



## NAVODILA ZA INŠTRUKTORJE NA PODROČJU PROSTOVOLJSTVA

Delo mentorjev ni enostavno, je pa vredno spoštovanja! Vi ste tisti, ki vzpostavljate in vzdržujete prostovoljski program, pridobivate prostovoljce, ohranjate njihovo motivacijo in kar je najpomembnejše, usklajujete delo prostovoljca s poslanstvom vaše organizacije. Mentor je tisti, ki je pri prostovoljstvu ključna oseba in tisti, ki stoji za najuspešnejšimi prostovoljskimi zgodbami.

Prostovoljstvo je dejavnost medčloveške pomoči in sodelovanja. Biti prostovoljec je osebna odločitev, poslanstvo in osebna poklicanost. Za preživetje potrebujemo sočloveka, sodelovanje, pomoč in sprejetje le te.

Ljudje potrebujejo pomoč, pozornost, a veliko je tudi tistih, ki se iskreno zanimajo za druge. Z dobro voljo in brez koristoljubnosti so pripravljene stopiti v nov odnos s sočlovekom. V tem odnosu pridobimo vsi. Zato je prostovoljstvo vrednota, priložnost za osebno zorenje in rast, za učenje odnosov in za možnost nastajanja drugačne, etično zrelejše družbe.

### PROGRAM MEPI - Mednarodno priznanje za mlade

Mednarodno priznanje za mlade, krajše MEPI, je program, ki mladostnike spodbuja k dejavnemu in ustvarjalnemu preživljanju prostega časa. Cilj programa je razvoj samopodobe in družbenega zavedanja mladega človeka z udeležbo na različnih interesnih področjih. Z uravnoteženim spletom prostovoljnih, izobraževalnih, športnih in pustolovskih dejavnosti pomaga k osebni rasti mladih.

Dostopen je vsem mladim od 14. do 25. leta, ne glede na fizične in umske sposobnosti, spol, etnično pripadnost, versko ali politično prepričanje, socialno okolje ter ostale osebne okoliščine. Udeležba je popolnoma prostovoljna. Kriterij za pridobitev priznanja je izboljšanje sposobnosti udeleženca na posameznem področju, dosežena z njegovo vztrajnostjo. Vsak napreduje po lastnih zmožnostih in tekmuje le sam s seboj.

#### Sestava programa

Program je 3-stopenjski:

##### **BRONASTA STOPNJA**

**Za mlade od 14 let naprej.  
Vsaj 6 mesecev izvajanja  
izbrane aktivnosti.**

##### **SREBRNA STOPNJA**

**Za mlade od 15 let naprej.  
Vsaj 12 mesecev izvajanja  
izbrane aktivnosti.**

##### **ZLATA STOPNJA**

**Za mlade od 16 let naprej.  
18 mesecev izvajanja  
izbrane aktivnosti.**



## Področja

Vsaka stopnja programa vsebuje 4 področja:

Zgolj na zlati stopnji:

Prostovoljstvo	Rekreativni šport	Veščine	Pustolovske odprave	Projekt Neznani prijatelj
Udeleženci programa kot prostovoljci prispevajo k dobrobiti lastne lokalne skupnosti in pokažejo družbeno odgovornost.	Spodbuja zdrav življenjski slog oz. udeležbo mladih pri športu in drugih fizičnih aktivnostih ter vpliva na izboljšanje zdravja in fizične pripravljenosti.	Mladim omogoča, da razvijejo svoje talente, spretnosti in povečajo samozavest ter izboljšajo svojo zaposljivost.	Spodbuja pustolovski duh in raziskovanje v okviru skupinskega potovanja ter omogoča globlje razumevanje narave in okolja.	Mladim omogoča, da pridobljene izkušnje dodatno obogatijo skozi sodelovanje in bivanje z drugimi nepoznanimi v neznanem okolju (okoljske, humanitarne akcije ipd.).

## Bronasta stopnja (starost 14 +)

Za prejem bronastega priznanja mora mladostnik izpolniti zahteve na naslednjih področjih:

Prostovoljstvo	Rekreativni šport	Veščine	Pustolovske odprave
3 mesece	3 mesece	3 mesece	Načrtovanje, usposabljanje in izvedba odprave (2 dni, 1 noč).
<i>Poleg tega pa mora udeleženec eno izmed aktivnosti na izbranem področju opravljati <b>dodatne</b> 3 mesece (skupno min. 6 mesecev).</i>			

## Srebrna stopnja (starost 15 +)

Za prejem srebrnega priznanja mora mladostnik izpolniti zahteve na naslednjih področjih:

Prostovoljstvo	Rekreativni šport	Veščine	Pustolovske odprave
6 mesecev	6 mesecev	6 mesecev	Načrtovanje, usposabljanje in izvedba odprave (3 dni, 2 noči).
<i>Če je udeleženec neposredni vstopnik na srebrno stopnjo, mora eno izmed aktivnosti na izbranem področju opravljati <b>dodatnih</b> 6 mesecev (skupno min. 12 mesecev).</i>			

## Zlata stopnja (starost 16 +)

Za prejem zlatega priznanja mora mladostnik izpolniti zahteve na naslednjih področjih:

Prostovoljstvo	Rekreativni šport	Veščine	Pustolovske odprave	Projekt Neznani prijatelj
12 mesecev	12 mesecev	12 mesecev	Načrtovanje, usposabljanje in izvedba odprave (4 dni, 3 noči).	Aktivna udeležba v skupni aktivnosti; izven doma; v obdobju najmanj 5 zaporednih dni z vsaj 4 nočitvami.
<i>Če je udeleženec neposredni vstopnik na zlato stopnjo, mora eno izmed aktivnosti na izbranem področju opravljati <b>dodatnih</b> 6 mesecev (skupno min. 18 mesecev).</i>				

## CILJI

Splošni namen udejstvovanja na **področju PROSTOVOLJSTVA** je, da mladi **spoznajo in se naučijo, kako koristno je služiti in nuditi pomoč drugim.**

Prostovoljstvo omogoča mladim, da:

- se osebno predajo, zavežejo,
- upoštevajo potrebe drugih,
- zaupajo in so vredni zaupanja,
- spoštujejo dobre in slabe lastnosti posameznika,
- nadgradijo samopodobo,
- premagajo predsodke,
- spodbudijo pozitivno delovanje v skupnosti,
- sprejmejo, se naučijo odgovornosti,
- spoznajo življenje iz drugega (globljega) vidika.



## OSEBNI NAČRT

Izbrana aktivnost na področju prostovoljstva naj bi bila mladostniku v zabavo. Skupaj z udeležencem ocenita obstoječi nivo znanja in njegove sposobnosti, zmožnosti za razvoj. Izhajajoč iz te ocene oblikujeta cilj, ki ga bo mladostnik zasledoval v času udejstvovanja.

Cilj naj teži k razvoju posameznikovega potenciala; mladostniku naj predstavlja izziv, a naj bo kljub temu realen, tako da bo res lahko izkusil občutek zadovoljstva ob osebnem dosežku.

Osnovno načelo programa je netekmovalnost, zato naj mladostnik tekmuje samo sam s seboj!

Vabimo vas, da pri oblikovanju cilja z udeležencem izhajata iz zelo razširjene t. i. **S.M.A.R.T** metode\*.

### OČENJEVANJE IN ZAPIS

Po doseženem cilju naj si mladostnik vzame čas in uspeh najprej proslavi.

Vaša vloga v tej fazi je ovrednotenje mladostnikovega napredka in rezultatov, izhajajoč iz izhodiščnega stanja v izbrani aktivnosti prostovoljstva. Ocenite tudi mladostnikov trud in stopnjo predanosti.

V obliki opisne ocene to zabeležite v t. i. **INDEKS DOSEŽKOV**, in sicer ko udeleženec:

- izpolni vse navedene zahteve,
- doseže zastavljen cilj pokaže zadostno predanost, odgovornost, trud in vztrajnost,
- primerno napreduje glede na lastne zmožnosti.

### EVALVACIJA

Korake do zapisanega in zastavljenega cilja z mladostnikom sproti vrednotita in spremljajta njegov osebni napredek. Šteje vsak korak.

Celoten potek udejstvovanja in napredka mladostnik vodi preko **VPISNE MAPE**.

\*Smart cilji so cilji, ki so oblikovani po modelu S.M.A.R.T, kjer posamezna črka besede predstavlja enega izmed pomembnih elementov, ki ga mora vsebovati vsak zastavljeni cilj.

**S: specifičen (Specific)** – konkreten. Kaj počnem, kaj potrebujem in zakaj to počnem.

**M: merljiv (Measurable)** – merljiv na podlagi objektivnih kazalcev. Izmeriti se mora razlika med začetnim in končnim stanjem.

**A: dosegljiv (Attainable)** – cilj je izvedljiv in me hkrati motivira, ob tem pa upoštevam kratkoročne ovire, ki se pojavijo na poti do cilja. Torej vsak cilj mora biti dosegljiv, prav tako pa zastavljen v realnih rokih.

**R: pomemben, nagrajujoč (Relevant/Rewarding)** – resnično pomemben za doseganje mojih sanj in realiziranje mojih interesov, želja, kar posledično prinaša ustrezno zadovoljstvo.

**T: časovno definiran (Time-related)** – vsak cilj uvrstimo v časovni okvir, v katerem ga bom tudi uresničil oz. dosegel.



**PRIMER: Maša bo v podaljšanem bivanju vzpostavila pozitiven odnos z učenci in le te tudi motivirala. Hkrati s tem pa se bo do junija 2015 naučila priprave na samostojno učno uro.**

## OPISNA OCENA

Opisna ocena je ocena, ki posameznika oceni opisno na podlagi njegovih dosežkov. Vsaka opisna ocena je sestavljena iz cilja, h kateremu je posameznik težil, njegovih dosežkov, ki jih je dosegel na poti do omenjenega cilja in seveda razvoja osebnih kompetenc.

Pri opisni oceni moramo paziti, da zajema:

- pozitivno izkušnjo in pripetljaj, ki ju je udeleženec izkusil oz. doživel,
- občutke udeleženca ob pričetku in ob koncu aktivnosti,
- prednosti in koristi udejstvovanja v izbrani aktivnosti,
- morebitne težave in soočenje udeleženca z le-temi.

Neuspeh se ne beleži. Če udeleženec določenih zahtev ne izvrši v predpisanem času, se mu ta lahko podaljša, dokler jih ne doseže.

### Primer opisne ocene:

*Maša za naš oddelek predstavlja dodatno vrednost. Vedno nasmejana in pozitivno naravnana je ustvarila veselo vzdušje ob vsakem obisku. Je naš sonček. Vidno je napredovala pri vzpostavljanju odnosov z učenci in pri motiviranju le teh za sodelovanje. Požrtvovalno je svoj prosti čas namenila pripravam na uro, kar se je odražalo na visoki kvaliteti izbranih aktivnosti. Maša je razvila tudi empatijo do učencev, ki so se srečali z različnimi osebnimi izzivi. Prav tako je z lahkoto vzpostavila stik s starši otrok.*

Podrobnejše informacije o programu MEPI so dostopne na spletni strani: [www.mepi.si](http://www.mepi.si) in na socialnih omrežjih:

