

VNITŘNÍ CESTY K
UDRŽITELNOSTI
**PRŮVODCE PRO
FACILITÁTORY**

DESIGN A REALIZACE AKTIVIT
V OBLASTI VZDĚLÁVÁNÍ K
UDRŽITELNOSTI



PRŮVODCE JE ZAMÝŠLEN JAKO PODPORA PRO LEKTORY, FACILITÁTORY A UČITELE, KTEŘÍ JIŽ MAJÍ ZKUŠENOST S VYTVÁŘENÍM A VEDENÍM SKUPINOVÝCH VZDĚLÁVACÍCH AKTIVIT A ZAMĚŘUJÍ SE NA PROŽÍVÁNÍ, POSTOJE A OSOBNÍ AKČNÍ POTENCIÁL V OBLASTI UDRŽITELNOSTI.

TOTO JE STRUČNÉ PŘEDSTAVENÍ JEHO OBSAHU V ČESKÉM JAZYCE, CELÝ PRŮVODCE V ANGLIČTINĚ NALEZNETE POD TÍMTO ODKAZEM:

[HTTPS://INNERPATHWAYS.EU/TOOLS/CURRICULUM](https://innerpathways.eu/tools/curriculum)

Průvodce vznikl v rámci mezinárodního projektu Inner Pathways toward Sustainability - Vnitřní cesty k udržitelnosti. Projekt je mezinárodním vzdělávacím partnerstvím sedmi organizací z Rakouska, Česka, Lotyšska, Maďarska, Itálie a Velké Británie. Byl financován programem Evropské Komise Erasmus+ a více o něm se dočtete na stránkách www.innerpathways.eu.

Z Česka se na realizaci podíleli Helena Kosková a Honza Látal (Natural Spirit, www.naturalspirit.cz) a Jana Stará (Wellcome, www.wellcome.cz), pod záštitou organizace Čia Čekija, z.s..



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

The European Commission support for the production of this publication does not constitute an endorsement of the contents which reflects the views only of the authors, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.

This manual is released under a [Creative Common Attribution - nonCommercial - ShareAlike 4.0 International licence](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

You are free to: share, copy and redistribute the material in any medium or format; adapt, remix, transform, and build upon the material. The licensor cannot revoke these freedoms as long as you follow the license terms. Under the following terms: Attribution: you must give appropriate credit, provide a link to the license, and indicate if changes were made. You may do so in any reasonable manner, but not in any way that suggests the licensor endorses you or your use. NonCommercial: You may not use the material for commercial purposes. ShareAlike: If you remix, transform, or build upon the material, you must distribute your contributions under the same license as the original.

MANIFEST

KDO?

O NÁS

Jsme skupina lektorů, facilitátorů a pedagogů působících v neformálním vzdělávání s pestrým zázemím v dalších oblastech jako je komunitní rozvoj, aktivismus či výzkum. Reprezentujeme sedm organizací z šesti evropských zemí. V týmu tak máme rozmanité zkušenosti, dovednosti a teoretická východiska.

To, co nás spojuje, je společná vize lepšího světa, udržitelné budoucnosti, v níž může lidstvo prosperovat v souladu s veškerým životem. Věříme, že přechod k takové budoucnosti je možný a že klíčovou součástí tohoto procesu je vnitřní transformace.

Naše individuální cesty byly utvářeny a vedeny praxemi/praktikami, nástroji a zkušenostmi, které s vámi sdílíme v projektu Inner Pathways - Vnitřní cesty. Staly se naší oporou a vášní a často vedly k významným změnám životního stylu či podporou konkrétních aktivit směřujících k regenerativní kultuře.

PROČ?

VIZE UDRŽITELNÉHO A REGENERATIVNÍHO SVĚTA

Sešli jsme se v tomto stěžejním okamžiku lidské historie, vedeni vnímáním potřeby hluboké transformace dnešního světa. Jsme znepokojeni nadměrným využíváním zdrojů Země, změnou klimatu, sociální nespravedlností, znečištěním a ztrátou biologické rozmanitosti. Připojujeme se k těm hlasům dnešního světa, které volají po posunu směrem k budování společnosti, která udržuje všechen život a respektuje komplexní přirozenou rovnováhu, na které závisí naše přežití.

Cítíme podporu v rostoucím povědomím o globálních environmentálních,

sociálních i politických výzvách, kdy stále více lidí po celém světě povstává, mluví a koná: od nejmenších změn v každodenních činnostech až po velké transformační aktivity, které mění samotnou strukturu našich společností. Jsme s těmi, kdo věří, že stále máme příležitost jednat a obnovit přirozenou rovnováhu na naší planetě.

CO?

PŘÍSTUP INNER PATHWAYS

Věříme, že jako pedagogové a průvodci máme důležité dary, kterými můžeme přispět k této globální transformaci. Náš přístup je založen na vnitřních cestách. Jsme přesvědčeni, že k posílení a podpoře přechodu k regenerativní budoucnosti je nezbytný posun ve vědomí. Takový posun nás může odklonit od chování založeného na vlastních zájmech a nadměrném využívání přírodních zdrojů, od pocitů odloučenosti a odcizení, od soutěživého individualismu. Místo toho nás přivádí zpět ke vnímání propojenosti s veškerým životem, což podporuje spolupráci, péči a respekt. Věříme, že z této změny vědomí budou přirozeně vznikat udržitelná a trvalá řešení, která se mohou šířit dál jako kruhy na vodě. Z vlastní zkušenosti víme, že se vnitřní změna projevuje ve vnějším světě a ovlivňuje mnohem více než osobní pohodu - léčí vztahy, pracoviště a komunity. Věříme, že má moc přinášet mír a harmonii i na globální úrovni.

JAK?

PROCES OBNOVY SPOJENÍ

Náš přístup je založen na postupech, jejichž cílem je znovupropojení lidí se sebou, s přírodou a s ostatními, a uvědomění, že jsme neoddělitelnou součástí přírodního světa, hlubinně spojení s ostatními bytostmi. Tento proces obnovy spojení spoléhá na průběžnou regeneraci, dobíjení a obnovu zdrojů. Není to něco, co lze udělat najednou, nebo přijmout jako „pravdu“ na čistě intelektuální úrovni.

Vědomí vzájemného propojení veškerého života je nepřetržitým procesem rozvzpomínání se, prohlubování vědomí tohoto spojení, posilování našich vnitřních zdrojů a doplňování naší energie k činům. Taková obnova spojení spoléhá na kontakt s inteligencí, která leží za našimi myšlenkami a zahrnuje

celistvost lidské zkušenosti. Je to ztělesněný proces, který nás vede k hluboké změně životního stylu.

Vnímáme, že neexistuje jediná cesta, po které by se mohl vydat každý. Jak říká staré přísloví: „Existují stovky cest na horu a všechny vedou na stejné místo, takže nezáleží na tom, kterou z nich se vydáte.“ Doufáme, že náš projekt vám poskytne inspiraci a užitečné postupy pro vaši další cestu.



1. ORIENTACE

V první části je představen celkový koncept Inner Pathways – širší vize a teoretický základ, na kterém staví další kapitoly.

Projekt se opírá především o myšlenky a hodnoty následujících přístupů:

- Integrovaná ekologie
- Udržitelnost
- Regenerativní kultura
- Od oddělenosti ke spolubytí



2. PRŮVODCE FACILITÁTORA

Tato část obsahuje tipy pro facilitaci vzdělávacích procesů s Inner Pathways přístupem v kontextu neformálního vzdělávání.

Postupně se prochází oblastmi relevantními pro Inner Pathways aktivity:

- celkové uchopení a zarámování kurzu,
- prohloubení pochopení Inner Pathways přístupu facilitátorem,
- stanovení záměrů,
- přípravy,
- spoluvytváření skupinové kultury,
- vzájemné učení,
- role facilitátora,
- osobní udržitelnost vzdělavatele – bezpečnost a pohoda.



3. STRUKTURA KURZU

Třetí část popisuje, jak vystavět kurz s Inner Pathways zaměřením a jako příklad podrobně představuje online kurz realizovaný na jaře 2020.

Nabízená struktura přináší různé možnosti sestavení 120 hodinového kurzu. Jako hlavní metodologie je použita Teorie U (Otto Scharmer). Jsou ukázány tři příklady intenzity kurzu: intenzivní, běžný a rozvolněný. Kapitola obsahuje také tipy založené na Inner Pathways přístupu: jaký zvolit název, jak správně formulovat záměr, co je odpovědností facilitátora, jaké využívat platformy, apod.

Obecné aspekty metodologie Inner Pathways v kontextu neformálního vzdělávání:

- Zážitkové učení
- Zohlednění různých stylů učení
- Reflektující přístup k učení
- pestrost ve formách (individuálně, v malých skupinách, ve dvojicích, ve velké skupině)
- Široké spektrum uměleckých, přírodních a tělových technik
- Spoluúčast na vzdělávacím procesu

Specifické přístupy používané v Inner Pathways aktivitách:

- Práce obnovující spojení
- Všímavost
- Regenerativní kultura
- Cesta poradního kruhu
- Social Presencing Theater a další somatické techniky
- Přírodní cykly a léčivý kruh



4. AKTIVITY

Kapitola představuje kolekci aktivit, které slouží jako inspirace pro vlastní tvorbu vzdělávacích programů. Aktivity jsou doplněny dvěma dalšími nástroji: Modus mandala nabízí kreativní a hravé propojování metod, technik a forem vzdělávání; Foretelling dice – věšticí kostky vnáší do procesu sestavování vzdělávací aktivity prvek intuice, náhody, či dokonce zásahu vyšší moci, chceme-li. Společně vytváří tyto tři nástroje komplementární trojici, přičemž každý je zaměřen na jiný aspekt (struktura, tvořivost, intuice) a dohromady při vhodném použití umožňují komplexnější přístup k tvorbě aktivit obohacený o jinak možná opomíjené aspekty.

TOOLBOX - AKTIVITY

Listy jednotlivých aktivit obsahují:

- stručný popis,
- představení možných přínosů aktivit tohoto typu,
- jeden příklad, jak je možno aktivitu provést,
- další možné variace (krátká, delší, online),
- upozornění na možné překážky a pasti.

Popis aktivit je záměrně spíše obecný a otevřený, aby nespáděl ke kopírování, ale spíše k přetvoření do podoby vhodné pro konkrétní záměr, situaci, cílovou skupinu, uživatele, jeho schopnosti a zkušenosti. Jde o impulzy k zamyšlení a o inspiraci, nejedná se o kuchařku, podle které by bylo možno přesně vytvořit vzdělávací aktivitu. Věříme, že tato otevřenost podpoří tvořivost čtenáře a ve výsledku povede k aktivitám, které budou dobře reagovat na reálné situace, potřeby a aktuální kontext.

Aktivity v angličtině najdete na webu: <https://innerpathways.eu/tools/practices/>

FORETELLING DICE – VĚŠTÍCÍ KOSTKY

Tyto kostky byly vytvořeny se záměrem doplnění předchozích dvou nástrojů - kolecké aktivit a manday. Do vaší praxe mohou přinést záblesk magie, moment náhody, nebo dotek vyšší moci. Můžete si hrát se třemi oblastmi: živly, smysly a směry. Je možno hodit jednu, dvě nebo tři kostky. Počet odpovědí je nekonečný a jejich sdělení se odvíjí od vaší otázky. Dotek - Země - Zpět / Naslouchání - Vzduch - Dovnitř / Oheň - Vpřed - Plynutí.

Kostky byly vyrobeny v omezeném množství a byly distribuovány mezi partnerskými organizacemi projektu. Opět mohou být spíše podnětem k výrobě vlastního nástroje, který vnese výše zmíněné aspekty do vaší práce, budete s ním experimentovat a vytvářet zázraky.

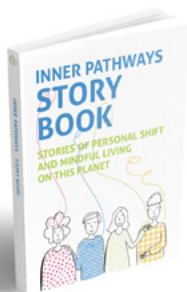
Kostky na webu: innerpathways.eu/dice/



5. APENDIX

- Glosář
- Zdroje
- Autoři
- Organizace
- O projektu

Prozkoumejte další materiály z projektu, které můžete využít pro svou osobní praxi či pedagogickou/průvodcovskou činnost.



INNER PATHWAYS STORY BOOK

Knihy příběhů o tom, jak různé praxe, přístupy a zážitky přinesly změnu do našich životů. Najdete je všechny, včetně několika přeložených do češtiny, také na [blogu](https://www.innerpathways.eu/blogu).

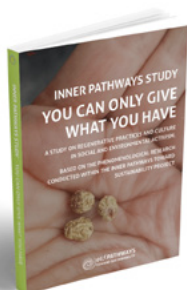
[innerpathways.eu/tools/book/](https://www.innerpathways.eu/tools/book/)



INNER PATHWAYS PODCAST

Série audio nahrávek s provázenými aktivitami, lekcemi a rozhovory k tématu vnitřních cest k udržitelnosti.

[innerpathways.eu/tools/podcast/](https://www.innerpathways.eu/tools/podcast/)



INNER PATHWAYS STUDY

Výsledky z fenomenologického výzkumu o tom, jaké regenerativní hodnoty a techniky podporují aktivisty a vzdělavatele ve spokojeném životě a práci v dnešním světě.

[innerpathways.eu/tools/study/](https://www.innerpathways.eu/tools/study/)



WWW.INNERPATHWAYS.EU

LISTOPAD 2020