

Καλλιέργεια Σχέσεων μέσα από Ατομικές Συναντήσεις (1:1s) – Κατευθυντήριες Οδηγίες

Παρακάτω παρουσιάζονται προτάσεις για τον σχεδιασμό συνεδριών σχετικά με τις ατομικές συναντήσεις (1:1s). Η προσέγγιση αυτή εστιάζει στο πώς να ενεργούμε με πρόθεση και στρατηγική κατά τη διάρκεια συναντήσεων, με σκοπό την ενεργοποίηση και εμπλοκή άλλων ανθρώπων στην υποστήριξη του σκοπού μας.

Σημειώνεται ότι υπάρχουν πολλαπλοί τρόποι ενίσχυσης ικανοτήτων μέσα από τις 1:1s συναντήσεις, και εναπόκειται στον/στην συντονιστή/ συντονίστρια EBE να αποφασίσει ποιος τρόπος ταιριάζει καλύτερα στο προφίλ των συμμετεχόντων. Οι πρακτικές συμβουλές που περιλαμβάνονται σε αυτό το εργαλείο βασίζονται σε υλικό που έχει χρησιμοποιηθεί στις ομάδες EBE οι οποίες έχουν ήδη ολοκληρώσει την εκπαίδευσή τους μέχρι σήμερα.

► Μέρος 1

Στο πρώτο μέρος, δημιουργείτε έναν χώρο προβληματισμού και ανταλλαγής με τη βοήθεια καθοδηγητικών ερωτήσεων, ώστε οι συμμετέχοντες να σκεφτούν γιατί οι σχέσεις είναι σημαντικές και ποια είναι τα βασικά στοιχεία που τις κάνουν επιτυχημένες.

Ενδεικτικές ερωτήσεις για τον/την συντονιστή/συντονίστρια:

- «Ποια είναι η μία σχέση για την οποία αισθάνεσαι τη μεγαλύτερη ευγνωμοσύνη και γιατί;»
- «Πώς θα περιέγραφε σε κάποιον άλλον τι σημαίνει “σχέση”;»
- «Γιατί η δημιουργία σχέσεων είναι καθοριστική για την οργάνωση δράσεων που επιδιώκουν την αλλαγή;»

ΧΡΗΣΙΜΗ ΣΗΜΕΙΩΣΗ:

- Δώστε χρόνο στους συμμετέχοντες να εμβαθύνουν στις ερωτήσεις, βασιζόμενοι στις προσωπικές τους εμπειρίες. Ενθαρρύνετέ τους να σκεφτούν συγκεκριμένα παραδείγματα που θα ήθελαν να μοιραστούν με την υπόλοιπη ομάδα.
- Οι σχέσεις μπορούν να ιδωθούν με πολλούς τρόπους:
- Ως χώροι κοινών αξιών και ενδιαφερόντων, μέσα από τους οποίους δημιουργείται το αίσθημα της κοινότητας.
- Ως χώροι ανταλλαγής και συνεισφοράς πόρων, όπου οι άνθρωποι φέρνουν ό,τι έχουν για να πετύχουν μαζί όσα δεν θα μπορούσαν μόνοι τους.
- Ως χώροι μεταμόρφωσης, όπου μέσα από τον διάλογο και την ουσιαστική επαφή, μαθαίνουμε να βλέπουμε τον κόσμο μέσα από τα μάτια των άλλων.
- Η δέσμευση να συνεχίσουμε τη συζήτηση, πέρα από την πρώτη επαφή, είναι αυτή που θεμελιώνει μια σταθερή και βιώσιμη σχέση.
- Η δημιουργία σχέσεων αποτελεί κλειδί για την οργάνωση δράσεων με στόχο την αλλαγή, επειδή κάθε νέα σχέση φέρνει νέους πόρους, νέες δεξιότητες και νέα δέσμευση από ανθρώπους που μοιράζονται κοινές αξίες και ενδιαφέροντα — και παραμένουν ενεργά στο πέρασμα του χρόνου.

► Μέρος 2

Στο δεύτερο μέρος της συνεδρίας, ο/η συντονιστής/συντονίστρια EBE προετοιμάζει και συντονίζει, με τη στήριξη των μελών της ομάδας, ένα παιχνίδι ρόλων (role play) πάνω στις ατομικές συναντήσεις (1:1s). Ο στόχος του παιχνιδιού ρόλων είναι να βοηθήσει την ομάδα να κατανοήσει ποια είναι τα βασικά στοιχεία μιας αποτελεσματικής ατομικής συνάντησης (1:1), ώστε οι συμμετέχοντες να μπορούν να τα εφαρμόσουν σε πραγματικές συνθήκες.

Για το παιχνίδι ρόλων, ο/η συντονιστής/συντονίστρια EBE αυτοσχεδιάζει και προετοιμάζει ένα σενάριο που είναι σχετικό με το πλαίσιο και τις εμπειρίες των συμμετεχόντων, έτσι ώστε το παράδειγμα να είναι ρεαλιστικό και ουσιαστικά συνδεδεμένο με τη δική τους πραγματικότητα.

Ο/η συντονιστής/συντονίστρια EBE υλοποιεί τα παιχνίδια ρόλων με τη στήριξη εθελοντών από τους συμμετέχοντες.

Οι συμμετέχοντες υποδύονται το ίδιο σενάριο με δύο διαφορετικούς τρόπους:

Μία εκδοχή όπου η ατομική συνάντηση (1:1) δεν είναι αποτελεσματική, και μία εκδοχή όπου η συνάντηση είναι αποτελεσματική, δείχνοντας τα βασικά στοιχεία επιτυχούς επικοινωνίας και σύνδεσης.

Τα υπόλοιπα μέλη της ομάδας παρακολουθούν το παιχνίδι ρόλων και στη συνέχεια αναστοχάζονται πάνω σε όσα είδαν, συζητώντας τα δυνατά σημεία και τις περιοχές προς βελτίωση.

Ο προτεινόμενος χρόνος για κάθε παιχνίδι ρόλων είναι 15’-20’, αν και αυτό μπορεί να διαφέρει ανάλογα με τη σύνθεση και τη δυναμική της ομάδας.

Βήματα για μια αποτελεσματική ατομική συνάντηση (1:1)

Βήμα 1 / Προσέλευση προσοχής: Πρέπει να κερδίσεις και να διατηρήσεις την προσοχή του άλλου ατόμου.

Βήμα 2 / Σαφήνεια: Πρέπει να επικοινωνήσεις με σαφήνεια ποιος είναι ο σκοπός της συνάντησης.

Βήμα 3 / Εξερεύνηση: Σε αυτό το στάδιο, διερευνάς τα ενδιαφέροντα, τις αξίες και τις ανησυχίες του άλλου ατόμου, ώστε να δημιουργηθεί κοινό έδαφος και να οικοδομηθεί αμοιβαία κατανόηση και εμπιστοσύνη.

Βήμα 4 / Ανταλλαγή: Σε αυτό το στάδιο, συζητάτε ποιοι πόροι, γνώσεις ή δεξιότητες μπορούν να ανταλλάγουν ή να προσφερθούν για την επίτευξη ενός κοινού σκοπού.

Βήμα 5 / Δέσμευση: Εδώ, τα δύο μέρη συμφωνούν στα επόμενα βήματα και επιβεβαιώνουν μια σχέση εμπιστοσύνης και συνεργασίας. Η δέσμευση μπορεί να αφορά συνέχιση της επικοινωνίας, συγκεκριμένες ενέργειες ή στήριξη μιας κοινής πρωτοβουλίας.

► Μέρος 3

Σε αυτό το μέρος, και αφού ολοκληρωθούν τα παιχνίδια ρόλων, ζητάτε από τους συμμετέχοντες να αφιερώσουν χρόνο μέχρι την επόμενη συνάντηση της ομάδας ΕΒΕ, για να σκεφτούν 3 έως 5 άτομα με τα οποία θα ήθελαν να δεσμευτούν σε δράση και να πραγματοποιήσουν πραγματικές ατομικές συναντήσεις (1:1). Στόχος αυτών των συναντήσεων είναι να ενθαρρύνουν τα συγκεκριμένα άτομα να στηρίξουν την ομάδα και τον κοινό σκοπό της. Αυτό που είναι σημαντικό σε αυτό το στάδιο δεν είναι τόσο η ίδια η δέσμευση που θα προκύψει, αλλά η εξάσκηση των συμμετεχόντων στη διαδικασία των ατομικών συναντήσεων (1:1).

Παράδειγμα Σεναρίου Παιχνιδιού Ρόλων (1:1)

Παρακάτω παρουσιάζεται ένα παράδειγμα σεναρίου παιχνιδιού ρόλων από μια ομάδα γυναικών προσφύγων, μελών του ΕΒΕ, κατά τη διάρκεια του κύκλου εκπαίδευσής τους.

Σενάριο Παιχνιδιού Ρόλων:

Θέλεις να στηρίξεις άνεργες γυναίκες από πληγείσες κοινότητες στη γειτονιά σου, με στόχο να τις βοηθήσεις να αναπτύξουν νέες δεξιότητες, να δημιουργήσουν δίκτυο και να αναζητήσουν εργασία. Αναζητάς μέλη για μια πρώτη συνάντηση, ώστε να ξεκινήσετε τη δημιουργία μιας ομάδας.

Μη Αποτελεσματική 1:1

ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ ΡΟΛΩΝ 1

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Α: Υπάρχει κάτι που θα ήθελα να συζητήσω μαζί σου κάποια στιγμή, μπορείς να μιλήσεις μαζί μου γι' αυτό;

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Β: Τι αφορά;

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Α: Είναι κάτι σημαντικό, νομίζω.

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Β: Εντάξει, έχω λίγο χρόνο τώρα — μπορείς να μου πεις περισσότερα;

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Α: Ναι, φυσικά. Θέλω να ξεκινήσω μια λέσχη μαγειρικής για γυναίκες και ψάχνω για συμμετέχουσες.

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Β: Δεν είμαι σίγουρη ότι καταλαβαίνω.

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Α: Θα συναντιόμαστε κάθε δεύτερη εβδομάδα για να μαγειρεύουμε για γυναίκες...

Η πρώτη συνάντηση είναι την επόμενη Τρίτη. Θες να έρθεις;

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Β: Άφησέ με να το σκεφτώ.

ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΓΙΑ ΤΟΝ/ΤΗΝ ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗ/

ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΡΙΑ: Αυτή δεν είναι αποτελεσματική 1:1 συνάντηση, επειδή ο/η Ομιλητής Α: δεν καταφέρνει να επικοινωνήσει με σαφήνεια το μήνυμά του/της, δεν προσελκύει την προσοχή του άλλου ομιλητή, και δεν επιτυγχάνει δέσμευση για επόμενη συνάντηση ή για συμμετοχή στη δράση.

Αποτελεσματική συνάντηση 1:1

ΠΑΡΑΔΕΙΓΜΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ ΡΟΛΩΝ 1

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Α: Ξεκινώ μια νέα πρωτοβουλία για γυναίκες και θα ήθελα να το συζητήσω μαζί σου. Έχεις λίγο χρόνο να μιλήσουμε γι' αυτό;

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Β: ...

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Α: Θέλω να δημιουργήσω μια λέσχη μαγειρικής αποκλειστικά για γυναίκες. Η ιδέα είναι να χρησιμοποιήσουμε τη λέσχη μαγειρικής ως έναν τρόπο να δημιουργήσουμε ένα δίκτυο γυναικών που θα στηρίζουν η μία την άλλη στην προσπάθεια εύρεσης εργασίας.

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Β:

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Α: Σε άκουσα την άλλη φορά να λες ότι αγαπάς πολύ το μαγείρεμα και ότι ουσιαστικά μεγάλωσες μέσα στην κουζίνα. Τι είναι αυτό που σε κάνει να το αγαπάς τόσο; Πιστεύεις ότι το μαγείρεμα φέρνει και κάτι παραπάνω στους ανθρώπους και στις σχέσεις μεταξύ τους;

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Β:

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Α: Τα δικαιώματα των γυναικών είναι κάτι που σε απασχολεί κι εσένα;

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Β:

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Α: Έχω αρκετή εμπειρία στην οργάνωση δικτύων. Εσύ; Ποια θεωρείς ότι είναι τα δυνατά σου σημεία; Τι θα μπορούσες να συνεισφέρεις σε αυτή την ιδέα;

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Β: ...

ΟΜΙΛΗΤΗΣ Α: Χαίρομαι πολύ που θέλεις να στηρίξεις αυτή την προσπάθεια. Πότε μπορούμε να ξανασυναντηθούμε για να το προχωρήσουμε;

ΣΥΜΒΟΥΛΗ ΓΙΑ ΤΟΝ/ΤΗΝ ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΗ/ΣΥΝΤΟΝΙΣΤΡΙΑ: Αυτή είναι μια πολύ αποτελεσματική ατομική συνάντηση (1:1), επειδή ο/η Ομιλητής Α εφαρμόζει όλα τα βήματα μιας επιτυχημένης 1:1 συνάντησης και καταφέρνει να εξασφαλίσει τη δέσμευση του άλλου ατόμου.