljanje i analizu informacija tijekom vaših zagovaračkih napora kako biste utvrdili imaju li vaše aktivnosti željeni učinak. Omogućuje vam evaluaciju i ishoda (što se radi) i rezultata (utjecaj vaših napora), pružajući prikaz napretka vašeg projekta u stvarnom vremenu. Kontinuiranim procjenjivanjem vašeg pristupa, praćenje pomaže identificirati područja za poboljšanje i osigurava da vaše zagovaranje ostane na pravom putu.

### *Razlika između praćenja i evaluacije*

Dok je praćenje kontinuirani proces koji se odvija tijekom vaših zagovaračkih napora, evaluacija se obično događa na ključnim prekretnicama—bilo sredinom projekta ili nakon njegovog završetka. Evaluacija mjeri jesu li vaši navedeni ciljevi i utjecaj postignuti. Međutim, budući da evaluacije mogu biti zahtjevne za resurse i složene, ovaj vodič se prvenstveno fokusira na praćenje kao praktičan i dostupan alat za uspjeh u zagovaranju. Ako ste zainteresirani za učenje više o evaluaciji, web stranica [Voices of Youth](#) pruža dodatne resurse.

### *Vrijednost praćenja*

Svatko može provesti učinkovito praćenje, a ono služi kao moćan alat za identificiranje uspjeha, izazova i područja za prilagodbu. Kroz kontinuirano praćenje, možete analizirati: Raspodjelu resursa – Koristite li svoje vrijeme, financiranje i materijale učinkovito?



Kvalitetu aktivnosti – Ispunjavaju li vaše zagovaračke inicijative svoje namjeravane ciljeve?  
Mjerenje utjecaja – Vode li vaši napori do opipljive promjene?

Fleksibilan i otvoren način razmišljanja ključan je u praćenju—budite spremni prilagoditi svoj pristup i rješavati probleme kako se pojavljuju.

## Održavanje angažmana s ključnim dionicima i podržavateljima

Izgradnja i održavanje snažnih odnosa s ključnim dionicima i glavnim podupirateljima ključno je za uspjeh vaših zagovaračkih napora. Budući da mnogi dionici imaju zauzete rasporede, važno je pronaći učinkovite načine kako ih zadržati angažiranim u vašim zagovaračkim ciljevima. Jedna od najjednostavnijih, ali najutjecajnijih strategija je ostati u kontaktu i njegovati te veze tijekom vremena.

Tijekom vašeg zagovaračkog puta, komunicirat ćete s raznolikom mrežom pojedinaca. Njegovanje tih odnosa omogućuje vam razmjenu ideja, istraživanje novih prilika i suradnju na budućim inicijativama. Dobro održavana mreža u raznim sektorima može također biti korisna za širenje vašeg utjecaja i pokretanje dugoročnih promjena.

Za više strategija o umrežavanju i poticanju savezništva, pogledajte relevantni odjeljak. U nastavku su neki praktični savjeti koji će vam pomoći održati značajan angažman s vašim dionicima.



## Pojmovi:

Zagovaranje mladih odnosi se na proces u kojem mladi aktivno iznose svoje stavove, utječu na odluke i poduzimaju akcije kako bi donijeli pozitivne promjene u svojim zajednicama, politikama ili društvu u cjelini. To uključuje mlade koji se zauzimaju za svoja prava, potrebe i interese, kao i zagovaranje dobrobiti svojih vršnjaka i šire društvene probleme.

Sudjelovanje mladih odnosi se na aktivno, značajno i uključivo sudjelovanje mladih u procesima donošenja odluka, društvenim akcijama i razvoju zajednice. Osigurava da mladi imaju priliku izraziti svoja mišljenja, utjecati na politike i pridonijeti oblikovanju vlastitih života i svijeta oko sebe.

### Politika vs. Policy

Politika se odnosi na procese, aktivnosti i rasprave uključene u donošenje odluka unutar vlada, organizacija ili društava. Uključuje dinamiku moći, političke ideologije, izbore, upravljanje i javni diskurs. Politika često uključuje pregovore, natjecanje i utjecaj među različitim skupinama kako bi oblikovale zakone, vodstvo i društvene prioritete.

Politika (policy) se odnosi na specifične principe, smjernice ili planove djelovanja koje usvajaju vlade, institucije ili organizacije kako bi riješile probleme i postigle određene ciljeve. Politike su konkretni ishodi političkih procesa, oblikujući kako se resursi dodjeljuju i kako društva funkcioniraju. Mogu biti javne politike (zakoni, propisi i programi) ili interne politike unutar organizacija.

Ključna razlika: Politika se bavi procesom donošenja odluka i borbom za moć, dok je policy strukturirani plan ili akcija proizašla iz tih odluka. Politika postavlja temelje za stvaranje politika (policy), ali provedba politika izravno utječe na živote ljudi.

Umrežavanje je proces izgradnje i održavanja odnosa s pojedincima, grupama ili organizacijama radi razmjene informacija, resursa i prilika. To je ključna praksa u profesionalnim, društvenim i zagovaračkim okruženjima, omogućujući suradnju, međusobnu podršku i dijeljenje znanja.

Briga za aktiviste odnosi se na namjerne prakse i sustave podrške koji pomažu aktivistima u održavanju njihove dobrobiti, otpornosti i održivosti dok se bave zagovaračkim i društvenim promjenama (npr. telefonske linije za pomoć, grupe podrške, web stranice, društveni mediji, profesionalne grupe itd.). Zagovarački rad može biti emocionalno, fizički i mentalno zahtjevan, često izlažući aktiviste stresu, izgaranju i posrednoj traumi. Briga za aktiviste osigurava da oni koji rade na promjenama također dobiju njegu i podršku koja im je potrebna.



Co-funded by  
the European Union



## Priznanja:

Zahvaljujemo na inspiraciji i resursima:

[ENG-Unicef-youth-dvocracy-guide.pdf](#)  
[web\\_young\\_people\\_aas\\_advocates.pdf](#)  
[Policy Advocacy](#)

Priručnik je stvoren unutar projekta Metaphor od strane partnera projekta:



*Financirano od strane Europske unije. Stavovi i mišljenja izraženi su isključivo stavovi autora i ne odražavaju nužno stavove Europske unije ili Izvršne agencije za obrazovanje, audiovizualnu djelatnost i kulturu (EACEA). Europska unija ni EACEA ne mogu biti odgovorni za njih. © CC BY-SA*