

Регламент Академії Тренінгу WenDo 4/UA

Академія Тренінгу WenDo 4/UA – це авторський, комплексний тренерський курс, у сфері протидії гендерному насильству - особливо щодо дівчат* та жінок*, за методом WenDo - формування впевненості в собі, асертивності та самозахисту. Участь у семінарах WenDo дає змогу дівчатам*, підліткам і жінкам* ефективно розпізнавати дискримінацію та насильство, захищати свої особисті кордони, асертивно спілкуватися та протистояти пригнобленню. Метод WenDo визнається і цінується в Європі та інших частинах світу (наприклад, Канада), являється ефективним інструментом для запобігання та пом'якшення наслідків насильства, якого зазнають жінки* на різних етапах свого життя.

Академія Тренінгу WenDo 4/UA реалізовується неурядовою організацією «Autonomia» в рамках проекту *Solidarity and sisterhood across borders* фінансованого коштом CARE.

Autonomia працює так, щоб кожна дівчина* і жінка* була в безпеці та сміливою, могла приймати рішення стосовно себе, могла розвиватися та разом з іншими впливати на світ. Autonomia є єдиною організаторкою тренінгів за методом WenDo в Центральній та Східній Європі.

Для кого:

Тренерський курс орієнтований на жінок*, включаючи з груп ризику потрапляння у випадки насильства та перехресної дискримінації (через стать та інші супутні ознаки, такі як: інвалідність, психосексуальна орієнтація, гендерна ідентичність, етнічне та національне походження, вік, соціально-економічний статус та ін.), особливо, які працюють з дівчатами* та / або жінками*.

Це запрошення також адресується особам, які працюють або співпрацюють з неурядовими організаціями, освітніми, інтервенційними, соціотерапевтичними та допоміжними установами тощо.

Цей набір АТВ орієнтований на україномовних (і, можливо, російськомовних) жінок*, які після закінчення тренінгу працюватимуть з дівчатами* та жінками*, які проживають в Україні, сусідніх країнах та інших частинах світу. Щоб взяти участь у АТВ, не обов'язково проживати в Польщі.

Зірочка означає, що вживаючи слово жінка / дівчина, ми маємо на увазі жінок, осіб з досвідом життя як жінка, а також з досвідом соціалізації до ролі жінки.

Академія Тренінгу WenDo має розвивальний характер, а не психотерапевтичний. Ми не рекомендуємо брати участь в АТВ особам, які перебувають у складному терапевтичному процесі або психологічній кризі.

Мета:

Метою Академії є підготовка до професійної та самостійної тренерської роботи у сфері запобігання та протидії гендерному насильству та дискримінації – особливо щодо жінок* та дівчат* шляхом розширення їх прав і можливостей за методологією WenDo.

Завдяки участі в Академії Учасниці отримують нову професію та компетенції. Програма Академії готує до проведення освітніх та соціальних заходів, спрямованих на запобігання та протидію гендерному насильству та дискримінації, з якою стикаються жінки* та дівчата*.

Метою Академії не є підготовка до терапевтичних заходів, оскільки сам по собі метод WenDo не є різновидом терапії, але може підтримувати її. WenDo також не є бойовим мистецтвом, воно не вимагає надзвичайної вправності. WenDo — це метод, доступний жінкам* з різними видами інвалідності.

Тривалість курсу

Повний курс Академії складається з 6 навчальних модулів «наживо» (2-4 дні, мінімум 190 годин) у формі воркшопів, презентацій, лекцій, презентацій, підсумкових/дипломних семінарів, практичного використання набутих компетенцій.

Програма:

Програма АТW базується на припущеннях критичної та емансипативної педагогіки, розширення прав і можливостей з феміністичного погляду. Основними принципами є також різноманітність, інтерсекційність та доступність.

У методі WenDo важливим є взаємне доповнення елементами, пов'язаними з формуванням впевненості в собі, асертивності та самозахисту (розумовий, словесний, фізичний самозахист), а також сприйняття індивідуальної, групової та системної точки зору у протистоянні насильству та дискримінації. Нижче наведено основні тематичні напрями. Інструменти, з яких складається метод WenDo, будуть постійним елементом кожної навчальної зустрічі.

Тематичні напрями занять:

- Розширення прав і можливостей жінок* і дівчат* як стратегія протидії дискримінації та насильству.
- Насильство щодо жінок та дівчат у контексті прав жінок та з феміністської точки зору (включаючи владні відносини, визначення, види насильства, насильство та безпека, мова в дії проти насильства, закон, спеціалізовані послуги для постраждалих від насильства). Польський, український та міжнародний погляд.
- Дискримінація за ознакою статі та інших ознак, підхід інтерсекціональний.
- Роздуми про досвід насильства, пригнічення та опору – з точки зору індивідуальної, групової та системної.
- Основні стандарти роботи з дівчатами* і жінками* в умовах збройних конфліктів і криз.
- WenDo та інші методи феміністичного самозахисту та асертивності, які зосереджуються на досвіді та житті жінок* і дівчат* - історія, методологічні припущення та дослідження ефективності.
- Методологія WenDo: цілі та зміст семінарів, методи та інструменти, зміст програми, методи дослідження та оцінки потреб.
- Робота з тілом і поставою, рухові вправи для формування усвідомлення тіла.
- Розвиток усвідомлення дихання та роботи з голосом.
- Прийоми фізичного самозахисту.
- Підвищення усвідомленості в області емоцій і відновлення рівноваги.
- Формування внутрішньої сили, підвищення стійкості та ефективності.
- Асертивність, міжособистісне спілкування, деескалація конфліктних ситуацій.

- Розпізнавання і реагування на дискримінацію та насильство, зокрема, робота через постановку та гру ролей.
- Базові техніки розслаблення, візуалізації.
- Різноманітність змісту семінарів, враховуючи, що всі учасниці різні (WenDo для дівчат; жінок з інвалідністю тощо).
- Роль особи в освіті емпайверментовій, тренерська етика, шляхи вдосконалення тренерських компетенцій, супервізія.
- Підготовка та проведення семінарів, у тому числі дипломних семінарів під наглядом супервізорки.

Постійним елементом тренінгових зустрічей буде будівництво співпраці та обмін досвідом/знаннями /навичками, інтеграція та співпраця з сертифікованими тренерками WenDo.

Семінари та базові тренінги будуть доповнені лекціями, вебінарами, презентаціями та іншими формами навчання, а також індивідуальними консультаціями. Між навчальними модулями плануємо організувати самоосвітні онлайн зустрічі на теми, пов'язані з роботою з жінками з інвалідністю, різного віку тощо, а також кілька (онлайн) зустрічей з іншими тренерками WenDo з першого та другого наборів АТW.

Учасниці повинні ознайомитися з рекомендованою літературою та підготувати завдання між з'їздами.

Кожна особа, яка бере участь, зобов'язана провести один дипломний семінар за методом WenDo (тренінги проводитимуться в групах з двох осіб і будуть під наглядом супервізорки). Також, рекомендується хоча б одне відвідування семінарів, які проводять сертифіковані тренерки WenDo.

Календар навчальних модулів та відвідуваність занять

6 тренінгових модулів наживо:

- 4 - 6 березня 2024 року - 1 модуль (26 годин)
- 19 - 21 квітня 2024 року - 2 модуль (26 годин)
- 9 - 12 травня 2024 року - 3 модуль (36 година)
- 6 - 9 червня 2024 року - 4 модуль (36 година)
- 4 - 7 липня 2024 року - 5 модуль (36 година)
- 7-8 вересня 2024 року - 6 модуль (15 годин)

6 онлайн зустрічей тривалістю 2 години будуть організовані, в якості домашніх завдань, між модулями на теми методів протидії насильству:

- 26 березня о 18:00 за Варшавою (19:00 за Києвом)
- 16 квітня о 18:00 за Варшавою (19:00 за Києвом)
- 14 травня о 18:00 за Варшавою (19:00 за Києвом)
- 28 травня о 18:00 за Варшавою (19:00 за Києвом)
- 18 червня о 18:00 за Варшавою (19:00 за Києвом)

- 25 червня о 18:00 за Варшавою (19:00 за Києвом)

Проведення 3х годинного тренінгу з елементами WenDo під час академії після 3го модуля навчання в Академії.

Відвідування як спостерігачки мінімум одного дванадцяти годинного тренінгу, який проводять тренерки WenDo під час Академії до власного дипломного тренінгу.

Участь в одній онлайн зустрічі з іншими тренерками WenDo. (дата буде визначена пізніше)

Тренінгові модулі відбудуться у період з березня 2024 року по вересень 2024 року в неурядовій феміністичній організації «Autonomia», у приміщенні за адресою: Os. Centrum C9 у Кракові (**детальний розклад**).

Відвідування всіх занять є обов'язкове. У зв'язку з цим, просимо уважно ознайомитися з розкладом з'їзду та перевірити, чи можеш взяти участь у всіх заняттях та провести випускні заняття.

Умовою для закінчення Академії є участь у всіх заняттях в тому числі онлайн та проведення проміжного тренінгу з елементами WenDo та дипломного заняття WenDo в рамках участі в ATW 4/UA у липень - серпень 2024 року, в якому братиме участь супервізорка (досвідчена та сертифікована тренерка WenDo, рекомендована неурядовою організацією «Autonomia»).

Відвідування занять є обов'язкове. У виняткових і задокументованих ситуаціях (хвороба, випадкові події) дозволяється пропустити максимум 10% годин занять (18 годин), що вимагає набуття знань самостійно та відвідання індивідуальної консультації з Тренерками, які проводять Академію.

Якщо немає можливості взяти участь у даному тренінгу, Учасниця зобов'язується письмово повідомити Координаторку Академії про заплановану відсутність не пізніше ніж за 2 дні до занять, а у разі випадкових подій – якнайшвидше після їх виникнення.

Якщо пропущено більш ніж 18 годин занять це прирівнюється до відмови Учасниці від участі в Академії. Особи, які відмовляються від участі в Академії, зобов'язані відшкодувати витрати, понесені Організаторкою - неурядовою організацією «Autonomia». Виключення зі списку Учасниць Академії є остаточним.

Зарахування курсу:

Випускниця Академії – це особа, яка брала активну участь у всіх заняттях Академії, провела 3х годинний тренінг та отримала позитивну рекомендацію дипломного семінару,

проведеного у липні-серпні 2024 року (під керівництвом досвідченої та сертифікованої тренерки WenDo, рекомендованої неурядовою організацією «Autonomia»).

Після завершення всього тренерського курсу (включаючи дипломний семінар) Учасниці отримають диплом, а сертифікат якості навчання буде доступний після: відвідування 20х тренінгів 12ти годинних, як спостерігачка та проведення 20х тренінгів, як ко-тренерка з сертифікованою Тренеркою WenDo.

Фінансування:

Академія Тренінгу WenDo є безкоштовною для учасниць.

Участь у програмі фінансується коштом CARE за умови повної та активної присутності на заняттях.

Неурядова організація «Autonomia» забезпечує організацію та покриття витрат на заняття, індивідуальні консультації, матеріали, веганське харчування, проживання в багатоособових кімнатах. Є можливість відшкодування витрат на проїзд до Кракова і назад (на тренінги), у разі переміщення всередині Польщі максимально до 300 злотих та 550 злотих у випадку міжнародної подорожі. Ми також пропонуємо базову допомогу в організації дипломних тренінгів.

Експерки/ти і Тренерки/ри:

Olga Łaniewska - феміністка, сертифікована тренерка WenDo, випускниця першого набору Академія Тренінгу WenDo. За останні 8 років провела понад 170 семінарів WenDo в Польщі, Україні, Білорусі, Литві, Ісландії, Естонії. Разом з іншими провела Академія Тренінгу WenDo 2 та 3. Тренерка з протидії з дискримінації. Голова правління Фондації "Автономія". Учасниця дворічного міжнародного проєкту для феміністичних тренерок із самооборони «Ні – значить ні», метою якого було підвищення безпеки жінок з порушенням слуху, руху, зору та інтелектуальними.

Ніна Гаєвська - феміністка, сертифікована тренерка WenDo, випускниця другого набору Академія Тренінгу WenDo. За 1,5 року провела більше 60ти тренінгів з елементами WenDo тривалістю 3 години та десяток 12ти годинних тренінгів в Україні та Польщі.

Рекрутація:

Запрошення до участі, головним чином, спрямоване до жінок*, які походять/проживають в Україні або на території інших країн, які планують працювати в Україні та/або в українських спільнотах в Польщі і Європі та володіють українською мовою та можливо російською (заняття, навчальні матеріали будуть перекладені з польської на українську).

Додатково:

- працюють з дітьми та молоддю,
- працюють з жінками з інвалідністю,
- приймають участь у громадській діяльності,
- працюють або співпрацюють з неурядовими організаціями, освітніми закладами, інтервенційними, соціотерапевтичними та допоміжними установами тощо,
- заангажовані у діяльність у сфері протидії насильству та/або дискримінації (зокрема щодо жінок за ознакою статі), особливо, з жінками* та дівчатами*, які зазнають насильства.

Умовою участі в рекрутації є участь у повних 12 годинних семінарах WenDo.

Формальна освіта не є суттєвим критерієм для вступу до WenDo 4 / UA Academy.

Рекрутація буде поділена на два етапи:

1. аналіз документів заявки (анкета заявки, лист мотиваційний, додатково, але не обов'язково - рекомендація від організації/установи),
2. співбесіда з особами, відібраними після першого етапу (співбесіда за допомогою засобів інтернет-зв'язку). Співбесіди відбудуться 11 - 12 лютого 2024 року

При прийнятті рішення про зарахування, особливо будуть взяті до уваги:

- дуже висока мотивація до закінчення курсу Академії та використання отриманих знань і компетенцій у подальшій роботі,
- схильності та/або досвід роботи з групою дівчат* та/або жінок*,
- попередня та запланована професійна чи соціальна діяльність у сфері протидії насильству та/або дискримінації за ознакою статі.
 - доступ до організації тренінгів у своїх спільнотах

Неурядова організація «Autonomia» докладатиме значних зусиль, щоб забезпечити участь в Академії всім потенційним Учасницям, незалежно від ступеня ефективності. Водночас, перш ніж прийняти остаточне рішення, будуть проведені детальні індивідуальні розмови на тему наших можливостей та обмежень.

Необхідні документи для запису:

- анкета заявки (онлайн), доступна на сторінці: <https://forms.gle/xvWTEBx5yVcC1oFr7>
- мотиваційний лист [doc]
- не обов'язково - рекомендація організації/установи [doc]
- підписаний розклад [pdf] і регламент [pdf].

Особи, відібрані Кваліфікаційною комісією, будуть запрошені на співбесіду, після чого буде сформовано групу з 14 Учасниць Академії Тренінгу WenDo.

Організаторка залишає за собою право вносити зміни та додаткові положення до регламенту, попередньо поінформувавши Учасниць.

Підтверджую, що знайомилась з регламентом Академії Тренінгу WenDo 4/UA погоджуюсь з всіма його положення.

.....
Підпис, дата