



Dofinansowane przez  
Unię Europejską

# Raport z Kongresu Młodych Aktywistów i Aktywistek #1 Poznajmy się! w Lublinie

*PODSUMOWANIE PRAC WARSZTATOWYCH ORAZ ANALIZA WYNIKÓW  
ANKIETY EWALUACYJNEJ*



Opracowanie:

Lubelska Grupa Badawcza

Agnieszka Duda-Jastrzębska

Marta Nazaruk-Napora

Foto: Marcin Pietrusza i Otylia Kapała

Lublin, styczeń 2023



## Spis treści

---

Wstęp .....	3
Idea projektu “Młodzi dla młodych” i Kongresu Młodych Aktywistów i Aktywistek .....	3
Część I. Podsumowanie materiału wypracowanego przez uczestników i uczestniczki Kongresu.....	8
Motywacja do podejmowania działań przez młodych ludzi.....	8
Wolontariat .....	8
Współrzędzenie .....	9
Problemy, potrzeby i cele działań .....	10
Wolontariat .....	12
Współrzędzenie .....	12
Zdrowie psychiczne .....	14
Miasto.....	18
Wnioski z panelu “Czego młodzi potrzebują od młodych?” zrealizowanego podczas Kongresu Młodych Aktywistów .....	20
Rozwiązania dotyczące problemów młodzieży .....	22
Wolontariat .....	22
Współrzędzenie .....	22
Zdrowie psychiczne .....	25
Miasto.....	26
Metody i dobre praktyki w zakresie włączania młodzieży .....	27
Wolontariat .....	27
Współrzędzenie .....	28
Zdrowie psychiczne .....	29
Miasto.....	29
Podsumowanie warsztatów .....	30
Część II. Ewaluacja Kongresu .....	31
Potrzeby i rozwiązania.....	31
Potrzeby młodych ludzi .....	31
Pomysły na wspólne działanie z młodzieżą cudzoziemską.....	34
Ocena Kongresu w perspektywie uczestników i uczestniczek .....	35
Treści Kongresu .....	35
Doświadczenia wyniesione z Kongresu .....	36
Informacja zwrotna od uczestników i uczestniczek odnośnie przebiegu Kongresu.....	36



## Wstęp

---

W dniach 20 - 22 stycznia 2023 roku odbyło się wydarzenie #1 Poznajmy się! w Lublinie - Kongres Młodych Aktywistów i Aktywistek. Wydarzenie było zainicjowane przez Młodzieżową Radę Miasta Lublin w ramach realizacji projektu „Młodzi dla młodych – Działania lubelskiej młodzieży dla integracji środowisk młodzieżowych” współfinansowanego ze środków Unii Europejskiej w ramach programu Erasmus+, i wpisało się w obchody Europejskiej Stolicy Młodzieży Lublin 2023.

W tym raporcie podsumowane zostały treści wypracowane głównie przez 4 grupy warsztatowe pracujące w obszarach: Wolontariat, Współrzędzenie, Zdrowie Psychiczne oraz Miasto. Każda grupa pracowała inną metodą, ale wszystkie dążyły do wypracowania wniosków dotyczących potrzeb, problemów, rozwiązań i metod włączania młodzieży. Druga część raportu podsumowuje ankietę ewaluacyjną dotyczącą kongresu.



Foto: zdjęcie z konferencji prasowej przed rozpoczęciem Kongresu: przedstawiciele Młodzieżowej Rady Miasta Lublin i władz miasta Lublina.

## Idea projektu “Młodzi dla młodych” i Kongresu Młodych Aktywistów i Aktywistek

---



Dofinansowane przez  
Unię Europejską

Kongres młodych aktywistów i aktywistek miał na celu zintegrowanie młodych ludzi zaangażowanych społecznie i działających w całej Polsce. Wydarzenie zostało zorganizowane przez Młodzieżową Radę Miasta Lublin we współpracy z Urzędem Miasta Lublin jako pierwszy etap projektu „Młodzi dla młodych – Działania lubelskiej młodzieży dla integracji środowisk młodzieżowych”, który wpisuje się w obchody Europejskiej Stolicy Młodzieży Lublin 2023, realizowanego dzięki wsparciu finansowemu ze środków Unii Europejskiej w ramach programu Erasmus+.



Foto: Uczestnicy #1 Poznajmy się! w Lublinie - Kongresu Młodych Aktywistów i Aktywistek

Trzy dni kongresu składały się z warsztatów oraz paneli dyskusyjnych, były szansą na podzielenie się swoim doświadczeniem oraz uświadomienie jak pomagać i angażować społecznie młodzież. W harmonogramie wydarzenia znalazły się między innymi takie punkty jak: panel dyskusyjny „Młodzież w Europie – Europejski Rok Młodzieży – działania Unii Europejskiej na rzecz wspierania młodzieży”, który poruszył temat możliwości, jakie Unia Europejska daje młodym ludziom czy panel „Czego potrzebują młodzi od młodych?”.

Podczas pierwszego dnia kongresu na platformie Facebook był dostępny streaming na żywo włącznie z czatem, na którym osoby uczestniczące w kongresie oraz śledzące kongres on-line mogły zadawać pytania i dzielić się spostrzeżeniami. Pytania on-line moderatorzy przedstawiali panelistom pod dyskusję.

W Lubelskim Centrum Kongresowym, gdzie odbywało się spotkanie, były rozstawione flipcharty, na których uczestnicy i uczestniczki mogli wyrazić swoje zdanie, zadać pytanie organizatorom lub opisać swoje wrażania.



Dofinansowane przez  
Unię Europejską

**#1 Poznajmy się! w Lublinie**  
*Kongres młodych aktywistów i aktywistek*

**młodzi dla MŁODYCH**

**20 piątek**

- 09:00 REJESTRACJA OSÓB UCZESTNICZĄCYCH
- 11:00 PANEL DYSKUSYJNY „WITAMY W EUROPEJSKIEJ STOLICY MŁODZIEŻY”
- 12:15 PANEL DYSKUSYJNY „MŁODZIEŻ W EUROPIE - EUROPEJSKI ROK MŁODZIEŻY”
- 13:45 PRZERWA OBIADOWA
- 14:30 PANEL DYSKUSYJNY „CZEGO POTRZEBUJĄ MŁODZI OD MŁODYCH?”
- 16:30 PRZERWA KAWOWA
- 18:00 NETWORKING

**21 sobota**

- 09:00 WARSZTATY CZ. 1
- 11:00 PRZERWA KAWOWA
- 11:30 WARSZTATY CZ. 2
- 13:45 PRZERWA OBIADOWA
- 14:30 WARSZTATY CZ. 3
- 16:30 PRZERWA KAWOWA
- 18:00 NETWORKING

**22 niedziela**

- 09:00 PODSUMOWANIE WARSZTATÓW
- 10:30 PRZERWA KAWOWA
- 11:00 DEBATA O ANGAŻOWANIU MŁODZIEŻY
- 12:30 PODSUMOWANIE KONGRESU
- 14:30 OBIAD

MŁODZIEŻOWA RADA MIASTA LUBLIN | Funded by the European Union | EUROPEJSKA STOLICA MŁODZIEŻY 2023 | Lublin MIASTO INSPIRACJI

Grafika: Plan #1 Poznajmy się! w Lublinie Kongresu Młodych Aktywistów i Aktywistek

Podczas wydarzenia osoby uczestniczące zdefiniowały w ramach warsztatów potrzeby młodzieży w czterech obszarach - Wolontariat, Współzrządzenie, Zdrowie Psychiczne oraz Miasto. Pod okiem ekspertów z organizacji pozarządowych, wskazały cele i sposoby na włączenie młodych osób do działań we wspomnianych sektorach.

**Jak zostałam aktywistką?**  
*Zaczęło się niewinnie,  
od wolontariatu..*

**Młodzi i ryby głosu nie mają?**  
*No chyba nie tutaj!*

**Tutorial jak zadbać  
o psyche swoją i innych**

**Miasto przyjazne młodym**

młodzi dla MŁODYCH | MŁODZIEŻOWA RADA MIASTA LUBLIN | Funded by the European Union | EUROPEJSKA STOLICA MŁODZIEŻY 2023 | Lublin MIASTO INSPIRACJI

Grafika: Tematy grup warsztatowych



Dofinansowane przez  
Unię Europejską

Trzydniowy Kongres zakończył się przedstawieniem materiałów wypracowanych przez poszczególne grupy tematyczne, które następnie zostały poddane debacie na forum wszystkich uczestniczek i uczestników projektu.

W kolejnych etapach projektu zaplanowano działania lokalne dążące do przeszkolenia i zaktywizowania grupy młodych ludzi.



Foto: Przemawia Mariusz Banach – Zastępca Prezydenta Miasta Lublin ds. Oświaty i Wychowania



Dofinansowane przez  
Unię Europejską



Foto: Kamil Konieczny – Przewodniczący Młodzieżowej Rady Miasta Lublin i Inga Sobólska – Wiceprzewodnicząca Młodzieżowej Rady Miasta Lublin

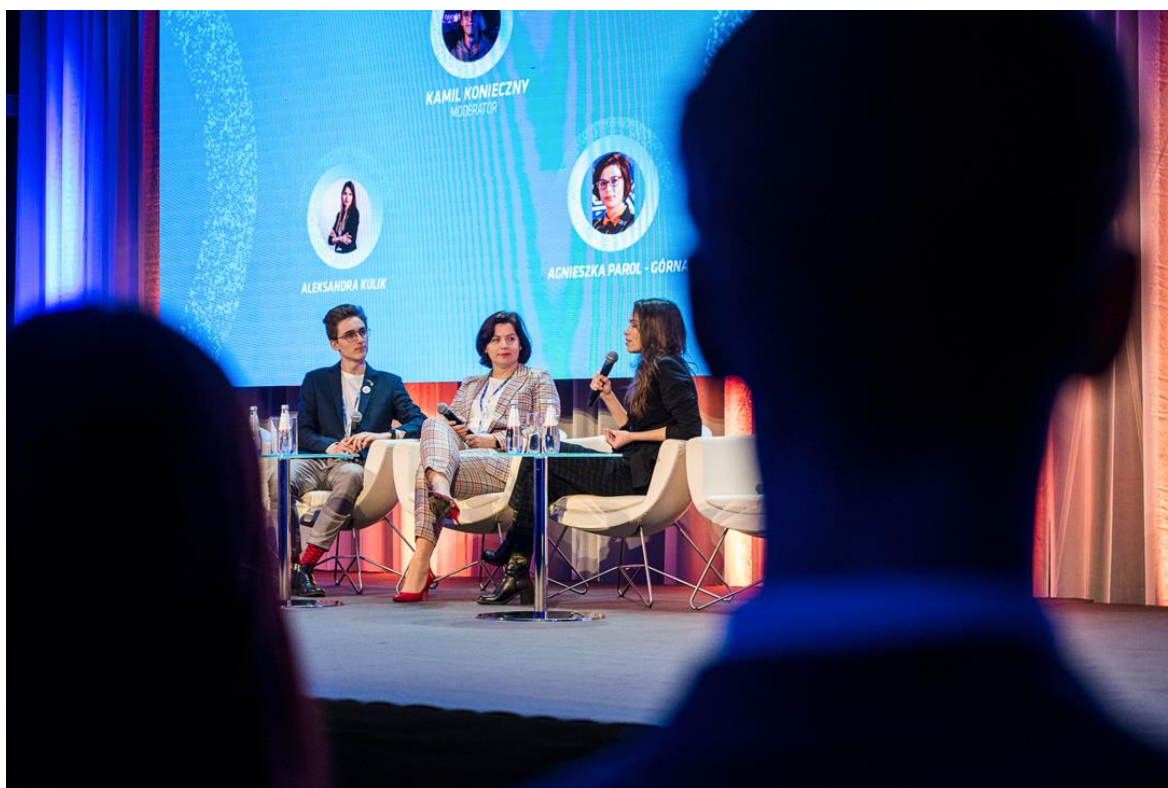


Foto: Paneliści w panelu dyskusyjnym: „Witamy w Europejskiej Stolicy Młodzieży”

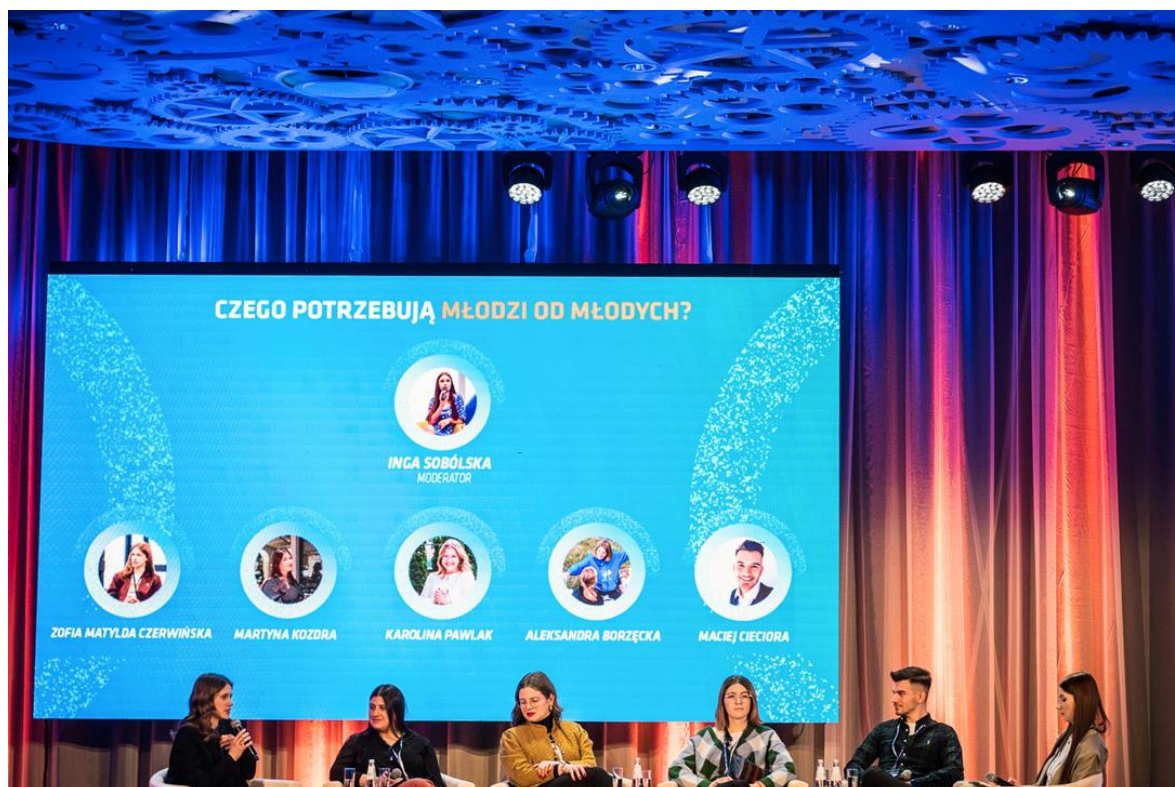


Foto: Paneliści w panelu dyskusyjnym: „Czego potrzebują młodzi od młodych?”

## Część I. Podsumowanie materiału wypracowanego przez uczestników i uczestniczki Kongresu

---

### Motywacja do podejmowania działań przez młodych ludzi

Podczas dwóch warsztatów zwrócono uwagę na zagadnienia, które motywują młodych ludzi do aktywności społecznej. Zagadnienie motywacji podjęły dwie grupy warsztatowe.

### Wolontariat

Podczas warsztatu „Jak zostałam aktywistką? Zaczęło się niewinnie, od wolontariatu...” podjęto rozważania przede wszystkim w odniesieniu do pracy wolontariackiej. Grupa wskazała, co motywuje młodych ludzi do bycia wolontariuszem/wolontariuszką, są to:

- samorozwój, w tym odkrycie/rozwinięcie kompetencji miękkich,
- realizacja pasji,
- odpowiedzialność,
- samodzielność,
- doświadczenie (CV, doświadczenie zawodowe), nabycie nowych umiejętności, np. organizacyjnych, działania w sytuacjach kryzysowych,
- networking/sieć kontaktów,





- poczucie sprawczości (widoczny efekt już u jednej osoby, np. uśmiech), wyniki swoich działań,
- bycie potrzebnym, docenionym,
- benefity,
- poznanie nowych osób, miejsc, sytuacji,
- zmiana swojej osoby (na plus),
- tworzenie własnych organizacji zgodnych z własnymi ideami i przekonań.

## Współrzędzenie

W ramach prac w czasie warsztatu „Młodzi i ryby głosu nie mają? No chyba nie tutaj!” uczestnicy i uczestniczki grupy poszukiwali korzyści, jakie osiągną z aktywnego udziału młodzieży we współrzędzeniu. Warsztat został przeprowadzony w formie gry. Osoby uczestniczące w warsztacie wcieliły się w role różnych postaci w pewnym królestwie. Zebrane możliwe źródła motywacji władzy, obywateli i młodzieży względem aktywności zostały przedstawione królowi, który zakazał prospołecznych działań w królestwie. Poniższa argumentacja jest zbiorem różnego typu argumentów, do tego, żeby przekonać króla do zmiany swojego dekretu.

Motywacja władz, żeby wspierać aktywność społeczną młodych ludzi:

- wprowadzenie „świeżości” w podejmowanych działaniach,
- rozwój kompetencji przyszłych dorosłych,
- wyręczenie władz w pełnych obowiązkach,
- zmniejszenie bezrobocia,
- chęć obywateli do ingerencji w państwo,
- mniejsze niepokoje społeczne,
- większe poparcie i legitymizacja władzy,
- postępową młodzież przyspieszy rozwój cywilizacyjny,
- oryginalność na scenie międzynarodowej,
- ocieplenie wizerunku władzy,
- otoczenie doradcze,
- więcej funduszy w obrocie gospodarczym,
- oszczędność na edukację,
- większy wpływ na młodzież – szansa na indoktrynację,
- posiadanie kozła ofiarnego,
- szansa na ewaluację,
- wyeliminowanie ryzyka wojny domowej.

Motywacja obywateli, do tego, żeby młodzież była aktywna społecznie:

- rozwój kompetencji młodych obywateli,
- zwiększanie szans na zatrudnienie,
- rozwiązywanie problemów różnych grup społecznych,
- potencjalne zmniejszenie różnic międzypokoleniowych,



- zwiększenie odpowiedzialności społecznej wśród młodych obywateli.

Motywacja młodzieży, żeby być aktywną społecznie:

- doświadczenie,
- rozwój,
- nauka,
- poczucie odpowiedzialności,
- wpływ na rzeczywistość,
- siła sprawcza,
- poszerzenie horyzontów,
- realizacja marzeń,
- poznawanie ludzi i samego siebie,
- odkrywanie kompetencji,
- weryfikacja swoich koncepcji,
- integracja społeczeństwa,
- dzielenie się doświadczeniem.



Foto: Uczestnicy i uczestniczki Kongresu – rozmowy w kuluarach

## Problemy, potrzeby i cele działań

Jednym z elementów wszystkich czterech warsztatów realizowanych w ramach Kongresu była odpowiedź na pytanie o problemy i potrzeby młodych ludzi. Poniżej są one przedstawione w podziale na poszczególne warsztaty, są bowiem ściśle powiązane z tematyką pracy danej grupy. Problemy i potrzeby pojawiały się wymiennie w pracach grup. Niektóre



Dofinansowane przez  
Unię Europejską

zespoły, wychodząc od rozmowy o rozwiązaniach, skupiały się na problemach, inne bardziej na zdefiniowaniu potrzeb.



Foto: zdjęcie z warsztatów



Foto: zdjęcie z warsztatów



## Wolontariat

Grupa obradująca w ramach warsztatu pod tytułem: „Jak zostałam aktywistką? Zaczęło się niewinnie, od wolontariatu...” zajmowała się kontekstem pracy wolontariackiej i w ramach tego obszaru wskazała problemy, jakich doświadczają osoby zaangażowane w wolontariat.

Problemy, z jakimi mierzą się wolontariusze/wolontariuszki:

- sytuacje stresujące, np. kontakt z nowymi ludźmi,
- sytuacje trudne, wymagające specjalistycznego wsparcia, obciążające psychicznie,
- wypalenie wolontariackie, aktywistyczne,
- brak czasu,
- praca bez wynagrodzenia, problem, gdy do wolontariatu trzeba dołożyć, np. ze względu na brak zwrotu kosztów przejazdów,
- niedocenienie lub krytyka przez bliskich, szkołę, grupę rówieśniczą, ale i osoby i organizacje, z którymi się pracuje,
- niesprawiedliwe oskarżenie, np. o kradzież pieniędzy ze zbiórek,
- wykorzystywanie wolontariuszy/wolontariuszek, np. przez nadmierne obciążenie pracą, zlecanie innych zadań, niż te, do których dana osoba się zgłosiła,
- ocena osób przez pryzmat złej sławy „organizacji”,
- konsekwencje działalności w wolontariacie, w określonej organizacji, z określonym środowiskiem, np. z grupami wrażliwymi,
- stereotypy dotyczące wolontariatu, np. zrównanie pracy jedynie do zbiórek, „frajerstwo” wolontariackiej pracy, itd.,
- porównywanie wyników przez samych wolontariuszy, wolontariuszki,
- konflikty wewnątrz zespołu, np. nierówny podział obowiązków, lekceważenie, konfrontacje,
- zamknięte środowisko.

Cel, jaki grupa wybrała do dalszych prac: Jaki ma być wolontariat w przyszłości?

## Współrzędzenie

Uczestniczki i uczestnicy grupy warsztatowej „Młodzi i ryby głosu nie mają? No chyba nie tutaj!” szeroko poszukiwali problemów, z jakimi młodzież spotyka się w kontekście swojej codzienności i zaangażowania w życie społeczne. Problemy, które wskazali, w perspektywie prac grupy, są też przyczynami braku zaangażowania młodych ludzi.



Foto: zdjęcie z warsztatów

Z czym zmagają się młodzież (co ma wpływ na brak zaangażowania):

- polityka: wykorzystywanie młodych ludzi do propagandy rządzących, rozmawianie o młodzieży bez młodzieży, brak „młodej krwi” w decyzyjnej polityce, bagatelizowanie głosu młodego pokolenia i ich problemów, wtrącanie się kościoła w politykę,
- życie codzienne: wysokie ceny mieszkań i własnego utrzymania,
- społeczeństwo: ogromne podziały społeczne, brak komunikacji, brak otwartości dorosłych na młodzież, dyskryminacja ze względu na wiek, podcinanie skrzydeł młodzieży, bagatelizowanie problemów młodych ludzi,
- działalność społeczna: brak środków finansowych, opóźniona formalizacja, za dużo biurokracji dla działań młodzieżowych, brak sprawczości, brak informacji o możliwości rozwoju i działań (szczególnie w małych miastach i wsiach),
- służba zdrowia, w tym zdrowie psychiczne: bagatelizowanie zdrowia psychicznego, brak dostępu do pomocy psychologicznej i psychiatrycznej, wadliwość służby zdrowia,
- edukacja - system edukacji, brak systemowej edukacji seksualnej, brak poszanowania dla praw uczniów i uczennic, religia w szkole,
- prawo - system prawny do przemocy seksualnej, prawo karne, zakaz aborcji,
- ekologia - bagatelizowanie problemów klimatycznych,
- równość/tolerancja - brak równego startu w dorosłość, wykluczenia komunikacyjne, zły system tranzycji, ksenofobia, przemoc i hejt.



Foto: zdjęcie z warsztatów

Problemy wybrane przez grupę do dalszej pracy i wskazania rozwiązań:

- klimat,
- zdrowie psychiczne,
- edukacja,
- angażowanie młodzieży (jako metoda),
- religia.

Cel obrany dla prac warsztatu: większe zaangażowanie młodych ludzi.

## Zdrowie psychiczne

Uczestniczki i uczestnicy grupy pod nazwą „Tutorial jak zadbać o psyche swoją i innych” w pierwszej części warsztatu analizowali na przykładzie person różne przykłady młodych osób - mniej lub bardziej aktywnych społecznie. W tej pracy wskazali cele, potrzeby, a także problemy młodzieży. W dalszej pracy skupili się na wybranych problemach dla dwóch typów osób - aktywnych i nieaktywnych. Kontekstem pracy było zdrowie psychiczne.

Cele i potrzeby młodych osób:

- A. osoba sceptyczna wobec aktywności
  - chce być zaakceptowany/a,
  - szuka odpowiedniego grona,
  - chce zrozumieć ludzi i otoczenie,
  - szuka swojej roli,



- chce osiągnąć stabilność,
- B. wolontariuszka/wolontariusz
- potrzebuje zdjąć z siebie część obowiązków,
  - asertywność,
  - uświadomienie (innym), jak ważny jest wolontariat,
- C. aktywistka/aktywista
- brak dyskryminacji mniejszości,
  - prawa reprodukcyjne,
  - zwiększenie świadomości klimatycznej,
  - warsztaty antydyskryminacyjne,
  - warsztaty łączące pokolenia,
- D. radny/radna młodzieżowej rady miasta
- stworzenie młodzieżowej organizacji,
  - stworzenie komunikacji międzyszkolnej,
  - działania skierowane na jakość życia w mieście,
  - zielona strefa w mieście,
  - kampanie społeczne na rzecz klimatu,
- E. osoba niezaangażowana
- rozważa potencjalne ścieżki kariery, na przykład księgowość,
  - wizja spokojnego życia,
  - płynie z nurtem,
  - poddaje się w rzeczywistości (konformizm).



Foto: zdjęcie z warsztatów

#### Problemy i wyzwania:

##### A. osoba sceptyczna

- brak miejsca dla siebie,
- jest przytłoczony/a obowiązkami,
- boi się alienacji,
- wewnętrznie rozdarty/a,
- nie wie kogo oczekiwania spełnić, ani jak to zrobić,
- wywodzi się z toksycznego środowiska,

##### B. wolontariusz/wolontariuszka

- wyzyskiwanie przez organizacje,
- brak czasu dla siebie,
- brak docenienia i zrozumienia,
- brak możliwości rozwoju,
- w efekcie pogarszają się relacje z najbliższymi i przez brak czasu zaniedbuje obowiązki szkolne i domowe,

##### C. aktywista/aktywistka

- matura,
- szklany sufit,
- wyobcowanie,





- rodzina,
- kryzys tożsamościowy,
- przyszłość (strach),
- reakcje otoczenia (strach),
- problemy w szkole,
- niska frekwencja,
- nieprzychylność nauczycieli,
- problemy z wyjściem ze strefy komfortu,
- w efekcie przez brak czasu i tematów zanikają znajomości szkolne nauczyciele traktują aktywizm jak wagary, umniejszają jej działaniom,

D. radny/radna młodzieżowej rady miasta

- wypalenie zawodowe,
- przyszłość - co będzie?
- że będzie beczynny/ beczynna,
- chce coś zrobić, ale nie wie jak,
- frustracja, że pomysły nie wypalają, że jego/jej głos nie będzie słyszalny, doceniany,

E. osoba niezaangażowana

- akceptacja rówieśników,
- przyszłość (studia, matura),
- presja społeczna o wyborze drogi zawodowej,
- brak świadomości własnego potencjału i umiejętności,
- dodatkowo mała grupa znajomych, z którymi czuje przynależność o podobnych celach i charakterach.

Wybrane przez grupę warsztatową potrzeby osób zaangażowanych i niezaangażowanych. Dla wskazanych poniżej potrzeb, grupa opracowała w dalszej części rozwiązania.

Potrzeby osób niezaangażowanych:

- akceptacji,
- odnalezienia siebie, swojej roli, swojego potencjału,
- określenia swoich wartości,
- zbudowania poczucia własnej wartości i pewności siebie,
- radzenia sobie ze stresem i presją,
- rozwijania umiejętności krytycznego myślenia,
- znalezienia swojego grona,
- określenia potencjalnej ścieżki kariery.

Potrzeby osób aktywnych:

- budowanie pewności siebie i asertywności,
- wzmacnianie kompetencji liderek i pracy w grupie,



- przeciwdziałanie wypaleniu,
- nauka radzenia sobie z presją, stresem, odpoczywania,
- potrzeba uznania, zrozumienia i wsparcia ze strony środowiska,
- budowanie umiejętności stawiania sobie adekwatnych celów i zarządzania sobą w czasie.

## Miasto

Uczestnicy i uczestniczki warsztatu pn. „Miasto przyjazne młodym - warsztaty o kreowaniu miasta pod potrzeby młodzieży” pracowali w kontekście życia w mieście i tego, jak miasto realizuje potrzeby młodych ludzi.



Foto: zdjęcie z warsztatów

Wskazano następujące problemy:

- mało słyszalny głos młodzieży wśród starszych,
- mało koncertów,
- mało wydarzeń kulturalnych (lub potrzeba zwiększonej promocji ze strony władz),
- brak środków finansowych,
- hejt,
- brak współpracy z władzami lokalnymi,
- brak wsparcia i zrozumienia,
- wypalenie i bierność wśród młodych.



Foto: zdjęcie z warsztatów

#### Wskazane potrzeby:

- potrzeba integracji międzypokoleniowej,
- sprawna komunikacja miejska, nastawiona na potrzeby młodych,
- centrum młodzieży (miejsce),
- miejsce integracji,
- miejsca spotkań (publiczne),
- interesujące wydarzenia,
- ogólnodostępne obiekty sportowe,
- młodzieżowe domy kultury,
- obecność koordynatora ds. Młodych w organach rządzących.

Cele główne, jaki wskazała grupa: kreowanie miasta w oparciu o potrzeby młodzieży.



Foto: osoby uczestniczące w Kongresie na pamiątkowym zdjęciu

## Wnioski z panelu “Czego młodzi potrzebują od młodych?” zrealizowanego podczas Kongresu Młodych Aktywistów

W panelu uczestniczyły osoby aktywne, z różnych rejonów kraju i o różnych zainteresowaniach. Opowiadały one o swoich działaniach aktywistycznych, doświadczeniach oraz potrzebach i problemach młodzieży.

Wskazywane potrzeby, problemy i możliwości wsparcia dla młodzieży aktywnej, głównie w kontekście działania Młodzieżowych Rad Miast i Samorządów Uczniowskich:

- potrzeba ustanowienia Młodzieżowych Rad Miasta,
- zbytni pośpiech w działaniach,
- potrzeba wsparcia i opieki osób doświadczonych i mających być „parasolem” dla młodzieży działającej w Młodzieżowej Radzie Miasta,
- potrzeba działań krok po kroku, próbowania, cieszenia się z małych efektów i przekazywania młodym, że tak jest dobrze,
- nie każda osoba odnajdzie się w Młodzieżowej Radzie Miasta, warto mówić o tym, że zawsze można zrezygnować i oddać miejsce komuś innemu,
- cenne jest wsparcie starszych kolegów i koleżanek z organizacji dla młodszych, zaczynających, wyłapywanie ich mocnych stron, dawanie przestrzeni, wspieranie rozwoju,
- małe fundusze na działania i potrzeba zniżek dla organizacji,
- potrzeba wsparcia ze strony urzędów, szkół, np. w zakresie zaopatrzenia w gadżety,



- brak informacji, gdzie uzyskać wsparcie w działaniu, gdzie można otrzymać zniżki czy wsparcie materialne,
- postrzeganie młodzieży w partycypacji jako „maskotek”, fajnie wyglądają na zdjęciach ale niekoniecznie są słuchani/słuchane,
- bardzo długie i trudne postępowanie, by wywalczyć usłyszenie głosu młodych, na koniec pochwała, ale po drodze trudna współpraca,
- głos młodzieży jest cichy, a zmiana jego słyszalności jest bardzo powolna,
- młodzież, by była słyszalna, musi też dawać przykład, ważne by Młodzieżowe Rady działały ambitnie, nie zadowalały się tylko robieniem zdjęć z władzami miasta,
- konieczność dialogu, dwie strony muszą chcieć się słyszeć, co mamy do powiedzenia,
- pokazywanie, jak znaleźć sojuszników, by nasz głos był bardziej słyszalny,
- Młodzieżowe Rady - często nie działają skutecznie, bo nie mają wiedzy jak działać,
- nieprzychylność władz szkolnych wobec samorządów szkolnych, utrudnianie działania,
- potrzeba informacji o prawnych ramach możliwości działania Młodzieżowych Rad i młodzieży, jak np. inicjatywa uchwałodawcza, karta młodzieży, etc.,
- kalkowanie zachowań dorosłych, Młodzieżowe Rady nie powinny zachowywać się jak dorośli, młodzież ma prawo zachowywać się, jak młodzież.

Problemy i potrzeby dotyczące różnych tematów, zaobserwowane przez uczestników i uczestniczki panelu:

- brak integracji studentów i studentek cudzoziemskich - brak wiedzy gdzie się odezwać, obawy,
- pandemia i problemy osób cudzoziemskich, które zostały same na uczelni - od samotności, po brak funduszy,
- wojna w Ukrainie - potrzeba odpowiedzi na potrzeby dzieci i młodzieży uchodźczej - tworzenie świetlic,
- zdrowie psychiczne - duża część komunikatów i informacji z realizowanych kampanii trafia bardziej do osób, które już coś wiedzą, są w odpowiedniej bańce informacyjnej, by trafić do innych trzeba szukać nowych sposobów, by trafić do pokolenia Z - memowy przekaz,
- potrzeba pokazania możliwości i rozwiązań, bez opisywania i dyskusowania o problemach polskiej opieki psychologicznej,
- potrzeba pokazania młodym, jak poinformować rodziców o swoich problemach psychicznych, lub jak poprosić o pomoc inną zaufaną osobę dorosłą,
- potrzeba umiejętności dbania o siebie, zwolnienia, rezygnacji,
- brak szacunku dla własnego czasu,
- potrzeba umiejętności powiedzenia „stop” i „nie”,
- życie poza aktywizmem - jeśli ktoś nie jest aktywny, ma inne pasje i zainteresowania, to nie znaczy, że trzeba z nim urywać kontakt.

Podsumowaniem może być jedna z zamykających dyskusję panelu wypowiedzi:

*Czego potrzebują młodzi od młodych? Wsparcia, a nie konkurowania, współpracy w swoich działaniach, zazębiania, pamiętania, że idziemy po wspólny cel, by robić dobro.*



## Rozwiązania dotyczące problemów młodzieży

W czasie warsztatów grupy pracowały nad rozwiązaniami problemów wskazanych w danych obszarach tematycznych oraz nad metodami włączania młodych w działalność. Część grup więcej czasu poświęciła rozwiązaniom, które dotyczyły wypracowanych wcześniej wyzwań. W tym rozdziale zostaną one przedstawione w podziale na tematy prac grup.

### Wolontariat

W ramach warsztatu „Jak zostałam aktywistką? Zaczęło się niewinnie, od wolontariatu...” wskazywano rozwiązania zdefiniowanych wcześniej problemów i wyzwań, można podzielić je na dedykowane wolontariuszom/wolontariuszkom i osobne, dla organizacji.

Rozwiązania dla wolontariuszy i wolontariuszek:

- uczestnictwo w szkoleniach z psychologiem/psycholożką czy superwizję,
- bieżący kontakt ze specjalistami np. w temacie bezdomności,
- przypominanie o swojej motywacji w sytuacjach trudnych, docenienie swojej pracy,
- dbanie o BHP (ramy czasowe, odpowiednie i jasno określone zadania, bezpieczeństwo, możliwość rezygnacji, bezpieczny kontakt - osoba czuwająca nad całą sytuacją, koordynacja),
- stawianie granic, znajomość zasad wolontariatu,
- refleksja czy moje cele są spójne z działalnością organizacji,
- odpowiedzialność za podejmowane zadania zgodnie ze swoimi kompetencjami,
- zakładanie swojej organizacji,
- znajomość objawów wypalenia aktywistycznego i odpowiednie reagowanie.

Rozwiązania dla organizacji:

- prowadzenie szkoleń dla członków organizacji z psychologiem/psycholożką (też spoza danej organizacji), tematy: jak radzić sobie ze stresem, z sytuacjami trudnymi, o dostępności, procesie grupowym i rolach w zespole, pierwszej pomocy,
- realizacja superwizji,
- wolontariat jako wymiana (czas za umiejętności, poczucie sprawczości oraz różne benefity - kupony, gadżety, wyjazd, zwrot za przejazd, zaświadczenia),
- podziękowanie dla wolontariuszy/wolontariuszek,
- przygotowanie zasad wolontariatu,
- nie należy wyręczać innych instytucji, np. wolontariusz/wolontariuszka nie jest tłumaczem/tłumaczką Policji,
- koordynator - osoba pilnująca nie tylko wykonywania zadań, ale i bezpieczeństwa wolontariuszy/wolontariuszek,
- zachowywać dystans między podopiecznymi, a wolontariuszami.

### Współrzędzenie

W ramach warsztatu „Młodzi i ryby głosu nie mają? No chyba nie tutaj!” młodzież opracowała propozycje rozwiązań dla wybranych przez siebie problemów. Grupa podczas wcześniejszej dyskusji opracowała dłuższą listę wyzwań, ale do dalszej pracy wytypowała 5 tematów:



- klimat,
- zdrowie psychiczne,
- edukacja,
- religia.

Grupa analizowała szczegółowo także temat angażowania młodzieży do aktywności. Ten materiał został przedstawiony w rozdziale dotyczącym metod.

Rozwiązania do zaangażowania młodych w reagowanie na podane problemy:

#### A. Klimat

- strajk klimatyczny,
- event - sadzenie drzew,
- warsztaty edukacyjne,
- edukacyjne gry plenerowe,
- powołanie w szkołach zespołów ekologicznych,
- kosze do segregacji w szkołach,
- szkolny ogródek,
- lodówki społeczne,
- nagłośnienie problemu w mediach,
- filtry na piece finansowane przez państwo oraz kampanie informacyjne,
- świadome propagowanie energii odnawialnej - kampania informacyjna,
- oszczędzanie wody,
- używanie wielorazowych zamienników,
- piknik klimatyczny,
- wykłady ekspertów/ ekspertek z zakresu ekologii w szkołach i w przestrzeni publicznej,
- zielona energia wszędzie,
- Wirtualna Rzeczywistość „świat za 50 lat”, np. instalacja artystyczna,
- automaty kaucyjne,
- dofinansowanie na produkty roślinne.

#### B. Edukacja (z uwzględnieniem NGO-sów, szkół i ich społeczności - uczniowskiej, nauczycielskiej, rodzicielskiej)

- panele dyskusyjne,
- propozycja zmiany statutów szkół,
- wpływ uczniów na statut szkoły,
- strajki uczniów i nauczycieli/nauczycielek,
- medialne nagłośnienie problemów,
- miejskie stanowisko rzeczników praw ucznia (z kwalifikacjami),
- pociągnięcie do odpowiedzialności nauczycieli, którzy nie przestrzegają praw ucznia,
- zintensyfikowanie działalności samorządów uczniowskich,
- współpraca na linii samorządów uczniowskich i Młodzieżowej Rady Miasta,
- wycieczki i wizyty w instytucjach państwowych i samorządowych,
- promowanie idei Rady Szkoły,
- analiza potrzeb ucznia (edukacyjnych),



- zielona energia,
- stworzona przestrzeń dla uczniów w szkołach „strefa chillout”, zaplecze kuchenne,
- opinia uczniów na temat życia w szkole,
- ankiety od samorządów,
- szkolenie umiejętności miękkich,
- dopasowanie przedmiotów do współczesnych realiów,
- edukacja seksualna,
- brak ocen cyfrowych,
- promowanie idei wymiany umiejętności,
- niegrupowanie ze względu na wiek,
- referenda.

#### C. Zdrowie psychiczne

- grupy wsparcia,
- szkolne kampanie informacyjne,
- reklamowanie telefonu zaufania,
- przeprowadzenie na lekcjach testów na depresję,
- wprowadzanie nawyków dbania o zdrowie psychiczne od małego,
- ogólnopolskie nagłośnienie problemu w mediach,
- fundusz usprawniający pracę specjalistów,
- baza kontaktowa do organizacji specjalizujących się w tym temacie,
- kontakt samorządów uczniowskich z dyrekcją szkoły w sprawie zapewnienia opieki psychologicznej,
- warsztaty antydyskryminacyjne i antyprzemocowe,
- psycholog na cały etat,
- dostosowanie szkół i instytucji dla osób ze szczególnymi potrzebami np. autyzm,
- oddzielenie pracy psychologa od życia szkoły,
- edukacja rodziców na temat zdrowia psychicznego.

#### D. Religia

- kampania uświadamiająca o prawach osób uczniowskich na temat zapisywania się na zajęcia religii,
- zakładanie NGO-sów walczących z nielegalnymi statutami,
- akcja informująca na temat apostazji,
- prowadzenie badań na temat prowadzenia lekcji religii,
- zamiast religii religioznawstwo czy wstęp do filozofii,
- promowanie odejścia od konkordatu,
- promowanie różnorodności religijnej i wolności religijnej (wyznania),
- świadomość na temat świąt innych religii,
- odejście od symboli religijnych w szkołach,
- oddzielenie kościoła od polityki,
- równość kościoła wobec prawa,
- spotkania ekumeniczne,
- świadoma katechizacja wierzących.





## Zdrowie psychiczne

Grupa z warsztatu „Tutorial jak zadbać o psyche swoją i innych” szukając rozwiązań odpowiadała wprost na wskazane potrzeby dwóch typów osób - aktywnej i nieaktywnej.

Dla potrzeb osoby obecnie nieaktywnej wskazano następujące rozwiązania w zakresie zdrowia psychicznego, przy czym w dużej mierze miały one za zadanie zachęcenie do aktywności:

- dzień aktywisty,
- tematyczne grupy dyskusyjne online i offline,
- wymiany młodzieżowe,
- działania prorodzinne - pikniki, zniżki rodzinne,
- audycje w radiowęźle szkolnym,
- centra młodzieżowe,
- psychoedukacja,
- promocja aktywności,
- integracyjne wydarzenia tematyczne,
- doradztwo zawodowe,
- coaching,
- kampania dobrych praktyk rodzinnych,
- zdrowy odpoczynek,
- spotkania uczniów z absolwentami.

W przypadku osoby obecnie aktywnej i jej potrzeb, grupa wskazała następujące rozwiązania w zakresie dbałości o zdrowie psychiczne:

- Akademia Przyszłości,
- tworzenie przestrzeni bezpiecznych: kluby, kawiarnie, grupy wsparcia,
- warsztaty i akcje organizowane w szkołach,
- znalezienie czasu dla siebie,
- higiena pracy - budowanie grafiku,
- dzielenie się doświadczeniem - mentoring,
- dni otwarte organizacji,
- szkolenia dla nauczycieli i rodziców,
- docenianie wolontariuszy i działaczy, np. dyplomy,
- ustalenie swoich potrzeb i priorytetów.

Oprócz tego, grupa w ramach case study rozważała sytuację przykładowych bohaterów analizowanego podczas warsztatu studium przypadku i w tym kontekście pojawiły się także inne rozwiązania.

Pomysły na wzmocnienie poczucia pewności siebie osoby aktywnej:

- A. realizowane przez miasto:
  - klub młodych aktywistów,
  - promocja aktywizmu w mieście,
  - gala dla działaczy społecznych,



- wsparcie osób aktywnych: finansowo - fundusz, patronat, przychylność urzędników,
- B. realizowane przez grupę rówieśniczą
- wsparcie i docenianie działań,
- C. realizowane przez szkoły:
- warsztaty na godzinie wychowawczej dotyczące szukania mocnych stron,
  - szkolenie dla nauczycieli jak wspierać swoich uczniów,
- D. realizowane przez rodziny:
- głębokie rozmowy,
  - wyjście z dzieckiem np. na strajk klimatyczny,
  - warsztaty budowania relacji z dzieckiem.

Pomysły na wsparcie dla osoby niezaangażowanej:

- A. realizowane przez rodziny:
- większe zainteresowanie sobą członków rodziny,
  - filmy prorodzinne, pikniki i eventy,
  - promowanie wspólnych aktywności,
- B. realizowane przez szkoły:
- organizacja wymian międzyszkolnych,
  - kółka przedmiotowe i tematyczne, jako szansa na odkrywanie swoich pasji,
  - prelekcje i projekty szkolne (dzień aktywisty, spotkania z organizacjami),
- C. realizowane przez miasto:
- pikniki rodzinne,
  - organizacja projektów wyjazdowych – wolontariat,
  - organizacja zniżek dla rodzin w budynkach użyteczności publicznej – w celu integracji,
  - billboardy informacyjne – promocja wartości,
  - wolontariat dla uczniów,
- D. realizowane przez grupę rówieśniczą:
- wycieczki integracyjne i projekty grupowe – tworzenie relacji,
  - młodzieżowe strajki na przykład klimatyczne,
  - wpływ kolegów, koleżanek – jako mentorów/menterek, w kształtowaniu podejścia do aktywizmu.

## Miasto

Uczestniczki i uczestnicy grupy „Miasto przyjazne młodym - warsztaty o kreowaniu miasta pod potrzeby młodzieży” zaproponowali rozwiązania w ramach wskazanych przez siebie obszarów problemowych, które są rozwinięciem omawianych potrzeb.



## Rozwiązania:

- komunikacja publiczna: sprawna, dobrze rozwinięta komunikacja miejska, nastawiona na potrzeby młodych i zróżnicowana (metro, tramwaje, autobusy), dworce kolejowy (PKP) i autobusowy (PKS) w jednym miejscu, obecność dróg rowerowych, rowery i hulajnogi z możliwością wypożyczenia w każdej dzielnicy,
- przestrzeń dla młodych: obiekty od młodych dla młodych, centrum młodzieży, miejsce integracji zamknięte i otwarte, publiczne miejsca spotkań, przestrzeń dla młodzieży, rynek z miejscem dla młodzieży, wolne przestrzenie miejskie,
- kultura: interesujące wydarzenia, młodzieżowe domy kultury, kino plenerowe, ściana chwały (tzn. ściana, na której osoba, np. uzdolniona muzycznie może napisać, że kocha śpiewać, może wyrazić siebie),
- sport: ogólnodostępne obiekty sportowe, szkoły z basenem (ważne, żeby każda szkoła miała obiekt sportowy by ograniczyć dyskryminację sportową),
- polityka i współzrządzenie: obecność koordynatora ds. Młodych w organach rządzących, ściana pomysłów, gdzie można anonimowo napisać, jakie zmiany w przestrzeni miejskiej widzą mieszkańcy,
- turystyka: punkty informacyjne, w których turyści mogą zapytać o drogę,
- zieleń: miasto powinno zawierać wiele miejsc z zielenią,
- darmowe toalety,
- estetyka: śmietniki/kosze na śmieci publiczne powinny być dostosowane do segregacji śmieci,
- dostępność: place zabaw również dla osób z niepełnosprawnościami.

## Metody i dobre praktyki w zakresie włączania młodzieży

W ramach warsztatów ostatnim elementem prac grup było poszukiwanie pomysłów na metody włączania młodzieży w danym obszarze tematycznym. Rozmawiano także o dobrych praktykach. Ze względu na specyfikę obszarów tematycznych, jak i pracy poszczególnych grup, nie każda z nich wskazała metody. Poniżej zostały zebrane informacje w podziale na obszary tematyczne.

### Wolontariat

W grupie z warsztatu „Jak zostałam aktywistką? Zaczęło się niewinnie, od wolontariatu...” wskazano metody, czy też bardziej, wskazówki do działań mających zachęcać do włączania się w wolontariat:

- należy pamiętać, że hasło zachęcające do wolontariatu nie może (nawet w sposób żartobliwy) obrażać,
- mniej mówić o organizacji, a więcej o tym, kogo szuka,
- podawać konkretne dane o dotychczasowych działaniach organizacji (jakie konkretne projekty),
- odwołanie się do autorytetów, gwiazd,
- określenie jakie są zadania w ramach wolontariatu,
- dać możliwość wykonywania zadań on-line,
- dać konkretne informacje o potrzebnych kompetencjach, np. znajomość języka obcego,



- określić konkretnie, jakie są benefity z aktywności,
- dać wiele możliwości kontaktu, np. Facebook, WhatsApp, e-mail,
- zaznaczyć, ile ma potrwać dany projekt, wolontariat.

## Współrzędzenie

W grupie warsztatowej pracującej w ramach tematu: „Młodzi i ryby głosu nie mają? No chyba nie tutaj!” wskazano metody zachęcania do aktywności. Poniżej zostały one przedstawione w podziale na kategorie:

- komunikacja: jasność przekazu i konkrety, mówić językiem młodych, zmniejszanie dystansu, empatia,
- motywacja: „kij i marchewka”, mówić językiem korzyści, gratyfikacja materialna i niematerialna,
- równość: brać pod uwagę osoby wykluczone, danie poczucia bezpieczeństwa i przynależności młodym, otwieranie drzwi na osoby niezaangażowane,
- efekty: budować poczucie sprawczości, pomagać w przebijaniu szklanego sufitu, dawanie świadomości zmiany, zmniejszać biurokratyzację.

Jako obszary potencjalnej aktywności młodzieży, wymieniono:

- harcerstwo,
- wolontariat,
- koła zainteresowań,
- młodzieżowa rada,
- turnieje sportowe (akcja szkolna),
- spotkania z NGO-sami,
- pikniki szkolne,
- działania przez social media,
- konferencja/kongresy,
- zbiórki charytatywne,
- warsztaty z młodzieżowymi aktywistami/aktywistkami,
- tęczy piątek,
- angażowanie polityczne,
- panele dyskusyjne/edukacyjne,
- hackathony,
- młodzieżowe budżety obywatelskie,
- baza wolontariacka,
- centra młodzieżowe,
- wizyty w sejmie/parlamencie,
- spotkania z politykami,
- Samorządy Uczniowskie i integracja z Młodzieżowymi Radami,
- tworzenie safe place,
- zaliczanie przedmiotów szkolnych przez projekty społeczne,
- współpraca na linii samorząd - wolontariat,
- uświadomienie o możliwościach (stypendia, olimpiady itp.).



## Zdrowie psychiczne

Grupa pracująca na warsztacie „Tutorial jak zadbać o psyche swoją i innych” nie wskazywała wprost metod włączania młodzieży w aktywność, można jednak wywnioskować pewne pomysły z prac dotyczących rozwiązań problemów osób nieaktywnych. Rozwiązania te w dużej mierze dążyły do zwiększenia aktywności tych osób, włączenia ich w działania i ogólnej promocji postaw aktywistycznych. Były to:

- dzień aktywisty,
- tematyczne grupy dyskusyjne online i offline,
- wymiany młodzieżowe,
- audycje w radiowęźle szkolnym,
- centra młodzieżowe,
- promocja aktywności.

## Miasto

W pracach grupy warsztatowej „Miasto przyjazne młodym - warsztaty o kreowaniu miasta” pod potrzeby młodzieży wypracowano zarówno metody angażowania młodzieży, jak i wskazano dobre praktyki.

Metody angażowania:

- tworzenie własnych inicjatyw,
- nie czekać, działać,
- wspólne dbanie o siebie i o innych,
- wzajemny szacunek,
- integracja bezalkoholowa,
- środki finansowe,
- media,
- wsparcie,
- zaangażowanie,
- doświadczenie.

Dobre praktyki działań skierowanych do młodzieży, włączania młodzieży do aktywności i działań wpływających na ogólny dobrostan społeczny:

- Toruń - Cammerimage festival (wolontariat)
- Gubin - Kolorowe ławki kawki od mieszkańców dla młodzieży (odmalowywanie ławek),
- Chojnice - popularyzowanie lokalnych twórców (konkurs, w którym nagrodą jest wystawa danej dziedziny sztuki),
- Wrocław - rozwinięcie systemu internetowego urzędu /geoportal, strona internetowa, pierwsze w Polsce, zwiększenie dostępu do bieżących informacji mieszkańców, portal uważany za jeden z najlepszych w Europie, a przy jego tworzeniu realizowane były praktyki dla uczniów i uczennic liceów i techników,
- Częstochowa - dofinansowanie in vitro - 40 dzieci rocznie,



- Wrocław- darmowe przejazdy dla osób z legitymacjami uczniowskimi, nawet dla osób z innych miast,
- Starachowice - Pałac (przestrzeń młodzieżowa),
- Kraków - Stowarzyszenie Krakowskich Szkół Średnich.

## Podsumowanie warsztatów

Podczas debaty po prezentacjach efektów pracy grup warsztatowych podkreślano w szczególności następujące tematy:

- etyka pracy wolontariatu - dużo mówi się w tej kwestii, ale nie są widoczne podjęte działania w celu rozwiązywania problemów; brakuje organizacji, które na bieżąco reagowałyby na łamanie zasad wolontariatu; brakuje bezpiecznych przestrzeni, gdzie można porozmawiać, przekazać ważne kwestie dotyczące wolontariatu w danej organizacji/institucji;
- koordynacja wolontariatu - uświadamianie osób koordynujących, jak komunikować się z wolontariuszami/wolontariuszkami; poczucie braku dialogu; braku wysłuchania, zwłaszcza gdy opinia jest jednostkowa, koordynator powinien czuć i pokazywać, że wolontariusz/wolontariuszka jest ważna;
- organizacja - polecane są organizacje, w których wolontariusz/wolontariuszka czuje się częścią rodziny, jest bezpiecznie i panuje przyjazna atmosfera;
- baza - polecane są specjalne platformy, np. z Warszawy, Gdańska, w których zamieszczane są ogłoszenia dla osób zainteresowanych wolontariatem;
- współpraca - polecana była współpraca z gminami, np. przy organizacji dożynek, albo przy ambasadach; ważne żeby szukać nowych miejsc do wolontariatu, dobrze jak organizacje zachęcają i wspierają w tworzeniu własnych inicjatyw, praktyk, polecana też jest współpraca z firmami (usługi barterowe);
- współdecydowanie/partycypacja - dla młodych ludzi ważne jest to, żeby byli informowani i zapraszani na konsultacje czy to dotyczące przestrzeni (w Sopocie młodzież informowała, że brakuje cienia w miejscach publicznych i teraz uwzględniane są ich uwagi i pojawiają się nowe nasadzenia), czy też tworzenia dokumentów strategicznych (Warszawa, Gdańsk, Lublin);
- Urzędy Miast i Gmin - wskazywano przykładowe urzędy, w których ułatwiono kontakt młodym ludziom z urzędnikami i urzędniczkami; istnieją referaty, w których są osoby specjalnie oddelegowane do współpracy z młodzieżą, np. Centrum Komunikacji Społecznej w Warszawie, ale i Biuro Europejskiej Stolicy Młodzieży Lublin 2023 (w tym powołany zespół z przedstawicielami i przedstawicielkami z różnych wydziałów), czy stanowisko w Wydziale Oświaty i Wychowania Urzędu Miasta Lublin do spraw współpracy z młodzieżą.
- statut - jako ważną kwestię poruszono temat statutów szkolnych i współpracy samorządów szkolnych szkół podstawowych i średnich; temat nie został jednak pogłębiony.

Lektura materiałów wypracowanych przez grupy pokazuje, że perspektywą ich uczestniczek i uczestników jest sytuacja osób aktywnych. Zaangażowanie traktuje się jako stan pożądany



i poszukuje się pomysłów, na to, by aktywizować innych. Ważnym tematem w dyskusjach poszczególnych grup okazała się potrzeba wsparcia w działaniach i poczucia docenienia. Zarówno ze strony grupy rówieśniczej, rodziny, jak i środowiska szkolnego. Zwłaszcza tu istotna jest świadomość wartości pracy społecznej. Niestety wiele osób wspominało o doświadczeniach przeciwnych i sytuacjach, gdy ich aktywność traktuje się jedynie jako przyczynę szkolnej nieobecności.

Sporo czasu poświęcono w pracach grup dobrostanowi psychicznemu osób aktywnych i bezpieczeństwu (np. jak reagować na hejt). Zarówno aktywność wolontariacka, jak i praca w Młodzieżowej Radzie Miasta czy Samorządzie Uczniowskim, są obszarami, które wymagają uczenia się drobnymi krokami, dbałości o równowagę, pozostawienia czasu na życie prywatne. Tematy te mogą być istotnym obszarem rozwojowym dla osób zaangażowanych. Z drugiej strony osoby organizujące działania wolontariackie, czy sprawujące opiekę nad Młodzieżowymi Radami Miast czy Samorządami Uczniowskimi powinny pamiętać, że dla młodych ludzi ważne jest poczucie bezpieczeństwa pracy, możliwość sygnalizowania problemów, i otrzymania potrzebnego wsparcia.

## Część II. Ewaluacja #1 Poznajmy się! w Lublinie – Kongresu Młodych Aktywistów i Aktywistek

---

Ankieta ewaluacyjna (link do formularza on-line) została przekazana w III dniu Kongresu oraz wysłana drogą elektroniczną. W badaniu wzięły udział osoby uczestniczące w Kongresie z różnych miejscowości i miast Polski m.in.: Starachowice, Poznań, Tarnów, Warszawa, Poznań, Skarżysko-Kamienna, Aleksandrów Kujawski, Biała Podlaska, Białystok, Mińsk Mazowiecki, Chojnice, Rzeszów, Słupsk, Kraków, Miedzyrzec Podlaski, Wrocław, Toruń, Biała Podlaska, Cyców (lubelskie), Gorzów Wielkopolski, Gdynia, Sopot, Gdańsk i oczywiście Lublin.

### Potrzeby i rozwiązania

#### Potrzeby młodych ludzi

Dla młodych ludzi najważniejszą potrzebą jest bycie widzianym oraz usłyszonym/wysłuchanym, co wiąże się z poczuciem, że młodzi są traktowani poważnie, ze zrozumieniem, że są potrzebni i ważni. Potrzeby te skierowane są wprost do dorosłych, którzy traktować mają młodzież po partnersku, co jest podstawą do dalszej współpracy.

*[przyp.red.: potrzeby młodych ludzi to] Wysłuchanie, zrozumienie, działanie, sprawczość.*

*Wypowiedź z ankiety*

Poniżej przedstawione są niektóre z licznych odpowiedzi w kontekście „potrzeba bycia usłyszonym”:



- nie być uciszonym przez starszych;
- bycie słuchanym i traktowanym poważnie;
- potrzeba bycia wysłuchanym i wsparcia ze strony dorosłych;
- bycie słyszalnym w mediach;
- prawo, by być usłyszanym;
- możliwość wypowiedzenia się i poczucia, że ich zdanie jest ważne;
- potrzeba konkretów i chęci współpracy z młodzieżą;
- poszanowanie praw i zdania młodzieży.

*Potrzeba bycia wysłuchanym i posiadania wpływu na rozwój swojego najbliższego otoczenia.*

### *Wypowiedź z ankiety*

Bycie usłyszonym wiąże się też z tym, że młodzi ludzie chcą być włączani do życia społecznego, mieć możliwość aktywnego uczestnictwa w różnych sferach życia publicznego: zwiększenia udziału w partycypacji społecznej, w procesie decyzyjnym. Rolą dorosłych (niekiedy jako ekspertów) jest pomoc w inspirowaniu i zrozumieniu tematów, którzy jednak nie narzucają swojej wizji, ale wspomagają wiedzą.

Młodzi ludzie mają potrzebę działania, a ich wysiłki powinny być nie tylko zauważone, ale i docenione. Wiąże się to z tym, że młodzież chce się rozwijać, otrzymywać wiedzę, zdobywać nowe doświadczenia, a niekiedy „piąć się ku górze”. Sporadycznie pojawiają się wypowiedziane wprost potrzeby związane z tym, że młodzi chcą mieć wpływ na zmienianie świata, możliwość zadbania o swoją przyszłość.

Młodzi ludzie mają potrzebę nawiązywania nowych kontaktów, integracji i sieciowania („Integrowanie się w ramach nadrabiania zaległości pandemicznych”), przynależności, jak i wymiany doświadczeń. Jest dla nich ważne, żeby mieć kontakt z innymi ludźmi, a szczególnie z ludźmi o podobnych zainteresowaniach. Pojawia się też potrzeba akceptacji, tolerancji i „niszczenia podziałów”. Wzmacniana powinna być swoboda w mówieniu swojego zdania.

Ważne są też potrzeby związane z wsparciem psychologicznym, edukacją z zakresu inteligencji emocjonalnej i umiejętności miękkich.

Kolejna potrzeba, o jakiej pisali młodzi ludzie to po prostu zabawa. Ważne jest dla nich powstawanie jak największej ilości miejsc dla młodych, gdzie będą mogli spędzać ze sobą czas.

Rozwiązania odpowiadające na potrzeby młodych:

Młodzież proponuje wprowadzenie rozwiązań z zakresie edukacji w różnych obszarach, tj.:

- edukacja dotycząca tworzenia projektów (poznanie benefitów z uczenia się w systemie projektowym, poznanie narzędzi do tworzenia własnych projektów, wsparcie doświadczonych mentorów, miejsce, gdzie będą mogli wymieniać się kontaktami i pomysłami oraz szukać nowych inicjatyw),
- edukacja z komunikacji: kreowania siebie samego, budowania pewności siebie, retoryka,





- warsztaty dla uczniów z rozwijania umiejętności interpersonalnych, inteligencji emocjonalnej, umiejętności pracy w grupie, odpowiedzialności obywatelskiej - prowadzone przez doświadczonych, otwarte osoby,
- warsztaty/szkolenia z praw ucznia,
- spotkania aktywizacyjne dla młodych, programy mentoringowe,
- warsztaty i szkolenia z networkingiem,
- zajęcia dotyczące zdrowia psychicznego,
- edukacja seksualna,
- więcej swobody od obowiązków szkolnych lub zamknięcie w nich działań projektowych jako forma nauki i realizacji tematów lekcji,
- zajęcia dla nauczycieli pokazujące im jak i gdzie kierować młodzieżą, aby rozwijała swoje zainteresowania, gdzie młodzież może szukać konkursów, dofinansowań i stypendiów,
- edukacja nauczycieli z zakresu pomocy w realizacji uczniowskich projektów oraz sposobów pracy w grupie.

W zakresie integracji i wymiany doświadczeń, ale i co ważne, pokazania swoich potrzeb i pomysłów („bycie usłyszanym”) zostały zaproponowane następujące rozwiązania:

- realizacja badań,
- organizacja wydarzeń, np. takich jak Kongres,
- spotkania z dorosłymi,
- otwarte debaty,
- spotkania sieciujące, które skupią się na wypracowaniu rozwiązań na poszczególne problemy wskazane przez młodzież,
- zapraszanie młodych do dyskusji i słuchanie ich potrzeb,
- wsparcie w inicjatywach obywatelskich,
- festiwale młodzieżowe,
- tworzenie przestrzeni do dialogu,
- współpraca z NGO-sami, Młodzieżowymi Radami,
- zmiana Ustawy o Jednostkach Samorządu Terytorialnego i dodanie punktu o możliwości wykonania zadań powierzonych przez Młodzieżowe Rady,
- dni tematyczne,
- możliwość głosu od wieku 16 lat,
- udostępnianie młodzieży czasu w telewizji, filmach, social mediach bardziej niż obecnie,
- promocja Młodzieżowych Rad Miast, programów wymiany, oraz pomysłów samych młodych,
- plebiscyty wyłaniające i nagradzające wybitnych lokalnych młodych aktywistów,
- grupy wsparcia dla młodzieży,
- zaangażowanie osób młodych w politykę lokalną i ogólnokrajową,
- budżet obywatelski/uczeniowski w każdej szkole finansowany ze środków urzędu miasta oraz szkoły,
- stypendia dla aktywnych uczniów, którzy angażują się w wiele ważnych inicjatyw, a niekiedy zaniedbują przez to obowiązek szkolny,
- wydarzenia organizowane przez młodzież dla młodzieży i dofinansowanie ich.



*Włączenie dorosłych w pomoc młodym, aby nie traktowali aktywnej młodzieży jako "ozdoby do zdjęć", czy „dzieciaków, które nie znają się/nie mają doświadczenia” (choć często jest tak, że w wieku 18/19 lat mamy więcej doświadczenia, niż człowiek, który ma 50 lat, a jego jedynym doświadczeniem jest bycie Radnym w Radzie Miasta ;)). Myślę, że władze, które współpracują z młodzieżą oraz młodzież powinni rozmawiać z władzami miast, zamkniętymi na młode osoby.*

*Wypowiedź ankiety*

Kolejnym rozwiązaniem w zakresie realizacji potrzeb młodych ludzi jest utworzenie miejsc specjalnie dedykowanych dla nich (budowa centrum młodzieżowego, tworzenie klubokawiarni dla młodych), gdzie mogą rozwijać swoje pasje, mieć grupę wsparcia.

Ponadto ważne jest wprowadzenie rozwiązań związanych ze wsparciem psychologicznym:

- zwiększenie ilości miejsc bezpiecznych w Polsce,
- sprawdzenie psychologów oraz odebranie pracy tym, którzy nie wykonują swojej pracy dobrze, bądź doszkolenie ich,
- darmowa pomoc psychologiczna,
- otwarcie bezpłatnej i anonimowej konwersacji poprzez np. Messengera z psychologiem.

Rozwiązaniem odpowiadającym na potrzeby ludzi jest darmowa i sprawniejsza komunikacja miejska.

## Pomysły na wspólne działanie z młodzieżą cudzoziemską

W ankiecie poproszono osoby o to, żeby opisali swoje pomysły na wspólne działania z młodzieżą cudzoziemską np. z Ukrainy. Według młodych ludzi najważniejsze jest podejmowanie działań integrujących, które są również realizowane w formie zabawy. Ważne jest także poznanie siebie, swoich potrzeb, wartości, kultury oraz języka. Do tego potrzebne są miejsca, gdzie młodzież może spędzać ze sobą czas czy też podejmować szereg działań i np.: stworzyć Centrum Dialogu Międzynarodowego.

Propozycje działań integracyjnych z młodzieżą z innych krajów:

- wspólne wycieczki,
- wyjścia do kina,
- wspólne granie, np. w planszówki,
- gry plenerowe,
- flanki - gra zespołowa,
- organizacja wieczorów rodzinnych,
- wspólne karaoke,
- zabawa z dziećmi,
- różne wspólne warsztaty, np. rękodzieła,
- warsztaty integracyjne,
- wspólne działania integracyjne, międzyszkolne,
- inkluzywne wydarzenia kulturowe, ogłoszenia w dwóch językach,
- tłumaczenie wydarzeń na język ukraiński,



- wymiany młodzieży,
- współpraca z tymi osobami i ich zaangażowanie do wspólnych działań,
- przydzielanie "mentorów",
- wsparcie w integracji ze społecznością lokalną,
- współpraca młodzieżowych rad i innych organizacji młodzieżowych z różnych krajów między sobą,
- wdrażanie w system Młodzieżowych Rad,
- zapraszanie delegacji osób z Ukrainy ze szkół z Lublina,
- spójne bazy informacji.

Propozycje działań związanych z poznaniem swojej kultury, systemów wartości:

- debaty Oxfordzkie,
- Dzień Ukraiński w szkołach,
- integracja językowa, organizacja kursów językowych,
- spotkania umożliwiające wymianę poglądów, tworzenie różnych forum,
- wsparcie w różnych formach partycypacji,
- poznawanie swoich kultur, akcja informacyjna o cechach kultury polskiej i ukraińskiej,
- spotkania mające na celu wyznaczenie wspólnych celów,
- organizowanie wspólnych akcji aktywistycznych,
- łamanie stereotypów o obcokrajowcach,
- uczestnictwo we wspólnych akcjach pomocowych dla osób z innych krajów np. zbiórki żywności i artykułów,
- open space na temat różnic kulturowych, potrzeb młodzieży i warunków panujących w danym obszarze w zależności od miejsca pochodzenia.

*Ciekawą akcją byłby "wieczór zapoznawczy", podczas którego osoby z Polski mogłyby opowiedzieć o kulturze różnych regionów, natomiast osoby z Ukrainy mogłyby opowiedzieć o tym, jak wygląda to u nich, czy da się odczuć różnice w innych miejscach kraju itd.*

*Wypowiedź z ankiety*

*My robiliśmy wspólne zajęcia gdzie uczniowie nawzajem uczyli się języków obcych w prostych sytuacjach.*

*Wypowiedź z ankiety*

## Ocena #1 Poznajmy się! w Lublinie- Kongresu Młodych Aktywistów i Aktywistek w perspektywie uczestników i uczestniczek

### Treści Kongresu

W ankiecie ewaluacyjnej uczestnicy i uczestniczki Kongresu wskazali, w pytaniu otwartym, co najbardziej ich zainteresowało w czasie wydarzenia. Wśród odpowiedzi



dominowały wskazania dotyczące warsztatów (34 odpowiedzi), ogólnie integracji (18), networkingu/sieciowania (12), a także paneli dyskusyjnych i możliwości spotkania interesujących ludzi (po 11 odpowiedzi). Część osób łączyła ze sobą w odpowiedziach te kategorie. Na podstawie wszystkich wypowiedzi można wnioskować, że doceniono zarówno treści merytoryczne - warsztaty i panele, jak i część dotyczącą relacji - spotkanie z interesującymi ludźmi, integrację i budowanie nowych kontaktów.

*Ciekawi ludzie, dobrze prowadzone warsztaty i wspaniały wieczorny networking.*

*Możliwość posłuchania doświadczonych osób o ich przemyśleniach i radach dla nas.*

*Wypowiedzi z ankiety*

Podkreślano, że osoby uczestniczące w Kongresie są inspirujące, a całe wydarzenie pozwala na wymianę doświadczeń.

*Przed wszystkim warsztaty, podczas których mogłam poznać wiele chętnych do działania osób.*

*Możliwość wymiany doświadczeń z innymi aktywistami, szczególnie działaczami Młodzieżowych Rad Miast.*

*Wypowiedzi z ankiety*

Poza wskazanymi powyżej elementami, w odpowiedzi na pytanie o najbardziej interesujące elementy Kongresu wspomniano także o dobrym jedzeniu, fajnej zabawie i grach integracyjnych. Pojawił się także głos o istotnych treściach dotyczących zdrowia psychicznego młodych ludzi.

## Doświadczenia wyniesione z Kongresu

W ankiecie uczestnicy i uczestniczki Kongresu zostali zapytani o to, czego doświadczyli w trakcie wydarzenia. Niemal wszystkie osoby wskazały, że nawiązały nowe znajomości (96,2%) i że dobrze się bawiły (92,4%). 72,2% osób biorących udział w Kongresie dowiedziało się czegoś nowego, a 58,2% znalazło nowe inspiracje. Prawie połowa osób wskazała, że poznała miasto Lublin (48,1%) i nieco ponad połowa (51,9%), że dzięki wydarzeniu dowiedziała się o Europejskiej Stolicy Młodzieży 2023. Ponadto, osoby uczestniczące dodawały, że dowiedziały się wielu przydatnych i interesujących rzeczy dzięki pracy w grupie.

## Informacja zwrotna od uczestników i uczestniczek odnośnie przebiegu Kongresu

W ankiecie młodzi ludzie wskazali, o co warto by było uzupełnić Kongres, oraz jakie elementy można by dodać w realizacji przyszłych wydarzeń. Odpowiedzi dotyczyły zarówno



kwestii merytorycznych, organizacyjnych, jak i planu Kongresu. Mogą być bardzo dobrymi wskazówkami do planowania przyszłych wydarzeń.

Poniżej prezentujemy opinie osób wypełniających ankietę w podziale na kategorie tematyczne:

#### A. Integracja

Uczestnicy i uczestniczki wypełniające ankietę ewaluacyjną wskazują kilka obszarów do ulepszenia w tej kategorii: proponowano, by integracja była bardziej zaplanowana i zorganizowana, mogłaby nastąpić już pierwszego dnia - przed i między panelami, natomiast w przypadku wieczornej integracji wskazywano, że mogłaby być dłuższa, zrealizowana w większym lokalu. Pojawiła się propozycja wykorzystania w integracji tańca - belgijki, a także, by w ramach integracji odbyło się zorganizowane zwiedzanie miasta. Część osób wskazywała, że integracji i networkingu powinno być dużo więcej, a nawet, że powinno się zaplanować osobny dzień na ich realizację.

#### B. Warsztaty

Sugerowano, że warsztaty były za długie, ich realizacja powinna odbyć się w krótszych blokach rozłożonych w dłuższym czasie, bądź powinny być realizowane krótsze, ale bardziej różnorodne i liczne warsztaty. Inną propozycją była realizacja na przemian warsztatów i paneli zamiast podziału na dzień poświęcony panelom i drugi poświęcony warsztatom. Wskazano, że na początku prac warsztatowych, już w grupach, powinna odbyć się także integracja oraz, że warsztaty powinny być bardziej ukierunkowane, narzędziowe (np. podstawy metodologii Design Thinking). Pojawił się jeden głos dotyczący warsztatów „Tutorial jak zadbać o psyche swoją i innych” wskazujący, że: *"[przyp.red.: lepiej by było zaplanować] wykłady psychologiczne (...) jak pomóc sobie i innym zamiast robienia projektu przez cały dzień i prezentacji przez godzinę"*. Inna osoba zaproponowała, by część warsztatów była zaplanowana dla osób bardziej zaawansowanych w działaniach społecznych i aktywizmie. Sugerowano, żeby stosować bardziej innowacyjne formy w realizacji warsztatów (bez konkretnych opisów) oraz zaplanować większy udział ekspertów i ekspertek: *warsztaty zaczynające się rozmową z ekspertem w temacie, który daje feedback odnośnie rozwiązań wypracowanych podczas rozmów*.

#### C. Program

Odnośnie planu Kongresu sygnalizowano potrzebę jego większej dynamiki i zróżnicowania, uwzględnienia miejsca na dyskusje, zamiast wyłącznej formy panelu lub warsztatu, przeplatania tych form. Pojawiła się propozycja, by więcej treści dotyczyło wprost form aktywizmu, przykładów akcji oraz doskonalenia się w tym zakresie. Jedna z osób zaproponowała powiązanie teorii z paneli z warsztatami: *"Zrobić, że każdy ma zajęcia z każdej teorii jako uzupełnienie"*. Część osób wskazywała, że cały Kongres powinien trwać dłużej, ale jednocześnie były też osoby, dla których powinien to być jeden dzień. Zróżnicowane opinie dotyczą zwłaszcza pierwszego dnia Kongresu i paneli dyskusyjnych - część osób wskazuje, że były one zbyt monotonne, brakowało między nimi przestrzeni na dyskusje uczestników i uczestniczek, przeplatania integracją bądź warsztatami, a same rozmowy panelistów/panelistek były nużące: *Trochę za długie dyskusje, mimo że były bardzo ciekawe to ciężko było się na nich skupić*. Z drugiej strony były głosy, o tym, by paneli (i gości) było



więcej, by realizować je równocześnie, z możliwością wyboru równoległych spotkań. Wskazywano, że w programie przydałoby się zapewnić więcej przestrzeni na swobodne wypowiedzi i dyskusje.

#### D. Kwestie techniczne i organizacyjne

W tym zakresie podstawową zgłaszaną potrzebą było późniejsze rozpoczynanie aktywności (np. o godzinie 10.00) i pozostawienie możliwości dłuższego snu. Pojawiły się też sugestie dotyczące lepszej organizacji przed wydarzeniem: rejestracji, sprawniejszego przesyłania informacji mailowych, wcześniejszej informacji o tematach warsztatów, o osobach panelistów/panelistek i prowadzących warsztaty. Dodatkowo chwalono bezpłatną komunikację dla uczestników i uczestniczek Kongresu. Jedna z osób proponowała, by poprzedzić wydarzenie ankietą dotyczącą potrzeb uczestników i uczestniczek, i na jej wynikach oprzeć propozycję warsztatów.

Oprócz wskazanych powyżej informacji o przestrzeniach do potencjalnych zmian i ulepszeń wskazywano także, że Kongres został zrealizowany w bardzo dobrej czy wręcz idealnej formie.

W ostatnim pytaniu ankiety uczestnicy i uczestniczki Kongresu mogli przekazać dodatkowe informacje. W dużej mierze były to podziękowania i wyrazy sympatii dla lubelskiego zespołu organizatorów i organizatorek, wolontariuszy i wolontariuszek, jak i wszystkich innych, którzy zjawili się na wydarzeniu.

*Naprawdę dziękuję za możliwość udziału w tym kongresie, jest to dla mnie niesamowite doświadczenie. Właściwie to chciałam trochę kończyć z moją aktywizacją ze względu na brak czasu, ale chyba nie mogę odpuścić.*

*Wypowiedź z ankiety*

*Kongres był naprawdę świetny, więc dziękuję bardzo za wspaniałą atmosferę.*

*Wypowiedź z ankiety*

*Dawno nie byłam na tak profesjonalnie zorganizowanym evencie.*

*Wypowiedź z ankiety*

Chwalono klimat wydarzenia, hotel, sale warsztatowe i panelowe, śniadania, integrację, a jednocześnie wskazywano obszary do poprawy: logistykę obiadów, zbyt późne informacje o noclegu, integrację. Wspomniano również o potrzebie mocniejszego reklamowania takich wydarzeń.

*Hotel był wysokiej jakości, pełne pokrycie kosztów, dobre rozłożenie czasowe (nie uwzględniając opóźnień); z rzeczy do poprawienia: bardziej angażujące integrację (i trochę dłuższe w przypadku tych oficjalnych).*

*Wypowiedź z ankiety*



Dofinansowane przez  
Unię Europejską

Wskazano potrzebę zapewnienia cichego miejsca: *Brakowało cichego pomieszczenia, w którym można by było odpocząć od wszelkich bodźców, wyciszyć się, etc.* Pojawiła się jedna sugestia, by w przypadku kolejnych edycji Kongresu zadbać o bardziej równomierny udział osób różnych płci. Jedna z osób zaproponowała, że warto by było zrealizować dłuższy projekt w podobnej tematyce, np. wakacyjny Erasmus.



Foto: Zdjęcie uczestników i uczestniczek Kongresu