



STAGE



STAGE



Az Európai Unió
Erasmus+ programjának
társfinanszírozásával



metodologia de formare a mentorilor

Voi prezenta mai întâi punctele principale ale formării, iar mai târziu le voi detalia pentru a vă oferi o imagine completă a unei formări bine organizate și eficiente.

1: membrii ajung să se cunoască între ei

Cadrul de formare (teme, calendar)

Prezentarea formatorilor

Cunoașterea reciprocă - 3 povești

Digi Bingo

Experiențe valoroase, puncte forte, temeri

2: Securitatea pe Internet

Joc energizant - Hashtag, Like, Post

Siguranța pe internet, securitatea pe internet sau cetățenia digitală



STAGE

(Cum se încadrează subiectul în secolul XXI?)



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

2020 - 1 - HU01 - KA227 - YOU - 094091



Riscurile și oportunitățile internetului - 4C

(Brainstorming asupra riscurilor, gruparea)

3: Tehnici de comunicare și de facilitare, experiențe

Fiind un mentor!?

Cum să facem față trolilor și comportamentelor nepotrivite (+ exercițiu în grupuri mici)

Relaționarea cu publicul - Vă este frică să vorbiți în public? (temeri, greșeli, pregătire - mentalitate, sfaturi pentru vorbit în public, 2 povestiri (Cosmopolitan, microfon oprit))

4: Comunicare, facilitare, tehnici de feedback, experiențe Întrebări

Joc energizant - Masaj energizant

Tehnici de feedback - Platforme online - Google Forms, Mentimeter, Kahoot

Live Library - Experiențe personale

Închideți - Lăsați un mesaj pentru formatori.

Pentru mai multe informații, atașez rapoartele celor 3 formatori, care oferă o imagine de ansamblu asupra principalelor aspecte ale formării, precum și asupra oricăror probleme și experiențe care pot apărea.



1:DigiQ

În cadrul atelierului digiQ am analizat oportunitățile și riscurile online. În timp ce oportunitățile sunt multe și variate și sunt considerate ca fiind o parte naturală a vieții noastre, riscurile sunt deseori supraevaluate și considerate omniprezente.

Tinerii folosesc internetul și rețelele de socializare pentru a se conecta prin intermediul rețelelor de socializare, al e-mailului și al mesageriei online, pentru a comenta și a discuta cu alții, pentru a găsi, a crea sau a partaja fotografii, videoclipuri și articole interesante, pentru a se alătura sau a urmări grupuri de interese, pentru a juca jocuri online și pentru a afla mai multe despre subiecte de interes pentru ei ca instrument de învățare pentru studiile lor școlare.

Tinerii adoră să fie online, și pe bună dreptate. Internetul le oferă acces ușor la informații, pentru a se informa și a se educa, pentru a menține și a dezvolta relații de susținere.

dezvoltarea identității lor (prin exprimare, învățare și discuții), încurajarea sentimentului de apartenență și a stimei de sine prin contactul cu prietenii și participarea la diferite comunități.

Cercetările arată că următoarele lucruri îi ajută pe tineri să aibă o experiență online pozitivă: 1.

să aibă o bună înțelegere a modului în care funcționează internetul și mediile online (inclusiv setările de confidențialitate); 2. să aibă abilitățile de a înțelege, analiza și crea în mod critic conținuturi care creează valoare pentru ei înșiși și pentru alții.



Riscuri legate de conținut: copilul este expus la conținut potențial dăunător sau este expus la conținut potențial dăunător. Aceasta ar putea include conținut violent, sângeros, plin de ură sau extremist, conținut pornografic sau potențial dăunător.

conținutul cu caracter sexual care poate fi ilegal sau dăunător, inclusiv conținutul adecvat vârstei. Conținutul online poate fi produs în masă sau generat de utilizatori (inclusiv de copii) și poate fi partajat sau nu pe scară largă.

Riscuri de relaționare: copilul experimentează sau devine ținta unui contact într-o interacțiune potențial dăunătoare inițiată de un adult, iar adultul poate fi cunoscut sau necunoscut copilului. Acest lucru poate fi legat de hărțuirea (inclusiv hărțuirea sexuală), hărțuirea, discursul instigator la ură, hărțuirea sexuală, hărțuirea sexuală, sextortura sau generarea de materiale de abuz sexual asupra copiilor.

Riscuri comportamentale: un copil asistă, participă sau este victima unui comportament potențial dăunător, cum ar fi hărțuirea, activități de ură între colegi, trolling, mesaje, presiuni sau hărțuiri de natură sexuală sau este expus la comunități de utilizatori potențial dăunătoare (de exemplu, automutilare sau tulburări de alimentație). Riscurile comportamentale apar, de obicei, din cauza interacțiunilor între colegi, deși nu neapărat din cauza statutului de coleg.

Riscuri contractuale: copilul este implicat și/sau exploatat de interese contractuale sau comerciale potențial dăunătoare (jocuri de noroc, marketing exploatator sau neadecvat vârstei etc.). Acest lucru poate fi mediat de prelucrarea automată (algoritmă) a datelor. Aceasta include riscurile asociate cu servicii digitale prost concepute sau nesigure care expun copiii la furtul de identitate, fraudă sau înșelătorie. Aceasta include cazurile în care sunt implicați copii, între alte părți contracte (trafic de ființe umane, trafic de copii în scopuri sexuale).

Riscuri transversale: unele riscuri sunt legate de majoritatea sau de toate cele patru categorii și în diferite dimensiuni (agresiune,

sexualitate, valori) se pot manifesta în multiple moduri. Printre acestea se numără riscurile online legate de viața privată, de sănătatea fizică sau mentală, de inegalități sau de discriminare.

metodele utilizate:

- Discuții în grup
- Discuții în grupuri mici (participanții împărțiți în 4 grupuri)
- Brainstorming
- Reflecție din

2: Gergő Villányi psiholog

Material de formare a mentorilor - Gergő Villányi

În calitate de mentor, cel mai important lucru de care trebuie să fii conștient este că ești o punte de legătură între oameni, probleme, opinii, experiențe și perspective.

Este deopotrivă satisfăcător și provocator să ne împărtășim cunoștințele ca ajutoare, dar și să ne îndreptăm spre alții cu curiozitate. Fie că este comunitate, sau medierea între generații diferite, mentorul este cel care are rolul de filtru, catalizator și mediator. Accentuarea, acolo unde este cazul, poate face parte din rolul său la fel de mult ca și ascultarea tăcută, rezumarea sau facilitarea unei discuții constructive.

Oportunitățile și amenințările lumii online și impactul pe care îl avem unii asupra altora în acest mediu acoperă o gamă largă de subiecte. Întâlnirile, comunicarea, încrederea, abuzul, conexiunea, trollingul, credibilitatea, calitatea vieții - pentru a numi doar câteva dintre acestea. Iar rețelele de socializare, dispozitivele inteligente, aplicațiile, monitoarele, nu este exagerat să spunem că acum, sunt în viața aproape tuturor. Și nu sunt afectați doar adulții, adolescenții sau persoanele în vârstă, ci și bebelușii, pe măsură ce urmărim și examinăm tot



STAGE

mai multe aspecte ale modului în care lumea online se infiltrează în viețile noastre.



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

2020 - 1 - HU01 - KA227 - YOU - 094091



Ce se întâmplă cu noi online - Efectul de dezinhibiție online

John Suler a fost unul dintre primii oameni care au cercetat impactul spațiului online asupra personalității, comportamentului și obiceiurilor noastre. El a vrut să afle ce se întâmplă cu noi atunci când ne vedem sau ne percepem unii pe alții doar prin intermediul ecranelor și la ce influențe online suntem expuși. Pentru a cita înțelepciunea internetului, cel mai bun exemplu este zicala "Nu citiți comentariile". Cu toții avem experiența tonului de voce pe care și-l permit oamenii într-un flux de comentarii, sau cât de repede se aprind spiritele. Acest lucru ne aduce la impactul comunicării online și al lumii digitale asupra comportamentului nostru.

În ciuda dovezilor din ce în ce mai numeroase care demonstrează contrariul, mulți încă mai cred că lumea online este un plan paralel în care nu există consecințe și suntem invulnerabili. Aceasta este o autoamăgire uriașă, deoarece, pe lângă faptul că puteți fi trași la răspundere, puteți fi și identificați dacă cazul devine atât de grav. Discursul instigator la ură și comentariile similare jignitoare și degradante rareori aduc cuiva probleme în acest moment, dar pot avea totuși consecințe devastatoare pentru cineva în viața altcuiva. Așa-numitul **efect de dezinhibiție online** se bazează pe ideea că ne schimbăm atunci când comunicăm prin intermediul unui ecran. Intoxicarea menționată mai sus și consecința privarea sunt două simptome tipice ale acestei situații.

Dar, la fel de important, trebuie, de asemenea, să îndepărtăm vina pentru comportamentul nostru teribil de la noi înșine. Ca și cum nu noi am fi scris propozițiile sau ca și cum nici nu ar fi contat. O altă caracteristică a comunicării noastre online este că avem mai puțin control asupra emoțiilor noastre. Acest lucru poate veni sub forma unei încrederi acordate prea repede, dar cel mai adesea suntem întâmpinați cu furie și ură scăpate de sub control. Aceasta este, de asemenea, o caracteristică a dezumanizării, adică faptul de a nu vedea persoana cu care vorbești sau despre care vorbești ca pe o ființă umană vie, care respiră și simte. Este departe de noi, probabil că nu o cunoaștem, poate că nu am văzut niciodată nici măcar o fotografie a ei. Dar putem judeca, putem face dreptate, dacă avem suficiente informații, desigur. Și este important de reținut că în persoană, în persoană, 90% ar fi incapabil să facă toate acestea - dar distanța eliberează frânele și lanțurile interioare. În plus, comunicăm online în mod asincron, ceea ce



STAGE

Înseamnă că între o întrebare și un răspuns sau un răspuns pot trece minute, ore, chiar săptămâni sau ani. Așa că te pot trage înapoi și într-o experiență încărcată emoțional





noi în orice moment, dar ne putem simți, de asemenea, că suntem atacați în permanență

cu fiecare nouă propoziție aruncată. În concluzie:

- invizibilitatea, adică un sentiment de invizibilitate fără consecințe
- trecerea răspunderii
- comunicare asincronă
- frânele emoționale sunt slăbite
- empatia este mult redusă
- dezumanizarea celeilalte părți

Mentalitate - O schimbare de mentalitate

Mentalitatea fixă (Fixed Mindset)
creștere (Growth Mindset)

Mentalitatea de

Le evită
dezvoltare

Provoacă

Le vede ca pe o oportunitate de

Rapid să fugi sau să renunți

Bariere

Perseverează și acceptă,
că există un astfel de lucru

Nu crezi că merită.

Energie

Evoluția
ca parte a efortului

Evită sau ignoră criticile Învăță din ele, le folosește pentru a se îmbunătăți

Invidios și grav afectat

Succesul altora

Motivează și
să ia avânt de pe urma ei

Psihologia a fost mult timp preocupată de obținerea succesului și de factorii care ne pot face mai eficienți, mai conștienți sau, dacă vreți, mai de succes. Carol Dweck a cercetat și ea de mult timp acest subiect și a adunat într-o carte toate cunoștințele dobândite de-a lungul deceniilor. Mindset - Psihologia succesului prezintă două abordări care

modelează în mod fundamental modul în care vedem lumea, pe noi înșine, dezvoltarea noastră, modul în care ne succese, eșecuri și rezultate.

În centrul mentalității de creștere se află ideea că obstacolele și chiar eșecurile acționează ca oportunități de dezvoltare, ca catalizatori, iar prin intermediul lor ne dezvoltăm. Potrivit cercetătorului de la Stanford, aproape fiecare aspect al vieții noastre poate fi îmbunătățit prin practică și perseverență. Cei care

gândesc, le plac situațiile noi și provocările, deoarece pot învăța noi experiențe și lecții, punându-și în același timp la încercare abilitățile. Acceptă cu plăcere feedback-ul și critica constructivă, deoarece aceasta le poate perfecționa abilitățile sau cunoștințele.

Gânditorii cu mentalitate **fixă** văd lucrurile invers și cred că calitățile umane sunt date și nu pot fi schimbate. De aceea, ei încearcă să evite încercările dificile și nu

cred că este util să faci un efort pentru ceva. În ceea ce privește rezultatul, ei sunt foarte constrânși de ideea că abilitățile lor sunt un dat, așa că nu au prea mult de spus în ceea ce privește schimbarea situației. Eșecul, și mai ales critica, nu reprezintă pentru ei o opțiune, ci o calificare. Aceasta le spune că ei înșiși nu au cunoștințe sau abilități suficient de dezvoltate și îi poate chiar încuraja să coboare ștacheta.

Mentalitatea este prezentă în multe domenii ale vieții noastre și poate reflecta chiar atitudini diferite. Putem crede că avem o atitudine progresistă la locul de muncă, dar nu același lucru se poate spune despre relația noastră. Nu este același lucru dacă vedem lucrurile ca fiind schimbătoare și dacă **vedem** oportunități de îmbunătățire. Desigur, acest lucru este alcătuit din mai multe componente: experiențele noastre timpurii, feedback-ul din mediul înconjurător, experiențele noastre personale și, de exemplu, dacă am primit sprijin și recunoaștere. Poate că ar merita să ne gândim la modul în care ne afectează acest lucru și la ce domenii din viața noastră ar beneficia de pe urma învățării și practicării unei abordări de dezvoltare în fiecare zi.

Apariția și pregătirea în public

Frica de a vorbi în public poate fi văzută și ca un fel de frică cunoscută la nivel social, pe scară largă, care, în cazuri grave, îi face pe oameni să vrea să fugă de



posibilitatea de a vorbi în public, iar în spatele ei se află, oarecum simplist, o teamă de jenă sau de umilință. Glossofobia,



teama de a vorbi în public este o fobie foarte frecventă, despre care se crede că afectează până la 75% din populație. Unele persoane se confruntă cu o ușoară anxietate la simplul gând de a vorbi în public, în timp ce altele se confruntă cu temeri foarte puternice și reacții asemănătoare panicii atunci când se confruntă cu o astfel de sarcină. Chiar și în rândul actorilor, actorilor de teatru și interpreților experimentați, anxietatea dinaintea unui spectacol este comună, dar simptomele severe sunt mult mai puțin frecvente. Cu toate acestea, cu practică, rutină și puțină pregătire, există multe abilități și tehnici care pot fi învățate pentru a face mai ușor să faci față unei astfel de provocări.

Sarcinile mentorului sunt foarte apropiate de cele ale unui discurs în public și, deși ceea ce face este mult mai interactiv decât un spectacol normal, să ajungi în fața unui public mare poate fi dificil. Indiferent de unde veniți, indiferent de experiența dumneavoastră anterioară în situații similare, merită să vă pregătiți și să vă antrenați, iar lista de mai jos vă poate fi de ajutor.

- **Planificare** - Pregătirea constă în primul rând în cunoașterea subiectului și în luarea în considerare a problemelor și dilemelor implicate. Putem folosi întrebări de încălzire, la care se poate răspunde, să zicem, cu o întrebare scrisă de mână, putem face referire la sentimente, la situații care trebuie decise sau chiar la pasaje de genul "like-dislike". Trebuie să fim capabili să rezumăm ceea ce participanții au văzut și putem face lumină asupra referințelor pe care le cunosc, dar putem aduce și propriile noastre povești, sau povești pe care le-am auzit, sau experiențe. Important este să fim conștienți de faptul că, pentru a încălzi sau a activa audiența, trebuie adesea să inițiem și să menținem interesul.
- **Exersați** - Atunci când pregătiți un PPT sau o prezentare, este normal să exersați în prealabil, pentru a măsura cât timp vă va lua să spuneți o parte sau întregul lucru. Adunăm povești care să însoțească datele sau invers și punem într-o ordine coerentă ceea ce avem de spus. În calitate de mentor mai experimentat acum ne putem baza cu mai multă încredere pe experiența și cunoștințele noastre anterioare, dar, ca începător, este foarte important să avem încredere în tema principală și în temele mediului menționate în proiect.



- **Conectarea cu publicul** - Din fericire, există multe modalități de a vă conecta cu publicul dumneavoastră, iar ascultând comportamentul și reacțiile acestuia, puteți obține în schimb un feedback util. Este perfect acceptabil să glumiți, să povestiți o întâmplare sau să vă menționați propria implicare într-un subiect. Numirea și, dacă este cazul, evidențierea reacțiilor și emoțiilor audienței ajută nu numai la conectare, ci și la menținerea comunicării. Ne putem referi, contrasta sau rezuma comentariile și opiniile, iar întrebările pot fi, de asemenea, utile **atunci când un**
am dori să mergem puțin mai departe.
- **Monitorizarea conștientă a limbajului corporal** - Ca și în paragraful anterior, acest lucru se referă atât la reacțiile publicului, cât și la propriul limbaj corporal al mentorului. Mișcarea, expresiile faciale, inflexiunile vocale și gesticulația cu mâinile, de exemplu, pot întări ceea ce se spune, la fel de mult cum **pot contrapuncta**. Un mentor care este nemișcat, tăcut sau care evită contactul vizual și vorbește cu o voce monotonă este posibil să constate că
nu o ascultăm, nu ne conectăm cu ea. Studiarea propriului limbaj al corpului într-o oglindă vă poate ajuta să vă pregătiți, dar puteți, de asemenea, să rugați un prieten sau un membru al familiei să vă asculte și să vă urmărească limbajul corpului - sau chiar să faceți o înregistrare pe care numai dumneavoastră o puteți vedea.
- **Gândire pozitivă (dar nu exagerați)** - Ajută foarte mult să aveți încredere în voi înșivă, dar și să nu vă bateți cu pumnul în piept sau să vă reproșați lipsa de pregătire sau de abilități, percepută sau reală. Afirmările, așa-numitele "mante", pot fi, de asemenea, de ajutor, dar nu trivializați părțile din noi înșine care trebuie îmbunătățite - este firesc să ne dorim să ne îmbunătățim și este nevoie de timp și efort. Nu totul poate fi "perfect" de la început și nici nu trebuie să fie. Suntem deja mai curajoși decât majoritatea prin faptul că ne asumăm o astfel de sarcină de mentorat.

- **Managementul stresului, reducerea anxietății** - Cu siguranță ne-am confruntat cu multe situații provocatoare de anxietate sau înfricoșătoare și am găsit un fel de soluție la ele. Este important să nu ne lăsăm temerile să ne





încercăm să le ignorăm sau să ne prefacem că nu există. Ne putem supraîncărca și, de obicei, acestea se întorc să ne bântuie în cel mai prost moment posibil - **de exemplu**, în cel mai dificil moment al unui spectacol. Cu exerciții de respirație, imprimări pentru discuții "cârje" sau un masaj scurt, mișcarea corpului poate reduce cu succes anxietatea, dar este important să acordați atenție și nevoilor fiziologice (somn, mâncare, băutură). În final, ne putem plimba pe scenă sau în sală, vizualizând cu exerciții de vizualizare noi înșine pe scenă **sau** reacțiile publicului și ce am face dacă s-ar întâmpla.

- **Vizionarea înapoi a prelegerii sau a discursului** - Multora nu le place să se privească sau să se asculte înapoi, dar merită să luați inițiativa de a face acest lucru, deoarece există multe lecții care pot fi învățate din vizionarea unei înregistrări. Aceasta nu este o pedeapsă și este cât se poate de departe de autopedepsire rușine și batjocură. Putem descoperi greșeli comune, reacții bune în situații dificile sau lecții învățate din limbajul corpului. Ideea este că este o oportunitate de dezvoltare și că devenim mai **experimentați** cu fiecare minut pe care îl petrecem cu el.

Experiența mea

Spectacolele Teatrului de Cod oferă posibilitatea de a dialoga și de a întâlni scene amuzante, dureroase sau familiare în cadrul spectacolelor.

Tinerii talentați urcă pe scenă, iar dialogurile, monologurile, mișcările și muzica dezvăluie o lume familiară. Nu doar lumea lor, ci ceva în care noi trăim de ani de zile. Rupturile de relații, imaginea de sine digitală, hărțuirea online, influencerii, jocurile video, tensiunile generaționale și mărunțișurile sunt toate prezente în dispozitive inteligente, povești, social media, știri și videoclipuri care ne însoțesc viața de zi cu zi.

Mentorii ne oferă posibilitatea de a vorbi despre experiențele noastre. Sentimentele, poveștile pe care le-am întâlnit sau le-am auzit. Pentru că putem fi siguri că toată lumea are o poveste și că toți suntem afectați de ele, chiar dacă am prefera să tăcem sau să le negăm. Dar împreună, cu puțină îndrumare.



putem simți că nu suntem singuri - pentru că suntem ascultați, așa cum îi ascultăm și pe ceilalți. Și chiar dacă nu se găsește nicio soluție, există o valoare în perspectivele multiple, care pot fi valorificate prin conversații și timp petrecut împreună pentru a aduce o viață mai armonioasă și sentimentul că - un alt fenomen nefericit al vremurilor noastre - singurătatea, aici, nu se aplică la noi. Pentru că atâta timp cât vor exista comunități, grupuri, oameni curioși, va exista ceva despre care să vorbim și să împărtășim, tot ceea ce ne face umani, cu toate defectele și virtuțile noastre.

3: Katalin Baracsi Avocat pe internet

Jocuri energizante 3

poveste

Ideea jocului clasic de "cunoaștere" este de a împărți participanții în grupuri de 3-5 persoane, în funcție de numărul lor. Fiecare persoană trebuie să vină cu trei povești care au legătură cu el sau ea. Două dintre cele trei povești trebuie să fie adevărate și una trebuie să fie falsă. Restul grupului trebuie să ghicească care dintre ele nu este adevărată. După ce fiecare grup a terminat, ei pot împărtăși în grupuri mari cine a auzit care poveste a fost interesantă, care a fost greu de ghicit și de ce.

Hastag, Like, Post

Este un joc în mișcare, ocolitor. Participanții stau într-un cerc mare și execută mișcări populare din lumea internetului. Odată ce au memorat mișcările pentru cuvintele respective, cercul devine din ce în ce mai rapid. Oricine greșește o mișcare sau reacționează târziu este eliminat.

Hastag = ridicarea a două mâini în aer, schimbând în același timp direcția cercului

Like = dacă cineva aleargă în mijlocul cercului, ceilalți participanți trebuie să arate și să spună semnul like.

Post = a arăta și a spune două mâini, simultan, în mijlocul frontului, la dreapta sau la stânga, în funcție de direcția în care începeți cercul.



Boom

Participanții se așează în cerc și încep să numere de la unu. În loc de trei se folosește cuvântul bang și orice număr divizibil cu trei. Cel care greșeste este eliminat din cerc. Numărătoarea începe din nou după fiecare eliminare.

Masaj

Participanții stau în cerc și masează spatele persoanei din fața lor, apoi, după câteva minute, fiecare persoană se întoarce la 180 de grade și împrăștează un alt umăr. Masajul poate fi extins și la celălalt spate, este important să întrebați ce este confortabil pentru ei.

În ceea ce privește partea de mentorat, care a fost abordată la mijlocul zilei, scopul a fost în mod clar de a afla cine este mentorul și care este rolul său, nu doar cu exerciții pentru a-i pune în starea de spirit potrivită, ci într-o formă concretă. I-am împărțit pe participanți în grupuri mici și i-am rugat mai întâi să scrie la ce se gândesc când aud cuvântul mentor. După ce au rezolvat problema în grupuri mici, au împărțit informațiile pe care le-au adunat într-un grup mare. Pentru a încheia exercițiul, în calitate de formator, am rezumat punctele comune, adăugând și clarificând acolo unde a fost necesar. Conștienți de rolul lor de mentori, participanții și-au petrecut restul după-amiezii învățând mai multe sarcini profesionale și bune practici pentru a-și extinde setul de instrumente de mentorat.

La finalul zilei și al formării, s-a discutat și despre cultura feedback-ului, deoarece, în calitate de mentori, lideri de grup, proprietari de proiecte, este important pentru ei să știe ce s-a făcut, cum pot fi consolidate și dezvoltate instrumentele metodologice existente și cum pot fi eliminate lucrurile inutile. Întrucât tema lumii online a impregnat întregul training, a fost firesc să includem platforme online unde să primească feedback anonim, mai lung sau mai scurt, despre munca lor.

educația teatrală și internetul

Educația teatrală și internetul sunt două concepte foarte diferite. Ce legătură există între teatru, o tradiție veche de mii de ani, și internet, cea mai mare realizare a noii tehnologii? Răspunsul este foarte simplu, foarte mult.

Prin actorie, oamenii arată și transmit proiecțiile istoriei, propriile vieți, temeri, lupte, succese și dorințe din generație în generație. Încă de la începuturile sale, teatrul a avut și un scop terapeutic, permițând oamenilor să trăiască, să proceseze și să reflecteze asupra evenimentelor din lumea din jurul lor. În lumea internetului, prin intermediul rețelelor de socializare, călătorim, de asemenea, exact pe astfel de căi. Postările noastre sunt instantanee ale stărilor de spirit. Ne măsurăm popularitatea în funcție de numărul de like-uri și de urmăritori pe care îi avem și poate fi destul de euforic să auzim cuvintele tonul de notificare de pe telefon. Dar oamenii sunt la fel de supărați atunci când cineva scrie lucruri jignitoare și ofensatoare despre el, îl ironizează sau pur și simplu vorbește despre el. Internetul este o mare scenă pe care toată lumea joacă mereu un rol. În actoria tradițională, situațiile sunt mai transparente și, chiar și cu o caracterizare mai nuanțată, putem fi siguri că binele va triumfa. În labirintul web-ului, însă, rezultatul este mai puțin clar, cu răsturnări de situație neașteptate și cu vânturi de tragedie care bat în bătaia vântului. în aer.

În activitatea mea de alfabetizare mediatică digitală, care durează de mai bine de un deceniu, încerc să aduc copiii, tinerii și adulții interesați cât mai aproape de această etapă digitală și să-i fac încrezători pentru a ieși din situațiile digitale cu o mentalitate și cunoștințe sănătoase, fără răni reale. În timpul sesiunilor mele interactive

Sunt mereu în căutarea unor modalități creative de a o face cât mai accesibilă și mai

Vreau ca tot ceea ce ofer publicului meu să fie experiențial. Atunci când mă ocup de cyberbullying și de alte experiențe neplăcute și neplăcute online, trebuie să fiu foarte sensibil. Nu poți începe în media res, pentru că astfel publicul este blocat și nu va participa activ la

la o sesiune, la un training sau chiar să aibă curajul de a pune întrebări. Un joc și o educație media bine pregătită, îmbogățită cu instrumente de pregătire



STAGE

prealabilă



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

2020 - 1 - HU01 - KA227 - YOU - 094091



informații, este mult mai ușor să vorbim despre ele. Dar ce se întâmplă atunci, dacă nu este un grup omogen de oameni care se cunosc între ei cel care trebuie mobilizat pe această temă. Răspunsul este educația prin teatru.

În urmă cu câțiva ani, am întâlnit conducerea profesionistă a Teatrului de Cod la un forum profesional și am fost imediat interesat să aflu că în țara noastră există un grup de actori "amatori" care explorează lumea internetului. ca temă, pentru a face publicul să se gândească la propria piesă. Abia așteptam să le văd jocul cu ochii mei. Întâlnirea cu ei în persoană m-a impresionat foarte mult. Cu o ușurință jucăușă, au trecut de la o urmărire pe internet la o cunoaștere online cu un limbaj foarte proaspăt și contemporan, arătând profunzimea și înălțimea fiecăruia. Chiar și cei din public au înțeles și au simțit exact despre ce era vorba în piesă, pentru că erau situații familiare și pentru ei. Cu toate acestea, ei nu trebuiau să se teamă că cineva îi va recunoaște într-un personaj, deoarece actorii le ofereau un fel de imunitate. Iar întrebările bazate pe Kahoot care au întrerupt spectacolul au atras publicul în piesă cu un simț al glumei exact cum trebuie. Într-un format anonim, oricine a putut spune care a fost legătura sa cu piesa pe care o vedea.

Iar gândirea noastră și lucrul împreună cu echipa era abia la început. Echipa Code Theatre a decis să treacă la nivelul următor și să includă experți în prezentare, alături de întrebări interactive. După o rundă de aplauze, va începe o sesiune de întrebări și răspunsuri de până la 30 de minute cu experții. După prima mea experiență în calitate de membru al publicului, am reușit să mă așez în fața publicului ca expert la următoarea sesiune, alături de Gergő Villányi, un psiholog de la

în compania unui consultant. De atunci, perechea noastră s-a completat reciproc foarte bine.

Cum văd eu puterea educației prin teatru? În prezentarea cu detașare a unor situații de viață reală, în care oricine din public își poate asuma orice rol fără a fi judecat. Se creează posibilitatea de a face lumină asupra unui caz actual prin raportare la scene, din punct de vedere juridic sau psihologic, generând dezbateri, punând întrebări suplimentare, pe scurt, punând publicul pe gânduri.

Și pentru mine, această "muncă" este foarte variată, pentru că, la fel ca într-un teatru adevărat, nu există doi spectatori la fel. Iar cerințele de decor și costume ale piesei ne permit să schimbăm locația. În plus față de întrebările Kahoot, o cutie de întrebări anonime (atât reale, cât și virtuale) ajută la implicarea publicului. Întotdeauna există mesaje care apar în timpul unei conversații de



STAGE

după spectacol, dar niciodată nu facem același stand-up de două ori.



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

2020 - 1 - HU01 - KA227 - YOU - 094091

22



putem cânta cu Gergő Villányi. Cunosce deja spectacolul, așa că atunci când am fost

ca spectator, mă interesează mai mult reacțiile publicului. Îmi place fie să anunț din timp echipa Teatrului de Coduri că **poate fi** alături de noi, **să stea** de vorbă după spectacol sau pur și simplu să apară în hol după aplauze. Ambele opțiuni au provocările lor. Din experiența mea, oamenii sunt în continuare surprinși atunci când un

că spectacolele de teatru sunt atât de interactive, că cineva vrea să-ți ceară părerea, că poți vorbi cu un **profesionist** fără să fii legat, **că** nu există întrebări stupide și că spectacolul în sine este îmbogățit de fiecare comentariu. În timpul conversațiilor care au loc în timpul spectacolului, cel mai dificil lucru este să dărâmi zidul care a fost construit în timpul piesei, adică să pui publicul într-o poziție. Pentru că atunci când ai un public format din adulți, tineri sau o anumită clasă de elevi, este o sarcină foarte dificilă de a se încăpățânează și fac un jurământ de tăcere, depinde de noi să le putem vorbi. Este utilă o întrebare deschisă și o introducere sau o părere despre o anumită scenă. Ele sparg întotdeauna gheața. De asemenea, îmi plac audiențele mixte pentru că permit oamenilor de vârste diferite să se cunoască mai bine. O sesiune de întrebări și răspunsuri poate fi ghidată, de exemplu, de unul dintre regizorii Teatrului de Cod,

actor, puneți-ne întrebări sau alăturați-vă actorilor sau profesioniștilor pentru a conduce discuția. Important este să fim mereu capabili să răspundem la nevoile publicului și să îndrăznim să fim flexibili în jocul nostru scenic.

Eu însumi învăț foarte multe din aceste conversații și sunt întotdeauna fericit când există experiențe așa în timpul **uneia** dintre aceste întâlniri sau când cineva cere ajutor sau își dă seama că este abuzat. În lumea în continuă și rapidă schimbare a internetului, un instrument clasic precum teatrul poate avea un succes uriaș. Sunt mândru să fac parte din acest proces de creare de valoare prin expertiza mea.

la locul de muncă.

Iată mai jos fotografiile făcute în timpul antrenamentului, care se **adaugă** la imaginea pe care am schițat-o mai devreme.



STAGE



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

2020 - 1 - HU01 - KA227 - YOU - 094091



STAGE



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

2020 - 1 - HU01 - KA227 - YOU - 094091

25



STAGE



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

2020 - 1 - HU01 - KA227 - YOU - 094091

26







STAGE



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

2020 - 1 - HU01 - KA227 - YOU - 094091